

جامعة  
عبد الحميد بن باديس  
مستغانم  
معهد التربية  
البدنية و الرياضية



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية

المجلة  
العلمية

لعلوم وتقنيات  
الأنشطة البدنية  
و الرياضية

مجلة علمية، محكمة

ISSN :1112 – 4032 العدد ( 11 ) الحادي عشر 31 ديسمبر – 2014

الموقع الإلكتروني : <http://revue-staps.univ-mosta.dz>



المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

العدد الحادي عشر  
31 ديسمبر 2014



Université  
AbdelHamid Ibn Badis  
Mostaganem



Institut d'Education Physique et Sportive

Revue

Scientifique  
I.S.T.A.P.S

Revue Scientifique

N°11 le 31 Décembre 2014

ISSN :1112 – 4032

URL : <http://revue-staps.univ-mosta.dz/>



## المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

معهد التربية البدنية و الرياضية

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

العدد الحادي عشر 31 ديسمبر 2014

مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، مجلة علمية سنوية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. تعني المجلة بنشر البحوث والدراسات العلمية الأصيلة المتعلقة بالمجالات المختلفة لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية. وهذا في العلوم النفسية، والتربوية، والعلوم البيولوجية والطبية، والعلوم الحركة... الخ، والتي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الفرنسية أو الإنجليزية والتي لم يسبق نشرها بإقرار خطى من صاحب/ أصحاب البحث. ومن أبوابها الثابتة باب البحوث العلمية باللغة العربية، وباب البحوث العلمية باللغة الفرنسية والإنجليزية، إضافة إلى باب التقارير الخاصة بالمؤتمرات والندوات والحلقات النقاشية في عموم علوم وتقنيات الأنشطة البدنية الرياضية، والتي تعقد في معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، وباب عرض ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجالات علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية علومها.

العنوان: ص.ب. 002 مستغانم - 27000 الجزائر

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم. - خروية 27000

هاتف/ فاكس: 0021345421136

البريد الإلكتروني: [revuestapsmosta@yahoo.fr](mailto:revuestapsmosta@yahoo.fr)

الموقع الإلكتروني: <http://revue-staps.univ-mosta.dz/>

رقم إيداع دولي 4032 - 1112 : ISSN .

**كلمة العدد:**

يعجز الإنسان عن التعبير في مثل هذه المواقف الكبيرة التي تتطلب منه أن ينتقي الكلمات ليعرضها على القراء الأعزاء، فيكون بين موقفين غاية في الأهمية والصعوبة. فالموقف الأول يتمثل في اختيار الكلمات المعبرة عن الموقف في حد ذاته والذي يتطلب الانتقاء والتدقيق والفحص المعمق لمدلول الكلمات ولمعاني العبارات، حتى تصبح ذات دلالة بالنسبة للقارئ. أما بالنسبة للموقف الثاني وهو الالتزام بمحدود الموضوعية في الطرح والتقييد بطرح الأفكار التي لها علاقة بالجانب المتخصص، وهذا يخلق لنا عوابة للقارئ بصفة عامة وليس المتخصص، فنجدنا نوازن بين هذا وذاك من أجل فكرة مفهومة للجميع.

وعليه سمحوا لي أن أكتب هذه الكلمات في حضرة القراء الأعزاء متصفحني المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية معبرا عن فخري بتكليفني بهذه المهمة النبيلة والمتمثلة في رئاسة تحريرها وكذا الإشراف المباشر على كتابة كلمة العدد فيها. لأقول للجميع أن إدار هذا العدد جاء شحيحا من حيث عدد المواضيع التي قبلت للنشر في لفحاتها لسبب بسيط واحد وهو تأخر المقومين في إرجاع التقارير الخاطئة بالتقييم لأن المقيم يعمل بصفة مجانية في سبيل نشر العلم والمعرفة، هذا يجعلنا نقول لكل مقوم شارك في التقييم جزاكم الله كل خير على الجهود المقدم في سبيل نشر العلم وإحياء المجلة حتى تستمر وتدوم.

لكن المواضيع المتبقية كثيرة جدا وتحتاج تضافر الجهود من أجل تقييمها وتحكيمها حتى نكون في المواعيد المحددة. إننا نقدم رسالة جديدة للسادة المحكمين الذين لم ييخلوا على المجلة وأعطوا من وقتهم لتقييم المواضيع. بكل أمانة وعلمية، وأخلاقية أن يساعدوا المجلة في البقاء والاستمرار من خلال تقييم المواضيع التي ترسل لهم. ونوجه الكلمة للسادة الباحثين ونقول لهم تبقي مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية تفتح لفحاتها لكل عمل جاد ومتميز، يكون في محاورها، ويخدم النشاط البدني الرياضي، وعليه تعتبر هذه دعوة لكل مهتم بالنشر في ميدان التخصص أن يساهم بأعماله في ترقية العمل الخاص بالمجلة.

ويطيب لي في الختام أن أقدم خالص الشكر والثناء والتقدير لجميع الذين أسهموا في إخراج هذا العمل العلمي إلى حيز الوجود، وجميع من كان لهم إسهام في الفكرة والمادة العلمية والتحرير والمراجعة والإخراج النهائي، بما في ذلك الهيئة العلمية للمجلة وأعضاء اللجنة العلمية المنتمجة للمجلة، وكذا الباحثين الذين شاركوا بتزويد المجلة بدراساتهم وبحوثهم.

والله من وراء القصد، وهو الموفق والهادي إلى سواء السبيل...

رئيس التحرير

- مدير المجلة: أ.د/ بلحاكم مصطفى
- مدير النشر: أ. د/ بن قاصد علي الحاج محمد
- رئيس التحرير: أ.د/ عطاء الله أحمد.
- مدير الجامعة.
- مدير المعهد.

- اللجنة العلمية التي أشرفت على تقييم بحوث العدد رقم 11 :

- أ.د/ رياض علي الراوي.
- أ.د/ رمعون محمد.
- أ.د/ بن دحمان محمد نصر الدين .
- أ.د/ ميموني نبيلة.
- أ.د/ عطاء الله أحمد
- أ.د/ إادق الحايك
- أ.د/ حرشاوي يوسف
- أ.د/ عبد الودود أحمد خطاب الزبيدي
- أ.د/ بن قاصد علي الحاج محمد
- أ.د/ بن قوة علي
- أ.د/ بومسجد عبد القادر
- أ. د/ بن قناب الحاج
- أ.د/ بوسكرة أحمد
- أ.د/ سعيد عيسى خليفة
- أ.د/ بن برنو عثمان
- أ.د/ حريتي حكيم
- أ.د/ بثينة محمد فاضل محمد الولاني
- د/ بو طالبي هاني
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- المعهد العالي للرياضة ISTS
- جامعة مستغانم
- جامعة الأردن
- جامعة مستغانم
- جامعة تكريت العراق
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة المسيلة
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة الجزائر 03
- جامعة الإسكندرية مصر
- جامعة سطيف

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| جامعة شلف                                    | - د/ حفصاوي بن يوسف              |
| جامعة مستغانم                                | - د/ بجان محمد                   |
| جامعة مستغانم                                | - د/ بلكبيش قادة                 |
| جامعة مستغانم                                | - أ.د/ ناظر عبد القادر           |
| جامعة المسيلة                                | - د/ عمور عمر                    |
| جامعة الجلفة                                 | - د/ زيوش أحمد                   |
| جامعة مستغانم                                | - د/ بن سي قدور الحبيب           |
| جامعة ورقلة                                  | - د/ دودو بلقاسم                 |
| المدرسة العليا للأساتذة الدار البيضاء المغرب | د/ مداني محمد                    |
| جامعة مستغانم                                | - د/ بوجمعة بلوفة                |
| جامعة الموصل العراق                          | - د/ وليد غانم ذنون عون البدراني |
| جامعة مستغانم                                | - د/ زيشي نور الدين              |
| جامعة مستغانم                                | - د/ طاهر طاهر                   |
| جامعة مستغانم                                | - د/ زيتوني عبد القادر           |
| جامعة مستغانم                                | - د/ بن زيدان حسين               |
| جامعة المسيلة                                | - د/ جوادي خالد                  |

### - تقديم المجلة:

مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، مجلة علمية سنوية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. لها رقم إيداع دولي ISSN : 1112 - 4032 .

تعني المجلة بنشر البحوث والدراسات العلمية الأصيلة المتعلقة بالمجالات المختلفة لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية. وهذا في العلوم النفسية، والتربوية، والعلوم البيولوجية والطبية، والعلوم الحركة.... الخ، والتي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها

علمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الفرنسية أو الإنجليزية والتي لم يسبق نشرها بإقرار خطى من [أحب/ أ]حباب البحث. ومن أبوابها الثابتة باب البحوث العلمية باللغة العربية، وباب البحوث العلمية باللغة الفرنسية والإنجليزية، إضافة إلى باب التقارير الخاصة بالمؤتمرات والندوات والحلقات النقاشية في عموم علوم وتقنيات الأنشطة البدنية الرياضية، والتي تعقد في معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، وباب عرض ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجالات علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية علومها.

### - أهداف المجلة:

تبنى مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية هدفا عاما هو: نشر المعرفة العلمية في مجال علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وإثرائها بما يسهم في تطوير العمل العلمي بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة. وتحديداً فإن المجلة تهدف إلى الآتي:

1. المساهمة في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وتطبيقاتها من خلال نشر البحوث النظرية والتطبيقية في الرياضة بمجالاتها المختلفة، مع التأكيد على الجودة العالية لهذه البحوث وارتباطها بالواقع حاضراً ومستقبلاً.
2. إتاحة الفرصة للمفكرين والباحثين في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بنشر نتائج أنشطتهم العلمية والبحثية وخاصة تلك التي تتصل بالبيئة العربية والعالمية عامة.
3. تشجيع البحوث التي تؤكد على التنوع، وعلى الانفتاح الفكري، وعلى الانضباط المنهجي، والاستفادة من كل معطيات الفكر في المجال الرياضي، قديمه وحديثه، أجنبياً كان أم عربياً.

### قواعد النشر:

1. يقدم الباحث نسخة من البحث مكتوبة على ورق A4 على وجه واحد، وبمساتين بما في ذلك الهوامش والمراجع والمقتطفات والجداول والملاحق وهوامش واسعة (2.5 سم أو أكثر) أعلى وأسفل ترسل في البريد الإلكتروني للمجلة

[revuestapsmosta@yahoo.fr](mailto:revuestapsmosta@yahoo.fr)

2. يعلم صاحب البحث عن طريق الايميل بتاريخ استلام بحثه والإجراء الذي تم عليه.
3. يجب أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على عنوان البحث، واسم الباحث أو الباحثين، وجهة العمل، والعنوان، ورقم الهاتف، ورقم الفاكس، والبريد الإلكتروني. ولضمان السرية الكاملة لعملية التحكيم، يتوجب عدم ذكر اسم الباحث أو الباحثين في قلب البحث، أو أية إشارات تكشف عن هويتهم. ولا يمكن ذكر أية عبارات شكر يرغب الباحث في توجيهها إلى المحكمين أو غيرهم ممن ساهموا في تطوير البحث في ورقة مستقلة.
4. يجب تقديم ملخص للبحث باللغة العربية بحد أقصى (200) كلمة، وآخر باللغة الإنجليزية و الفرنسية في حدود (200) كلمة، بما في ذلك الكلمات المفتاحية. كل في صفحة مستقلة، على أن يحتوي ذلك على عنوان البحث، واسم أو أسماء الباحثين.
5. في أسفل الملخص يجب أن نضع الكلمات الأساسية في حدود 5 كلمات كأقصى تقدير.
6. يراعى أن لا يزيد حجم البحث عن خمسة عشر صفحة بما في ذلك المراجع والهوامش والجداول والأشكال والملاحق.
7. إذا استخدم الباحث قائمة استبيان أو غيرها من أدوات جمع البيانات، فعلى الباحث أن يقدم نسخة كاملة من تلك الأداة إذا لم يكن قد تم ورودها في قلب البحث أو في ملاحقه.
8. يتعهد الباحث بإرسال نسخة من البحث بعد إجراء جميع التعديلات المطلوبة من قبل لجنة تحكيم البحوث.

#### قواعد عامة:

1. تؤول كافة حقوق النشر للمجلة.
2. يمنح صاحب البحث المنشور نسخة واحدة من المجلة على شكل اليكتروني PDF كاملة ويقوم بطبعها بمفرده.

3. ويمنح خطابا رسميا موقعا من رئيس التحرير ومدير النشر حول قبول الموضوع للنشر بعد التحكيم.
4. تعبر جميع الأفكار الواردة في المجلة عن آراء كاتبها ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة.
5. أي سرقة للموضوع يتحملها صاحب الموضوع ، ولا تتحملها المجلة ولا لجنة التحكيم بأي حال من الأحوال. وتعرض صاحبها للمتابعات القانونية.
6. توجه كافة المراسلات المتعلقة بالبحوث إلى:

رئيس تحرير مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية.

على العنوان الآتي: ص. ب: 002

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم.

خروية 27000

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

هاتف: فاكس: 0021345421136

البريد الإلكتروني: [revuestapsmosta@yahoo.fr](mailto:revuestapsmosta@yahoo.fr)

الموقع الإلكتروني: <http://revue-staps.univ-mosta.dz/>

### دعوة للنشر:

يسر مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية دعوتكم للإسهام بنشر أبحاثكم العلمية الأيالة المتعلقة بمجالات الرياضة المختلفة التي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الإنجليزية أو الفرنسية والتي لم يسبق نشرها.



### المحتويات

الصفحات	عنوان البحث / إسم الباحث	الرقم
27-9	تأثير بعض المتغيرات الشخصية (الجنس، الخبرة المهنية، علاقة العمل) على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية في طور التعليم المتوسط. د. مسعود بورعدة محمد أ. مبروح عبد الوهاب معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، جامعة قسنطينة 2، الجزائر	01
66-28	الفلسفة السائدة لدى مدرسي كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية د. محمود عبد الرحمن الحديدي جامعة الشرق الأوسط الأردن	02
95-67	إختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية إربد الجامعية للبنات أ.ساعة [ ]الح عبيدات - مدرس جامعة البلقاء التطبيقية د.ناجح محمد الذيابات- أستاذ مشارك جامعة البلقاء التطبيقية	03
119-96	أثر ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية أ. جبوري بن عمر معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية -جامعة مستغانم	04
145-120	دور التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي أ. يحيياوي أحمد جامعة العلوم و التكنولوجيا محمد بوضياف -وهران-	05

169-146	تقويم الأداء التدريسي لدى أعضاء هيئة التدريس في أقسام ومعاهد التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة أنفسهم / غزالي رشيد أ.د. بن قاسم علي الحاج محمد معهد التربية البدنية والرياضية IEPS	06
185-170	الكفاءة الوظيفية وعلاقتها بدقة أداء أهم أشكال التصويب بكرة اليد للناشئين / م.د. رائد عبد الأمير عباس / م.د. نبيل كاظم هريبد عباس أميرة.	07
208-186	طريقة التدريب المدمج بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم (تحت 18) سنة. / فغلول سنوسي	08

## تأثير بعض المتغيرات الشخصية (الجنس، الخبرة المهنية، علاقة العمل) على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية في طور التعليم المتوسط.

د. مسعود بورغدة محمد      أ. ميروح عبد الوهاب

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، جامعة قسنطينة 2، الجزائر

### الملخص:

لدراسة أداء أساتذة التربية البدنية و الرياضية وفق المقاربة بالكفايات، وزع إستبياننا على 115 أستاذا عبر أربع ولايات (قسنطينة، باتنة، سطيف و ميلة). النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة بينت إمتلاك الأساتذة لمستوى متوسط في الكفايات اللازمة لأداء واجبههم التدريسي. تناولت الدراسة كذلك الفروق في الأداء حسب الخصائص الشخصية (الجنس، الخبرة و علاقة العمل) و لاحظنا أن علاقة العمل (مثبت، مستخلف) لها أثر في الأداء مما يؤكد أن الأدوار الواضحة و التوظيف بعقود غير محددة المدة و التحقيق الذات لهم أثر واضح في الأداء. هذه النتيجة التي توصلنا إليها تحتم على المدرسة الجزائرية الإهتمام بظروف عمل أساتذة التربية البدنية و الرياضية و بحاجاتهم النفسية و الإجتماعية حتى يستطيعون تقديم أداء متميزا.

### Résumé :

*Pour étudier la performance des professeurs d'éducation physique et sportive selon l'approche par compétences, Un questionnaire a été Administré a 115 professeurs d'éducation physique et sportive, repartis sur 04 willayas (Constantine, Batna, Sétif et Mila). Les résultats ont montré un faible degré de compétence et rendement moyens dans l'exercice des professeurs d'EPS de leur mission. Il a aussi montré des différences dans la performance selon les caractéristiques personnelles (sexe, expérience, relation de travail). Il a également montré l'influence de la relation de travail (titulaire, vacataire) sur la performance des professeurs. cela confirme que la définition claire des rôles, le recrutement avec contrat indéterminé, et l'auto-réalisation influencent la performance. Ces résultats exigent à l'école Algérienne de s'intéresser aux conditions de travail des professeurs d'éducation physique et sportive et à leurs besoins psychologiques et sociaux pour qu'ils s'épanouissent mieux et soient plus rentables*

## مقدمة :

تسعى جميع المؤسسات في سبيل ضمان استمراريتها إلى تحصيل أهم العناصر والمكونات التي تعود بالفائدة والربح عليها على المدى القريب والبعيد، وتؤكد الدراسات الميدانية على أن أهم هذه العناصر هو الأداء الذي يعتبر المكون الأساسي والعمود الفقري لأي تنظيم كان. وتزداد أهمية الأداء عندما نتحدث عنه في مجال التعليم لأن التعليم عالي الجودة يمكن أن يحسن الوضع الاجتماعي والاقتصادي للدول ( Stephen Gomez, David Lush ) (Margaret, 2004, p373)، ويكتسب الأداء التعليمي أو التربوي هذه الأهمية من أهمية المدرسة في حد ذاتها باعتبارها ثاني مؤسسة اجتماعية بعد الأسرة، والتي تتولى الإفل وتقوم بتربيته وتعليمه ومساعدته للتكيف مع الظروف والوضعية المحيطة به (بن لوصيف حورية، 2012، ص3)، و يأخذ الأستاذ دورا محوريا في تحقيق كل هذا داخل المدرسة ومجمل العملية التربوية.

غير أن ما يتميز به واقع مدارسنا ونظامنا التعليمي حاليا من تجديد وتعديل في المناهج التربوية، تكوين الأساتذة، تزايد الإضرابات ومقاومة هذا التغيير... الخ، قد أثر سلبا على أداء المؤسسة التربوية وبروز عدة مظاهر سلبية، حيث تبين الإحصاءات المقدمة من طرف الوزارة لسنة 2009/2008 أن عدد التلاميذ المعيدين في التعليم المتوسط في جميع المستويات تجاوز عددهم 479300 تلميذ من العدد الإجمالي للمتمدرسين البالغ 1011038، وعدد المتخلفين عن الدراسة والذين خرجوا منها دون شهادات أو مؤهلات كانت بالنسب التالية (7.81) في الثالث متوسط أي ما يعادل 42.019 تلميذا و 59.680 تلميذا في الثاني متوسط و 81.632 في الأول متوسط (بن لوصيف حورية، 2012، ص3)

كل هذا يعكس فشل المدرسة في أداء مهمتها ورسالتها، ورغم أن هذا قد يعزى لعدة أسباب كالمشاكل الاجتماعية، والصحية ونقص القدرات العقلية التي يعاني منها التلميذ، وغياب الوسائل البيداغوجية التي تصعب عملية تقديم المادة العلمية... الخ، إلا أن أغلب ما يعزى إليه هذا هو أداء الأستاذ والذي من بينهم أستاذ التربية البدنية والرياضية الذي يعتبر أحد الإطارات الذين كونتهم الجزائر وتساهم بدرجة كبيرة في نجاح اللبة ، باعتبار هذا التخصص حسب

المشروع الجزائري جزء لا يتجزأ من المنظومة التربوية وله أهمية في تكوين الالفل الجزائري في الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية والفكرية (محمد مسعود بورغدة، 2008، ص4). وإذا كان الأداء يعكس الحد الحسن أو السيئ الذي يؤدي به شخص ما عمله (A S Hornby, 2000.p939) فإنه يجب علينا عندما نالمب أستاذ التربية البدنية والرياضية بمستوى عال من الأداء أن نراعي مجموعة من الظروف والمعلقات التي يعمل في ظلها من نظام إداري ونظام للحوافز والأجور و أدوات و وسائل التدريس، بالإضافة إلى طبيعة تخصصه وتفاعله مع الأساتذة الآخرين وطبيعة عقد عمله و علاقته مع التلاميذ ومحيط العمل... الخ، كل هذه العوامل قد تؤثر بالإيجاب أو السلب على دافعيته ومن ثم أدائه. ( Nwachukwu Prince Ololube, 2008.p13).

وهذا ما دفعنا إلى محاولة معرفة تأثير بعض هذه العوامل والظروف والمتمثلة في كل من عامل الجنس، الخبرة المهنية وعلاقة العمل على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في طور التعليم المتوسط.

### 1- الإشكالية :

يعتبر الأداء الذي يعتمد على تفاعل مورد بشري مع عنصر مادي أو تقني ومهام كمية سهل التقييم مقارنة مع الأداء الذي يعتمد على تفاعل الموارد البشرية مع بعضها البعض وذلك لما تتميز به من غموض ومهام ذات طبيعة نوعية في علاقتها مع الأداء، (Caroline Vander Vliet & Johnny Hellgren 2002.p4) لذلك فإن تقييم أداء الأستاذ على أساس معيار المردود والإنتاج الذي هو مقدار ما حصله التلميذ غير كاف لأن أداء هذا الأخير غير مرتبط فقط بمستوى أداء الأستاذ، ولكن كذلك بظروف اجتماعية ونفسية وعقلية لا يتحكم فيها الأستاذ.

كما أن أداء الأستاذ بصفة عامة وأستاذ التربية البدنية والرياضية خاصة هو نتيجة لعدة ظروف ومتغيرات والتي منها تزايد عدد النساء فيما يسمى بالجنس والمساواة في اختيار عقود العمل (Peter Dolton & Oscar Marenaro -Gutierrez 2011.p9)، و تزايد

أجر الأستاذ الذي أدى إلى تزايد طلب المتخرجين لهذه المهنة مما يخلق منافسة للحصول على هذا المنصب ( Hannah Riley Bowels & Kathleen L. McGinn, 2008.p6)، وهذا بدوره يزيد من عدد الأساتذة المستخلفين طلبا للخبرة المهنية والعمل والحاجة إليهم وتسريحهم عندما تقل، فإن المستخلف يشعر بعدم الأمان لأنه لا يملك مركز دائم في المؤسسة مما يؤثر على ولائه لها، في الوقت الذي يستفيد نظرائه الدائمون من تعويضات كالزيادة في الأجور والحوافز. (Deborah Dean 2008.p11)

ونظرا للتوجه في الحديث عن الجنس والعمر في كل هذا فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية من كلا الجنسين تزداد خبراته المهنية بمرور الوقت، ( Christopher Dougherty, 1989.p1) وبسبب زيادة الخبرة المهنية (Deborah A & al, 1999.p32)، ولهذا تستخدم المؤسسات الترقية لإعلاء الباعث والحافز كي تحافظ على العمال ذوو القيمة لأكثر مدة زمنية ممكنة (Rosalind Levacic, 2009.p35) وتقدم لهم المنح على اعتبار أنها أغلب ما يحفزهم ويدفعهم للعمل (Ali Molla hossien & al, 2012)، غير أن ما يزيد جاذبية هذه الأخيرة وقيمتها للعامل هو إحساسه بوجود عدالة في الإجراءات المتبعة والقرارات المستخدمة فيما يخص توزيعها (Thimothy A. Judge & Jason A. Colquitt, 2009.p395) خاصة مع تزايد عدد الدراسات التي تؤكد تأثير العدالة على استعدادات وسلوكيات العمال. (Sikander Hayyat Malik & al, 2011.p127)

وإذا كان أداء العامل يتأثر بكل العوامل السالفة الذكر وخاصة عندما ندرك أنه قد لا يقدم مجهوداته بالشكل المتوقع لأنه يتأثر بمعتقداته وتوقعاته والحوافز التي يريدتها (A S Hornby, 2000. p939)، فهل يا ترى تؤثر هذه المتغيرات (الجنس والخبرة المهنية وعلاقة العمل) على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في طور التعليم المتوسط؟

## 2- أهداف الدراسة:

- 1-2- قياس أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.
- 2-2- معرفة أثر كل متغيرات الدراسة على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

## 3- فرضيات الدراسة:

- 3-1- ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الأداء تعزى إلى متغير الجنس.
- 3-2- ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الأداء تعزى إلى متغير الخبرة المهنية.
- 3-3- ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الأداء تعزى إلى متغير علاقة العمل (مستخلف - مرسم).

## 4- مصطلحات الدراسة:

4-1- الأداء: هو الطريقة التي يؤدي بها فرد ما دوره ، كما انه الحد الحسن أو السيئ الذي يؤدي به شخص شيء ما، وهو كل فعل يستلزم الكثير من الجهد والعناء، كما أنه النتيجة المحققة من انجاز نشاط معين وهو يتلّب ترابط مجموعة من العناصر مع بعضها البعض و التي قد تكون كفيّلة بقيام الأستاذ بمهامه وأدواره مثل الكفاءات بالمعارف والمهارات والإتجاهات. (Leopold Paquay & al,2006.p33)

نقصد بمصطلح الأداء في بحثنا مجموعة المعارف والمهارات التي يظهرها أستاذ التربية البدنية والرياضية في نشاطه التدريسي وفق المعايير و المحاور الآتية: تخطيط الدرس، تنفيذ الدرس، التقويم، وإدارة وتنظيم الفصل.

4-2- الجنس: قد يشار إليه بمصطلح (Sex) أو (Gender )، ويستخدم مصطلح (Sex) للتفريق بين الذكر والأنثى نتاج الفروق البيولوجية والبدنية، في حين (Gender) للتفريق بينهما على أساس الأعراف والتقاليد الاجتماعية والسياسية والقوى الثقافية (Emily Esplen & Susie Jolly,2006.p2) أي الاختلافات في الثقافة

والمعارف والاستعدادات ونظم المعتقدات بين كل من الرجال والنساء. ( Deaux K,2010.p105)

نقصد بكلمة جنس في بحثنا كل الاختلافات بين الذكر والأنثى سواء الناتجة عن الصفات البيولوجية والبدنية أو تلك التي تحددها العادات والتقاليد ونظرة المجتمع لكل من الذكر والأنثى، وتكون لها الأثر على الرضا الوظيفي.

**4-3- الخبرة المهنية:** يقصد بها العمل الذي يقوم به الفرد منذ مدة طويلة من حياته، وهي الفرص التي يحصل عليها الفرد من فترة العمل السابقة والمؤهلات (A.S Hornby,2000. p439,1493).

نقصد بتغيير الخبرة المهنية في بحثنا كل الأشياء التي يكتسبها أستاذ التربية البدنية والرياضية معرفية كانت أو نفسية، جسدية، حركية واجتماعية... الخ والتي قد تؤثر على أدائه.

**4-2-3- علاقة العمل:** يرتبط الأستاذ مع مؤسسة عمله من خلال عقد عمل (Contract) الذي يشير إلى العلاقات المتبادلة بين طرفي العقد من خلال الاشتراك في مشروع ما، ويتضمن هذا العقد جانب رسمي (Explicit Contract) مثل ، نظام الحوافز، نظام حل المنازعات، الأجر، العلق... الخ، وجانب غير رسمي (Implicit Contract) ويقصد به العقد النفسي وهو التوقعات الغير مكتوبة بين جميع الأفراد داخل العقد، ( Nigel Nicholson,1998.p22 ) وبهذا يكون الأستاذ مرصما أو مستخلفا حسب العقد المبرم مع المؤسسة.

الأستاذ المرصم في التربية البدنية والرياضية في بحثنا هو الذي يملك عقد عمل دائم يتيح له امتيازات عديدة على عكس زميله المستخلف الذي يعمل لفترة زمنية محددة فقط، وهذا قد يؤثر على أدائه.

**4-4- الأستاذ:** هو المعلم والمدرس من الفعل يدرس أي يعلم عن طريق الأمثلة والتجارب، (Atlas Student Dictionary,2003.p1081) والأستاذ هو الشخص الذي يقوم بالتعليم. (Dictionnaire Hachette,1996.1309)



الأستاذ في بحثنا هو الشخص الذي يقوم بتدريس مادة التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي والتقني، بشرط أن يكون متحصل على شهادة الليسانس و متخرج من أقسام التربية البدنية و الرياضية.

#### 5- حدود البحث:

أجري البحث في كل من ولاية قسنطينة و باتنة و سلايف و ميله وخص أساتذة التربية البدنية في طور التعليم المتوسط. حدد البحث الخصائص الآتية: الجنس(ذكر- إناث)، الأساتذة ذوي الخبرة المهنية من 05 سنوات فما فوق، وذوي الخبرة المهنية من 05 سنوات فما أقل، أما علاقة العمل فهي نوعين دائمة(مرسم) و مؤقتة (مستخلف). و تقتصر الدراسة على 48 بند موزعة على الأبعاد الآتية للأداء: تخطيط الدرس ، تنفيذ الدرس، التقويم، تنظيم وإدارة الفصل .

#### 6- مجالات الدراسة:

6-1- المجال المكاني: أجريت الدراسة بمتوسّلات كل من ولاية قسنطينة ،باتنة ،سلايف و ميله.  
6-2- المجال الزمني: تم إجراء البحث خلال السنة الدراسية 2011-2012.  
6-3- المجال البشري: أجريت الدراسة على 115 أستاذا للتربية البدنية والرياضية المتحصلين على شهادة الليسانس في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية.

7- منهج الدراسة : يقصد بالمنهج نظام ترتيب وتنظيم للأجزاء أو الخانات لتحقيق غاية،(Atlas Student Dictionary,2003. p680) وهو الطريقة الخاصة في أداء شيء ما،(A S Hornby,2000.p803) وقد استخدمت دراستنا المنهج الوصفي على اعتبار أنه مسح شامل للظواهر الموجودة في جماعة معينة وفي مكان معين ووقت محدد بحيث يحاول الباحث كشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل.

## 8- الدراسات السابقة:

قدم (Muhamma Sohail Anwar & al, 2011. pp25-27) دراسة من بين افتراضاتها أن الغموض في العمل (عدم الاستقرار في منصب العمل) يخفض الأداء لدى هذا النوع من العمال، كما أن العمال غير المرسمين يقدمون أداء أعلى مقارنة مع المرسمين، واستخدمت الدراسة استبيان بتدرج خماسي ليكرت من 23 بند على عينة من 100 عامل من صنفى العمل الدائم والغير دائم. وتشير نتائجها إلى أن الغموض وعدم الوضوح يخفض الأداء، كما أن هناك علاقة ارتباطيه قوية بين الشعور بالأمن الوظيفي والحوافز والأداء تحت عقد العمل الدائم، وعلاقة ضعيفة تحت عقد العمل المؤقت، وعلاقة ضعيفة بين العمل بالإستخلاف والأداء.

قدم (L.A.Yahaya 1999. pp2-6) في دراسته فرضين الأول بأنه ليس هناك فروق ذات دلالة في الأداء تعود الى عامل الجنس، ولا بين نمط الشخصية A أو B حيث يميل نمط الشخصية A إلى مسابقة الوقت بالرغبة في الإنجاز في أقل وقت، دافعية إنجاز كبيرة، العدوانية، عدم الأمان، في حين يمتاز النمط B بالثقة، عدوانية أقل، البساطة في العمل وأقل تنافسا. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بعينة عشوائية طبقية عددها 675 عامل من 21 وزارة في نيجيريا، منهم 456 ذكر و219 اناث، واعتمدت على التقرير السنوي لتقييم الأداء الذي أعدته The Federal Civil Service Commission of Nigeria، وأداة أنماط سلوكيات العمال الذي أعده (Adeoye1991)، وقد أشارت النتائج الى عدم وجود فروق ذات دلالة للجنس على أداء المستجوبين، ولا توجد كذلك فروق بين نمطي الشخصية في الأداء.

دراسة (Carl J. Thoresen & al, 2004. pp836-849) تناولت تأثير بعض السمات الشخصية على الأداء في كل من مرحلة العمل الانتقالية والمستمرة Maintenance and Transitional Job Stage، حيث تم اختيار 137 عامل في المرحلة المستمرة و78 عامل في المرحلة الانتقالية وذلك بالمؤسسة الكبرى للأدوية بالولايات المتحدة الأمريكية.

أشارت بعض النتائج هذه الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين ثبات الوظيفة والعمل في المرحلة المستمرة على الأداء، ولا توجد علاقة بين الأداء والعمل في المرحلة الانتقالية. من خلال هذه الدراسات نعرض فيما يلي الجوانب المشتركة و المختلفة:

#### - من حيث المنهج :

استعملت هذه الدراسات المنهج الوصفي، و هو نفس المنهج الذي نعتمد عليه في دراستنا.

#### - من حيث الأدوات :

استعملت هذه الدراسات الاستبيان لقياس الأداء، و هي نفس الوسيلة التي نستعملها في بحثنا. الاختلاف الملاحظ في هذه الاستبيانات يكمن في أبعاد الرضا الوظيفي وعناصر كل بعد، هذا الاختلاف يرجع إلى طبيعة و ظروف عمل عينة كل بحث، و إلى نظرة كل باحث لأبعاد وعناصر الأداء.

#### - من حيث الوسائل الإحصائية:

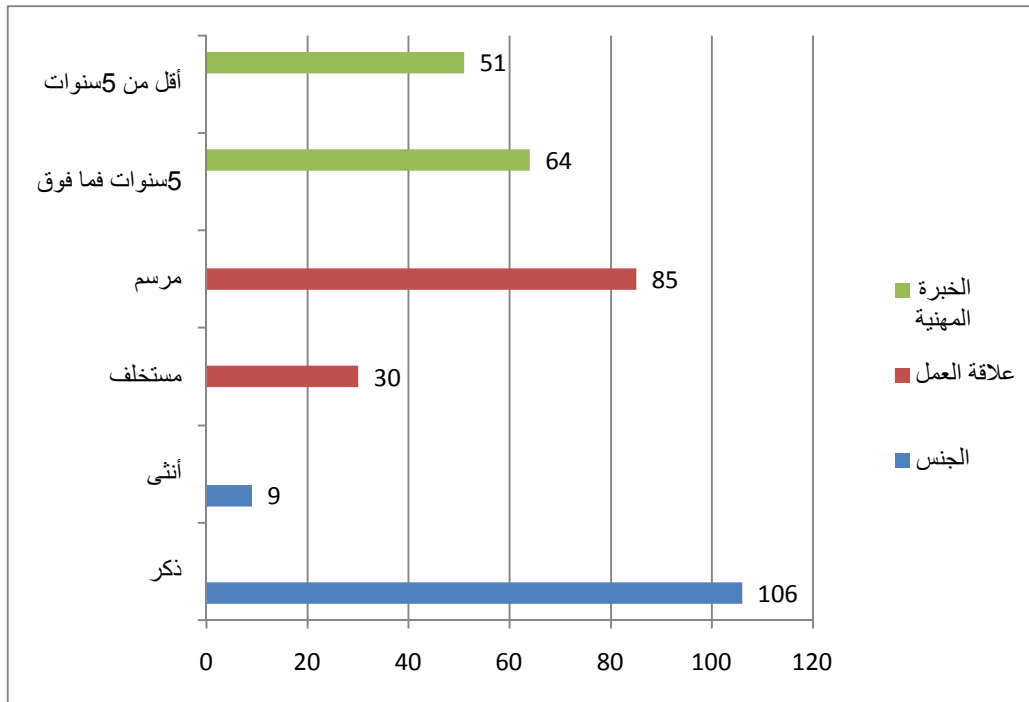
اختلفت الدراسات السابقة في وسائلها الإحصائية، فدراسات استعملت النسب المئوية ودراسات استعملت إلى جانب النسب المئوية معامل الارتباط "بيرسون" لدراسة العلاقة بين متغيرات الدراسة، أما دراستنا إلى جانب الوسائل المستعملة في الدراسات السابقة كمعامل الارتباط لبيرسون، فإنها تستعمل اختبار - ت- لدراسة الفروق بين متغيرات الدراسة

**9- عينة الدراسة :** تم أخذ عينة عشوائية من أساتذة التربية البدنية والرياضية بلغ عددها 115 أستاذا، وهذا ما يمثل 20.39% من مجموع 564 أستاذا موزعة على كل من ولاية قسنطينة، باتنة، سلايف وميلة، وهي تمتاز بالتوزيع المتساوي بين هذه الولايات.

وقد كان هناك عدد 106 أستاذا وهو ما يمثل 92.2% من مجموع 115، في حين بلغ عدد الأساتذات 09 بنسبة 7.8% من العدد الإجمالي، وقد يعكس هذا تقسيم الدور الذي يخضع له المجتمع الجزائري حسب عاداته وتقاليده، كما قد يرجع إلى النتائج السلبية التي قد تلحق الإناث من النجاح في هذا المجال (Jodi D.Nadler, 1984.p2)، أما فيما يخص الخبرة المهنية فقد بلغ عدد الأساتذة ذوي خبرة من 5 سنوات فما فوق 64 أستاذا بنسبة 54.8%،

أما عدد الأساتذة الذين تقل خبرتهم المهنية 5 سنوات قد بلغ 51 أستاذا بنسبة 44.3%، في حين كان هناك 30 أساتذة مستخلفا بنسبة 26.1% و85 أستاذا مرسما بنسبة 73.9%، والشكل التالي يوضح ذلك:

شكل رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب المتغيرات الشخصية (الجنس، الخبرة المهنية، علاقة العمل)



### 10- أداة الدراسة :

بالاعتماد على مجموعة من المقاييس المستخدمة في قياس الأداء التربوي والبحوث السابقة قمنا بإعداد استبيان لقياس الأداء لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بتدرج خماسي ليكرت، تضمن جزئيين الأول يهدف إلى جمع البيانات الشخصية قيد الدراسة، والثاني لقياس محور الأداء الخاصة بأستاذ التربية البدنية والرياضية وهي (تخطيط الدرس، تنفيذ الدرس، التقويم، تنظيم وإدارة الفصل).

**10-1- صدق أداة الدراسة :**

يوضح الصدق الظاهري تحصل عبارات الاستبيان على نسبة اتفاق لدى المحكمين تفوق 80 %، و يتميز الاستبيان المعد للدراسة بصدق الاتساق الداخلي نظرا لأن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الأداء و المحور التي تنتمي إليه دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) كما يتسم الاستبيان بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة و الأداء الكلي، و بين كل محور و الأداء الكلي.

**10-2- ثبات الأداة :**

تشير طريقة التجزئة النصفية بأن معاملات الارتباط سبيرمان براون أن معامل الثبات لنصفي الاستبيان عالي حيث قدر بـ 0.9718 بالنسبة للنصف الأول، و 0.9560 بالنسبة للنصف الثاني، كما أن معامل الارتباط بين نصفي الاستبيان يعتبر عاليا ويقدر بـ (0.8865)، ويعكس معامل الثبات ألفا كرونباخ لاستبيان الأداء قيمة ثبات عالية بلغت قيمته (0.9784). ومن خلاله تقنية حذف العبارة للتأكد من ثبات الاستبيان تحصل الاستبيان على تباين إيجابي عند حذف كل عبارة من عباراته، كما أن معامل الثبات  $\alpha$  لم يتأثر من حذف أية عبارة، و حافظ بالتالي الاستبيان على معامل ثبات عال.

**11- الأدوات الإحصائية المستخدمة:**

استعمل الباحثون الأدوات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- (ت) لدراسة دلالة الفروق بين مجموعات الدراسة.
- معامل الثبات ألفا كرونباخ،
- معامل الارتباط بيرسون .
- معامل الارتباط سبيرمان براون

## 12- تحليل ومناقشة النتائج :

12-1 الفروق في الأداء حسب الجنس : توصلنا من خلال دراستنا إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (01): دلالة الفروق في الأداء على أساس الجنس.

الدلالة	ت الحسوية	أستاذة		أستاذ		المتغير
		ع	م	ع	م	
غير دال	1.22	0.70	3.29	0.73	3.40	التخطيط
غير دال	1.35-	0.55	2.49	0.41	2.60	التنفيذ
غير دال	1.55	0.39	3.28	0.44	3.49	التقويم
غير دال	1.32	0.56	3.55	0.49	3.60	تنظيم وإدارة الفصل
غير دال	1.18	0.45	3.13	0.43	3.30	الأداء

م: المتوسط الحسابي ع: الانحراف المعياري درجة الحرية: 113

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة والأستاذات في الأداء الكلي عند درجة حرية 113 ومستوى دلالة (0.05). تعزى النتيجة المتوصل إليها إلى التكوين الموحد بين الأساتذة والأستاذات نظريا وتطبيقيا، واشتراك الفئتين في التربصات الميدانية والندوات التي يعدها المشرفون، بالإضافة إلى الأهداف المشتركة داخل المؤسسة مما يزيد من قدرة كليهما على التنظيم والضبط، غير أن هذا يتعارض مع انخفاض أداء النساء مقارنة بالرجال في بعض الاختصاصات مثل التربية البدنية والرياضية، حيث تقترح "Matina Horner" أن النساء يخفن ويتجنبن النجاح وذلك للنتائج السلبية التي تلحقهن نتيجة هذا النجاح (عبد اللطيف محمد خليفة، 2000، ص136)، خاصة وأن التقسيم الجنساني للعمل ونظرة المجتمع ترى أن مسؤولية النساء تنحصر في حقل إعادة الإنتاج وحسب، وأنهن أقل مرونة وقوة جسدية من الرجال الشيء الذي يتخذ منه دريعة لتقسيم العمل حسب الجنس في مهن معينة لم تعد تحتاج اليوم إلى القوة العضلية (أورزو

لاشوي، 1995، ص20)، والتي من بينها مهنة أستاذ التربية البدنية والرياضية، و يمكن تفسير كذلك عدم وجود فروق بين الأساتذة والأستاذات أنه بعد الإقبال المتزايد للعنصر النسوي على هذا الاختصاص بدأ نوع من التقبل الاجتماعي لدور المرأة كأستاذة في مادة التربية البدنية والرياضية .

و إذا اعتبرنا أن الأداء يتأثر بالعوامل مثل الأجر، الترقية، الأمن والوقاية وتوافر ظروف العمل... الخ، (Alamadar Hussin Khan & al 2012, p6) فالأستاذ أو الأستاذة يعملان تحت نفس الظروف وشروط العمل مما لا يسمح بوجود فروق، غير أن نتائج دراستنا فيما يخص الفروق على أساس الجنس تعتبر أقل دقة لأن عدد النساء قليل جدا في اختصاص التربية البدنية والرياضية مما لا يسمح بإجراء مقارنة دقيقة.

## 12-2- الفروق في الأداء حسب علاقة العمل:

الجدول رقم (02): دلالة الفروق في الأداء على أساس طبيعة علاقة العمل.

الدلالة	ت المحسوبة	مستخلف		مرسم		المتغير
		ع	م	ع	م	
غير دال	1.19	0.88	3.16	0.69	3.50	التخطيط
دال	2.02	0.50	2.59	0.31	2.78	التنفيذ
غير دال	1.10	0.38	3.30	0.50	3.45	التقويم
دال	1.99	0.39	3.43	0.33	3.65	تنظيم وإدارة الفصل
دال	2.00	0.57	3.15	0.51	3.47	الأداء

و نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستخلفين والمرسمين في الأداء، والملاحظ أن الأداء يرتفع مع الزيادة في الأجر والتعويضات، الممارسات داخل العمل... الخ (Andrew Morrison ,1996.p9) وكل هذا لا يعني الأستاذ

المستخلف مقارنة بالمرسم، وإذا كان تخطيط المسار المهني والشعور بالأمن الوظيفي يساهم في تحسين الأداء (European Foundation for The Improvement of living and Working Condition, 2001.p1) فالأستاذ لا يحس بكل هذا مما يؤثر على أدائه واستقراره الانفعالي، وتوافق هذه النتيجة دراسة (Jennifer S. Skibba, 2002.p2) التي تؤكد وجود علاقة بين نوع عقد العمل بالاستقرار الانفعالي والأداء في العمل.

كما أن أداء الأستاذ لا يرتبط بقدراته وطبيعته تكوينه فحسب بل له ارتباط وثيق مع مدركاته ومعتقداته، فالأستاذ المستخلف مع كل هذه الظروف لا يملك دافعية ولا رضا وظيفي تجعله يقدم أداء في نفس مستوى أداء الأستاذ المرسم، في الحين الذي تعتبر الدول المتقدمة العلاقة بين الدافعية والرضا الوظيفي أساس كل عمل فعال. (David H Peter, 2010.p1)

### 12-2- الفروق في الأداء حسب عامل الخبرة المهنية:

توصلنا من خلال دراستنا إلى النتائج التالية:

#### الجدول رقم (02): دلالة الفروق في الأداء على الخبرة المهنية.

المتغير	الخبرة المهنية				درجة الحرية	الدلالة
	أقل من 5 سنوات		من 5 سنوات فما فوق			
	ع	م	ع	م		
تخطيط الدرس	0.53	3.49	0.80	3.49	113	غير دال
تنفيذ الدرس	0.24	3.22	0.39	3.22	113	دال
التقويم	0.50	2.66	0.48	2.66	113	غير دال
تنظيم وإدارة الفصل	0.34	3.49	0.43	3.49	113	غير دال
الأداء	0.41	3.31	0.55	3.31	113	غير دال



يتضح من الجدول (02) المبين أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة في الأداء بين ذوي الخبرة والأقل خبرة عند مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية 113 باستثناء متغير تنفيذ الدرس، وهذه النتيجة المتوصل إليها توافقت دراسة ( Jeffrey H.Greenhaus &al, 1987.p212) التي تؤكد عدم وجود تفاعل ضعيف بين الأداء في العمل وخبرات العمل، كما أن الدراسات تؤكد على أن تقديم المعلومات الصحيحة في الوقت الصحيح يمكن أن ينجح عنه جودة وفعالية في الخدمة المقدمة وتحقيق الأهداف المرجوة دون التأثير بعامل الزمن و الخبرة المهنية،(Geoffrey Baker, MBA ,2003.p16) وهذا ما يعلمه الأستاذ منذ بداية عمله مثل أجره، مساره المهني، الحوافز وفرص الترقية التي سيتحصل عليها فهو لا يمكن أن يقارن كل هذا مع عامل آخر ذو خبرة أكبر وعمل لسنوات قبله.

وتشير دراستنا كذلك إلى أن الفئتين (ذوي الخبرة و الأقل خبرة) يقومان بعمل جيد، ويرجع ذلك حسب رأينا إلى تكوينهم العالي في أقسام التربية البدنية و الرياضية والتكوين المستمر عبر الندوات التي يشرف عليها المفتشين، مما أدى إلى سد الهوة التي كانت ستظهر جراء نقائص الخبرة، غير أننا نفسر وجود فروق في محور تنفيذ الدرس لصالح ذوي الخبرة إلى الترصات الميدانية التي يقوم بها المشرفون طول السنة و التي استفادت منه أكثر فئة ذوي الخبرة، بالإضافة إلى عامل الممارسة الميدانية الطويلة مقارنة بالأقل خبرة كان لها أثر إيجابي سمح للفئة الأولى بتلافي الصعوبات و تنفيذ الدرس بشكل أحسن.

### 13- خاتمة :

إن نجاح المؤسسة التربوية في أداء مهمتها يعتمد بدرجة كبيرة على أداء الأستاذ، خاصة إذا اعتبر مهامه رسالة يقدمها للتلاميذ وليس وظيفة يسد بها حاجاته فقط، و لن يتحقق له ذلك إلا إذا كان في حالة نفسية تعبر عن درجة من الإحساس بالسعادة، (Jay C.Thomas,2003.p430) وهذا الإحساس والشعور هو نتاج عن تقييم شخصي لمختلف عناصر ومتغيرات وضعية العمل، والتي من بينها طبيعة علاقته مع المؤسسة، جنسه و خبرته. (S.W.J.Klozowski (GD),2009.p5)

و دراستنا تبين عدم وجود فروق في أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية يمكن أن تعزى إلى متغير الجنس والخبرة المهنية، ووجود فروق في الأداء بين المستخلفين والمرسمين، ولكن لكي تحدث هذه المتغيرات فروقا في الأداء قد تتفاعل مع عناصر أخرى، فالجنس قد يحدث فرقا في أداء الأستاذ عندما يتأثر بصراع الأدوار خاصة لدى أدوار الإناث كعاملات من جهة وأمهات من جهة أخرى، كما أن أداء المرسم والمستخلف وذوي الخبرة والأقل خبرة قد يتأثر بالفترة التي يعمل فيها هل هي فترة انتقالية (غير دائم إما تحصل على منصب عمل وهو في مرحلة اختبار لتثبيته أو أنه لم يتحصل على منصب بعد ويعمل كمستخلف فقط) أو مرحلة مستمرة (دائم أي تم تثبيته في منصب العمل)، ففي الغالب يرتفع في المرحلة الانتقالية حتى يضمن العامل منصب عمله وينخفض في المرحلة المستمرة، وأحيانا العكس يرتفع الأداء في المرحلة المستمرة عندما يكتسب خبرة أكبر، (Carl J. Thoresen & al, 2004.p837) وهنا تتدخل السمات الشخصية لكل فرد في تحديد هذا، مما يفتح لنا المجال لدراسات أكثر حول أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية والعوامل المؤثرة فيه، في سبيل تحقيق أعلى أداء ممكن.

\* قائمة المراجع باللغة العربية و الأجنبية :

- بن لوصيف حورية (2012)، التصورات الإجتماعية للمدرسة وعدم الإهتمام بالدراسة لتلاميذ في وضعية فشل، مذكرة ماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة منتوري قسنطينة، ص3.
- المرجع نفسه، ص3.
- محمد مسعود بورغدة (2008)، الرضا الوظيفي لدى لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بأدائهم، رسالة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر، ص4.
- عبد اللطيف محمد خليفة (2000)، الدافعية للإنجاز، دار غريب للنشر والتوزيع، مصر، ص136.
- أورزو لاشوي (1995)، أصل الفروق بين الجنسين، ترجمة بوعلي ياسين، ط2، دار الحوار سوريا، ص20.

- Stephen Gomez, David Lush & Margaret (2004), Clement work placement enhance the academic performance of bioscience undergraduates, Journal of Vocational Education and Paining, Vol 56, No3, p373.
- A S Hornby (2000), Oxford learner's dictionary of current english ,6<sup>th</sup> edition, oxford university press, USA , p939.
- Nwachukwu Prince Ololube (2008), Teacher's job satisfaction and motivation for school effectiveness :An assessment, University of Helsinki, Finland, pp1-13.
- Caroline Vander Vliet & Johnny Hellgren (2002), The modern working life and it's impact on employees attitudes, performance and health, National institute of working life and the Swedish trade unions in co-operation, Stockholm, Sweeden, p04.
- Peter Dolton & Oscar Marenaro -Gutierrez (2011), Teacher's pay and pupil performance, Economic Policy, 26(55), p09.
- Hannah Riley Bowels & Kathleen L.Mcginn (2008), Gender in job negotiation : A Two- Level Game , Harvard Kennedy School, USA , p06.
- Deborah Dean (2008), Age , Gender and performance employment in Europ , Report on research for the International Federation of Actor's (FIA) , p11.
- Christopher Dougherty (1989) , The impact of work experience and training in the current and pervious occupation on earning : Micro evidence from the

- national longitudinal survey of youth, Centre of Economic Performance, London, p01.
- Deborah A & al (1999), The role of gender in job promotion, Monthly Labor Review, Australia ,p32.
  - Rosalind Levacic (2009), Teacher incentive and performance: An application of principal – Agent theory, Oxford Development Studies, Vol 37, No1, p35
  - Ali Mollahossien & al(2012), Investigating the relation perception of justice and customer oriented boundary spanning behaviors, International Journal of Business and Social Science, Vol.(03), No(03).
  - Timothy A. Judge & Jason A .Colquitt (2009), Organizational justice and stress : The mediating role of work –family conflict, Journal of Applied Psychology, Vol89 , No 3, p395.
  - Sikander Hayyat Malik & al(2011) , Path goal theory : A study of employee job satisfaction in telecom sector , International conference on management and service science; IPEDR, vol.(8), p127.
  - A S Hornby(2000), Op.Cit , p939.
  - Leopold Paquay & al(2006), Former des enseignants professionnels, De Bœck Université, Bruxelles, P33
  - Emily Esplen & Susie Jolly(2006), Gender and sex: a sample of definitions, Institute of development studies, University of Sussex, UK, , p02.
  - Deaux K(2010), individual difference to social categories :analysis of decade's research on gender, Am psychol, vol (39),p105.
  - A.S Hornby(2000), Op.Cit , p439,1493.
  - Nigel Nicholson(1998), Op.Cit ,pp106 ,109.
  - Atlas Student Dictionary(2003), Atlas Publishing House, Egypt, p1081.
  - Dictionnaire Hachette(1996), édition algérienne,ENAG , p1309.
  - Atlas Student Dictionary(2003), op.cit, p680.
  - A.S Hornby(2000), op.cit, p803.
  - Muhamma Sohail Anwar &al (2011), Temporary job and its impact on employee performance, Global journal of management and business research, vol11, Issue8, p 25-27.
  - L.A.Yahaya (1999), Gender Differences, Behaviour patterns and job performance of federal civil servants in Nigeria, Department of educational guidance and conselling, University of Ilorin, LLorin, pp2-6.
  - Carl J. Thoresen &al (2004), The big five personality trait and individual job performance Growth trajectories in maintenance and transitional job stage, Journal of Applied Psychology, Vol.89, No.05, pp836-849.
  - Jodi D.Nadler(1984), a reinvestigation of horner's motive to avoid success, the faculty of the departement of psychology , The Florida state university,p02.
  - Alamadar Hussin Khan &al (2012), Impact of job satisfaction on employee performance :An emperical study of autonomous medical institutions of Pakistan, African Journal of Business Management, Vol 6(7), p6.

- Andrew Morrison (1996), The employment contract act and it's economic impact, Parliamentary library, Wellington, New Zealand, p09.
- Link between quality of work and performance(2001) , © European Foundation for The Improvement of living and Working Condition, Ireland, p01.
- Jennifer S.Skibba(2002), Personality and job satisfaction : an investigation of central Wisconsin firefighters, A thesis of master of science degree with a major in applied psychology , University of Wisconsin-Stout, p02.
- David H Peter(2010), Job satisfaction and motivation of health workers in public and private sectors: Cross – sectional analysis from two Indian states, Bio med central LTD, Indian, p01.
- Jeferey H, Greenhaus &al (1987), Work experience, Job performance, and feeling of personal and family well-being, Journal of vocational behavior.31, p212.
- Geoffrey Baker, MBA (2003), Pay for performance incentive programs in healthcare : Market dynamic and business processes, San Francisco, California, USA, P16.
- Jay C. Thomas(2003), Comprehensive handbook of psychological assessment, Industrial and organizational assessment, John Wiley and sons edition, p 430.
- S.W.J.Klozowski (GD)2009, The oxford hand book of industrial and organizational psychology, New York, Oxford university press, 2009, p05.
- Carl J. Thoresen & al (2004) , The big five personality trait and individual job performance growth trajectories in maintenance and transitional job stage, Journal of applied psychology, Vol.89, No.5, p837.

## الفلسفة السائدة لدى مدرسي كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية

د. محمود عبد الرحمن الحديدي جامعة الشرق الأوسط الأردن

### ملخص البحث:

هدف البحث للتعرف إلى الأنماط الفلسفية السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، واقتصر على عينة البحث على عينة عمدية بنسبة (66.37%) من مجتمع البحث الأقليمي والبالغ (108) أعضاء هيئة تدريس، وقد قام الباحث بإعداد استبانة بالأنماط الفلسفية السائدة تكونت من (49) فقرة من نوع (ليكرت) ذات الدرجات الخمس، انفتحت تحت خمسة مجالات هي: (الفلسفة المثالية، والفلسفة الطبيعية، والفلسفة الواقعية، والفلسفة البراجماتية، والفلسفة الوجودية)، وللتأكد من صدق الاستبانة تم عرضها على مجموعة من الأساتذة المحكمين ذوي الخبرة والكفاءة من أجل الحكم على صلاحيتها، وللتحقق من ثبات الاستبانة، قام الباحث بحساب معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة (كرونباخ ألفا) للمجالات والأداة ككل، إذ تراوحت قيم الثبات بين (0.67-0.80) وهي قيم ثبات مناسبة ومقبولة لمثل هذا النوع من البحوث.

وللإجابة عن أسئلة البحث قام الباحث باستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي، وتوصل البحث إلى النتائج الآتية:  
أن نمط الفلسفة البراجماتية قد احتل المرتبة الأولى بين الأنماط بمتوسط حسابي (4.26) ونسبة مئوية (58.23%)، بينما جاء نمط الفلسفة الطبيعية في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (3.73) ونسبة مئوية (74.59%).

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط الفلسفة السائدة لمتغيري الرتبة الأكاديمية والجنس. وتوصل البحث إلى عدة توصيات أهمها استخدام أساليب وطرائق تدريسية متنوعة للأنشطة الرياضية المتعددة.

***Prevailing philosophy Among Teachers at physical Education Colleges in the Jordanian Universities.***

***Abstract:***

*The study aimed at identifying the prevailing philosophy among teachers at the physical education colleges at the Jordanian Universities. The sample was limited to a deliberate sample of (66.37%) of the original research community of (108) faculty member. The researcher designed a questionnaire about the prevailing philosophical patterns.*

*The questionnaire consisted of (49) statement on lickert scale of five grades, under five domains: (Idea philosophy, Natural philosophy, Realistic philosophy, pragmatic philosophy, and Existentialistic philosophy). In order to assume validity the questionnaire was judged by a jury of highly experienced and qualified faculty members, and Cranach Alpha was applied for coefficient of internal consistency to ensure reliability of domains and the whole instrument resulting (0.60-0.67) making an acceptable range for this kind of study.*

*To answer the questions of the study. The researcher used means. Standard deviation, and analysis of variance, and reached the following results:*

*Pragmatic Philosophy ranked first among the five patterns with a mean of (4.26) and (%58.23). While the natural pattern ranked the last with a mean of (3.73) and percentage of (%74.59).*

*There were no significant differences in the prevailing philosophical patterns due to academic rank or gender.*

*Several recommendation were reached by the researcher mainly using different methods and ways of teaching various physical activities.*

## مقدمة :

ليس من السهل إعطاء تعريف شامل للفلسفة، فتعريفها يختلف باختلاف أغراضها ووظائفها والأشخاص المهتمين بها. وأصل الكلمة مشتق من اللغة اللاتينية والتي تعني حب الحكمة، وحسب تعريف قاموس أوكسفورد، فإن مصطلح الفلسفة هو حب ودراسة، والبحث عن الحكمة أو علم الأشياء ومسبباتها سواء أكان ذلك نظرياً أم عملياً ( The Oxford English Dictionary, 1971).

وقد تساءل الفلاسفة منذ القدم أمثال أرسطو، وأفلاطون، وسقراط عن ماهية الكون والحقيقة والخير والشر والجمال، وكل هذه التساؤلات تدخل ضمن متناول الفلسفة، كما عُرِّفت على أنها "الدراسة أو العلم المتعلق بالحقائق أو المبادئ التي يتوقف عليها المعرفة والوجود (Webster, 1969)"، كما عرّفها زيغلر (Zeigler, 1964) على أنها: "علم يتقصى الحقائق والمبادئ والمشاكل المتعلقة بالوجود في محاولة منه لتفسيرها وتحليلها وتقييمها"، وعرّفها كونر (Conner, 1954) بأنها: "ليست نظاماً من المعرفة ذو إيجابيات كالقانون أو علم الأحياء أو التاريخ أو الجغرافيا، وإنما هي نشاط نقدي أو توضيحي". ويستخلص الباحث من ذلك بأن الفلسفة قديمة جداً، حيث ظهر مجموعة كبيرة من الفلاسفة منذ القدم، وقد تكون قد ظهرت مع ظهور الإنسان على وجه الأرض، وبدء رغبته في البحث والتقصي والاستكشاف ومعرفة حقيقة نفسه ووجوده وحقيقة هذا الكون الذي يعيش فيه.

من المعروف أن الأسس التربوية لأي مجتمع تنبثق من فلسفة ذلك المجتمع، حيث أنه لا يُعقل أن تُبنى الأسس والمبادئ التربوية على نحو يتعارض ولو بمقدار ضئيل مع فلسفة المجتمع، لأن مثل هذا التعارض قد يؤدي إلى التقليل من فعالية الأسس التربوية وما ينبثق عنها، كما أنه قد يقلل من انسجام أفراد المجتمع معها، لذلك فلا مفرّ من أن تُبنى الأسس التربوية على أطر فلسفية لضمان فعاليتها ونجاحها في تحقيق الأهداف والطموحات التربوية التي صيغت من أجلها (وزرماس والخياري، 1978).

ويرى ناصر (1983) أن لكل إنسان فلسفة، ولكل جماعة أو مجتمع أو مؤسسة أو دولة فلسفتها، وهكذا تغدو كلمة الفلسفة ذات أبعاد مختلفة لمنطلقات عديدة تتعلق بالأهداف



والقيم والمثل والعقائد ومن ثم الأعمال والعلاقات والتصرفات، وتلتقي التربية مع الفلسفة بصورة وثيقة، وذلك لأنه إذا كانت الفلسفة تعبر عن أفكار مصدرها الثقافة، فإن التربية هي "ذلك المجهود العلمي والفعلية الذي يترجم هذه الأفكار والقيم ويحولها إلى ممارسات وسلوك".

إن الصلة وثيقة في علاقة التربية بالفلسفة، إذ إن الفلسفة تعد الإطار النظري للقضايا والأمور، أما التربية فإنها الجانب العملي التطبيقي، ولا حرج في أن تُصاغ العلاقة بشكل قانوني، فيقال عن الفلسفة: إنها الجانب التشريعي للمسائل، وإنّ التربية هي الجانب التنفيذي، والمثال على ذلك أننا إذا ما أردنا أن نلم بمعرفة قضية كالتدريس، فإنه في الإطار الفلسفي له مفهومه وأهدافه من حيث كونه أوضاعاً، ومستويات للدارسين، لكنّ الجانب التنفيذي للتدريس يتعلق بالأساليب وإيقان المدرس للمادة بقباً للأهداف، فيقوم بنقل المعرفة بأيسر الطرائق لتمكين الدارسين من معرفة المادة واستيعابها (الكندري وآخرون، 1999).

من هنا يرى الباحث بأن ارتباط التربية بالفلسفة ارتباط كبير، فالفكر التربوي هو فلسفة قبل أن يكون أيّ شيء آخر، وما دامت الفلسفة تلقي ضوءاً على الحكمة، ومحبة الحكمة، وفهم الإنسان، وبيئته، وموقفه من العالم المادي والحياة، فهو بالتالي ما تبحث عنه التربية، كما أن التربية تعتمد على فلسفة نظرية عامة، فمعظم المشكلات التربوية تحتاج في حلها لنظرة فلسفية، ولا يستطيع أيّ تربوي أن يتحدث في التربية دون الاعتماد على قاعدة فلسفية، ولا يمكن التحدث في أيّ موضوع تربوي إلا بالرجوع إلى أصوله الفلسفية والأفكار التي قام عليها. فالتربية والفلسفة دائرتان كبيرتان، ولا حرج في القول: إنّ إحداها تدخل جوف الأخرى، إلا أنّهما في النهاية بازواجهما يحققان صورة متكاملة مشرقة في حياة الفرد والمجتمع (الكندري وآخرون، 1999).

وخلاصة القول: إن التربية ترتبط أساساً بالفكر الفلسفي، عن طريق التفكير في الإنسان وبيئته الاجتماعية والطبيعية.

على الرغم من استخدام مصطلح الثقافة البدنية Physical culture في أواخر القرن التاسع عشر، إلا أنه يشكل الآن مصطلحاً عاماً يضم تحت لوائه كل الفعاليات أو العناصر الرياضية والبدنية، كالتربية البدنية والرياضية والترويحية والعلاجية والسياحية، وبذلك فإنه

يضم تحت لوائه كل أهداف التربية البدنية وأغراضها مهما اختلفت في الترتيب أو الهيكل (الخطيب والمشهداني، 1989).

فأغراض التربية البدنية بصورتها وأسسها العامة لا تخرج من حيز تحقيق النمو البدني والنمو العقلي والنمو الحركي والنمو الاجتماعي، فالنمو البدني للفرد هو بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة الجسم بواسطة الفعاليات الرياضية، وهذا من الممكن تحقيقه في التربية البدنية، والنمو العقلي الذي هو ازدياد قابلية الفرد لاكتساب المعلومات المختلفة والاستفادة منها وزيادة قابلية التفكير لديه، وهذا من الممكن تحقيقه في مختلف العناصر الخمسة المذكورة، والنمو الحركي الذي يُقصد به التحسن في أداء مختلف الحركات أو الفعاليات الرياضية بأقل جهد ممكن ورشاقة وكفاءة وجمالية، وهذا من الممكن تحقيقه في التربية الرياضية، أما الغرض الأخير وهو النمو الاجتماعي الذي يساعد الفرد في التكيف مع الأفراد والجماعات والمجتمع الذي يعيش فيه، فهذا أيضاً من الممكن تحقيقه في العناصر الخمسة المذكورة (حسين وآخرون، 1979).

فالثقافة البدنية تكتسب أهميتها باعتبارها جزءاً من الثقافة الاجتماعية العامة، وتتعلق بمسائل تخص مستقبل المجتمع والأمة، وهي النظام المتبع للمحافظة على النمو البدني للفرد، واللياقة البدنية والحركية والصحة العامة للمجتمع، فهي تشكل نظاماً تربوياً يلبي الاحتياجات الفردية والاجتماعية، ومن الناحية النظرية تضم كل التصورات والنظريات والتنظيمات العاملة في إطار فعاليتها وعناصرها المختلفة في التربية البدنية والرياضية والترويح البدني والتأهيل البدني (العلاجية الحركية) والسياحية، وبهذا تكون فعلاً الوعاء الذي يحتوي مختلف العمليات البدنية بالإضافة إلى الرياضة التنافسية ذات الإنجاز العالي، إذ تحتوي في مضمونها على معالجة التشوهات البدنية ووضع برامج لمختلف أنواع المعاقين بدنياً، ووسائل لقضاء وقت الفراغ بالشكل الإيجابي الذي يحقق الصحة والتهيؤ للعمل بهمة ونشاط، وأيضاً تنظيم البرامج للنزهات والسفريات السياحية بالشكل الذي يعود على الفرد بسعة الذهن وغزارة المعرفة وتوحيد العلاقات الاجتماعية (Zbigniew et.al., 1974).

## أشهر المدارس الفلسفية

## أولاً: الفلسفة المثالية:

يُرجع بعض المؤرخين جذور الفلسفة المثالية إلى عهد الإغريق، وإلى سقراط وأفلاطون بالذات، وكان الأساس الفكري الذي قامت عليه يتمثل في إعلاء شأن العقل وذلك بمقولة إن الحقيقة تكمن في الأفكار، وبالإضافة إلى الأسس الفكرية التي أرساها كل من سقراط وأفلاطون، فقد ساهم آخرون مثل بيركلي وكانت وهيربرت في محاولة قولبة مبادئها كنظام الحياة. إنّ هناك عالماً يتسيد فوق العالم المادي الحسي، وجوهر هذا العالم هو العقل والروح، فالشخص المثالي يرى أنّ كل ما يعرفه الإنسان عن الطبيعة إنّما يأتي عن طريق الفكر، وأن الوجود نفسه له خبرات داخلية للإنسان، وهم بذلك يخالفون أصحاب الفلسفة الواقعية والبرجماتية (Kneller, 1971).

## الفلسفة المثالية والتربية الرياضية

تأخذ أنشطة التربية الرياضية مكانها جنباً إلى جنب مع الموضوعات الأكاديمية الأخرى التي تركز عليها المثالية مثل الفنون، واللغات، والمنطق، والتاريخ، والجغرافيا، إضافة إلى الرياضيات والعلوم، وذلك من أجل توفير تربية حضارية تتميز بالدافعية.

وعلى مدرس التربية الرياضية أن يتأكد من أن الطالب يفهم المناهج والبرامج وارتباطها بالظروف المختلفة في حياته، إضافة إلى توفير أجواء لنمو روح العدالة وعمل الخير من أجل الآخرين، علاوة على تقدير الجمال في الأداء الرياضي والشعور بالإنجاز وقيمتها، وقيم ذلك مع مراعاة الفروق الفردية، بحيث يقدم للطلاب مجموعة واسعة من الأنشطة المحرّبة ليتم اختيار ما يناسب شخصياتهم وحاجاتهم للوصول إلى النمو المتكامل.

## المبادئ التي تقوم عليها الفلسفة المثالية في الأنشطة الرياضية (Freeman, 1977):

1. يقوم المعلم بخلق البيئة التربوية، ويكون بمثابة المثل الأعلى لطلابه الذين يطمحون في الوصول إلى مرتبته، ويقوم المعلم بمساعدة الطالب الأقل دافعية وحثه لزيادة اهتمامه، لأن الطالب الإيجابي هو الأساس في العملية التربوية، ويقوم المعلم باستخدام عدة طرق تدريسية يهدف من ورائها إلى تحقيق هذا الغرض.

2. تطمح العملية التربوية إلى النمو المتكامل للأشخاص، وعليه فيجب الاهتمام بنمو القيم الروحية والأخلاقية لما لها من انعكاس على الشخصية المتكاملة.
3. يجب أن يعتمد الطالب وبالدرجة الأولى على التوجيه الذاتي للتعلم، فإذا اعتمد الطالب على المدرس كمصدر للدوافع، فإن العملية لن تتم بالشكل الصحيح، وهذا لا ينفى قيام المدرس ببعض التوجيه، ولكن كما تم ذكره فإن المسؤولية الأولى تقع على عاتق المتعلم نفسه.
4. إنَّ للتربية الرياضية دوراً أساسياً في الإسهام في النمو المتكامل، فهي كما يراها المثاليون تربية للجسد ومن خلال الجسد، ولكن يجب إدراك أنَّ الأولوية تعطى للنشاطات التربوية العقلية.
5. يمكن استغلال الأنشطة الترويحية والألعاب لتنمية اللياقة البدنية والتي تسهم في بناء متوازن للشخصية.
6. يُبنى برنامج التربية الرياضية معتمداً على الأفكار والحقائق والمبادئ المعروفة الثابتة، وهذه المبادئ ثابتة لا تتغير مما يمكن من وضع برنامج مسبق لاستخدامه لسنوات تالية، ولكن يجب تذكر أنَّ المثالي يستخدم وسائل كثيرة و[[رفقاً عديدة للوصول إلى هدفه دون الالتزام المطلق بالبرنامج الموضوع بطريقة عسكرية ثابتة تخلو من بعض المرونة.
7. إنَّ مسؤولية فعالية برامج التربية الرياضية تقع على عاتق مدرس التربية الرياضية بالدرجة الأولى، وعلى الرغم من أنَّ الدافعية للتعلم يجب أن تبدأ من الطالب، فإنَّ تخطي البرنامج من قبل المعلم يجب أن يضمن إثارة دافعية الطلاب من أجل الممارسة والنمو.

#### ثانياً: الفلسفة الطبيعية:

جوهر هذه الفلسفة هي الاهتمام بعالم الطبيعة باعتبارها الشيء الحقيقي، وإن الطبيعة ليست ملكاً للإنسان، ولكن الإنسان هو ملكاً للطبيعة، فحياة الإنسان محكومة بقوانين الطبيعة، وأن منشأ الإنسان وتطوره وتكوينه الاجتماعي كلها تتأثر بالطبيعة، كما أن أعمال الإنسان هي سلسلة من الأسباب والنتائج، وأهم الأفكار الأساسية لهذه الفلسفة هي: العالم الطبيعي فهو مفتاح الحياة التي تحوي ما نراه ونشاهده ونفكر به، والطبيعة هي مصدر القيمة الأساسي، والتركيز على أهمية الفرد أكثر من أهمية المجتمع، والتأكيد على استخدام الطرق العلمية

- في الحصول على المعرفة المرتبطة بالطبيعة، وكذلك التأكيد على حرية الفرد وتطبيق الديمقراطية في مجال حياة الفرد وتحرره من كل القيود الموجودة في المجتمع (محمد وعبد المنعم، 2007).
- الفلسفة الطبيعية والتربية الرياضية (محمد وعبد المنعم، 2007)**
1. امتداداً لرأي جان جاك روسو فان: من أهم مبادئ الفلسفة الطبيعية إمكانية تنمية الطفل بجوانبه المختلفة من خلال النشاطات الرياضية، والتي يمكن للطفل أن ينمي قدراته العقلية والحسية والبدنية، إضافة إلى تكيفه مع المجتمع واكتسابه قيمة التي تساعد على التفاعل الطبيعي مع ذلك المجتمع.
  2. تشجيع برامج التربية الرياضية على التعبير بحرية خلال ممارسة الأنشطة البدنية، فقسم كبير من تعلم المهارات يتم من خلال قيام الطلاب أنفسهم بالنشاط والتجربة والتعبير الحركي، وقد اعتُبر اللعب الحر أحد أهم المقومات الأساسية للعملية التربوية، مما حدا بكثير من المربين إلى تخصيص جزء من أوقاتهم لبحث موضوع اللعب وعلاقته بالنمو والتربية، وبالتالي اعتباره جزءاً لا يتجزأ من حركة مدارس الحضانة وما قبل المدرسة.
  3. أما التنافس مع الغير في النشاطات الرياضية المختلفة فهو أمر ليس بذي أهمية، سواء كانت المنافسة مع أفراد أو ضمن مجموعات، لذا يجب على الفرد أن يركز على المنافسة لزيادة التعبير عن النفس والحرية في عمل ذلك.
  4. تلعب اهتمامات الطالب واستعداداته للتعلم دوراً أساسياً في العملية التربوية.
  5. يتسم الجو العام بالنسبة للعلاقة بين المعلم واللابه بالديمقراطية والبعد عن النظم الصارمة.
  6. على المعلم أن يكون ملماً بالطبيعة حتى يتسنى له معرفة الجوانب المتعلقة بنمو التلاميذ ليتعامل مع كل منهم حسب طبيعته.
  7. يجب أن تتميز أنشطة التربية الرياضية بالسرور والبهجة لا بالإكراه والإلزام بالقوانين، فاتباع القوانين يجب أن تنبع من داخل الطالب بعد أن يشرح له المعلم تلك القوانين وأهميتها.

ثالثاً: الفلسفة الواقعية

تهتم الفلسفة الواقعية بالأشياء كما يراها الإنسان ويحسها ويلمسها، ولقد وصف روبرت لورج الفلسفة الواقعية بكتابته إنَّ الواقعي يهتم أساساً بحقائق العالم الحسي، ونقصه العلوم الطبيعية، بما في ذلك محتوياتها وبقائها، كما أن الواقعيين يتقبلون العالم ويؤيدون الحقائق من وجهة نظر القيمة التي توفرها هذه الحقائق، كما أن كل النشاطات التي تتعلق بالكون تحدث نتيجة لقوانين الطبيعة، وتبعاً لهذه الفلسفة، فإن البيئة باعتقادهم ناتجة عن مؤثر واستجابة، كما أن القيم مثلاً (الحق والخير والجمال) تخضع لقوانين الطبيعة، بينما يرى المثالي أن مثل تلك القيم إنما هي صور وخبرات داخلية تتشكل داخل الإنسان لا في العالم الحسي، وقد أيد (وايلد) ذلك بقوله: إنَّ العالم موجود كما يراه الإنسان ويحس به وليس كما يتخيله، وأن المعرفة الناتجة عن الحواس هي أفضل ما يمكن الاعتماد عليه في تشكيل السلوك الفردي والجماعي (بيوكر، 1964).

#### الفلسفة الواقعية والتربية الرياضية

يؤمن الواقعي بضرورة توفير مناهج موضوعية بطريقة منظمة تتميز بالحيوية تكون وظيفتها نقل المعرفة واستيعابها، وتولي الواقعية الأنشطة الرياضية المبنية على أسس واعتبارات تشريحية وفسولوجية وميكانيكية أهمية كبيرة، ويتوقع من الواقعي أن يوفر في مناهجه وقتاً وويلاً للتدريبات المختلفة داخل الملعب وذلك لتكوين عادات حركية وآلية في أداء تلك الحركات، كما تنظر الواقعية إلى الطالب أنه كائن بيولوجي مزود بنظام حسي راقٍ يسمح له بالتفاعل مع بيئته، ويرغب الواقعي في إعطاء لآله الحقائق الثابتة التي يمكن قياسها واختبارها من حيث منطقية تركيبها وتسلسلها، وهذا هو مفتاح اختيار البيئة التعليمية. وعليه، يتم تشكيل الخبرات نحو الهدف، ويرى معظم الواقعيين أن هناك ضرورة ملحة لتنظيم الخبرات التعليمية سواء كانت متعلقة بالتربية الرياضية والمواد الأكاديمية الأخرى، ويعتمد المدرس وفق هذه الفلسفة على استخدام كثير من الصور والوسائل السمعية والمرئية، ويقوم بنفسه بعرض المهارات الرياضية بعد تجزئتها والتأكد من متابعة الطلاب لها وفهمهم لميكانيقتها ومطابقتها للمبادئ التي درسوها (محمد وعبد المنعم، 2007).

المبادئ التي تقوم عليها الفلسفة الواقعية في الأنشطة الرياضية (محمد وعبد المنعم، 2007):

1. التربية هادفة لأنها صنعت من أجل الحياة.
2. الأنشطة الرياضية في جميع المجالات تستند إلى تجارب علمية.
3. الاهتمام باللياقة البدنية لأنها عامل مساعد في العملية التربوية.
4. استخدام الطرائق والأساليب التدريسية الحديثة في التدريس.
5. الاعتماد على الاختبارات الموضوعية في التقويم.
6. اللعب والترويح من أهم الأنشطة المساعدة في بناء الإنسان.

#### رابعاً: الفلسفة البراجماتية

إن الفلسفة البراجماتية تعتبر الخبرة الإنسانية وتبعاتها أساساً للوصول إلى الحقيقة، فالحقيقة ليست عبارة عن الإنكار المجرد، وهي ليست الأشياء التي يمكن أن نتوصل إليها باستخدام حواسنا، وإنما هي محصلة التطبيق العملي لهذه الأفكار والأشياء، حيث يتم تفسيرها وفقاً لهذا التطبيق.

وقد وصف (وليم جيمس)، وهو أحد الفلاسفة البراجماتيين الذين أخذوا على عاتقهم تفسير ونشر هذه الفلسفة، وصف الشخص البراجماتي بأنه يدير ظهره للمبادئ الثابتة والمسلمات والأنظمة المغلقة والحلول الشفوية، حيث يتجه بدلاً من ذلك نحو العمل والخبرة والحقائق عن طريق تبعاتها، وهو يرى أن النظريات صحيحة لأنها تعمل، بينما يخالفه الشخص المثالي الذي يعتقد بأن النظريات تعمل لأنها صحيحة (محمد وعبد المنعم، 2007).

ويرى توماس (Thomas, 1983) أيضاً أن وظيفة الفكر في الفلسفة البراجماتية تتمثل في توجيه الأعمال، وهو يتفق مع جيمس على أن الحقيقة تُعرض عن طريق اختيار التبعات والنتائج.

وقد أعطى (جون ديوي) أهمية كبيرة للاستمتاع بالخبرات الترويحية وذلك من أجل فوائدها الصحية المختلفة، كما أنه أكد على دور اللعب الموجه بحكمة حتى يمكن اكتساب قيم تؤدي إلى أفعال ناجحة وذات علاقة بحياة الأشخاص، فلا يكفي أن تقوم المدرسة بتوفير

الإمكانيات والألعاب والمدرسين وإنما يجب أن يسبق ذلك فكرة وهدف واضح لما يجب عمله من المساعدة على نحو متكامل (تشارلز بيوكر، 1964).

### الفلسفة البراجماتية والتربية الرياضية

يتم اختيار الأهداف بناءً على خبرات متكاملة لطبيعة الإنسان وبيئته الاجتماعية والحاجات والرغبات والاستعدادات لدى المتعلمين، وبما أن أحد أهداف التربية هو سعادة الإنسان، تصبح الأمور والعقبات والمشاكل التي تحول دون وصول الفرد إلى السعادة المنشودة هي مصدر أهدافه، لأنها الحياة بعينها، بخيرها وشرها، فالسعادة الغامرة التي يحصل عليها الشخص بعد أدائه لمجهود بدني أو حالة السرور المصاحبة لتحقيق هدف منشود سواء كان فوزاً أو خبرة إيجابية هي من الأهداف التي قد تنفرد بها التربية الرياضية، ويمكن القول بأنه يجب أن لا يُنظر إلى أهداف التربية الرياضية بمعزل عن أهداف المواد الأكاديمية الأخرى أو عن الأهداف الجماعية، فالمعرفة والمهارة واللياقة العامة واللياقة البدنية وغيرها تشكل محصلة تسهم في إغناء حياة البشر.

والاتجاه البراجماتي يُعنى بإيجاد مواقف تتضمن مشاكل بحاجة إلى حل، وتحديات تحتاج إلى مواجهة وتعديل وسلوك أو إكساب سلوك جديد عن طريق الخبرة الفعلية، وتنبع نظرة الفلسفة البراجماتية من المجتمع من خلال ضرورة تفاعل الطالب معه بواسطة القنوات المختلفة مثل التعاون والاتصال وحل المتناقضات، والتي لا تقل أهمية (بنظر البراجماتية) عن الحاجات الأساسية الواجب مراعاتها للطالب مثل الحاجات الفسيولوجية والشخصية ... إلخ.

أما بالنسبة للمعلم، فإنه من الضروري الابتعاد كلياً عن الأسلوب التسلطي والتحلي بأسلوب القائد الذي يملك وسائل كثيرة لإثارة الدافعية والاهتمام من أجل نتائج أفضل في عملية التربية، ويقع على المعلم عبء مساعدة الطلاب في الوصول إلى اختبارات حكيمة مناسبة بشأن المواقف المختلفة، وتجنب طريقة التدريس التي تقوم على إصدار الأوامر من قبل المعلم (Freeman, 1977).

ويلخص السراج (1986) أهم الأفكار التي تؤكد عليها الفلسفة البراجماتية في مجال

التربية الرياضية على النحو التالي:



1. الانسجام بين الإنسان والمجتمع.
2. يحدث التعليم من خلال لـرق حل التلاميذ للمشكلات بأنفسهم التي تساعد في عملية تنمية التفكير لديهم.
3. يؤكد المنهاج على أهمية التقويم الذاتي للتلاميذ.
4. المنهاج هو عبارة عن مجموعة من الخبرات التي تقرر حسب حاجات المتعلم.
5. الأفضلية للأنشطة ذات الطابع الاجتماعي في الطبيعة.
6. الاهتمام بالفروق الفردية.
7. التربية هي الصفة الاجتماعية الفعّالة.
8. الإيمان بتطوير الفرد كلياً بما يشمل العقل والجسد والروح.

#### خامساً: الفلسفة الوجودية

يتفق بعض الكتاب على أنه من غير المستحسن إدراج الوجودية ضمن قائمة الفلسفات المعروفة والتي تضم المثالية والواقعية والعملية والطبيعية، كما اعتبرها بيلي وفيلد (Baley & Field, 1976) ويؤكد توماس (Thomas, 1983) على ذلك بقوله: إن الوجودية ما هي إلا حركة ضد الحقائق المطلقة التي دعت إليها بعض المدارس الفلسفية، ويرى سارتر (Sarter, 1947) بأن الإنسان ليس مجرد وسيلة أو موضوع وإنما هو غاية، وهو يتصرف بناءً على ما تمليه عليه الأشياء المحيطة به، وهو - أي الإنسان - يصنع حقيقته بنفسه ولا يتم تحريكه بواسطة مسلمات بيئية وحضارية موروثية، وأن الرجل هو ما يصنعه هو بنفسه دون وجود مقررات أو محتمات أو محددات، وعليه فالرجل حر والرجل هو الحرية.

وينظر الوجوديون إلى الكون نظرة تختلف إلى حد ما عن نظرة الفلسفات التقليدية، فليس للعالم المادي والكون أي معنى دون وجود الإنسان، فعالمنا عالم إنساني، وهذا العالم لا يتوقف على العلم فقط، ولا يعني وجود الكون هو وجود اعتباري، وذلك لأن النظم والقوانين التي تحكمه حقيقية (Zeigler, 1964).

#### الفلسفة الوجودية والتربية الرياضية

- على الرغم من عدم وجود موقف ثابت للوجودية فيما يتعلق بالتربية الرياضية، فإنه من الممكن استنتاج بعض الأمور المبنية على آراء أصحاب هذه الفلسفة (Kneller, 1971):
- على التربية الرياضية أن تسعى لتأدية دورها المطلوب بالتعاون مع المواد الأكاديمية الأخرى كالفنون والعلوم الطبيعية والاجتماعية من أجل التربية الكاملة.
  - أن الطالب نفسه هو المرجع الأساسي لما يريد أن يختاره ويقرره لنفسه بنفسه، فهو حر من ضغوط وتوقعات الغير لما يُطلب منه. وعليه فإن المواد التي من الممكن أن تحقق ذلك ضمن ميدان التربية الرياضية هي الحركات التعبيرية، والاكتشاف الحركي، والألعاب الفردية والجماعية التي من الممكن للفرد فيها أن يعبر عن نفسه وأن يحس بنفسه ويزداد ارتباطاً بها.
  - إن المعلم عند تقييمه للمعلم المثالي، لا يهتم للأمر الدقيقة التخصصية، فهو يريد أن يتأكد من أن إدراك الطالب لمسؤولياته واختياراته قد نضج سواء كان ذلك على المستوى الدراسي أو الحياتي الذي يتعلق بقدرته على معرفة وفحص الهدف من وراء وجوده من خلال فهمه لنفسه واختياراته وما ينبع عنها من مسؤولية تجاه الآخرين.
  - يهتم الوجوديون كثيراً باللعب نفسه كوسيلة للتعبير عن الذات بدلاً من الاهتمام بنتيجة اللعب، فكلما قلت الضغوط والقوانين، فُتح مجال أكبر للاستمتاع والخلق والابتكار، وهذا يشير إلى قلة التركيز على الألعاب الجماعية التي تتطلب من كل فرد أن يقوم بدور محدد من أجل الفوز.
  - حينما يلعب الشخص الوجودي، يختار هو نفسه القيم والقوانين التي يتم التعامل معها في النشاط المختار، وأن الرغبة في اللعب تعكس رغبة الشخص بتكوين شخصيته تكويناً معيناً، أما ذلك الشخص الذي اتبع خطة المدرب وقام بتسجيل هدف الفوز، فهو برأي الوجودية شخص غير أصيل كونه يتعامل مع قيم كان قد تم تفصيلها له سلفاً من قبل أشخاص آخرين.
- ويؤكد بيلي وفيلد (Baley & Field, 1976) على ضرورة الابتعاد عن الروتين والتكرار في المناهج التي تتعامل مع التربية الرياضية، أما فيما يتعلق بالطالب وعلاقته بالمعلم بحسب الفلسفة الوجودية، فإن الطالب يعد شخصاً فريداً يتمتع بالحرية ويقوم باختيار التزاماته وأفعاله التي تقرر نوعية الشخص الذي يرغب في أن يكونه، ولا يعتبر المعلم ناقل للمعلومات أو

مديراً لمشروع أو مثلاً يحتذى من قبل الطلاب، كما تنظر إليه بعض الفلسفات الأخرى، بل هو مثير يوقظ أفكار الطلاب بشأن الأبعاد المختلفة في حياتهم.

والمعلم الوجودي لا يعتمد في تقييمه على التفاعل الصفي أو الجماعي بحيث يقارن الطلاب، فالتقييم أمر شخصي يشارك فيه التلميذ بتوجيه من معلمه، وخير وسيلة لتقييم الطالب تكون في حُسن اختيار الأنشطة الرياضية التي تتطلب قرارات مستقلة، وأن يتحمل مسؤولية الإخفاق.

مما سبق يرى الباحث بأن الفلسفة قد تطورت بشكل كبير مع زيادة معرفة الإنسان وتطوره وتحضره عبر العصور، وأنّ الفلاسفة بأفكارهم وتصوراتهم مدارس فلسفية مختلفة، جمعت كل مدرسة مجموعة من الأشخاص الذين نادوا بتصورات فكرية فلسفية متشابهة إلى حد ما، وقد أثرت هذه المدارس الفلسفية على التربية التي اجتمعت متداخلة مع الفلسفة ومرتبطة معها إلى حد كبير، وارتباط الفلسفة بالتربية هو ارتباط أزلي، فلا يمكن لأي تربيوي التحدث في أي موضوع يهم التربية بشكل عام أو التربية الرياضية بشكل خاص دون الرجوع إلى الأصول الفلسفية والأفكار والتصورات التي بنيت عليها، والتربية تعتمد على الفلسفة في تحديدها للقيم والمعرفة وما هي إلا تطبيق لنتائج الفكر الفلسفي.

وباعتبار التربية الرياضية جزءاً من التربية العامة فقد ارتبطت التربية الرياضية أيضاً بالفلسفة، ولعبت الفلسفة دوراً مهماً في وضع الأملر العامة والتصورات لأغراض التربية الرياضية سواء كانت تلك الأغراض عامة أو خاصة، ولا يستطيع أي شخص مهتم بالتربية الرياضية أن ينكر دور الفلسفة في الارتقاء بهذا الفرع المهم من علوم التربية (التربية الرياضية)، فالفلسفة تحدد الأملر وترسم الخطوات وتقودها وتوضح الاتجاهات وتبين أهمية التربية الرياضية وتفسر العلاقات بين العلوم التربوية المختلفة، بل وتعمل كدافع قوي ومحرك يدفع عجلة التقدم في التربية الرياضية إلى الأمام وباستمرار من خلال التطوير والتحديث.

كذلك استخلص الباحث بعد استعراض هذه المدارس الفلسفية التفاوت الكبير في التصورات والطرح الفلسفي، ففي المثالية التي اتخذت موقفاً ثابتاً لا يتغير مع القيم والتي ركزت على دوامها وعلى اعتبار الإنسان ملكة عقلية باعتباره أهم من الطبيعة إلى الفلسفة الطبيعية التي

تعتبر الطبيعة على أنها الأمر الحقيقي الوحيد وهي مفتاح الحياة، فركزت على الفرد أكثر من المجتمع، ثم الفلسفة الواقعية التي جاءت متناقضة للفلسفة المثالية، واهتمت بالقيم على اعتبارها صور وخبرات داخلية تتشكل في الإنسان، ثم جاءت الفلسفة العملية (البراجماتية) فأنكرت كل المبادئ الثابتة والمسلمات والأنظمة المغلقة وانطلقت نحو العمل والخبرة والحقائق، فالنظرية صحيحة لأنها تعمل وليس النظرية تعمل لأنها صحيحة كما يراها المثاليون مثلاً، وبينت هذه الفلسفة أن الكون يصعب اكتشافه حقيقته، وأن العالم يتغير باستمرار ويجب تجربة الأشياء لاكتشاف حقيقتها. والفلسفة الوجودية التي يدور حولها خلاف من حيث اعتبارها أحد المدارس الفلسفية أو اعتبار أحد الحركات التي لا تعترف بالحقائق المطلقة، أعطت حرية كبيرة للإنسان واختياراته وتوجهاته، ولا يوجد سلم للأخلاق كما يرى الوجوديون.

وعليه، فإن معرفة هذه الأنماط الفلسفية السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية بشكل علمي، تستدعي التعرف إلى هذه الفلسفات واستقصاء علاقتها ببعض المتغيرات المتصلة بمدرسي التربية الرياضية، كالجنس، والرتبة الأكاديمية.

#### مشكلة البحث وأسئلته

إن معظم المشكلات التربوية تحتاج في حلها لنظرة فلسفية، ولا يستطيع أي تربوي أن يتحدث في التربية دون الاعتماد على قاعدة فلسفية، ولا يمكن التحدث في أيّ موضوع تربوي إلا بالرجوع إلى أصوله الفلسفية والأفكار التي قام عليها.

وإذا كانت الفلسفة تبحث عن مسألة الوجود، ومسألة القيم، ومسألة المعرفة، فإن هذه المسائل الثلاثة متصلة بالإنسان الذي تتوجه إليه التربية، كما أن التربية تعتمد على نتائج الفلسفة في تحديدها للقيم، وفي تحديدها لحقيقة الوجود، وفي تحديدها لأهمية المعرفة، وما فلسفة التربية إلا تطبيق لنتائج الفكر الفلسفي في مجال التربية، وما الفكر التربوي إلا وجه آخر من الفلسفة. فالتربية والفلسفة تمثلان دائرتان كبيرتان، ولا حرج في القول: إن إحداها تدخل جوف الأخرى، إلا أنّهما في النهاية بازواجهما يحققان صورة متكاملة مشرقة في حياة الفرد والمجتمع (الكندري وآخرون، 1999).

إن دراسة فلسفة التربية الرياضية أمر لا مفرّ منه بالنسبة للشخص المحترف الذي يعتز بمهنته ويطمح في الوصول بها إلى مكانة تناسبها في المجتمع، وذلك لأن الفلسفة يمكن أن تخدم المجالات التالية: صياغة محصلة القيم المستفادة من التربية الرياضية، وتحسين العملية التربوية، وتحديد الاتجاه وقيادة الخطوات، ولفت نظر المجتمع لأهمية التربية الرياضية، وكذلك المساعدة في تقليل المسافة الفكرية بين أعضاء المهنة، وتفسير العلاقة بين التربية الرياضية والتربية العامة، بحيث يمكن لفلسفة التربية توضيح الأهداف المشتركة بين التربية الرياضية والتربية، فالتربية الرياضية تستخدم الأصول التربوية لتحقيق الخبرات الحركية بالإضافة إلى أهداف أخرى، وعلى مربّي التربية الرياضية أن يبذلوا أقصى جهد لبناء فلسفة مهنية مبنية على أسس عقلانية ومنطقية يتم خلالها تسخير الحقائق العلمية التي تستند وتدعم التربية مما سيقوي مركز المهنة في خدمة المجتمع (وزرماس والحيارى، 1978).

لقد أثرت المدارس الفلسفية على التربية التي أصبحت متداخلة مع الفلسفة ومرتبطة بها إلى حد كبير، وارتباط الفلسفة بالتربية هو ارتباط أزلي، فلا يمكن لأي تربيوي التحدث في أي موضوع يهم التربية بشكل عام، أو التربية الرياضية بشكل خاص دون الرجوع إلى الأصول الفلسفية والأفكار والتصورات التي بنيت عليها، والتربية تعتمد على الفلسفة في تحديدها للقيم والمعرفة وما هي إلا تطبيق لنتائج الفكر الفلسفي.

وباعتبار التربية الرياضية جزء من التربية العامة، فهي ترتبط أيضاً بالفلسفة، حيث لعبت الفلسفة دوراً مهماً في وضع الأفكار العامة والتصورات لأغراض التربية الرياضية سواء كانت تلك الأغراض عامة أو خاصة.

ومن خلال خبرة الباحث الطويلة وعمله في المجال الرياضي والأكاديمي وإطلاع على العديد من المصادر والمراجع، لمس غياباً واضحاً للدراسات الفلسفية للتربية الرياضية بشكل عام، والدراسات التي تتعلق بدراسة الفلسفات السائدة للعاملين في ميدان التربية الرياضية بشكل خاص، مما دفع الباحث لتناول هذه المشكلة المتعلقة بالفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية. وعليه، فإن هذا البحث يسعى إلى تحقيق أهدافه الرئيسية من خلال محاولته الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما فلسفة التربية الرياضية السائدة لمدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية؟

2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \leq 0.05)$  في أنماط فلسفة التربية الرياضية (المثالية، الطبيعية، الواقعية، البراجماتية، الوجودية) مجتمعة وكل على حذا تعزى للجنس والرتبة الأكاديمية؟

**أهمية البحث** تتمثل أهمية البحث في الجوانب التالية:

1. تناول هذا البحث موضوعاً على جانب كبير من الأهمية، يسهم في تحسين عملية التدريس لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية.
2. يؤمل أن تسهم نتائج هذا البحث بتزويد العاملين في مجال التربية الرياضية في بناء البرامج التدريبية التي تعمل على الارتقاء بالمستويات الرياضية المختلفة.

**التعريفات الإجرائية**

**الفلسفة:** يُعرف زيجلر (Zeigler, 1964) على أنها: علم يتقصى الحقائق والمبادئ والمشاكل المتعلقة بالوجود في محاولة منه لتفسيرها وتحليلها وتقييمها. كما ويعرفها (The Oxford English Dictionary, 1971) هو: "حب ودراسة والبحث عن المسلمات، أو علم الأشياء ومسبباتها سواء أكان ذلك نظرياً أم عملياً". والمقصود بالفلسفة السائدة في هذا البحث "متغير يمثل استجابة مدرس التربية في كليات التربية الرياضية على كل فقرة من فقرات الاستبانة المستخدمة في البحث".

**فلسفة التربية الرياضية:** ويعرفها الباحث بأنها: "الإطار النظري الذي تتوضح من خلاله أهداف وغايات التربية الرياضية على ضوء حاجات المجتمع، وسبل تحقيقها، وبما يسهم في تكامل بناء المجتمع وتحقيق تطوره".

**الرتبة الأكاديمية:** الدرجة العلمية التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس بشروط خاصة بعد حصوله على المؤهل العلمي الذي يمثل الحد الأدنى المطلوب لهذه الرتبة.

**الدراسات السابقة**

في حدود المساعي التي بذلها الباحث، لم يعثر على أية دراسة مشابهة أو مقارنة لدراسته في مجال التربية الرياضية سوى دراسة اسماعيل (2007) وهي غير مرتبطة، والذي أيد فيها الباحث إلى عدم وجود دراسات سابقة تتعلق بمشكلة الدراسة، وهي غير مرتبطة بهذه الدراسة الحالية.

**دراسة اسماعيل (2006):**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على واقع أفراد المجتمع العراقي للتربية الرياضية، وبناء أسس فلسفية للتربية الرياضية في العراق على ضوء فهم أفراد المجتمع العراقي، استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المجتمعية) وتكونت عينة الدراسة من (1000) من أفراد المجتمع العراقي من كلا الجنسين، اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية. استخدم الباحث الأدوات البحثية التالية: المصادر والمراجع العربية والأجنبية المترجمة، والمقابلات الشخصية، وشبكة المعلومات الاستدلالية (الإنترنت)، والاستبانة، تقدم الباحث بتصميم استبانة احتوت على (84) سؤالاً، خمس منها أسئلة معلومات عامة عن العينة، والباقي أسئلة موقفية توزعت على (10) محاور وأنجزت جميع العمليات الإحصائية عن طريق الحزمة الإحصائية الجاهزة (SPSS)، وتوصلت نتائج الدراسة بأن هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لمعظم فقرات الاستبانة الخاصة بفهم أفراد المجتمع العراقي للتربية الرياضية ولصالح بديل الإجابة (نعم)، كذلك وضع الباحث أسس فلسفة التربية الرياضية على وفق ما ورد في الاستبانة.

وما يميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة هي أنها الدراسة الأولى التي تناولت الأنماط الفلسفية السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية في حدود علم الباحث. وتختلف هذه الدراسة في حدودها الزمانية والمكانية وعينة البحث عن الدراسة السابقة.

**حدود البحث**

**المجال البشري:** اقتصر البحث على مدرسي التربية الرياضية في الكليات الرياضية في الجامعات الأردنية للعام الدراسي 2012م.

**المجال الجغرافي:** اقتصر البحث على كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية الرسمية.

**المجال الزمني:** تم إجراء البحث خلال الفصل الدراسي الثاني 2011/2012م.

### محددات البحث

أولاً: تتحدد نتائج بدلالات صدق وثبات استبانة الأنماط الفلسفية التي أعدها الباحث.  
ثانياً: يمكن تعميم نتائج هذا البحث على المجتمع ضمن العينة المسحوبة منه وعلى المجتمعات المماثلة.

### الطريقة والإجراءات

**منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي القائم على وصف الواقع من خلال مراجعة المصادر والمراجع العلمية، ومن خلال استخدام أداة البحث المصممة لمسح هذا الواقع ومعطياته المتمثلة في الأنماط الفلسفية لمدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، وتحديد أثر المتغيرات المستقلة (الجنس، والرتبة الأكاديمية) على تقديرات مدرسي التربية الرياضية للأنماط الفلسفية بمجالاتها كمتغير تابع للبحث.

**مجتمع البحث وعينته:** تكونت عينة البحث من جميع أفراد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من جميع مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية (الجامعة الأردنية، جامعة اليرموك، جامعة مؤتة، الجامعة الهاشمية) وعددهم (108) مدرس للعام الدراسي 2012/2013. والجدول رقم (1) يبين توزيع أفراد مجتمع البحث حسب الجنس، والرتبة الأكاديمية.

**الجدول رقم (1): توزيع أفراد مجتمع البحث حسب الجنس والرتبة الأكاديمية**

المتغير	الفئات	العدد
الجنس	ذكر	93
	أنثى	15
المجموع		108
الرتبة الأكاديمية	أستاذ	26
	أستاذ مشارك	24



32	أستاذ مساعد	
26	مدرس	
<b>108</b>		<b>المجموع</b>

أما عينة البحث فقد تكونت بصورتها النهائية بعد استرجاع 75 استبانة من أصل جميع أفراد المجتمع وعددهم 108 من (75) من مدرسي التربية الرياضية منهم (62) من الذكور، و (13) من الإناث، وتشكل العينة ما نسبته (66.37%) من مجتمع البحث الأصلي والبالغ (108) عضو هيئة تدريس. والجدول رقم (2) يبين توزيع أفراد عينة البحث حسب متغيرات الجنس والرتبة الأكاديمية.

الجدول رقم (2): توزيع أفراد عينة البحث حسب متغيراته الديموغرافية

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	62	82.67
	أنثى	13	17.33
	المجموع	75	100
المتغير	الفئة	التكرار	النسبة
الرتبة	أستاذ	19	25.33
	أستاذ مشارك	16	21.33
	أستاذ مساعد	22	29.33
	مدرس	18	24.00
	المجموع	75	100
الجامعة	الأردنية	18	24.0
	اليرموك	26	34.7
	الهاشمية	16	21.3
	مؤتة	15	20.0
	المجموع	75	100

**أداة البحث:**

استخدم الباحث في هذا البحث استبانة لجمع البيانات والمعلومات وتم تصميم أداة الدراسة وفقاً للخطوات التالية:

1. مراجعة الدراسات النظرية ذات الصلة بتحديد الأنماط الفلسفية في المجال التربوي.
2. إعداد أداة البحث بصورتها الأولية، حيث اشتملت على (60) عبارة موزعة على ثمانية مجالات وهي: الفلسفة المثالية، والفلسفة الطبيعية، والفلسفة الواقعية، والفلسفة البراجماتية، والفلسفة الوجودية.
3. حذف العبارات التي لم يجمع المحكمون عليها.
4. وضع الاستبانة بصورتها النهائية حيث اشتملت على (49) عبارة من نوع ليكرت ذات الدرجات الخماسية (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، إطلاقاً) موزعة وفق ما يلي:
  - المجال الأول: (10) عبارات، والمجال الثاني: (10) عبارات، والمجال الثالث: (10) عبارات، والمجال الرابع: (10) عبارات، والمجال الخامس: (9) عبارات.

**صدق الأداة:**

تم التوصل إلى دلالة صدق محتوى أداة البحث عن طريق عرضها على (6) محكمين من الخبراء في التربية والتربية الرياضية، وفي ضوء الملاحظات والمقترحات من قبل المحكمين قام الباحث بإجراء التعديلات المناسبة على الاستبانة لتأخذ صورتها النهائية، إذ تم حذف (11) عبارة لتصبح الاستبانة مكونة من (49) عبارة.

**ثبات الأداة:**

لقد تم استخراج ثبات الأداة باستخدام طريقة الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) لكل من الأنماط الفلسفية على حدة، وللأداة ككل. والجدول (3) يبين أن أنماط الفلسفة تتمتع بقيم اتساق داخلي بدرجة مناسبة ومقبولة، حيث بلغت لأنماط الفلسفات المختلفة (0.89) وتراوح قيم الثبات ما بين (0.67) لنمط المثالية، و (0.80) لنمط البراجماتية، وهي قيم ثبات مناسبة لمثل هذا النوع من الدراسات.

الجدول (3): نتائج ثبات أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية بأسلوب (ألفا كرونباخ) للاتساق الداخلي

الرقم	أنماط الفلسفة	عدد الفقرات	قيمة ألفا كرونباخ
1	المثالية	10	0.67
2	الطبيعية	10	0.69
3	الواقعية	10	0.70
4	البراجماتية	10	0.80
5	الوجودية	9	0.73
	الفلسفات ككل	49	0.89

يبين الجدول (3) أن أنماط الفلسفة تتمتع بقيم اتساق داخلي بدرجة مناسبة ومقبولة، حيث بلغت لأنماط الفلسفات المختلفة (0.89) وتراوحت قيم الثبات ما بين (0.67) لنمط المثالية، و (0.80) لنمط البراجماتية.

متغيرات البحث : تتكون متغيرات البحث على النحو الآتي :

أولاً: المتغيرات المستقلة:

– الجنس: (ذكر، أنثى).

– الرتبة الأكاديمية: (أستاذ، أستاذ مشارك، أستاذ مساعد، مدرس).

ثانياً: المتغير التابع: الأنماط الفلسفية، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصلون عليها من خلال الإجابة على فقرات الاستبانة.

الوسائل الإحصائية: تم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث، إذ تم استخدام برنامج الرزمة الإحصائية (SPSS) وهي المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وتحليل التباين (ANOVA) ومعامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا).

نتائج الدراسة وتفسيرها

فيما يلي عرض لنتائج الدراسة وفق أسئلتها:

ينص السؤال الأول على: "ما أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية؟".

4ول (4): المتوسط ا ساي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لكل نمط من أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية

الترتيب	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط ا ساي	الأنماط
2	82.27	0.43	4.11	المثالية
5	74.59	0.44	3.73	الطبيعية
4	77.23	0.46	3.86	الواقعية
1	85.23	0.43	4.26	البراجماتية
3	79.08	0.49	3.95	الوجودية
	79.68	0.34	3.98	الفلسفات المختلفة

يبين الجدول (4) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لكل نمط من أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن نمط الفلسفة البراجماتية قد احتل الترتيب الأول بين الأنماط بمتوسط حسابي (4.26) ونسبة مئوية (85.23%)، وجاء نمط الفلسفة المثالية في الترتيب الثاني بمتوسط حسابي (4.11) ونسبة مئوية (82.27%)، وفي المرتبة الثالثة جاء نمط الفلسفة الوجودية بمتوسط حسابي (3.95) ونسبة مئوية (79.08%)، والمركز الرابع لنمط الفلسفة الواقعية بمتوسط حسابي (3.86) ونسبة مئوية (77.23%)، واحتل نمط الفلسفة الطبيعية الترتيب الأخير بمتوسط حسابي (3.73) ونسبة مئوية (74.59%)، وقد بلغ المتوسط الحسابي للبحث لأنماط الفلسفة المختلفة (3.98) ونسبة مئوية (79.68%).

يفسر الباحث احتلال الفلسفة البراجماتية للمرتبة الأولى أن طبيعة مادة التربية الرياضية ومناهجها يغلب عليها الطابع العملي والأدائي، وانعكس هذا على الفلسفة التي يتبناها أو

يعتقها مدرسو التربية الرياضية، ويؤكد على ذلك (Freeman, 1977) لتركيز البرامجية الشديدا على النشاطات والنواحي العملية وإهمالها النسبي للأهداف، فحياة الإنسان هي مزيد من الحاجات والاهتمامات والتطلعات والقيم، بالإضافة إلى النواحي العملية. كما ويرى الباحث بأن الفلسفة البرامجية تتبع نظرتها من المجتمع من خلال ضرورة تفاعل الطالب معه بواسطة القنوات المختلفة مثل: التعاون، والاتصال، وحل المتناقضات والتي لا تقل أهمية عن الحاجات الأساسية الواجب مراعاتها للطالب، وأيضاً فإن التربية الرياضية بمناهجها المختلفة تأخذ هذه الأمور بعين الاعتبار.

وكذلك يفسر الباحث احتلال الفلسفة الطبيعية المرتبة الأخيرة لأن الطبيعيين يؤمنون بأن الطبيعة والنمو الطبيعي هي ظواهر تفرض نفسها على الطفل وتدعو إلى عدم تشجيع الألعاب الرياضية التنافسية والمنافسات العليا، وهذا يتنافى مع مبادئ التدريب والتعلم في التربية الرياضية. وهذا يتفق مع ما أشار إليه (محمد وعبد المنعم، 2007) بأن التنافس مع الغير في النشاطات الرياضية المختلفة أمر ليس بذي أهمية، سواء كانت المنافسة مع أفراد أو ضمن مجموعات، لذا يجب على الفرد أن يركز على المنافسة لزيادة التعبير عن النفس والحرية في عمل ذلك، وأن تتميز الأنشطة الرياضية بالسرور لا بالإكراه والالتزام بالقوانين.

وقد جاءت جميع هذه الأنماط الفلسفية لمدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية متنوعة وبمتوسطات متقاربة، والباحث يرى بأن الأنماط الفلسفية السائدة متداخلة مع بعضها البعض، وأنه لا يوجد نمط فلسفي بمعزل عن الآخر. ويؤكد على ذلك (ناصر، 1983) بأن لكل إنسان فلسفة ولكل جماعة أو مجتمع أو مؤسسة أو دولة فلسفتها، وهكذا تغدو كلمة الفلسفة ذات أبعاد مختلفة لمنطلقات عديدة تتعلق بالأهداف والقيم والمثل والعقائد ومن ثم الأعمال والعلاقات والتصرفات. كما قام الباحث بتحليل فقرات كل نمط من الأنماط وذلك من خلال المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية للتعرف على أهم الفقرات التي تميزه. وفيما يلي تحليل لهذه الأنماط حسب فقراته كما يوضحه الجدول رقم (5).

جدول (5): المتوسط ا سابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لنمط الفلسفة المثالية (ن

= 75)

الترتيب	النسبة المئوية	الانحراف	المتوسط	الفقرة
2	89.60	0.64	4.48	أهتم بالألعاب الرياضية المرتبطة بالمواد الأكاديمية لتوفير تربية تكاملية مرغوب فيها.
3	87.20	0.80	4.36	أركز على اللياقة البدنية خلال الأنشطة التنافسية.
1	89.87	0.62	4.49	أهتم بالأنشطة الرياضية البدنية وفق قدرات الطلبة واستعداداتهم.
8	80.53	0.77	4.03	أتأكد من أن الطلبة يفهمون البرامج الرياضية المتنوعة وارتباطها بالظروف الحياتية.
7	83.47	0.88	4.17	أقدر الجمال في الأداء الرياضي.
4	86.67	0.66	4.33	أوفر برامج رياضية متنوعة لإثارة دافعية الطلبة.
6	83.73	0.80	4.19	أعتبر نفسي مسؤولاً عن تفعيل البرامج والأنشطة
9	69.07	1.18	3.45	أستخدم انطباعي الشخصي في تقييم الطلبة بدلاً من العلامات الرقمية.
10	65.87	1.31	3.29	أعتمد على خبراتي الشخصية في تقييم الطلبة بغض النظر عن المعايير العلمية.
4	86.67	0.60	4.33	أعتبر أن الاستعداد الطبيعي للطلبة أساسي في تعليم المهارات الحركية.
	82.27	0.43	4.11	الفلسفة المثالية

يبين الجدول (5) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات نمط الفلسفة المثالية. لقد جاءت الفقرة الثالثة "أهتم بالأنشطة الرياضية والبدنية وفق قدرات الطلبة واستعداداتهم" في المرتبة الأولى، ويفسر الباحث ذلك بأن مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية مؤهلين أكاديمياً وتربوياً في التعامل مع المواقف التعليمية، ولديهم القدرة على توفير أنشطة رياضية متنوعة تتناسب وميول ورغبات واستعدادات طلبتهم. وكذلك جاءت الفقرة الأولى "أهتم بالألعاب الرياضية المرتبطة بالمواد الأكاديمية

لتوفير تربية تكاملية مرغوب فيها" في المرتبة الثانية، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Freeman, 1977) بأن أنشطة التربية الرياضية تأخذ مكانها جنباً إلى جنب مع الموضوعات الأكاديمية الأخرى التي تركز عليها المثالية، وذلك من أجل توفير تربية حضارية تتميز بالدافعية، ويضيف بأنه على مدرس التربية الرياضية أن يتأكد من أن الطالب يفهم المناهج والبرامج الرياضية وارتباطها بالظروف المختلفة في حياته، إضافة إلى توفير مجموعة واسعة من الأنشطة المجرية ليطم اختيار ما يتناسب مع شخصيته وحاجاته للوصول إلى النمو الكامل.

وجاءت الفقرة الثامنة والتي تنص على "أستخدم انطباعي الشخصي في تقييم الطلبة بغض النظر عن المعايير العلمية" في المرتبة الأخيرة، ويفسر الباحث ذلك بأن من المبادئ التي تقوم عليها المثالية في أن التقييم شخصي ذاتي، وتستخدم الملاحظات التقييمية للأنشطة المتنوعة بدلاً من العلامات الرقمية لأن ذلك يتناسب وطبيعة المهارات الحركية الرياضية.

جدول (6): المتوسط ا سابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لنمط الفلسفة الطبيعية (ن)

(75 =

الترتيب	النسبة المئوية	الانحراف	المتوسط	الفقرة
1	89.07	0.66	4.45	أوفر جواً تعليمياً رياضياً مناسباً لإشباع رغبات الطلبة وحاجاتهم.
6	77.87	0.89	3.89	لديّ القدرة في معرفة الوقت المناسب لتعليم كل طالب على حدة.
9	55.47	1.26	2.77	تقتصر مهمتي على التوجيه والإرشاد في مجال التربية الرياضية فقط.
2	88.80	0.74	4.44	أهتم بالطلبة خلال الأنشطة الرياضية بكل جوانبهم المختلفة (العقلية، النفسية، الجسمية، الاجتماعية).
3	86.40	0.90	4.32	أشجع الطلبة على ممارسة الألعاب الرياضية المتنوعة بجرية ودون تقييد.
7	70.67	0.88	3.53	أعلم المهارات الحركية الرياضية عن طريق التجربة

				والمحاولة والخطأ.
8	70.40	0.76	3.52	أعلم الطلبة عن طريق التعبير الحركي واللعب الحر.
10	43.47	1.29	2.17	أعتقد بأن التنافس الرياضي أمر ليس ذو أهمية.
4	82.40	0.82	4.12	لديّ الإمام الكافي بخصائص نمو الطلبة.
5	81.33	0.83	4.07	أعد أنشطتي الرياضية بناءً على أسس فسيولوجية وميكانيكية.
	74.59	0.44	3.73	نمط الفلسفة الطبيعية

يبين الجدول (6) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات نمط الفلسفة الطبيعية. لقد جاءت الفقرة الأولى والتي تنص على "أوفر جواً تعليمياً رياضياً مناسباً لإشباع رغبات الطلبة وحاجاتهم" في المرتبة الأولى، ويعزو الباحث ذلك إلى أن أهم مبادئ الفلسفة الطبيعية هي تشجيع برامج التربية الرياضية المبنية على التعبير بحرية في ممارسة الأنشطة الرياضية، وأيضاً أن اهتمامات الطالب واستعداداته للتعلم تلعب دوراً رئيساً في العملية التربوية، وهذا يتفق مع (Ziegler, 1964) بأنه على مدرس التربية الرياضية أن يكون مملماً بالطبيعة حتى يتسنى له معرفة الجوانب المتعلقة بالنمو.

مما تقدم يرى الباحث بأن مثل هذه المبادئ قد زُود مدرسو التربية الرياضية بها في الجامعات الأردنية خلال مسيرتهم الأكاديمية والتربوية، لذا جاءت هذه الفقرة في الترتيب الأول. أما الفقرة الثامنة والتي تنص على "أعتقد بأن التنافس الرياضي أمر ليس ذو أهمية" احتلت المرتبة الأخيرة، ويفسر الباحث ذلك بأن أصحاب هذه النظرة الفلسفية لا يعطون أي قيمة للمنافسة الرياضية، بل تركيزهم يكون على المنافسة بهدف المرح والسرور لا باتباع القوانين والالتزام بها. ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (محمد، وعبد المنعم، 2007) بأن التنافس مع الغير في النشاطات الرياضية المختلفة أمر ليس بذو أهمية، سواء كانت المنافسة مع أفراد أو ضمن مجموعات، لذا يجب على الفرد أن يركز على المنافسة لزيادة التعبير عن النفس والحرية في عمل ذلك.



جدول (7): المتوسط ا ساي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لنمط الفلسفة الواقعية (ن)  
(75 =

الترتيب	النسبة المئوية	الانحراف	المتوسط	الفقرة
4	85.33	0.66	4.27	أعتمد على أهدافي الرياضية وعلى الممارسات السابقة ونتائج البحث العلمي.
2	89.87	0.67	4.49	أقدم المعلومات الرياضية لتحقيق أداء جيد للمهارات الرياضية.
3	88.27	0.70	4.41	أوفر أساليب تعليمية مختلفة داخل الملعب للتقليل من الإصابات الرياضية.
6	79.47	0.88	3.97	أتعامل مع الطلبة ككائنات بيولوجية مزودة بنظام حسي متفاعل مع البيئة.
5	81.07	0.70	4.05	أنظمة أنشطة تعليمية متنوعة حسب الخصائص النهائية للطلبة.
10	42.67	1.20	2.13	أهمل تشويق وإثارة فضول الطلبة.
1	92.00	0.55	4.60	أعتبر أن التربية الرياضية جزءاً لا يتجزأ من المنهاج التربوي.
9	67.47	1.28	3.37	أقارن شخصيتي برجل أعمال إداري ناجح.
7	76.00	0.92	3.80	أعتمد الطريقة الجزئية في تعليم المهارات الحركية الرياضية.
8	70.13	0.95	3.51	أشارك طلبتي في التخطيط ووضع البرامج الرياضية المختلفة.
	77.23	0.46	3.86	نمط الفلسفة الواقعية

يبين الجدول (7) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات نمط الفلسفة الواقعية، وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة السابعة والتي تنص على "أعتبر أن التربية الرياضية جزءاً لا يتجزأ من المنهاج التربوي" قد احتلت المرتبة الأولى بين

فقرات المجال بمتوسط حسابي (4.60) ونسبة مئوية بلغت (92.0%)، ويعزو الباحث سبب ذلك لأن مدرس التربية الرياضية صاحب هذا المذهب الفلسفي يؤمن بأن التربية الرياضية أصبحت جزءاً لا يتجزأ من التربية العامة، والتربية الرياضية تعمل على تحقيق أهداف التربية من خلال الأنشطة البدنية والرياضية وبالتالي تؤدي إلى النمو المتكامل للفرد. ويتفق هذا مع ما ذهب إليه (محمد، وعبد المنعم، 2007) بأن الواقعي يؤمن أيضاً بضرورة توفير مناهج موضوعية بطريقة منظمة تتميز بالحيوية، وأن هناك ضرورة ملحة لتنظيم الخبرات التعليمية سواء كانت متعلقة بالتربية الرياضية أو بالمواد الأكاديمية الأخرى. بينما احتلت الفقرة السادسة والتي تنص على "أهم تشويق وإثارة فضول الطلبة" بمتوسط حسابي (2.13) ونسبة مئوية بلغت (42.37%) في المرتبة الأخيرة.

ويفسر الباحث ذلك بأن مدرس التربية الرياضية الذي يؤمن بالفلسفة الواقعية لا يعطي اهتماماً كبيراً لإثارة فضول الطلاب وتشويقهم للتعلم. ويتفق هذا مع (Zeigler, 1964) بأنه يمكن استغلال ما يسمى باللعب الغريزي الذاتي والحركات المتوتيرة (المشي، والجري، الوثب، والحجل) والتي هي متصلة بالوراثة وتركيب الطفل الجسدي، ولا يعطي الواقعيون اهتماماً كبيراً لإثارة فضول الطلاب للتعلم، كما يعتمد المدرس هنا على استخدام كثير من الصور والوسائل السمعية والمرئية المركبة بعناية، ويقوم هو نفسه بعرض المهارات بعد تجزئتها والتأكد من متابعة الطلاب لها.

جدول (8): المتوسط ا سابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لنمط الفلسفة البراجماتية

(ن = 75)

الترتيب	النسبة المئوية	الانحراف	المتوسط	الفقرة
7	85.60	0.78	4.28	أبذل ما بوسعي لتوفير أفضل جو تربوي يتميز بالديمقراطية.
6	86.13	0.77	4.31	أختار الأهداف الرياضية بناءً على خبرات متكاملة لطبيعة الطلبة وبيئتهم الاجتماعية والمادية.

4	89.33	0.55	4.47	أتمتع بصفات تمكنني من توسيع خبراتي الرياضية المختلفة.
2	90.13	0.62	4.51	أنظر إلى أهداف التربية الرياضية على أنها متصلة بأهداف المواد الأخرى وأهداف المجتمع.
2	90.13	0.60	4.51	أشجع على ممارسة الأنشطة الرياضية المرتبطة بالمهارات الحياتية المختلفة.
9	75.47	0.91	3.77	أجنب طرق التدريس التي تقوم على إعطاء الأوامر والتعليمات.
1	91.73	0.62	4.59	أشجع على تكوين علاقات اجتماعية بين طلابي.
8	84.00	0.68	4.20	أشرك طلابي في تقديم الأنشطة الرياضية حسب قدراتهم.
5	87.20	0.88	4.36	أبتعد بتعاملي مع طلبتي عن الأسلوب التسلطي والدكتاتوري.
10	72.53	0.83	3.63	أتعامل مع طلبتي على أنهم المرجع الأساسي لما يريدونه.
	85.23	0.43	4.26	نمط الفلسفة البراجماتية

يبين الجدول (8) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات نمط الفلسفة البراجماتية. وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة السابعة والتي تنص على "أشجع على تكوين علاقات اجتماعية بين طلابي" قد احتلت المرتبة الأولى، ويفسر الباحث بأن مادة التربية الرياضية هي من أكثر المواد التي تعمل على تكوين اتجاهات إيجابية وترسيخ علاقات اجتماعية متميزة، وهذا عائد لطبيعة الأنشطة الرياضية المختلفة التي تعتمد على التعاون والمشاركة، وهذه النتيجة تتفق مع ما أورده السراج (1986) بأن من خصائص المعلم البراجماتي إعطاء أولوية للأنشطة الرياضية المختلفة ذات الطابع الاجتماعي.

جاءت الفقرة السادسة والتي تنص على "أتجنب طرق التدريس التي تقوم على إعطاء الأوامر والتعليمات" في المرتبة التاسعة، ويعزو الباحث سبب ذلك لأن تدريس التربية الرياضية مجال خصب للتعلم عن طريق الممارسة العملية واللعب، ويكون دور المدرس هو التوجيه والمتابعة والإشراف بجو يسوده المودة بينه وبين الطلبة وهذا ما يتفق مع النظريات التربوية والحديثة وتصنيفاتها التربوية. إن التعلم عن طريق اللعب والممارسة هو من أفضل طرق التعلم الذي يؤدي إلى تعلم ذو معنى. ويتفق ذلك أيضاً مع ما توصل إليه (Freeman, 1977) الابتعاد كلياً عن الأسلوب التسلطي والتحلي بأسلوب القائد الذي يتيح للطلاب توفير الدافعية وتجنب طريقة التدريس التي تقوم على إصدار الأوامر.

بينما احتلت الفقرة العاشرة والتي تنص على "أتعامل مع طلبتي على أنهم المرجع الأساسي لما يريدونه" بمتوسط حسابي (3.63) ونسبة مئوية بلغت (72.53%). ويعزو الباحث سبب ذلك بأن مدرس التربية الرياضية الذي يؤمن بالمذهب البراجماتي بالابتعاد عن طرق التعليم التقليدية وأن يحرص على مشاركة الطلاب حسب رغباتهم وميولهم وإتاحة المجال لقدراتهم، وإعطائهم حقهم في إبداء رأيهم في اتخاذ القرار، وهذا لا يعني أن تترك الحبل على الغالب للطلاب لممارسة ما يرغبونه بدون تخطيط ومتابعة وإشراف من قبل المدرس، لأنهم بالتأكيد لا يمثلون المرجع الأساسي في المواقف التعليمية التعليمية. وكذلك تتفق هذه النتيجة مع ما أورده اليماني (2004) بتمثل دور المعلم البراجماتي في النصح والإرشاد، وتنظيم ظروف الخبرة والإمكانات التي تساعد على تعلم الفرد، والعمل على توفير كل الفرص الممكنة التي تشبع حاجات الطالب وتمكنه من التعبير عن ذاته، وتأكيد حرئته في اتخاذ القرارات.

جدول (9): المتوسط ا سابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لنمط الفلسفة الوجودية

(ن = 75)

الترتيب	النسبة المئوية	الانحراف	المتوسط	الفقرة
6	76.80	0.85	3.84	أهتم باللعب كوسيلة للتعبير عن الذات بدلاً من الاهتمام نتيجة اللعب.
8	62.67	1.11	3.13	أركز في اختياري على الألعاب الرياضية الفردية أكثر

				من الألعاب الجماعية.
7	70.67	0.99	3.53	أعمل على توفير المنافسات الرياضية التي لا تفرض قوانينها على اللاعبين.
5	81.60	0.91	4.08	أتعامل مع طلبتي كأشخاص يتمتعون بالحرية واختيار معالهم بأنفسهم.
3	89.60	0.72	4.48	أعتبر علاقتي الشخصية مع طلبتي ذات أهمية كبيرة.
9	57.87	1.18	2.89	أبتعد في تقييمي عن الاختبارات المقننة والموضوعية.
4	88.53	0.76	4.43	أفضل الابتعاد عن الروتين والتكرار.
1	94.13	0.51	4.71	أوافق على تعاون التربية الرياضية مع المواد الأخرى من أجل التربية المتكاملة.
2	89.87	0.64	4.49	أعمل على توفير مثيرات متنوعة لإثارة تفكير الطلبة.
	79.08	0.49	3.95	نمط الفلسفة الوجودية

يبين الجدول (9) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات نمط الفلسفة الوجودية. وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة الثامنة والتي تنص على "أوافق على تعاون التربية الرياضية مع المواد الأخرى من أجل التربية المتكاملة" قد احتلت المرتبة الأولى بين فقرات المجال بمتوسط حسابي (4.71) ونسبة مئوية بلغت (94.13%)، وتوصل الباحث أن التربية المتكاملة يجب أن تشمل النواحي التعليمية والتربوية والنفسية والبدنية التي تعتبر جزءاً أساسياً ومهماً في تكامل المتعلم، إضافة إلى أن مدرس التربية الرياضية هو أقرب المعلمين لقلوب الطلاب وفهم ميولهم ورغباتهم تجاه المواد المختلفة، لذا نرى أن معلم التربية الرياضية يحاول أن يكون دائماً حلقة الوصل بين الطلبة ومعلميهم ويقوم بحل الكثير من مشاكلهم، كما أن التربية الرياضية هي تطبيقات عملية لبعض المواد الأخرى. بينما احتلت الفقرة السادسة والتي تنص على "أبتعد في تقييمي عن الاختبارات المقننة والموضوعية" بمتوسط حسابي (2.89) ونسبة مئوية بلغت (57.87%) في المرتبة الأخيرة.

فقد لاحظ الباحث من خلال هذه الفقرة أن كثيراً من مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لا يعتمدون على الاختبارات المقننة والموضوعية، بل يتم التركيز في العملية التقييمية على الجانب العملي لأداء الطلبة ومشاركاتهم.

ينص السؤال الثالث على "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية تعزى لمتغير الرتبة الأكاديمية؟"

للإجابة على هذا التساؤل فقد استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي. ويوضح الجدولان التاليان نتائج هذا التساؤل.

جدول (10): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأنماط الدراسة تبعاً لمتغير الرتبة

الأكاديمية

النمط	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المثالية	أستاذ	4.16	0.44
	أستاذ مشارك	3.99	0.47
	أستاذ مساعد	4.11	0.40
	مدرس	4.18	0.42
الطبيعية	أستاذ	3.66	0.46
	أستاذ مشارك	3.68	0.50
	أستاذ مساعد	3.90	0.40
	مدرس	3.63	0.37
الواقعية	أستاذ	3.79	0.46
	أستاذ مشارك	3.79	0.51
	أستاذ مساعد	4.06	0.38
	مدرس	3.74	0.45
البرامجائية	أستاذ	4.04	0.49

0.45	4.28	أستاذ مشارك	
0.33	4.40	أستاذ مساعد	
0.41	4.30	مدرس	
0.49	3.86	أستاذ	الوجودية
0.60	3.85	أستاذ مشارك	
0.47	4.01	أستاذ مساعد	
0.42	4.08	مدرس	
0.38	3.90	أستاذ	الفلسفات المختلفة
0.35	3.92	أستاذ مشارك	
0.32	4.10	أستاذ مساعد	
0.31	3.99	مدرس	

يبين الجدول (10) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، حيث يتبين وجود فروق ظاهرية بين هذه المتوسطات من حيث الرتبة الأكاديمية. وللتحقق من مدى معنوية وجوهية هذه الفروق لكل نمط فلسفة سائدة تم استخدام تحليل التباين الأحادي، ويوضح الجدول (11) نتائج التحليل.

جدول (11): نتائج تحليل التباين الأحادي لكل نمط من أنماط الفلسفة السائدة لدى

مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية تبعاً لمتغير الرتبة

الأنماط	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
المثالية	بين المجموعات	0.38	3	0.13	0.68	0.570
	داخل المجموعات	13.17	71	0.19		
	الكلية	13.55	74	-		
الطبيعية	بين المجموعات	0.93	3	0.31	1.66	0.183

		0.19	71	13.21	داخل المجموعات	
		-	74	14.14	الكلية	
0.098	2.18	0.43	3	1.30	بين المجموعات	الواقعية
		0.20	71	14.15	داخل المجموعات	
		-	74	15.46	الكلية	
0.057	2.63	0.47	3	1.40	بين المجموعات	البراجماتية
		0.18	71	12.58	داخل المجموعات	
		-	74	13.98	الكلية	
0.439	0.91	0.22	3	0.67	بين المجموعات	الوجودية
		0.25	71	17.43	داخل المجموعات	
		-	74	18.10	الكلية	
0.274	1.32	0.15	3	0.46	بين المجموعات	الفلسفات المختلفة
		0.12	71	8.31	داخل المجموعات	
		-	74	8.78	الكلية	

يبين الجدول (11) نتائج تحليل التباين الأحادي لكل نمط من أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية تبعاً لمتغير الرتبة الأكاديمية، وقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة لنمط المثالية (0.68) بمستوى (0.570)، وبلغت نمط الطبيعية (1.66) بمستوى دلالة (0.183)، ولنمط الفلسفة الواقعية (2.18) بمستوى دلالة (0.098)، ولنمط البراجماتية (2.63) بمستوى دلالة (0.057)، ولنمط الوجودية (0.91) بمستوى دلالة (0.439)، وبلغت لأنماط الفلسفة المختلفة (1.32) بمستوى دلالة (0.274)، وتعتبر هذه القيم غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى دلالتها أكبر من (0.05) مما يدل على أنها قيمة غير دالة إحصائياً وبذلك فإن الفروق بين متوسطات أنماط الفلسفة السائدة من حيث الرتبة الأكاديمية هي فروق ظاهرية وليست جوهرية من الناحية الإحصائية.



يعزو الباحث لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأنماط الفلسفة السائدة لمدرسي التربية الرياضية تبعاً لمتغير الرتبة إلى تزويدهم بمؤهلات أكاديمية وتربوية متشابهة، علاوة على مرورهم بخبرات طويلة في مجال تدريس التربية الرياضية، وقد لاحظ الباحث خلال خبرته الطويلة في تدريس التربية الرياضية بأن مدرسي التربية الرياضية تجمعهم أفكار فلسفية متقاربة، ويعود ذلك إلى التأهيل والتدريب والممارسة المشتركة.

ويتفق ذلك مع ما أورده (ناصر، 1983) بأن لكل إنسان فلسفة ولكل جماعة أو مجتمع أو مؤسسة أو دولة فلسفتها، كما يرى الباحث أن التربية الرياضية تتميز عن غيرها من المواد بتكوين اتجاهات مثل (العمل بروح الفريق، والتعاون، والمشاركة، وتحمل المسؤولية، والتنافس الشريف.... إلخ)، مما يؤدي إلى تطوير وتحسين عملية تدريس التربية الرياضية، ولهذا لم يكن فروق فردية واضحة بينهم، ويؤدي بالتالي إلى نشر القيم والاتجاهات الإيجابية في المجتمع.

ينص السؤال الثالث على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية تعزى لمتغير الجنس؟"

للإجابة على هذا التساؤل فقد استخدم اختبار (ت). ويوضح الجدول (12) نتائج هذا التساؤل.

جدول (12): المتوسطات ا سائبة والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ا سوية لكل نمط من أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية تبعاً لمتغير الجنس

الأنماط	الجنس	المتوسط ا سائي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
المثالية	ذكر	4.08	0.40	1.67	0.097	غير دال
	أنثى	4.29	0.52			
الطبيعية	ذكر	3.73	0.46	0.082	0.935	غير دال

			0.35	3.74	أنثى	
غير دال	0.690	0.400	0.44	3.85	ذكر	الواقعية
			0.54	3.91	أنثى	
غير دال	0.141	1.48	0.43	4.23	ذكر	البراجماتية
			0.44	4.42	أنثى	
غير دال	0.144	1.47	0.47	3.92	ذكر	الوجودية
			0.59	4.14	أنثى	
غير دال	0.184	1.34	0.33	3.96	ذكر	الفلسفات المختلفة
			0.41	4.10	أنثى	

يبين الجدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لكل نمط من أنماط الفلسفة السائدة لدى مدرسي التربية الرياضية في الجامعات الأردنية تبعاً لمتغير الجنس، وقد كانت قيمة (ت) المحسوبة لنمط المثالية (1.67) بمستوى (0.097) وبلغت لنمط الطبيعية (0.082) بمستوى دلالة (0.935) ولنمط الفلسفة الواقعية (0.40) بمستوى دلالة (0.690) ولنمط البراجماتية (1.48) بمستوى دلالة (0.141) ولنمط الوجودية (1.47) بمستوى دلالة (0.144) وبلغت لأنماط الفلسفة المختلفة (1.34) بمستوى دلالة (0.184) وتعتبر هذه القيم غير دالة إحصائياً وبذلك الفروق بين الذكور والإناث على جميع الأنماط غير دالة من الناحية الإحصائية.

يفسر الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس، إلى تزويدهم بمؤهلات أكاديمية وتربوية متشابهة علاوة على مرورهم بخبرات طويلة في مجال تدريس التربية الرياضية، وقد لاحظ الباحث خلال خبرته الطويلة في تدريس هذه المادة أن مدرسي التربية الرياضية تجمعهم أفكار فلسفية متقاربة، سواء كانوا ذكوراً أم إناثاً، ويعود ذلك إلى التأهيل والتدريب والممارسة المشتركة.

ويتفق ذلك ما أورده (ناصر، 1983) بأن لكل إنسان فلسفة ولكل جماعة أو مجتمع أو مؤسسة أو دولة فلسفتها، كما يرى الباحث أن التربية الرياضية تتميز عن غيرها من المواد بتكوين اتجاهات إيجابية مما يؤدي إلى تطوير وتحسين عملية تدريس التربية الرياضية، ولهذا لم يكن هناك فروق فردية واضحة بينهم، ويؤدي بالتالي إلى نشر القيم والاتجاهات الإيجابية في المجتمع.

### التوصيات :

- في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث، يوصي الباحث بالآتي:
1. استخدام أساليب وطرائق تدريسية متنوعة للأنشطة الرياضية المختلفة.
  2. النظر بالتساوي بين مدرسي التربية الرياضية ذكوراً وإناثاً.
  3. الاستفادة من نتائج البحث في إجراء دراسات لاحقة تتناول فلسفة العاملين في حقل التربية الرياضية.

### قائمة المراجع باللغة العربية واللغة الأجنبية :

- إسماعيل (2007). أسس فلسفة التربية الرياضية على ضوء فهم أفراد المجتمع العراقي، أطروحة دكتوراه منشورة، العراق.
- تشارمز، ترجمة معوض وكمال صالح (1964). أسس التربية البدنية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- حسن، قاسم وآخرون (1979). نظريات التربية الرياضية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، بغداد، العراق.
- الخطيب، منذر هاشم، والمشهداني، عبد الله إبراهيم (1989). الفلسفة الرياضية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، بغداد، العراق.
- إبراهيم، والحيارى، حسن (1978). التربية الرياضية وجذورها الفلسفية، دار الأمل للنشر، عمان، الأردن.

- السراج، فؤاد (1986). فلسفة التربية الرياضية، دار ابن الأثير للنشر، الموصل، جامعة الموصل.
- الكندري، جاسم، والعبد الغفور، محمد وآخرون (1999). مبادئ التربية، مطابع الشروق، الكويت.
- محمد، مصطفى، وعبد المنعم، محمد (2007). فلسفة التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ناصر، إبراهيم (1983). مقدمة في التربية: مدخل إلى التربية، عمان، الأردن.
- اليماني، عبد الكريم (2004). فلسفة التربية، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

- Baley, J. and Field, A. **“Physical Education and the Physical Educator”** Allyn and Bacon. Inc. Boston, 1976, p. 242.
- Davis, E.C. **“Philosophy Fashion”** WM. C. Brown, Co. Iowa, 1963.
- Freeman, W. **Physical Education in Changing Society** Houghton Mifflin Co. Boston, 1977, p. 139.
- Kneller, G. **“Introduction to the Philosophy of Education”** 2<sup>nd</sup>. ed. J. Wiley and Sons, Inc. N.Y. 1971, p. 80-84.
- J.P. **“Existentialism”**, Philosophic Library, N.Y. 1947, p. 18.
- **Oxford English Dictionary**, Oxford University Oxford, 1971.
- Thomas, E.C. **“Sport in A Philosophic Context”**, Lea and Febiger, Phil, 1983, p. 33.
- Webster, R. **Philosophy of Physical Education**, W.M.C. Brown, Dubuque, IW., 1969.
- Zbigniew Krawczyk, **Filozofia I Socjologia Kultury fizycznej**. Warszawa, 19974, ss. 211-212.
- Zeigler , E. **Philosophical Foundation for Physical, Health and Recreation Education** prentice Hall. Inglewood ciffs, N.J., 1964.

## اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية

## لموظفات كلية إربد الجامعية للبنات

- مدرس جامعة البلقاء التطبيقية

1. ساعة صالح عبيدات

- أستاذ مشارك جامعة البلقاء التطبيقية

د. ناجح محمد الذيابات

## الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية إربد الجامعية، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بتصميم استبانة تكونت من (39) فقرة شملت "اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى الموظفات في كلية إربد الجامعة" وتم توزيعها على عينة الدراسة البالغ عددها (103) موظفات في كلية إربد الجامعية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة أظهرت النتائج التالية: وجود مستوى متوسط في معرفة اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) على المتغير (المؤهل العلمي) ولصالح الفئة (بكالوريوس)، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) على مستوى اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي)، واقترح الباحثان مجموعة من التوصيات من أبرزها: ضرورة زيادة الوعي عن اللياقة البدنية ونشر المعلومات عن أهميتها بالنسبة لصحة الفرد (الاجتماعية، والنفسية، والمهارية)، عقد دورات تدريبية تساهم في رفع مستوى اللياقة البدنية بين الموظفين. الكلمات المفتاحية: (المستوى المعرفي، اللياقة البدنية، موظفات كلية إربد الجامعية).

## Résumé :

Tester le niveau de connaissance de la condition physique chez les employées du collège universitaire d'Irbid.

Cette étude vise à identifier le test de niveau de connaissance dans la condition physique du collège universitaire d'Irbid. Afin d'attendre les objectifs de l'étude, les chercheurs ont conçu un questionnaire qui comprend (39) paragraphes y compris : « tester le niveau de connaissance de la condition physique chez les employées du collège universitaire de Irbid ».

Elle a été distribuée a un échantillon compose de (103) employé masculin et féminins au collège, dont les membres ont été choisis au hasard parmi la population de l'étude. Après avoir effectué les opérations statistiques nécessaires, les résultats ont montré : l'existence d'un niveau intermédiaire a connaitre la condition physique des employés du collège universitaire de Irbid, la présence de différences statistiquement significatives au niveau de ( $\alpha=0.05$ ) sur le variable de (qualification scientifique) pour la faveur de BA et des études supérieurs, et l'absence de différences statistiquement significatives au niveau de ( $\alpha=0.05$ ) au niveau de la condition physique dépend des autres variables personnelles (nombre d'années d'expérience et titre d'emploi).

Le chercheur a proposé un ensemble de recommandations notamment, l'augmentation de la connaissance sur la condition physique, la diffusion d'informations sur son importance et avantages pour la sante sociale, physique et compétente de l'individu et de la formation et enfin des cours contribuant à augmenter le niveau de la condition physique chez les employés

Mots-clés : le niveau de la connaissance de la condition physique chez les employées du collège universitaire d'Irbid.

#### **abstract**

#### **Testing the level of knowledge physical fitness among the employees of Irbid University Collage**

This study aimed to identify the test of knowledge level in the physical fitness for the employees of Irbid University Collage. To achieve the objectives of the study, the researcher designed a questionnaire which consisted of (39) items including "testing the level of knowledge in physical fitness among the employees of Irbid University Collage". It was distributed to a sample consisting of (103) male and female employees at the college, whose members have been randomly selected from the population of the study. After conducting the necessary statistical operations, the results showed: the existence of an intermediate level in knowing the physical fitness of the employees of Irbid University Collage, the presence of statistically significant differences at the level of ( $\alpha = 0.05$ ) on the variable of (scientific qualification) for the favor of (BA and Graduate study), and the absence of statistically significant differences at the level of ( $\alpha = 0.05$ ) at the level of physical fitness depending on the other personal variables (number of years of experience and job title). The researcher suggested a group of recommendations, notably: increasing awareness about physical fitness, disseminating information on its importance and benefits for the social , physical and skillful health of the individual and finally holding training courses contributing to raising the level of physical fitness among employees.

Key words: (the level of knowledge, physical fitness, employees of Irbid University Collage).

## مقدمة

إن ممارسة الأنشطة الحركية واللياقة البدنية نشأت منذ نشأة الكون، فلقد مارس الإنسان في العصر الحجري الأنشطة الحركية المختلفة بشكل إجباري للحفاظ على البقاء وهذا هدف فطري غريزي دائم عند الإنسان، فالحضارة الفرعونية اهتمت بالإعداد البدني للأطفال من خلال ألوان متعددة من الأنشطة البدنية وغلب على هذه الأنشطة الطابع العسكري وطابع القوة والمغامرة والتحدي ولقد كانت الأجسام السائدة في ذلك العصر أجسام قوية، فالنظرة إلى أن "العقل السليم في الجسم السليم" ليست جديدة بل قديمة وجدت مع ظهور عصر الحضارة وكانت شعار المدن اليونانية والرومانية القديمة.

وفي العصر الحديث وخاصة بعد الثورة الصناعية تعقدت مظاهر المجتمع وتشابكت وكثرت الأعباء على الأفراد مما دعا علماء التربية والـاجتماع والصحة والتربية الرياضية وعلم النفس والطب الرياضي إلى النداء بتوصيات وذلك للاهتمام بالجسم كواسطة لمواجهة أعباء هذه الحياة (الرقاد وآخرون، 2007).

وتعد الثقافة الرياضية محركاً للنمو فهي تؤثر في عملية النمو الطبيعية عند الفرد وتشمل النمو العقلي، والهرموني، والأخلاقي، لكن من الضرورة مراعاة وجود توازن بين جميع هذه الأطراف والجوانب، كما إن للثقافة الرياضية علاقات مباشرة مع القوى الإنتاجية في المجتمع حيث تزيد القدرات الإنتاجية. كما ترتبط مع البناء العقدي والسياسي للمجتمع. وتتخلص أهمية العلاقات السابقة للتربية الرياضية في القدرة على التأثير في أفراد المجتمع إيجابياً بدنياً، حركياً والتنمية الشاملة للفرد، وللتعميق من دور الثقافة الرياضية في الظواهر الاجتماعية الأخرى فإن الخطوة الأولى لهذا الدور تتلخص في دراسة وتحليل الأشكال والوظائف التي تبع لها (ماتيفيف، 1991)، (unodeccep2000)، (David, Villavera, 1996).

طراً تطور كبير في العقود الأخيرة على مفهوم الرياضة ومزاولة التمارين الرياضية والحاجة لمزاولة الرياضة من قبل مختلف الأعمار لكلا الجنسين بحيث أصبحت حاجة مطلوبة بل وضرورية للفوائد المختلفة التي تعود على الصحة وخاصة أن موضوع اللياقة البدنية أصبح أمراً مهماً

للأشخاص السليمين والذين يعانون من بعض الأمراض المزمنة حيث تلعب التمارين الرياضية دوراً مهماً في الوقاية والعلاج ( ياسين، 2008).

إن التربية البدنية مأخوذة من التربية العامة الشاملة لأفراد المجتمع، مما يعني إن التربية البدنية عملية تربوية مثلها مثل التربية العامة ويترب على ذلك الشترك في خصائص ومواصفات متشابهة وكذلك استخدامات متشابهة للوسائل والطرق لكن الميزة الحقيقية للتربية البدنية استخدامها للجانب الحركي لتنمية الفرد بدنياً ومهارياً ومن النواحي كافة (وجدي وأحمد، 1994) (الدرهلي، 2001).

### مفهوم المعرفة:

يعرف عبد الباسط (1971) المعرفة بأنها مجموعة من المعاني والمعتقدات والأحكام والمفاهيم والتصورات الفكرية التي تتكون لدى الإنسان نتيجة لمحاوئته المتكررة لفهم الظواهر والأشياء المحيطة. يقترح جيلفورد أن المعرفة تيسر الوعي بالمعلومات أو اكتشافها بشكل مباشر أو إعادة اكتشافها أو التعرف عليها.

ويؤيد فؤاد أبو حطب، سيد عثمان ذلك لكنهم يعقبون بأن المعرفة يجب أن تمتد وتتسع لتشمل عمليات التفكير جميعها.

و تعرف المعرفة وفقاً للقاموس الدولي للتربية بأنها: مصطلح عام يعبر عن العمليات الخاصة بالإدراك، التعرف، التخيل، التقييم، التذكر، التعلم، التفكير، والتي يحصل من خلالها الفرد عن المعلومات والمعارف والفهم الإدراكي أو التفسيري تمييزاً لها عن العمليات النفعالية ( الخولي والعزب، 2009 ).

و يتم ذلك من خلال عمليات العرض واستخدام أساليب التغذية الراجعة بل يجعل عملية التعلم الحركي في حد ذاتها أكثر فاعلية وإيجابية حيث يصبح المتعلم مسؤولاً ومشاركاً إيجابياً بعد أن كان مجرد مستقبل أو مقلد، كما تشير دراسات هؤلاء المتخصصين إلى ان استخدام الوسائل التعليمية يؤدي إلى خفض الفترة الزمنية اللازمة للتعلم مما يسرع بها، فعلا عن الأداء الحركي يصبح أكثر دقة وإتقاناً، الأمر الذي يعود بالنفع على المستوى الرقمي للاعب أو التقدير النهائي للأداء.



**تعريف اللياقة البدنية:**

إن الهدف الأساسي لمهنة علوم الحركة والرياضة، هو الارتقاء والاحتفاظ بمستوى النشاط البدني واللياقة، وهي خطوة أولى مهمة في تطوير نمو حياة صحية، والحديث عن اللياقة البدنية يعني الحديث عن مدلول الإعداد البدني لعملية التدريب الرياضي، وهدف الممارسة أو التدريب الرياضي: هو تنمية العديد من مكونات اللياقة البدنية، والارتفاع بالإمكانات الحركية للأفراد، ابتداءً من سن الناشئين، وحتى مرحلة المستويات العليا، وتعد اللياقة البدنية مطلب وطني لإعداد المواطن القادر على العمل والإنتاج والدفاع عن الوطن، ويعرفها كلارك Clarke "بأنها القدرة على أداء الواجبات اليومية بحوية وبقظة، دون تعب مبرر له، مع توافر جهد كاف للتمتع بهوايات وقت الفراغ، ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة، ويعرفها. (حسانين 1996) "بمدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة".

**ويعرفها فانيار:** هي القدرة على أداء الأعمال التي تتطلبها الحياة اليومية دون التعب المفرط مع الاحتفاظ بفائض احتياطي من الطاقة لمواجهة الطوارئ والتمتع بمواصلة الاشتراك بالنشاط الترويحي (الرقاد وآخرون، 2007).

يختلف مفهوم اللياقة البدنية لدى الرياضي عنه لدى الفرد العادي فعلى الرياضي ليكون قائماً امتلاك القدرة على تحمل الجهد العضلي طويل المدة والتحمل لأداء النشاط الرياضي المطلوب منه، أما مفهوم اللياقة البدنية بالنسبة للشخص العادي فهي المرتبطة بالمقدرة على القيام بأعباء الحياة اليومية بيسر وسهولة مع المقدرة على القيام بالجهد الطارئ عند اللزوم مع المحافظة على صحة جيدة ورضا نفسي بقدر ما هو ممكن (ياسين، 2008).

**أهمية اللياقة البدنية في الأنشطة الرياضية:**

تلعب اللياقة البدنية دوراً أساسياً في ممارسة جميع الأنشطة الرياضية وإجادتها، وتشبه اللياقة العامة بالنسبة للأنشطة الرياضية بأنها أساس البيت الذي يقوم عليه، وإذا كان الأساس متيناً قويا سيبقى البيت صلباً أمام العوامل الخارجية، وإذا كان الأساس ضعيفاً فإن البيت بأكمله معرض للانحيار (الرقاد وآخرون، 2007).

أهمية وفوائد التمرينات: (إسماعيل، 2008)

1. تعتبر التمرينات من أكثر الأنشطة الحركية أمانا وبعدا عن ما قد تسببه ألعاب أخرى من إصابات.
2. الوصول بالفرد إلى القدر الكافي من المهارة الحركية مما يساعد على رفع مستواه في اللعبة التي يزاؤها في مختلف الأنشطة الحركية.
3. تعتبر التمرينات أساسا لأعداد الرياضيين للمواسم الرياضية لما تسهم به في عملية التهيئة البدنية والنفسية وتعد الأفراد لتقبل الجهد المقبل.
4. تسهم في رفع اللياقة البدنية تتناسب وإمكانات أو قدرات الفرد وذلك بتنميتها وتطويرها لأهم الصفات البدنية كالقوة والسرعة والتحمل والمرونة التي تسهم في رفع الكفاية الإنتاجية والمهارية لجميع فئات الشعب المختلفة.
5. وسيلة تعويضية عما تسببه مشاكل العمل المهني، وطريقة المحافظة على الصحة والنمو الشامل المتزن لجميع أجزاء الجسم.
6. لها قيمتها التربوية من حيث تعويد الفرد حسب النظام والدقة في العمل مع الجماعة عندما تؤدي بصورة جماعية وتوقيت واحد.
7. من أهم الوسائل في تربية الجسم وإصلاح العيوب والتشوهات التي تطرأ على الجسم نتيجة الحوادث أو الإصابات وذلك إذا ما أدبت بطريقة صحيحة في أوقات مناسبة ومنتظمة.
8. تساعد على انتفاخ الجسم بالمواد الصالحة الموجودة بالدم نتيجة لقيام كل جهاز من أجهزة الجسم بوظيفته.
9. التنشيط الذهني أو العقلي العصبي وذلك بأداء تمرينات التوافق والدقة التي تحتاج إلى تركيز انتباه عند أدائها.

## الدراسات السابقة:

## أولاً: الدراسات العربية:

1. قام الكراسنة (2010) بدراسة هدفت إلى الكشف عن دور البرامج الرياضية في التلفزيون الأردني في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة المرحلة الثانوية في محافظة إربد، تكونت عينة الدراسة من (1000) طالب وطالبة في المرحلة الثانوية من مدارس مديريات التربية والتعليم في محافظة إربد، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة، وأظهرت نتائج الدراسة أن دور البرامج الرياضية في التلفزيون الأردني في تنمية الثقافة الرياضية لطلاب المرحلة الثانوية من وجهة نظر الطلبة أنفسهم جاء بدرجة متوسطة، وأن آراء طلبة المرحلة الثانوية حول درجة مساعدة البرامج الرياضية في تنمية الثقافة الرياضية لديهم في المجال الاجتماعي والتنافسي والصحي تختلف باختلاف جنس الطالب، وأن آراء طلبة المرحلة الثانوية حول درجة مساعدة البرامج الرياضية في تنمية الثقافة الرياضية لديهم في المجال الثقافي تختلف باختلاف جنس الطالب، وأن آراء طلبة المرحلة الثانوية حول درجة مساعدة البرامج الرياضية في تنمية الثقافة الرياضية لديهم في المجال الاجتماعي، التنافسي، الصحي، الثقافي تختلف باختلاف مكان سكن الطالب، وممارسة الطالب للرياضة، والآراء طلبة المرحلة الثانوية حول درجة مساعدة البرامج الرياضية في تنمية الثقافة الرياضية لديهم في المجالات (الاجتماعي، التنافسي، الصحي) تختلف باختلاف الفرع الأكاديمي، بينما تختلف آراءهم في المجال الثقافي الفرع الأكاديمي، لصالح الفرع الأدبي. وفي ضوء نتائج الدراسة، خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات من أبرزها اهتمام البرامج الرياضية المقدمة عبر التلفزيون الأردني بتعريف الطالب بالقوانين الرياضية للألعاب المختلفة وتعريفهم أيضاً بخطط اللعب في الألعاب الرياضية المختلفة، اهتمام البرامج الرياضية المقدمة عبر التلفزيون الأردني بنقل المباريات الخاصة بالبطولات المدرسية نقلاً مباشراً.
2. قام عطا (2009) بدراسة هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى المستوى المعرفي للثقافة الرياضية عند طلبة الجامعة الأردنية في المجالات الصحية، النفسية والاجتماعية، اللياقة البدنية المعلومات، كذلك إلى الفروق في هذا المستوى تبعاً لمتغير الكلية والجنس. واستخدم

الباحث المنهج الوصفي في إحدى صورة الدراسة المسحية على عينة عشوائية مكونة من (692) طالباً وطالبة من الكليات العلمية والإنسانية الذين لم يدرسوا مساق الرياضة والصحة من خارج كلية التربية الرياضية، وتم وضع مقياس مكون من (50) سؤال موزعة على الاختيار من متعدد والصح والخطأ والمطابقة بعد عرضها على الخبراء المختصين، وأشارت نتائج الدراسة إلى حصول طلبة الجامعة الأردنية على درجة جيدة في البعد الصحي ومتوسط في البعد النفسي والاجتماعي ومنخفض في بعد اللياقة البدنية وضعيف في بعض المعلومات، وإلى تفوق طلبة الكليات العلمية على طلبة كليات الإنسانية وعلى جميع أسئلة المقاييس، وإلى تفوق الإناث على الذكور في بعدي الصحة والنفسي والاجتماعي وإلى تفوق الذكور على الإناث في بعد المعلومات وأوصى الباحث إلى ضرورة الاهتمام بمراجعة الخطط الدراسية وإضافة مواد لها علاقة بالثقافة الرياضية وإلى ضرورة تفعيل دور دائرة النشاط الرياضي في الاهتمام بالبعد النظري والتطبيقي للممارسة الرياضية وتضمين النشرات الجامعية للجوانب المعرفية للثقافة الرياضية.

3. قام أبو زهو (2009) بدراسة هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الممارسة الرياضية على درجة التوافق النفسي للمشاركات بمراكز اللياقة البدنية، وإلى معرفة الفروق في درجة التوافق النفسي تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي العمر، المهنة، الحالة الاجتماعية، الوزن، وتكونت عينة الدراسة من (91) مشاركة من مختلف مراكز اللياقة البدنية في مدينة إربد. وتم استخدام استبيان التوافق النفسي والذي قامت الباحثان ببنائه والمكون من مجالين هما التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي حيث تم تطبيقه على أفراد عينة الدراسة وأخذ قياس قبلي للعينة وقياس بعدي في فترة تعادل 6 أسابيع بين القياسين بعد التأكد من صدقة وثباته واستخدمت المعيارية واختبارات واختبار تحليل التباين واختبار REGW للمقارنات البعدية. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الممارسة الرياضية أدت إلى تحسن دال للتوافق الاجتماعي، وإلى تحسن على الأداة ككل، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة لمجالات الدراسة ممثلة في المؤهل العلمي، المهنة، العمر، الحالة الاجتماعية، وإلى وجود فروق دالة تبعاً لمتغير الوزن على مجال التوافق الشخصي مع الذات ولصالح فئة من 56-60 كغم

عن فئة 61-65 كغم وكذلك فئة 70 كغم فأكثر عن فئة 56-60 كغم، أوصى الباحث إلى ضرورة الاهتمام بالممارسة الرياضية لما لها من دور كبير في تحسين الحالة النفسية فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي.

### ثانياً: الدراسات الأجنبية:

1. وأجرى كينغهام (Cunningham, 2003) دراسة هدفت إلى التعرف على التغطية الإعلامية للرياضة النسوية وبالأخص التغطية الإلكترونية وأثرها على الرياضة النسوية الجامعية على شبكة الإنترنت، وكانت عينة الدراسة المدارس التعليمية في الولايات المتحدة الأمريكية وتم اختيار العينة بالطريقة الطبقية حيث تم اختيار (8) مناطق عشوائياً ومنها أخذ (5) مدارس عشوائياً ثم اختار (35) موقعاً للانترنت من المواقع الخاصة بالشبكة الإخبارية (NCAA). أشارت نتائج الدراسة إلى أنه يوجد فروق دالة إحصائية يوفر المعلومات التي تدعم الرياضة النسوية وتلك التي تدعم رياضة الذكور على موقع الإنترنت. وأيضاً توصلت نتائج الدراسة إلى أن رياضة التنس النسائي كانت أطول من التغطية الإعلامية لنفس الرياضة الخاصة بالذكور.
2. أجرى مارتين (Martine, 2000) دراسة هدفت إلى التعرف على أثر الإعلام في تشكيل المفاهيم الذاتية الرياضية النسائية وكانت عينة الدراسة مقتصرة على أربع نساء مشاركات بالرياضات المشتركة مع الذكور حيث استخدم أسلوب المقابلة، وأظهرت الدراسة من خلال آراء الفتيات الأربعة عدم الاهتمام بالرياضة النسائية وأن الإعلام لم يغطي تلك الرياضة بشكل صحيح وأن الذكور هم المسيطرون ويجب العناية بالرياضة النسائية.
3. قام دوزير (Dozier, 2000) بدراسة طويلة للمشاركات الرياضية النسائية خلال (25) سنة الماضية، حيث لاحظ ازدياد عدد المشاركات النسائية في الرياضة قد تضاعفت في السنوات السابقة حيث كان في عام 1972، (2.1) فرق نسائي في كل جامعة ثم زاد لكي يصل إلى (5.6) في عام 1978، وفي عام 1990 زاد ليصل (7.2). وكان عدد الكليات التي توفر الرياضة للإناث عام 1972 (28) كلية وفي عام 1985 ارتفع إلى (825) معهد مما أدى إلى زيادة فرصة المشاركة الرياضية للمرأة ونتيجة لذلك تدعو الدراسة

إلى أهمية تطوير التغطية الإعلامية في هذا الميدان حيث حظت الدراسة ضعف وسائل الإعلام وتقصيرها في تغطية المشاركات الرياضية الخاصة بالمرأة.

### مشكلة الدراسة:

تعتبر المعرفة الرياضية في مجال اللياقة البدنية من الأمور الهامة لموظفات كلية بنات أربد الجامعية لما لها من تأثير واضح على معرفة الطرق والأساليب والأسس التي تبني عليها المعرفة في مجال اللياقة البدنية، واللياقة البدنية تعني سلامة البدن وكفأته للقيام بالأعمال في حياة الفرد العادية دون ظهور حالات الإرهاق وأن يبقى لديه من الطاقة ما يمكنه من الاستمتاع بممارسة الأنشطة الترويحية، واللياقة البدنية جزء من اللياقة العامة أو الشاملة التي تضم اللياقة العقلية والنفسية والاجتماعية، ومن خلال خبرة الباحثان في الجامعة وجدوا بان هناك قصور كبير في فهم أهمية الأنشطة الرياضية وأهميتها للإنسان، وتعد مشكلة البحث من أبرز المشاكل التي تواجه المرأة الأردنية كونها تعرف أهمية الرياضة في حياتها المنزلية او العملية وان كانت على ثقافة معينة كونها من مجتمع محافظ لهذا جاءت هذه الدراسة لتبين لنا المستوى المعرفي للياقة البدنية لموظفات كلية بنات أربد اللواتي ليعرفن ادنى مستويات فوائد اللياقة البدنية.

### أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية؟

السؤال الثاني: هل يختلف المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية؟

### أهمية الدراسة:

تكمن أهمية اللياقة البدنية في ارتباطها المباشر بصحة الإنسان وشخصيته حيث ذكر الربضي (2001) إلى أن الاهتمام باللياقة البدنية أصبح هدفاً قومياً ووطنياً في كثير من دول العالم مما دعا أجهزة المعنية بذلك إلى نشر المفاهيم النظرية والعلمية للياقة البدنية، والمعرفة الرياضية هي المجال الذي يتضمن المفاهيم والمبادئ التي تهدف إلى تنمية المعلومات والمهارات المرتبطة بالجانب البدني والصحي وقواعد اللعب وغيره حيث يؤكد أمين الخولي (2005) نقلاً عن ويست، بوتشر (Wuset& Bucher) بأن التربية البدنية هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك

وقد تناول ويست، بوتشر هذا التعريف بالتحليل إلى أن التربية البدنية والرياضية تشتمل على اكتساب وصقل المهارات الحركية وتنمية اللياقة البدنية والمحافظة عليها من أجل أفضل مستوى صحي ومن خلال حياة طيبة واكتساب المعارف وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني. ومن هنا تأتي أهمية البحث والحاجة إلى تنمية المعرفة والثقافة لدى موظفات كلية بنات أربد للنهوض بمستواهن المعرفي والجسدي على حد سواء للقيام بإعمالهن بيسر وسهولة لدى العاملات في كلية بنات أربد وعن أهمية اللياقة البدنية وممارسة الأنشطة البدنية لما لهذه الرياضة من فوائد قد تعود بالنفع على حياتهن الاجتماعية والمهنية.

#### أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية أربد الجامعية للبنات.

#### حدود الدراسة:

- **الحد المكاني:** تم تطبيق هذه الدراسة في كلية أربد الجامعية للبنات جامعة البلقاء التطبيقية.

- **الحد الزمني:** تم تطبيق هذه الدراسة في الفترة الواقعة ما بين (5/27\_ 5/2) (2012/).

- **الحد البشري:** تقتصر عينة الدراسة على الموظفات في كلية أربد الجامعية للبنات جامعة البلقاء التطبيقية.

#### مصطلحات الدراسة:

1- المستوى المعرفي: هي التعبير الشامل لعمليات الإدراك، اكتشاف، التعرف، التمثيل، الحكم، التعلم، التفكير، والتي يستطيع الفرد من خلالها أن يحصل على المعارف والفهم الإدراكي، والتوضيح أو التفسير تميزاً لها عن العمليات النفعالية (حسانين، 1999).

2- اختبار: هو أسلوب للتقدير يمدنا بتقديرات أو درجات، نتيجة لتطبيق طرق توصف بدقة (حسانين 2004).

3- اللياقة البدنية: هي كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة، وهي القاعدة التي تبنى عليها اللياقة البدنية الخاصة، وهي تهدف إلى تنمية المكونات الأساسية كالقوة والسرعة، والتحمل والرشاقة (حسانين 2004).

**منهجية الدراسة:** تم استخدام المنهج الوصفي المسحي الشامل الكلي نظراً لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

**مجتمع الدراسة:** تكون مجتمع الدراسة من (123) موظفة من كلية أربد الجامعية واستبعد (20) من مجتمع الدراسة كونهم عينة استطلاعية ليصبحوا (103).

**عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة [اصلية من (103) موظفات في كلية اربد الجامعية تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة، والجدول (1) يوضح توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية.

**جدول (1) : توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية**

المتغيرات	الفئة	التكرار	النسبة المئوية
المؤهل العلمي	ثانوية فأقل	2	1.9
	دبلوم	25	24.3
	بكالوريوس	37	35.9
	دراسات عليا	39	37.9
	المجموع	103	100.0
عدد سنوات الخبرة	5 سنوات فأقل	32	31.1
	6-10 سنوات	31	30.1
	أكثر من 10 سنوات	40	38.8
	المجموع	103	100.0
المسمى الوظيفي	الإداري	67	65.0
	الهيئة التدريسية	36	35.0
	المجموع	103	100.0



**أداة الدراسة:**

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان ببناء استبانته، تهدف إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية، وبعد الإطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة، وبناءً على ذلك تم تحديد مجال أداة الدراسة، وتم صياغة فقرات الاستبانة.

**مدق أداة الدراسة:**

تم التحقق من دقة صدق محتوى أداة الدراسة من خلال عرضها على عدد من المحكمين من ذوي الاختصاص في كليات التربية الرياضية في جامعة اليرموك والأردنية. بلغ عددهم (8)، وطلب منهم إبداء الرأي حول سلامة الصياغة اللغوية للفقرات، ووضوحها من حيث المعنى وسهولة الفهم، ومدى انتمائها للمجال الذي أدرجت فيه، وأي ملاحظات أو تعديلات يرونها مناسبة. واعتمد الباحثان ما نسبته (80%) فأكثر من إجماع المحكمين لقبول الفقرة أو رفضها، وبناءً على ذلك فقد تم تعديل بعض فقرات الاستبانة لتصبح الاستبانة في صورتها النهائية مكونة من قسمين: القسم الأول: اشتمل المعلومات الشخصية لأفراد عينة الدراسة، والقسم الثاني: اشتمل على (39) فقرة موزعة على مجال واحد لقياس المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية.

**ثبات أداة الدراسة:**

تم إيجاد ثبات أداة الدراسة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test Retest) من خلال تطبيقها على عينة استطلاعية مكونة (20) موظفة من كلية إربد الجامعية، وأعيد تطبيقها على نفس العينة بعد فاصل زمني مدته أسبوعان، وتم حساب قيم معاملات الثبات، والتساق الداخلي للمجالات، والاستبانة ككل، باستخدام معامل (ارتباط بيرسون) ومعادلة (كرونباخ ألفا) وهي قيمة مرتفعة ومقبولة لأغراض تطبيق الدراسة.

**طريقة التصحيح:**

تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من (39) فقرة، يضع المستجيب إشارة (x) أمام كل فقرة لبيان مدى تطابق ما يرد في الفقرة مع قناعاته الشخصية، وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي، وهي: موافق بشدة (5) درجات، موافق (4) درجات، محايد (3) درجات، غير موافق (2) درجة، غير موافق بشدة (1) درجة، وقد تم تصنيف المتوسطات الحسابية على النحو التالي:

- أقل من 2.33 منخفضة.

- من 2.33-3.66 متوسطة.

- أعلى من 3.66 مرتفعة.

**إجراءات تنفيذ الدراسة:**

لغايات تحقيق أهداف الدراسة تم إتباع الإجراءات والخطوات التالية:

- قام الباحثان بالإطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة ذات العلاقة، ثم قام بتصميم أداة الدراسة واستخراج دقات صدقها وثباتها.
- قام الباحثان بتحديد مجتمع الدراسة ومن ثم اختيار عينة ممثلة لمجتمع الدراسة بالطريقة العشوائية.
- قام الباحثان بتوزيع أداة الدراسة على أفراد العينة لغايات جمع البيانات، وتم توضيح طريقة الإجابة، وبيان جميع المعلومات المتعلقة بذلك، والتأكيد لأفراد العينة على أن استجاباتهم على أداة الدراسة لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.
- قام الباحثان بجمع استبانات من أفراد عينة الدراسة، والتأكد من صلاحيتها لأغراض التحليل الإحصائي، وتم استخدام برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الإنسانية (SPSS) للمعالجات الإحصائية استخراج النتائج والإجابة عن أسئلة الدراسة.

**متغيرات الدراسة:** اشتملت الدراسة على المتغيرات التالية:

**أولاً: المتغيرات المستقلة:**

- **المؤهل العلمي:** وله أربع فئات (ثانوية فأقل، دبلوم، بكالوريوس، دراسات عليا).
- **عدد سنوات الخبرة:** ولها ثلاث فئات (5 سنوات فأقل، 6-10 سنوات، أكثر من 10 سنوات).

- **المسمى الوظيفي:** ولها فئتان (موظف إداري، الهيئة التدريسية).

**ثانياً: المتغير التابع:**

- المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية.

**المعالجة الإحصائية:**

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسطات الحسابية و[] انحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن جميع أبعاد أداة الدراسة.
- اختبار التحليل التباين (3- Way ANOVA).
- ومعامل [] ارتباط كرونباخ ألفا لقياس ثبات أداة الدراسة.
- واستخراج التكرارات والنسب المئوية للمتغيرات الشخصية.

**عرض النتائج ومناقشتها:**

**أولاً: النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول:**

**السؤال الأول:** ما مستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية و[] انحرافات المعيارية لفقرات

المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقياس مستوى المعرفة في  
اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	اللياقة البدنية تعني كفاءة الفرد في القدرة على مواجهة متطلبات الحياة	2.92	1.45	16	متوسطة
2	تهدف اللياقة البدنية إلى تنمية عناصر اللياقة البدنية	2.87	1.38	19	متوسطة
3	اللياقة البدنية هي القدرة على أداء الأعمال التي تتطلبها الحياة اليومية دون التعب	3.09	0.58	8	متوسطة
4	اللياقة البدنية هي المحافظة على الجسم سليماً صحيحاً خالياً من الأمراض	2.86	0.49	23	متوسطة
5	تزيد اللياقة البدنية من قدرة الفرد على أداء حركات بمدى واسع في جميع المفاصل	2.87	1.43	19	متوسطة
6	تزيد اللياقة البدنية من قوة العضلات	2.87	1.38	19	متوسطة
7	تقوي اللياقة البدنية التوافق العضلي العصبي	2.88	1.43	18	متوسطة
8	تعمل اللياقة البدنية على التناسق في الأداء الحركي	2.87	1.38	19	متوسطة
9	تساعد اللياقة البدنية على تحسين أداء عضلة القلب	2.92	1.45	16	متوسطة
10	تزيد اللياقة البدنية من عدد ضربات القلب	2.79	1.40	27	متوسطة
11	تؤثر اللياقة البدنية على زيادة ضغط الدم	3.00	1.49	11	متوسطة
12	تؤثر البيئة على اللياقة البدنية	2.39	1.26	36	متوسطة
13	الإحماء ضروري قبل النشاط الرياضي	2.70	1.43	30	متوسطة
14	اللياقة البدنية تجعل من الشخص قوي والجسم قادر على تحمل كل شيء	3.04	1.52	10	متوسطة
15	اللياقة البدنية تعني أن أتحمل عبء فوق طاقتي	3.16	1.48	7	متوسطة

متوسطة	6	1.39	3.17	يحتاج الجسم إلى فترة كبيرة لإكسابه اللياقة البدنية	16
متوسطة	31	1.22	2.59	تتطور اللياقة البدنية للشخص بوجود دافع لديه لتنمية هذه اللياقة	17
متوسطة	3	1.26	3.33	الوعي الثقافي والصحي لدور اللياقة يعتبر شرط من شروط اللياقة البدنية	18
متوسطة	28	1.28	2.74	تنوع اللياقة البدنية يساعد في نمو الجسم بشكل أسرع	19
متوسطة	25	1.31	2.83	التمارين في اللياقة البدنية تساعد في تقوية النواحي العضوية والحيوية لخلق صفات حركية أساسية للإنجاز الكبير	20
متوسطة	12	1.24	2.98	التمارين المسلية والمشوقة في اللياقة البدنية تساعد في إصراري على أداء تمارين اللياقة البدنية	21
متوسطة	30	1.40	2.70	المدرّب يساعد في التطوير المعرفي حول أهمية اللياقة البدنية	22
متوسطة	2	1.23	3.57	المواهب الفنية والقدرات البدنية تساعد على تنمية المعرفة لدي وتجعلني أثق بنفسني	23
متوسطة	29	1.42	2.73	المعرفة تيسر الوعي بالمعلومات واكتشافها ينمي القدرات لدي عند ممارسة اللياقة البدنية	24
متوسطة	25	1.36	2.83	الثقافة الرياضية محرك لنمو العملية الطبيعية عند الفرد مثل النمو العقلي والعاطفي	25
منخفضة	39	1.01	2.18	الثقافة الرياضية تشكل قيمة مادية روحانية عند الفرد تساعد في تطويرها بشكل أسرع	26
متوسطة	35	1.39	2.42	عوامل القوة ضرورية لحسن المظهر وتأدية المهارات	27
متوسطة	33	1.42	2.56	التحمل العضلي يساعد اللاعب على الأداء	28

				الحركي والتغلب على التعب لأطول فترة ممكنة	
متوسطة	14	1.38	2.97	اللياقة البدنية تعمل على زيادة قدرة الفرد على سرعة رد الفعل بين ظهور مثير معين وبدء استجابة الحركية	29
مرتفعة	1	1.32	3.68	تمارين اللياقة البدنية تزيد من قوة ونشاط عضلة القلب	30
متوسطة	12	1.43	2.98	ربما تقوم اللياقة البدنية بتكوين عادات خاطئة وغير صحية	31
متوسطة	5	1.34	3.20	تحتاج اللياقة البدنية لفترة من الوقت ليظهر تأثيرها على الجسد	32
متوسطة	37	1.18	2.36	تصحيح أوضاع القوام الخاطئة وإكساب الفرد المظهر السليم	33
متوسطة	15	1.45	2.94	تعمل اللياقة البدنية على تنمية الصفات القيادية الحكيمة	34
متوسطة	38	1.32	2.34	تعمل اللياقة البدنية على زيادة كفاءة الفرد الإنتاجية في الجهد المبذول في الأعمال البدنية والعقلية	35
متوسطة	4	1.40	3.23	تستطيع اللياقة البدنية تحسين مقدرة الفرد على استرخاء والتحكيم في تقليل التوتر العضلي	36
متوسطة	33	0.82	2.56	زيادة قدرة الفرد على مقاومة الأمراض سواء المعدية أو المزمنة	37
متوسطة	9	1.06	3.06	تمكن اللياقة البدنية القدرة على أداء الحركات لدى كبير دون حدوث تمزق في الأربطة والعضلات	38
متوسطة	23	1.25	2.86	احتفاظ بشكل الجسم وثباته دون حدوث تأثيرات سلبية	39
متوسطة	-	0.38	2.87	المجال ككل	

يظهر من جدول (3) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (2.18-3.68)، كان أعلاها للفقرة رقم (1) والتي تنص على " تمارين اللياقة البدنية تزيد من قوة ونشاط عضلة القلب " ، وبالمرتبة الثانية الفقرة رقم (23) والتي تنص على "المواهب الفنية والقدرات البدنية تساعد على تنمية المعرفة لدي وتجعلني أثق بنفسي" بمتوسط حسابي بلغ (3.57)، وبالمرتبة الثالثة الفقرة رقم (18) والتي تنص على " الوعي الثقافي والصحي لدور اللياقة يعتبر شرط من شروط اللياقة البدنية" بمتوسط حسابي بلغ (3.33)، وبالمرتبة الأخيرة الفقرة رقم (26) وتنص على "الثقافة الرياضية تشكل قيمة مادية روحانية عند الفرد تساعده في تطويرها بشكل أسرع" بدرجة منخفضة، وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (2.87) وهي بدرجة متوسطة.

**النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني: هل يختلف المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقياس مستوى المعرفة في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية تبعاً للمتغيرات (المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي)، وتم تطبيق تحليل التباين الثلاثي (3-Way AVOVA) للكشف عن الفروق في مستوى المعرفة في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد تبعاً للمتغيرات الشخصية وفيما يلي عرض النتائج:

**جدول رقم (4) نتائج تحليل التباين الثلاثي والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقياس مستوى المعرفة في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية تبعاً للمتغيرات**

المتغيرات الشخصية	الفئة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة (F)	الدالة الإحصائية
المؤهل العلمي	ثانوية فأقل	2.04	0.09	4.286	0.00
	دبلوم	2.87	0.53		
	بكالوريوس	2.88	0.36		
	دراسات عليا	2.74	0.14		

0.40	0.922	0.38	2.82	5 سنوات فأقل	عدد سنوات الخبرة
		0.15	2.72	6-10 سنوات	
		0.47	2.85	أكثر من 10 سنوات	
0.38	0.753	0.43	2.83	الإداري	المسمى الوظيفي
		0.20	2.76	الهيئة التدريسية	

يظهر من الجدول (4) أن هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) على المتغير (المؤهل العلمي) ولصالح الفئة (بكالوريوس) وللكشف عن مواقع هذه الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) جدول (5) يوضح ذلك. ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) على مستوى اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي).

جدول (5) نتائج تطبيق اختبار (scheffe) للكشف عن الفروق على متغير المؤهل

#### العلمي

دراسات عليا	بكالوريوس	دبلوم	ثانوية فأقل	المتوسط الحسابي	المستوى
0.07	*0.84	*0.83	-	2.04	ثانوية فأقل
0.13	0.01	-		2.87	دبلوم
0.14	-			2.88	بكالوريوس
-				2.74	دراسات عليا

\*الفروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 = \alpha$ ).

يظهر من لجدول أن مواقع الفروق كانت بين الفئة المؤهل اعلمي (ثانوية فأقل) وكل من الفئتين (دبلوم، بكالوريوس) حيث بلغ المتوسط الحسابي لفئة (الثانوية فأقل) (2.04) بينما بلغ لفتتي الدبلوم والبكالوريوس (2.87) (2.88) على التوالي.



**مناقشة النتائج:**

**مناقشة السؤال الأول: ما مستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية؟**

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: أن المتوسطات الحسابية كان أعلاها للفقرة التي تنص على " تمارين اللياقة البدنية تزيد من قوة ونشاط عضلة القلب"، وبالمرتبة الثانية الفقرة التي تنص على "المواهب الفنية والقدرات البدنية تساعد على تنمية المعرفة لدي وتجعلني أثق بنفسي"، وبالمرتبة الثالثة الفقرة التي تنص على " الوعي الثقافي والـحـي لدور اللياقة يعتبر شرط من شروط اللياقة البدنية"، وبالمرتبة الأخيرة التي تنص على "الثقافة الرياضية تشكل قيمة مادية روحانية عند الفرد تساعده في تطويرها بشكل أسرع" وهي بدرجة متوسطة ويعود السبب في ذلك إلى أن مستوى المعرفة في اللياقة البدنية لقي اهتمام الموظفين بشكل جيد التي هدفت إلى تحسين المستوى البدني والمهاري لديهم، وقد اختلفت هذه الدراسة مع دراسة عطا (2009) هدفت إلى التعرف إلى المستوى المعرفي للثقافة الرياضية عند طلبة الجامعة الأردنية في المجالات الـحـية، النفسية والاجتماعية، اللياقة البدنية المعلومات، وأشارت نتائج الدراسة إلى حـول طلبة الجامعة الأردنية على درجة جيدة في البعد الـحـي ومتوسط في البعد النفسي والاجتماعي ومنخفض في بعد اللياقة البدنية.

**مناقشة النتائج المتعلقة السؤال الثاني: هل يختلف المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية؟**

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية على المتغير (المؤهل العلمي) والـحـ الفئـة (بكالوريوس)، ويعود السبب في ذلك إلى معرفتهم الكافية في اللياقة البدنية وما تؤثره عليهم من الناحية النفسية، والجسمية والعقلية والمهارية في أداء أعمالهم،
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي)، اتقت هذه الدراسة مع دراسة أبو زهو (2009) بدراسة هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الممارسة الرياضية على درجة التوافق

النفسي للمشاركات بمراكز اللياقة البدنية، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة لمجالات الدراسة ممثلة في المؤهل العلمي، المهنة، العمر، الحالة الاجتماعي.

#### ملخص النتائج:

- 1- وجود مستوى متوسط في معرفة اللياقة البدنية لدى موظفين كلية إربد الجامعية.
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) على المتغير (المؤهل العلمي) ولصالح الفئة (بكالوريوس).
- 3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) على مستوى اللياقة البدنية تبعاً للمتغيرات الشخصية الأخرى (عدد سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي).

#### التوصيات:

- 1- ضرورة زيادة الوعي عن اللياقة البدنية ونشر المعلومات عن أهميتها بالنسبة لصحة الفرد (الاجتماعية، النفسية، والمهارية).
- 2- عقد دورات تدريبية تساهم في رفع مستوى اللياقة البدنية بين الموظفين.
- 3- إجراء مباريات لياقة بدنية بين الموظفين تزيد حماسهم لممارسة اللياقة البدنية.
- 4- زيادة الدراسات عن اللياقة البدنية وما تؤثره على صحة الإنسان النفسية والاجتماعية والمهارية.

\* قائمة المراجع باللغة العربية و الأجنبية :

- أبو زهو، لبني تأثير الممارسة الرياضية على درجة التوافق النفسي لدى المشاركات في مراكز اللياقة البدنية: رسالة ماجستير، جامعة اليرموك 2009.
- إسماعيل، فتحي المبادئ والأسس العلمية للتمرينات البدنية والعروض الرياضية: ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية 2008.
- حسانين، محمد صبحي، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية: ط3 القاهرة 2009  
حسانين، محمد صبحي القياس والتقويم في التربية الرياضية البدنية والرياضة: ج1، القاهرة :  
دار الفكر العربي. 2004.
- حسانين، محمد صبحي القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية: ط3، ج2، دار  
الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، 1996.
- الحوري محمد. الحصيلة المعرفية العلمية لدى مدربي الكراتية في الأردن: دراسة مسحية  
لمعرفة مستوى المعرفة لدى المدربين، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك 2003.
- خضور، أديب. جريدة الإعلام الرياضي: ط1، دمشق 1994.
- الخولي، أمين العزب ضياء الدين. تكنولوجيا التعليم والتدريب الرياضي: ط1، دار الفكر  
العربي للنشر والتوزيع، القاهرة 2008.
- الدرهمي، جمانة.. الكفايات اللازمة لخريجي التربية الرياضية ودرجة ممارستها من وجهة  
نظر العاملين في المجال الرياضي: رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية 2001.
- دلو، لويس: "الثقافة الفردية وثقافة الجمهور": ترجمة: د. عادل العوا، عويدات - بيروت.
- الربيعي، كاظم والمشهداني عبد الله. كرة القدم للناشئين: جامعة اليرموك، الأردن 1991.
- الرقاد، رائد والضمور، هشام والعوامل، احمد وعثمان، عثمان. الثقافة الرياضية: ط3، دار  
تسليم للنشر والتوزيع، عمان، الأردن 2007.

- السنجلاري محمد. مستوى معرفة معلمي الدراسات الاجتماعية للمرحلة الثانوية لمفاهيم العولمة وتقديرهم لدرجة أهميتها: رسالة ماجستير، كلية التربية والفنون - جامعة اليرموك 2001.
- شموخ، نبيل. المستوى المعرفي في بكرة اليد لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية بمدينة إربد الثانية : أبحاث اليرموك، جامعة اليرموك، إربد 1996.
- شموط، هدى. المستوى المعرفي لدى معلمات التربية الرياضية والطالبات لرأي الإسلام في الرياضة: الجماعة الأردنية كلية التربية الرياضية 2001.
- عطاء، أحمد. قياس المستوى المعرفي للثقافة الرياضية عند طلبة الجامعة الأردنية: مؤتة للبحوث والدراسات، الجامعة الأردنية 2009.
- فيصل رشيد عياش الدليمي، د. أحمد عبد الحق، كرة القدم.
- كراسنة، دراء. دور البرامج الرياضية في التلفزيون الأردني في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة المرحلة الثانوية في محافظة إربد: رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، إربد 2010.
- كونيوف، لونيدي. الرياضة والعلم، ترجمة: سعيد القضماني، مجلة الرياضة والحياة، عدد 33 1978.
- وجددي، سيد وأحمد، هانم. دراسة تحليلية نقدية لبعض مكونات اللياقة البدنية والحركية لتلاميذ وتلميذات بعض الفرق الرياضية المدرسية بالمرحلة الثانوية بدولة البحرين: دراسات، وقائع المؤتمر الرياضي العلمي الثاني، الجزء الثاني 1994.
- ياسين، رمضان. علم النفس الرياضي: ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن 2008.

- Cunningham, G. (2003). **Media Coverage of Women's Sport: A New Look at an Old Problem.** Physical Educator, Vol. 60, No. 2.

- Dozier, W. (2000). Gender, Sport and Media. DAI-A Vol. 60, No. 08

- Lauie. L. H, 1995. **Knowledge of physical education and voluntary coaches in Hong Kong Secondary Schools in Liponskis W. and siusk: W.** Hong Kong.
- Martine, M. (2000). **Learning to Compete Media and Other Influences Forming the Self-Concepts of Four Female.** College Athletes. DAI-A, Vol. 60, No. 09.
- Wohl, A. (1996). **Conception and Range of sport sociology:** In international Review of sport Sociology, Warren: Polona.

### الملاحق

بسم الله الرحمن الرحيم

أختي الموظفة :

يقوم الباحثان بإعداد دراسة بعنوان: "اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لدى موظفات كلية بنات إربد الجامعية"، وتأمل الباحثان الإجابة عن الأسئلة التالية علماً بأن الإجابة لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

الجزء الأول : المتغيرات الشخصية :

- المؤهل العلمي  نوية فأقل  دبلوم

كالوريوس  دراسات عليا

- عدد سنوات الخبرة :  5 وأقل  10 سنوات

أكثر  10 سنوات

- المسمى الوظيفي: .....

الجزء الثاني: يرجى الإجابة على الأسئلة التالية بوضع إشارة (/) بجانب كل عبارة بما يناسبها من إجابة من وجهة نظرك.

الرقم	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق بشدة	غير موافق
1	اللياقة البدنية تعني كفاءة الفرد في مواجهة متطلبات الحياة					
2	تهدف اللياقة البدنية إلى تنمية عناصر اللياقة البدنية					
3	اللياقة البدنية هي القدرة على أداء الأعمال التي تتطلبها الحياة اليومية دون التعب					

					4	اللياقة البدنية هي المحافظة على الجسم سليماً صحيحاً خالياً من الأمراض
					5	تزيد اللياقة البدنية من قدرة الفرد على أداء حركات بمدى واسع في جميع المفاصل
					6	تزيد اللياقة البدنية من قوة العضلات
					7	تقوي اللياقة البدنية التوافق العضلي العصبي
					8	تعمل اللياقة البدنية على التناسق في الأداء الحركي
					9	تساعد اللياقة البدنية على تحسين أداء عضلة القلب
					10	تزيد اللياقة البدنية من عدد ضربات القلب
					11	تزيد اللياقة البدنية من ضغط الدم
					12	تؤثر البيئة على اللياقة البدنية
					13	الإحماء ضروري قبل النشاط الرياضي
					14	اللياقة البدنية تجعل من الشخص القوة وتحمل الجسم لكل شيء
					15	اللياقة البدنية تعني أن أتحمّل عبء فوق طاقتي
					16	يحتاج الجسم إلى فترة كبيرة لإكسابه اللياقة البدنية
					17	تتطور اللياقة البدنية للشخص بوجود دافع لديه لتنمية هذه اللياقة
					18	الوعي الثقافي والصحي لدور اللياقة يعتبر شرط من شروط اللياقة البدنية
					19	تنوع اللياقة البدنية يساعد في نمو الجسم بشكل أسرع
					20	التمارين في اللياقة البدنية تساعد في تقوية النواحي العضوية والحيوية لخلق صفات حركية أساسية للإنجاز الكبير

				21	التمارين المسلية والمشوقة في اللياقة البدنية تساعد في إصراري على أداء تمارين اللياقة البدنية
				22	المدرّب يساعد في التطوير المعرفي حول أهمية اللياقة البدنية
				23	المواهب الفنية والقدرات البدنية تساعد على تنمية المعرفة لدي وتجعلني أثق بنفسني
				24	المعرفة تيسر الوعي بالمعلومات واكتشافها ينمي القدرات لدي عند ممارسة اللياقة البدنية
				25	الثقافة الرياضية محرك لنمو العملية الطبيعية عند الفرد مثل النمو العقلي والعاطفي
				26	الثقافة الرياضية تشكل قيمة مادية روحانية عند الفرد تساعده في تطويرها بشكل أسرع
				27	عوامل القوة ضرورية لحسن المظهر وتأدية المهارات
				28	التحمل العضلي يساعد اللاعب على الأداء الحركي والتغلب على التعب لأطول فترة ممكنة نسبياً
				29	قدرة الفرد على سرعة رد الفعل بين ظهور مشير معين وبدء الاستجابة الحركية
				30	تمارين اللياقة البدنية تزيد من قوة ونشاط عضلة القلب
				31	ربما تقوم اللياقة البدنية تكوين عادات خاطئة وغير صحية
				32	تحتاج اللياقة البدنية لفترة من الوقت ليظهر تأثيرها على الجسد
				33	تصحيح أوضاع القوام الخاطئة وإكساب الفرد المظهر السليم



					34	تعمل اللياقة البدنية على تنمية الصفات القيادية الحكيمة
					35	زيادة كفاءة الفرد الإنتاجية في الجهد المبذول في الأعمال البدنية والعقلية
					36	تحسين مقدرة الفرد على الاسترخاء والتحكيم في تقليل التوتر العضلي
					37	زيادة قدرة الفرد على مقاومة الأمراض سواء المعدية أو المزمنة
					38	تمكن اللياقة البدنية القدرة على أداء الحركات لمدى كبير دون حدوث تتمزق في الأربطة والعضلات
					39	الاحتفاظ بشكل الجسم وثباته دون حدوث تأثيرات سلبية

## أثر ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية

أ. جبوري بن عمر

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة مستغانم

### ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مدى تأثير ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على مستوى التوافق النفسي العام لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وتحديد كذلك أثر كل من متغير نوع النشاط الرياضي (فردى-جماعى) ومتغير العمر التدريبي والمتمثل في عدد سنوات الممارسة (الخبرة). و للوصول لهاته الأهداف استخدم الباحث المنهج الوصفى بالأسلوب المسحي. معتمدا على مقياس لاختبار التوافق النفسي للدكتور "محمود عطية" المقتبس من اختبار كالفورنيا للشخصية. وتضمنت العينة 110 تلميذا من الثانوية الرياضية الوطنية بالبلدية. بعد جمع البيانات وتحليلها توصل الباحث إلى - أن ممارسة الأنشطة الرياضية لها تأثير فعال وإيجابي في تنمية ورفع مستوى التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي لدى التلاميذ. - كما تتميز كل من التلاميذ ذوي الخبرة و التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية بمستوى توافق نفسي عالي مقارنة بالأقل خبرة و ممارسي الأنشطة الفردية.

الكلمات المفتاحية: الأنشطة البدنية والرياضية، التوافق النفسي العام. المراهقة، المرحلة

الثانوية

**Résumé :**

*L'objectif de cette étude est de déterminer l'impact de la pratique des activités physiques et sportives sur l'adaptation psychologique générale chez les élèves lycéens, et déterminer aussi l'impact selon les variantes : le type de l'activité (sport individuel / sport collectif) et l'expérience (le nombre des années de la pratique).pour réaliser ces objectifs le chercheur a utilisé la méthode descriptive, en utilisant le test d'évaluation de degrés de l'adaptation psychologique de Dr 'Mahmoud Atia "pour un échantillon de 110 élèves de lycée sportif national de Blida. Suite aux résultats obtenus, il a été conclu que la pratique des activités sportives a un impact très positif sur l'adaptation psychologique générale des élèves, et que les élèves qui pratiquent les sports collectifs et ceux qui ont une longue expérience ont un degré d'adaptation psychologique plus élevé que chez les pratiquants de sport individuel et les moins d'expérience .*

**Mots clé :** *les activités physiques et sportives, l'adaptation psychologique générale, Adolescence, cycle secondaire*

**Résumé :**

*L'objectif de cette étude est de déterminer l'impact de la pratique des activités physiques et sportives sur l'adaptation psychologique générale chez les élèves lycéens, et déterminer aussi l'impact selon les variantes : le type de l'activité (sport individuel / sport collectif) et l'expérience (le nombre des années de la pratique).pour réaliser ces objectifs le chercheur a utilisé la méthode descriptive, en utilisant le test pour 'Mahmoud Atia "d'évaluation de degrés de l'adaptation psychologique de Dr un échantillon de 110 élèves de lycée sportif national de Blida. Suite aux résultats obtenus, il a été conclu que la pratique des activités sportives a un impact très positif sur l'adaptation psychologique générale des élèves, et que les élèves qui pratiquent les sports collectifs et ceux qui ont une longue expérience ont un degré d'adaptation psychologique plus élevé que chez les pratiquants de sport individuel et les moins d'expérience .*

**Mots clé :** *les activités physiques et sportives, l'adaptation psychologique générale, Adolescence, cycle secondaire*

## مقدمة البحث:

يعد التوافق النفسي العام من المفاهيم الأساسية والمركزية في علم النفس بصفة عامة، وفي مجال الصحة النفسية بصفة خاصة. فمعظم سلوك الفرد هو محاولات من جانبه لتحقيق توافقه إما على المستوى الشخصي أو على المستوى الاجتماعي. ومصطلح التوافق النفسي لم يستقر على تعريف خاص، فقد تنوعت تعاريفه من عدة وجهات. فالتوافق النفسي حسب نظرية التحليل النفسي، نجد أصحاب هذا الاتجاه أمثال "سميث، شوبن وشافر" يرون أن "التوافق يتحقق بإشباع حاجات الفرد ودوافعه. حيث أن التوافق يقلل من التوتر وإعادة الفرد للمستوى المناسب لحياته وفي البيئة التي يعيش فيها". أما التوافق من الناحية الاجتماعية فهو عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد بمعايير المجتمع ولمواصفاته الثقافية". فأصحاب هذا الاتجاه أمثال "جوردن وهنري". يعرفون التوافق بأنه "هو محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة والمرضية مع بيئته". أما أصحاب الاتجاه النفسي الاجتماعي يرون "أن التوافق يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته. فالتوافق هو حالة تكون فيها حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقات منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية" كما أشار إلى ذلك "وولمان wolman". (مصطفى باهي 2006). والإنسان بطبيعة الحال من ولادته إلى نهايته وعبر مختلف مراحل حياته يسعى دائما أثناء نشاطه أن يحصل على حالة إرضاء وإشباع لدوافعه، ولكنه كثيرا ما يصطدم في أدائه بعقبات، أو صعوبات وموانع، وهو بذلك معرض لإحباطات عديدة، تفقده حالة التوازن الانفعالي، لذا على الفرد أن يتعلم كيف يتغلب على الصعوبات. فيجب أن يغير أو يعدل من سلوكه أو طريقة معالجته للمشكلات ليكون أكثر فاعلية في العمل أو التعلم، حتى تتحقق أهدافه ويخفف من حدة التوتر النفسي، وبذلك يستعيد حالة التوازن والانسجام، ويمهد السبل أمام استمرار النمو والحياة وتحقيق التوافق مع الظروف المحيطة والبيئية الاجتماعية. وبما أن مرحلة المراهقة تعد من المراحل الحساسة في حياة الفرد لما يحدث فيها من تغيرات وتحولات فسيولوجية ونفسية، وظهور بعض الصراعات والتوترات لدى المراهق، الأمر الذي أدى بالباحث إلى دراسة موضوع التوافق النفسي لهذه المرحلة العمرية، ومدى تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي للتلاميذ

المراهقين، باعتبار أن النشاط البدني والرياضي حسب دراسة "فارما" 1979، يلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة، فهو مادة علمية وظيفية تساعد الفرد على الإعداد للحياة المتزنة والمتعة. كما تساعده على التكيف مع الجماعة والوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه، ومن خلال أنشطته يدعم العلاقات الودية ويخلق الصداقة بين أفراد الجماعة، كما أنه يساهم في بث الطمأنينة داخل مجتمعه. (من قضايا التربية، ص 6، 1997) وتؤكد كذلك العديد من الدراسات في المجال الرياضي إلى أنه من خلال عمليات التدريب والممارسة المنتظمة للنشاط الرياضي تتحسن قدرات الفرد البدنية وتتطور مهاراته الحركية وكفاءته الخططية وقدراته العقلية وكذلك استعداداته النفسية. ويتفق كل من "مورهاوس Morehouse" و "Miller" ميلر 1971 و "محمد حسن علاوي" 1983 و "محمد حسن أبو عيبة" 1986: على أن ممارسة أي وجه من أوجه النشاط الرياضي المختلفة وبانتظام ولفترات طويلة نسبيا، تكسب الفرد سمات وخصائص وقدرات نفسية معينة تساعد في الوصول إلى المستويات الرياضية العالية (طارق الدين 1986، ص 26).

#### مشكلة البحث:

إن التلميذ في المرحلة الثانوية يكون في مرحلة انتقالية لوجودها بين مرحلة الطفولة والرشد، وفي هذه المرحلة يتم إعداد النشء ليصبح مواطنا صالحا يتحمل مسؤوليات المشاركة في نشاط المجتمع الكبير، وفيها تتكون جوانب مهمة من شخصية الفرد. إلا أنه من خلال خبرة الباحث الميدانية والملاحظة المستمرة والمقابلات التي أجراها مع العديد من مستشاري التوجيه\* بصفتهم المتعاملين مع انشغالات ومشاكل التلميذ النفسية بالمؤسسات التعليمية، لوحظ أن هناك حالات اضطراب سلوكي وعدم الاتزان النفسي لدى التلاميذ، والمتمثل في نوبات الغضب والعنف والقلق المستمر، وحالات التمرد والعصيان وعدم الامتثال للأوامر، ويظهر ذلك بطرق مختلفة كالاعتداءات بالضرب والكلام البذيء، وإتلاف الممتلكات العامة سواء في القسم أو الساحة أو الشارع. ويرجع الكثير من مستشاري التوجيه المدرسي للأسباب الاجتماعية التي تحيط بالتلميذ، كمرافقة أصدقاء السوء أو الجو الأسري السائد كالإهمال وعدم المتابعة للأبناء،

أو التدليل الزائد أو القسوة الزائدة أو الوضع المادي والاقتصادي للأسرة. وهناك أسباب تربوية منها كثرة المواد التعليمية و الحجم الساعي اليومي المكثف، وقلة ممارسة النشاط بكل أنواعه من قبل التلاميذ. حيث أن كل هذه الأسباب تؤدي بالتلميذ إلى سوء توافقه النفسي، وبالتالي سوء توافقه الاجتماعي لمسايرة النظم و المعايير الاجتماعية. لقد أثبتت العديد من الدراسات والبحوث في المجال النفسي والرياضي أن الممارسة الرياضية بمختلف أنشطتها وأنواعها فردية كانت أم جماعية، أنشطة حرة أو تنافسية، تلعب دورا فعالا في تطوير قدرات الفرد البدنية والفكرية والنفسية. كما لها أهمية كبيرة في الوقاية من بعض الأمراض النفسية كالقلق والخوف والاكتئاب والانطواء على الذات، إلى غير ذلك من الاضطرابات السلوكية. حيث نجد أن هذه الأمراض والاضطرابات النفسية والسلوكية تنتشر بكثرة في فترة المراهقة، وبالتالي فإن النشاط الرياضي يتيح للمراهق فرصا للحفاظ على صحته البدنية والنفسية والعمل على تطويرها، كما يفسح له المجال للاحتكاك بالآخرين و اكتساب خبرات ومهارات تعينه في تحقيق وتأكيده ذاته، وتعزيز ثقته في نفسه، و بالتالي تحقيق توازنه الداخلي. وفي دراسة سابقة للباحث أجريت على تلاميذ من المرحلة الثانوية ممارسين و غير ممارسين للنشاط البدني الرياضي ذكور وإناث. للتعرف على أثر الممارسة الرياضية على درجة التوافق النفسي العام. فإن النتائج أظهرت تميز التلاميذ الممارسين بدرجة عالية من التوافق النفسي والاجتماعي بالمقارنة مع التلاميذ غير الممارسين. وعلى ضوء ما تقدم يسعى الباحث لإجراء هذه الدراسة والتعمق فيها وذلك قصد تحديد درجة تأثير الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي العام حسب نوع النشاط الرياضي والعمر التدريبي. لدى التلاميذ الممارسين بالثانويات الرياضية الوطنية. وعليه يطرح التساؤل العام التالي:- هل تؤثر ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية على درجة التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية ، و ما هي درجات التأثير باختلاف متغيرات نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية). والعمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة ) ؟

ومنه جاءت التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية أثر إيجابي على درجة التوافق النفسي العام لدى التلاميذ بالمرحلة الثانوية ؟

- 2- هل تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية)؟
- 3- هل تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب العمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة)؟

#### الأهداف:

- تحديد درجات التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لمختلف الأنشطة الرياضية.
- تحديد درجات التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للأنشطة الرياضية حسب نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية) وإجراء مقارنة بينها.
- تحديد درجات التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للأنشطة الرياضية حسب العمر التدريبي. وإجراء مقارنة بينها.

#### - الفرضية العامة:

تؤثر ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية تأثيراً إيجابياً على درجة التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية. وتختلف درجة التأثير باختلاف متغيرات نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية). والعمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة).

#### - الفرضيات الفرعية:

- 1- لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية أثر إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى التلاميذ بالمرحلة الثانوية.
- 2- تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية).
- 1- تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب العمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة).

**مصطلحات البحث:**

ما هو متعارف عليه إن أي بحث علمي لا بد أن يحدد له الباحث المفاهيم الأساسية و يعرفها، من المفاهيم التي يتضمنها البحث هي.

**1- النشاط البدني الرياضي إصطلاحا:** إن النشاط البدني الرياضي بأشكاله هو " ذلك النشاط الحركي الذي يمارسه الإنسان ممارسة إيجابية - فردي أو جماعي- وفقا لقوانين وقواعد معترف بها، بحيث يحدث تغيرات بدنية، عقلية، اجتماعية ونفسية تمكنه من التكيف مع أقرانه والبيئة المحيطة به". (ياسين، 2008.ص54)

**1- النشاط البدني الرياضي إجرائيا:** يشمل الفعاليات الرياضية الفردية و الجماعية التي يمارسها التلاميذ بالثانوية الرياضية، بحيث لكل تلميذ تخصص رياضي ينتمي إليه. الأنشطة الجماعية تتمثل في كرة القدم ، كرة اليد ، السلة والكرة الطائرة. وتتمثل الأنشطة الفردية في السباحة وألعاب القوى، الجودو والكراتي دو.

**2-التوافق النفسي اصطلاحا:** " هو حالة من التلاؤم بين الشخص و ذاته و بين الشخص و بيئته المحيطة به،و يضمن قدرة الفرد على تعديل سلوكه و اتجاهاته إذا واجه مشكلات معينة". (أحمد حسن صالح، 2007،ص27)

**- التوافق النفسي إجرائيا:** هو الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ المفحوص في اختبار التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي، والتي تعبر عن مدى رضا الفرد عن نفسه وعن الآخرين، ومدى سعيه في تنمية قدراته وإشباع حاجاته في ضوء إمكانياته ومتطلبات البيئة المحيطة.

**3- المرحلة الثانوية:** هي مرحلة من التعليم تلي مرحلتي التعليم الابتدائي و المتوسط، و تقابل هذه المرحلة من التعليم مرحلة هامة من حياة التلميذ وهي مرحلة المراهقة. **الدراسات السابقة والمشاهدة:** يعتمد الباحث في دراسته الحالية على عدة دراسات سابقة والتي لها علاقة مباشرة بموضوع الدراسة الحالية ومنها مايلي:

**1- دراسة: "عبد الرحيم دياب"** "تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت".(1991). تهدف إلى التعرف على الفروق بين الممارسين للأنشطة



الرياضية الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية. استخدم الباحث المنهج الوصفي، معتمدا على عينة قدرت بـ (368) طالبا من الصفين الثالث والرابع من مختلف المناطق، ثم اختارهم بالطريقة العشوائية. واعتمد الباحث مقياس محمود عطية هنا.

#### أهم النتائج:

- توصل الباحث إلى أن الممارسة الرياضية للأنشطة الجماعية والفردية ليست لها فعالية في رفع درجة التوافق الاجتماعي. و أن الأنشطة الجماعية لم تسفر عن أي تأثير في رفع درجة التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي. (المجلة العلمية، 1994، ص243)

**2- دراسة: "سمسوم علي"** تأثير النشاطات البدنية والرياضية التربوية على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية"2010. استخدم الباحث المنهج الوصفي. شملت العينة 80 تلميذا. منها 40 تلميذا يمارسون النشاط الرياضي التربوي و40 تلميذا غير ممارسين. استخدم الباحث مقياس التوافق النفسي الاجتماعي "لمحمود عطية هنا".

#### أهم النتائج:

- توصل الباحث إلى وجود أثر إيجابي للنشاطات البدنية والرياضية التربوية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ. وأن هناك فروق بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين في مستوى التوافق النفسي. (سمسوم علي، 2011)

#### 3- دراسة د/أحمد بن قلاوز التواتي ود/بن قناب الحاج

"دور التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي واكتساب بعض المهارات الحياتية للمراهقين" مستغانم 2011. استخدم الباحثان المنهج الوصفي. تم اختيار عينة بلغت 150 تلميذا. منها 90 تلميذا يمارسون التربية البدنية و60 تلميذا غير ممارسين. استخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي الاجتماعي إعداد "رشا عبد الرحمان محمود" الخاص بالمرحلة الثانوية. و مقياس المهارات الحياتية.

#### أهم النتائج:

- أن التربية البدنية والرياضية أثرت إيجابيا على التوافق النفسي والاجتماعي و المهارات الحياتية للتلاميذ الممارسين. هناك فروق ذات دلالة احصائية في أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي

والمهارات الحياتية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية والغير الممارسين لصالح الممارسين.

(أحمد بن قلاوز ، 2012)

**4- دراسة "طارق محمد بدر الدين" 1986** دراسة القدرات العقلية لممارسي الأنشطة الرياضية للشباب " وتهدف هذه الدراسة المقارنة بين الممارسين للأنشطة الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية في مستوى القدرات العقلية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي. وكانت العينة 200 لاعب يمثلون الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية (كرة اليد - الكرة الطائرة - الملاكمة - ألعاب القوى).

**أهم نتائج:**

- توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية والممارسين للأنشطة الرياضية الفردية في مستوى القدرة اللغوية والقدرة على التفكير والقدرة العقلية العامة لصالح الممارسين للأنشطة الجماعية. توجد علاقة إيجابية بين عدد سنوات ممارسة الأنشطة الرياضية ونمو مستوى القدرات العقلية. (طارق محمد، 1986)

**تحليل الدراسات السابقة:** من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة المتعلقة بأثر الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي. المنجزة على المستوى المحلي والعربي، فإن أغلب الدراسات تناولت موضوع التوافق من زاوية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية. باستثناء دراسة "عبد الرحيم دياب" 1991. والتي تضمنت دراسته المقارنة بين الممارسين للأنشطة الفردية وبين الجماعية. ومن حيث المنهج فقد تنوع بين وصفي وتجريبي. كما تنوعت العينة من كل الأعمار، وأكثرها عند طلبة التعليم الثانوي والجامعي. كما تنوعت أدوات القياس لاختبار التوافق النفسي. أما نتائج البحوث فتوصلت إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية لها أثر إيجابي في تحقيق التوافق النفسي.

- **مدى الاستفادة من الدراسات السابقة وجديد الدراسة الحالي:** استفاد الباحث من خلال تطرقه للبحوث السابقة، عن أنواع العينات وأدوات قياس التوافق النفسي، وكذا المنهج المتبع. وتم من خلال ذلك تحديد الأداة التي تقيس مستوى التوافق النفسي بصورة أشمل وأفضل، وتم اختيار العينة التي تعيش مرحلة توصف بالمرحلة الحرجة والتي تتطلب الرعاية و المرافقة الرزينة للمحافظة

على اتزانها النفسي. وتعتبر هذه الدراسة الأولى من نوعها في البيئة الجزائرية، والتي تضمنت المقارنة بين التلاميذ الممارسين للأنشطة الفردية والتلاميذ الممارسين للأنشطة الجماعية في مستوى التوافق النفسي، وكذلك المقارنة بين التلاميذ حسب عدد سنوات الممارسة.

#### - الإجراءات الميدانية للدراسة:

- **منهج البحث:** اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة الدراسة.

#### - مجتمع البحث :

يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية بالثانوية الرياضية الوطنية "أحمد بن عزوز" بالبلدية. والمقدر عددهم ب 149 تلميذ وتلميذة.

#### - عينة البحث :

تتكون من 110 تلميذ وتلميذة. تم اختيارهم من مجتمع الأصل بطريقة عشوائية أي ما يقدر ب 73.82%. موزعين حسب التخصصات الرياضية. كما يلي: 50 تلميذا يمارسون أنشطة رياضية جماعية (كرة القدم، اليد والسلة والكرة الطائرة). 60 تلميذا يمارسون أنشطة فردية (جودو، الكراتي، السباحة، ألعاب القوى).

#### أدوات البحث:

اعتمد الباحث على أدوات بغرض جمع البيانات، وتمثل في اختبار لقياس التوافق النفسي العام من إعداد الدكتور "محمد محمود عطية هنا" والذي اقتبسه من اختبار كاليفورنيا للشخصية والذي يتماشى وواقع ومستوى التلاميذ. يقيس هذا الاختبار بعدين يشكل مجموعهما مستوى التوافق العام. البعد الأول يتضمن التوافق الشخصي والبعد الثاني يتضمن التوافق الاجتماعي، ويحتوي كل بعد منهما ستة محاور و في كل محور 15 فقرة.

#### طريقة التصحيح و تقدير الدرجات :

- يجيب التلميذ المفحوص على الفقرات على سلم ثلاثي التدرج و هي ( ينطبق علي دائما ، ينطبق علي أحيانا، لا ينطبق علي أبدا). وتقابلها الأوزان ( 3 درجات، 2 درجة ، 1 درجة) في الفقرات ذات الإتجاه الموجب. و تعكس الأوزان في الفقرات ذات الإتجاه السالب.

- أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالسمة التي يقيسها البعد. وتدل الدرجة الكلية للاختبار على درجة التوافق النفسي العام.

- لتحديد مستويات التوافق النفسي اعتمد الباحث على معادلة: ( أعلى درجة- أدنى درجة)/

3

أعلى درجة للتوافق النفسي العام = 330. أدنى درجة = 110. القسمة على ثلاث فئات. منخفض، معتدل، عالي.

### - مجالات البحث:

- **المجال البشري:** أجري البحث على مجموعة من التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية بالثانوية الرياضية "أحمد بن عزوز" بالبليدة. والمقدر عددهم ب 149 تلميذ وتلميذة.

- **المجال المكاني:** أجريت هذه الدراسة بالثانوية الرياضية الوطنية "أحمد بن عزوز" بالبليدة.

- **المجال الزمني:** شرع الباحث في هذه الدراسة منذ سبتمبر 2010 إلى غاية سبتمبر 2013.

### - دراسة الأسس العلمية للاختبار:

تم إجراء التجربة على عينة مماثلة من التلاميذ بثانوية أحمد بومهدي بسيدي لخضر، وقد بلغ عددهم (20) تلميذ و تلميذة ، بحيث كان الهدف من التجربة هو دراسة الأسس العلمية للاختبار ( الثبات، الصدق و الموضوعية ).- **الثبات:** يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم عبدالحفيظ، 1993، ص153)

- استخدم الباحث طريقتين لحساب ثبات الاختبار وهما طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه، وبطريقة التجزئة النصفية للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار. و يهدف هذا الأسلوب إلى تحديد نسبة وقيمة العوامل الموقفية أو المؤقتة في الاختبار .

**1- طريقة إعادة الاختبار:** قام الباحث بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره 10 أيام مع تثبيت كل المتغيرات ( نفس المكان، نفس العينة، نفس التوقيت ). واستعملنا لحساب معامل الثبات عملية " بيرسون " لحساب معامل الارتباط بالطريقة المباشرة كما هو موضح في الجدول رقم (01) .

**2- طريقة التجزئة النصفية :** بغرض استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية قام الباحث بتقسيم فقرات المقياس إلى نصفين. قسم يتضمن فقرات فردية والقسم الآخر يتضمن فقرات زوجية. واستخدم معامل الارتباط لبيرسون.

**- أولاً: معامل الثبات بطريقة إعادة الإختبار:**

الجدول رقم ( 01): يبين معامل الثبات لاور وأبعاد اختبار التوافق النفسي العام بطريقة إعادة الإختبار.

معامل الثبات	معايير بعد التوافق الاجتماعي	معامل الثبات	معايير بعد التوافق الشخصي
0.66	أ- الاعتراف بالمسؤولية الاجتماعية	0.68	أ- محور اعتماد المراهق على نفسه
0.66	ب- اكتساب لمهارات الاجتماعية	0.66	ب- إحساس المراهق بقيمته
0.70	ج- التحرر من الميول	0.70	ج- شعور المراهق بحريته
0.74	د- علاقات المراهق بأسرته	0.75	د- شعور المراهق بالانتماء
0.82	هـ- علاقات المراهق في المدرسة	0.88	هـ- التحرر من الميل إلى الانفراد
0.73	و- علاقات المراهق بالبيئة المحلية	0.65	و- خلو المراهق من الأمراض العصابية
0.83	معامل الثبات لبعد التوافق	0.84	معامل الثبات لبعد التوافق الشخصي
	0.84		معامل الثبات لاختبار التوافق العام

يتبين من خلال الجدول رقم ( 01) المبين أعلاه أن قيم معامل الارتباط لاستبيان التوافق النفسي العام تراوحت محصورة بين (0.65 و 0.84) بالرجوع إلى جدول دلالات الارتباط البسيط "لبيرسون" لمعرفة ثبات الإختبار عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية مقدرة ب (19) فإن "ر" الجدولية تساوي (0.36). و منه تبين أن استبيان التوافق النفسي العام ببعديه الشخصي والاجتماعي يتميز بدرجة ثبات عالية.

**- ثانياً: معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية:**

إن قيم معامل الارتباط لاستبيان التوافق النفسي العام بالتجزئة النصفية تراوحت محصورة بين (0.60 و 0.85) بالرجوع إلى جدول دلالات الارتباط "بيرسون" لمعرفة ثبات الإختبار عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية 19. حيث كانت "ر" الجدولية مقدرة ب (0.36) ومنه تبين أن استبيان التوافق العام يتميز بدرجة ثبات عالية.

#### - الصدق:

صدق الاختبار يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع لأجله. فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (صباحي حسنين، 1995، ص199) فيما يخص صدق الاستبيان تم إيجاد عدة طرق: صدق المحتوى والصدق الذاتي وصدق الاتساق الداخلي وهذا كالتالي:

#### - صدق / توى:

تم إيجاد صدق المحتوى للاستبيان من خلال عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين، من لهم علاقة بالتخصص و ذوو خبرة و كفاءة في مجال التدريس والبحث العلمي في العلوم النفسية والاجتماعية. و علوم وتقنيات الأنشطة الرياضية. لإبداء الرأي حول مدى ملائمة فقرات الاستبيان من حيث وضوح فقراته من حيث المضمون و الصياغة و اللغة ، و مدى مناسبة الفقرة للبعد التي تندرج تحته. وإضافة أو حذف أية فقرة يرونها مناسبة ، قد تثير هذه الدراسة. الأساتذة المحكمين (أ.د/ بن عكي محمد أكلي، أ.د/ بوطبة مراد، أ.د/ حرشاي يوسف، د/ بلكيش قادة، د/ بن قلاوز أحمد، د/ بومسجد عبد القادر، أ.د / معروف أحمد، د/ بلعربي منور، د/ تلوين الحبيب. د / قماري محمد ، د/ بن صافي الحبيب).

#### - الصدق الذاتي :

من أجل التأكد من صدق الاستبيان استخدمنا الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار. إن اختبار التوافق النفسي العام يتميز بدرجة عالية من الصدق. و ذلك بحساب الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، فوجدت قيم معامل الصدق محصورة ما بين (0.80 و 0.91) وهذه القيم دالة إحصائيا بالمقارنة مع " ر " الجدولية التي بلغت (0.36) عند مستوى الدلالة ( 0,05 ) ودرجة حرية 19.

## صدق الاتساق الداخلي : الجدول رقم (02): يبين معامل الارتباط لألفا كرونباخ

تم حساب علاقة ارتباط كل فقرة مع فقرات المحور.

معامل ألفا كرومباخ	معايير بعد التوافق الاجتماعي	معامل ألفا كرومباخ	معايير بعد التوافق الشخصي
0.90	أ- الاعتراف بالمسئولية الاجتماعية	0.81	أ- محور اعتماد المراهق على نفسه
0.75	ب- اكتساب لمهارات الاجتماعية	0.83	ب- إحساس المراهق بقيمته
0.80	ج- التحرر من الميول المضادة للمجتمع	0.79	ج- شعور المراهق بحريته
0.81	د- علاقات المراهق بأسرته	0.71	د- شعور المراهق بالانتماء
0.90	هـ- علاقات المراهق في المدرسة	0.82	هـ- التحرر من الميل إلى الانفراد
0.90	و- علاقات المراهق بالبيئة المحلية	0.71	و- خلو المراهق من الأمراض العصبية

يتضح من الجدول أعلاه أن جميع فقرات المقياس ترتبط بمحاورها و بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) حيث كان معامل الارتباط يتراوح ما بين (0.71) و(0.90) وهذا ما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

## - الموضوعية:

من العوامل الهامة التي يجب أن تتوفر في المقياس، الموضوعية والتي تعني التحرر من التمييز والتعصب في الآراء. فهي تعني أن توصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا و بدون تدخل من الفاحص أو بإيحاء منه. (مروان عبد المجيد، 2001، ص155).

## - الوسائل الإحصائية:

الأساليب المستخدمة في تحليل النتائج كالأتي: - المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط، معامل الصدق الذاتي، اختبار ت- ستودنت، النسبة المئوية.  
(Champely,2004).

### - عرض ومناقشة النتائج:

عرض نتائج الفرضية الأولى: - لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية أثر إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى التلاميذ بالمرحلة الثانوية.  
الجدول رقم (03) يبين النسب المئوية لمستويات التوافق النفسي العام في الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية

الأنشطة الرياضية الجماعية.ن50			الأنشطة الرياضية الفردية.ن60			العينة	أبعاد ومستويات التوافق النفسي
مستوى عالي	مستوى معتدل	مستوى منخفض	مستوى عالي	مستوى معتدل	مستوى منخفض		
33	12	5	51	6	3	عدد العينة	بعد التوافق
% 66	24 %	% 10	% 85	% 10	% 5	النسبة المئوية	الشخصي
44	4	2	32	20	8	عدد العينة	بعد التوافق
% 88	% 8	% 4	%53.33	%33.33	%13.33	النسبة المئوية	الاجتماعي
41	8	1	43	14	3	عدد العينة	التوافق
% 82	16 %	% 2	%71.66	%23.33	% 5	النسبة المئوية	النفسي العام

من خلال نتائج الجدول المبينة أعلاه والذي يوضح مستويات التوافق النفسي العام ببعديه الشخصي و الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الفردية والأنشطة



الجماعية، حيث يتضح أن مستوى التوافق النفسي العام بأبعاده لدى التلاميذ كان بدرجة عالية حيث يتراوح بين 71.66% في الأنشطة الفردية و82% في الأنشطة الجماعية. وهذا يدل على مدى التأثير الإيجابي للممارسة الرياضية في رفع درجة التوافق النفسي لدى التلاميذ وفي تنمية قدراتهم النفسية والانفعالية. حيث تشير العديد من الدراسات في المجال الرياضي إلى أنه من خلال عمليات التدريب والممارسة المنتظمة للنشاط الرياضي تتحسن قدرات الفرد البدنية وتتطور مهاراته الحركية وكفاءته الخططية وقدراته العقلية وكذلك استعداداته النفسية.

**عرض نتائج الفرضية الثانية:** تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية).

الجدول رقم (04) يبين المتوسطات والانحراف المعياري وقيم ت محاور وأبعاد التوافق

النفسي العام حسب نوع الرياضة

مستوى الدلالة (0.05)	"ت" الجدولية	"ت" محسوبة	الأنشطة الرياضية الفردية. ن=60		الأنشطة الرياضية الجماعية. ن=50		أبعاد و محاور المقياس
			ع	س-	ع	س-	
غير دالة	1.96	0.54	3.17	22.06	2.66	21.76	محور اعتماد المراهق
غير دالة		1.45	2.24	20.38	2.51	19.72	إحساس المراهق
دالة		3.23	2.32	20.32	3.17	22.06	شعور المراهق
دالة		2.05	2.46	20.55	3.67	22.66	شعور المراهق
دالة		2.13	3.61	20.38	2.34	21.34	التحرر من الميل إلى
غير دالة		0.28	3.47	22.10	3.66	21.72	خلو من الأمراض
دالة		2.03	11.64	121.35	10.72	125.72	بعد التوافق
غير دالة		0.43	2.25	23.68	2.44	22.98	الاعتراف بالمسئولية
دالة		2.09	3.35	17.45	2.18	19.94	اكتساب لمهارات
دالة		2.17	3.13	16.44	4.86	23.86	التحرر من الميول

غير دالة		0.35	2.80	18.66	2.61	19.38	علاقات المراهق
غير دالة		0.43	3.92	25.05	3.61	24.96	علاقات المراهق في
دالة		2.01	3.19	17.26	2.13	19.52	علاقات المراهق
دالة		2.18	14.50	123.66	7.30	128.60	بعد التوافق
دالة		2.12	26.49	231.46	20.04	241.16	اختبار التوافق العام

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه رقم (06) يتبين أن قيم "ت" المحسوبة كانت أكبر من قيم "ت" الجدولية في اختبار التوافق النفسي العام حيث يتبين ذلك في بعد التوافق الشخصي وفي محاوره : شعور المراهق بالحرية، والشعور بالانتماء والتحرر من الميل للإنفراد. وفي بعد التوافق الاجتماعي وفي محاوره : اكتساب المهارات الاجتماعية، التحرر من الميول المضادة للمجتمع وعلاقة المراهق ببيئته. حيث كانت لصالح ممارسي الأنشطة الجماعية. وهذا لما تتميز هذه الأنشطة من مناخ ثري بالعلاقات والتفاعلات الاجتماعية وما تكسبه من انفتاح و انبساطية نحو الآخرين وحسن التعامل معهم. أما فيما يخص المحاور الأخرى فقيم "ت" المحسوبة لم تكن دالة وهي أصغر من قيم "ت" الجدولية. و بالتالي لم تكن هناك فروق بين الأنشطة الفردية والجماعية.

**عرض نتائج الفرضية الثالثة:** تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب العمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة).

الجدول رقم (05) يبين المتوسطات والانحراف المعياري وقيم ت لمحاور وأبعاد التوافق النفسي

العام حسب الخبرة

مستوى الدلالة (0.05)	"ت" الجدولية	"ت" محسوبة	الخبرة أكثر من 5 سنوات. ن= 67		الخبرة 5 سنوات فأقل ن= 43		أبعاد و محاور المقياس
			ع	س-	ع	س-	
دالة	1.96	3.83	3.11	19.71	2.72	19.71	محور اعتماد المراهق
دالة		3.45	2.50	18.63	2.32	20.17	إحساس المراهق
دالة		3.55	2.65	17.63	2.33	19.31	شعور المراهق بحريته
دالة		3.51	3.05	19.08	2.87	21.07	شعور المراهق
دالة		4.86	3.29	17.82	3.54	21.02	التحرر من الميل إلى
دالة		4.34	3.17	19.63	3.66	22.52	خلو من الأمراض
دالة		3.67	9.44	115.78	10.75	122.98	بعد التوافق
دالة		3.25	2.23	21.86	2.41	23.34	الاعتراف بالمسئولية
دالة		3.48	2.49	17.41	2.86	19.22	اكتساب لمهارات
دالة		3.32	3.10	15.17	3.26	17.20	التحرر من الميول
دالة		3.34	2.41	22.91	3.67	25.32	علاقات المراهق
دالة		3.40	3.13	17.04	3.19	19.05	علاقات المراهق في
دالة		3.79	2.68	17.43	2.93	19.49	علاقات المراهق
دالة		3.57	10.60	111.84	16.87	121.86	بعد التوافق
دالة		3.83	17.29	223.91	17.60	236.74	اختبار التوافق العام

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه رقم (05) يتبين أن قيم "ت" المحسوبة كانت أكبر من قيم "ت" الجدولية في اختبار التوافق النفسي العام و في بعده التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي. حيث كانت الفروق دالة إحصائيا في جميع محاور الاختبار وهذا لصالح التلاميذ الممارسين ذوي الخبرة الذين لديهم أكثر من خمس سنوات ممارسة. و يفسر الباحث ذلك لما تلعبه الخبرة المتمثلة في عدد السنوات من الممارسة في اكتساب لبعض الخصائص و المهارات سواء كانت بدنية حركية أو نفسية اجتماعية. حيث تشير الدراسات إلى ذلك على أن ممارسة أي وجه من أوجه النشاط الرياضي المختلفة و بانتظام و لفترات طويلة نسبيا، تكسب الفرد سمات و خصائص و قدرات نفسية معينة تساعد في الوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

**الاستنتاجات العامة:** على ضوء عملية التحليل الإحصائي للنتائج توصل الباحث إلى مايلي:

- لممارسة الأنشطة الرياضية تأثير إيجابي في تنمية ورفع مستوى التوافق النفسي العام للتلاميذ بالمرحلة الثانوية.

- هناك اختلاف في مستوى التوافق النفسي العام ببعديه التوافق الشخصي والاجتماعي بين التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الفردية والتلاميذ الممارسين للأنشطة الجماعية لصالح التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية. حيث كانت الفروق في بعد التوافق الشخصي في محاور كل من (الشعور بالحرية، الشعور بالإنتماء، و التحرر من الميل للإنفراد) في حين لم توجد فروق دالة في المحاور (اعتماد المراهق على نفسه، إحساس المراهق بقيمته، الخلو من الأمراض العصبية).

- كما كان هناك اختلاف في مستوى التوافق الاجتماعي لصالح الأنشطة الجماعية في المحاور (المهارات الاجتماعية، التحرر من الميول المضادة للمجتمع، والعلاقات مع البيئة المحلية) في حين لم توجد فروق دالة في المحاور (الاعتراف بالمسئولية الاجتماعية، علاقات المراهق بأسرته، علاقات المراهق في المدرسة).

- هناك اختلاف في مستوى التوافق النفسي العام ببعديه التوافق الشخصي والاجتماعي بين التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الفردية والجماعية حسب عدد سنوات الممارسة (الخبرة). لصالح التلاميذ الأكثر عدد سنوات ممارسة و في جميع أبعاد ومحاور اختبار التوافق النفسي العام.

**- مناقشة فرضيات البحث:**

**- مناقشة الفرضية الفرعية الأولى:**

من خلال الفرضية التي طرحها الباحث كحل مؤقت لمشكلة البحث و المتمثلة في: لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية أثر إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى التلاميذ بالمرحلة الثانوية.

تبين نتائج الدراسة صدق هذه الفرضية وهذا كما هو مبين في الجدول رقم (03) رقم والذي يوضح مدى تأثير ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية باختلاف أنواعها الفردية والجماعية في رفع مستوى التوافق النفسي العام لدى الممارسين. حيث تبين بأن مستوى درجات التوافق النفسي

لدى التلاميذ عالية. مما يعني أن تأثير الممارسة كان إيجابيا في رفع درجة التوافق النفسي العام لدى التلاميذ الممارسين. وهذه النتائج تتطابق مع نتائج الدراسات السابقة لكل من دراسة " سمسوم علي " 2010، ودراسة " بن قلاوز أحمد وبن قناب الحاج " 2011 حيث أكد نتائج دراستهم على أن لممارسة الأنشطة الرياضية تأثيرا إيجابيا في رفع درجة التوافق النفسي العام بأبعاده التوافق الشخصي والاجتماعي. ولقد أوضح أيضا ألدرمان ( Alderman ) أن العلاقة الوثيقة بين قابلية الفرد للاندماج الاجتماعي ومدى إشباع حاجته إلى الانتماء من خلال النشاط الرياضي، فالفرد الاجتماعي (المندمج اجتماعياً) غالباً ما يكون رياضياً ومتميزاً بالحياة والنشاط والحضور الذهني والعاطفي ، بينما أغلب المنطوين على أنفسهم هم من أصحاب الأبدان القميئة والمهارات الحركية الضعيفة. (الحوالي، 1998، ص166). حيث يؤكد الباحث "روزن برقر" "BOURGUER" على وجود علاقة بين التمرينات البدنية والرياضية بالقدرات العقلية والاجتماعية للمراهق. (VanSchagen,p379,1993) كما أن النشاط البدني الرياضي يساعد الفرد وبخاصة المراهق على الشعور بذاته وتحقيقها من خلال الممارسة والقدرة على الأداء، وخاصة من خلال التفاعل مع الجماعة. ويعتبر محور وأساس السلامة البدنية والنفسية. (Charles M Thiebault,p401,1998) فالممارسة الرياضية تعتبر الطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من تكوين هويته والتحكم في انفعالاته، وبالتالي الاندماج قصد التوافق الاجتماعي. (Cargioli,p91,1976) وعليه يتضح لنا من خلال ما سبق ذكره أن ممارسة مختلف أوجه النشاط البدني الرياضي يكسب الممارسين درجة عالية من القدرة على التوافق النفسي، وبالتالي يستطيع الفرد الممارس أن يتوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه يؤثر ويتأثر به. وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية. فهذه الأنشطة تكسب الفرد المرح و السعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع. (مصطفى باهي، 2006، ص75).

– مناقشة الفرضية الفرعية الثانية:

من خلال الفرضية التي طرحها الباحث كحل مؤقت لمشكلة البحث و المتمثلة في: - تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده ( الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب نوع النشاط الرياضي (رياضات فردية، رياضات جماعية).

حيث أكدت نتائج الدراسة صدق الفرضية وهذا كما هو مبين في الجدول رقم (04) والذي يبين الفروق في المتوسطات بين التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الفردية و الممارسين للأنشطة الجماعية في بعد التوافق الشخصي و بعد التوافق الاجتماعي. حيث أظهرت النتائج أن هناك اختلاف بين التلاميذ ممارسي الأنشطة الفردية و ممارسي الأنشطة الجماعية بحيث كانت هذه الفروق لصالح الممارسين للأنشطة الجماعية في بعد التوافق الشخصي في المحاور (الشعور بالحرية، الشعور بالإنتماء، و التحرر من الميل للإنفراد) والفروق في بعد التوافق الاجتماعي كانت في المحاور (المهارات الاجتماعية، التحرر من الميول المضادة للمجتمع ، والعلاقة مع البيئة المحلية) كما كانت الفروق لصالح ممارسي الأنشطة الجماعية في الاختبار الكلي للتوافق النفسي العام. مما يعني أن هناك اختلاف في درجات التوافق النفسي العام تبعاً لمتغير نوع النشاط الرياضي (فردية ، جماعية).

وهذه النتيجة لم تتطابق مع دراسة "عبد الرحيم دياب" 1991 التي أسفرت عن عدم وجود أثر للأنشطة سواء الفردية أو الجماعية على التوافق الاجتماعي، كما أن الأنشطة الجماعية لم تؤثر على التوافق الشخصي والاجتماعي . ويعزو الباحث ذلك إلى الاختلاف ربما لطبيعة العينة المختارة في تلك الدراسة. حيث يعزز الباحث رأيه أن أغلب الدراسات أثبتت الأثر الإيجابي للممارسة الرياضية باختلاف ألوانها في تنمية مستوى التوافق بأبعاده. حيث بينت نتائج دراسة "طارق محمد بدر الدين" 1986 على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية في مستوى القدرة اللغوية والقدرة على التفكير والقدرات العقلية والنفسية العامة لصالح الممارسين للأنشطة الجماعية. ويشير "حسن علاوي" بأن لكل تخصص رياضي خصائصه، ومميزاته التي تؤثر بشكل واضح على الرياضي سواء كان ظاهرياً (بدنياً) أو باطنياً (نفسياً)، وهذا يعني أن لكل تخصص أثارا ظاهرية على جسم الرياضي، وقدراته البدنية والمهارية، فإنه بالضرورة تكون هناك تغيرات في نفسيته، لأن شخصية الفرد ما

هي إلا ذلك الكل المكون من الجسم والنفس، بما فيها من فطرة واكتساب على السواء.  
(ياسين رمضان، 2008، ص55).

#### - مناقشة الفرضية الفرعية الثالثة:

من خلال الفرضية التي طرحها الباحث كحل مؤقت لمشكلة البحث و المتمثلة في: - تختلف درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (الشخصي والاجتماعي) بين الممارسين حسب العمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة).

حيث أكدت نتائج الدراسة صدق الفرضية وهذا كما هو مبين في الجدول رقم (05) والذي يبين وجود اختلاف في مستويات التوافق النفسي بأبعاده بين التلاميذ الممارسين لمختلف الأنشطة الرياضية الفردية و الجماعية حسب عدد سنوات الممارسة (الخبرة)، حيث كانت النتائج لصالح التلاميذ الممارسين ذوي الخبرة لأكثر من خمس سنوات ممارسة مقارنة بالتلاميذ الممارسين لأقل من خمس سنوات. وهذه النتيجة تتطابق مع دراسة "طارق بدر الدين" الذي توصل بأنه توجد علاقة إيجابية بين عدد سنوات ممارسة الأنشطة الرياضية ونمو مستوى القدرات العقلية والنفسية. وتعزز هذه النتائج الدور الذي تلعبه الخبرة في اكتساب التلميذ الممارس للعديد من الخصائص الحركية والمهارية وكذا الخصائص النفسية. حيث يشير كل من "حسن علاوي" و "More House" إلى ذلك على أن ممارسة أي وجه من أوجه النشاط الرياضي المختلفة وبانتظام ولفترات طويلة نسبياً، تكسب الفرد سمات وخصائص وقدرات نفسية معينة تساعد في الوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

إن نتائج اختبار التوافق النفسي العام لدى تلاميذ المرحلة الثانوية صبت في اتجاه الفرضية العامة للبحث. التي تشير إلى الأثر الإيجابي لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الفردية منها والجماعية على التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين لمختلف الأنشطة الرياضية الفردية منها والجماعية. كما أن أثرها كان بدرجة كبيرة لدى ممارسي الأنشطة الجماعية، ولدى ذوي الخبرة. وخلاصة لهذا يمكننا القول بأن ممارسة هذه الأنشطة بصورة منتظمة تساعد في تكوين الشخصية المتزنة و التي تتصف بالشمول والتكامل. كما أنها تتيح الكثير الاحتياجات النفسية للفرد كالشعور بالذات و الاتزان الانفعالي، والتحكم في النفس وانخفاض التوتر. وتكسب الممارس

المرح والسعادة. والتفاعل مع الآخرين والتماسك والانتماء. كما تتيح فرصا لنمو العلاقات الطيبة كالصداقة والألفة والامتنان والمسايمة لنظم المجتمع ومعاييره. (الخولي، 1998)

- **التوصيات والإقتراحات:** على ضوء النتائج المتوصل إليها يوصي الباحث بمايلي:

1- على الأولياء والمربين الإهتمام بالفتى المراهق وذلك بفسح المجال للتعبير عن آرائه وميولاته.  
2- التنسيق المستمر بين الأولياء والمدرسين بالمدرسة في متابعة الأبناء، والبحث عن أفضل السبل لحل مشكلاتهم

3- توعية أولياء التلاميذ بمدى أهمية النشاط الرياضي في تطوير الصحة البدنية و النفسية، وذلك لغرض زيادة الاهتمام بهذا النشاط، وتشجيع أبنائهم على الممارسة.

4- إدراج خصائص المرحلة العمرية بصورة معمقة ضمن مقررات تكوين الأساتذة والمدرسين بالمجال الرياضي.

5- على المدرسين والمربين الإهتمام بالجانب النفسي أثناء التخطيط للوحدات التدريبية.

6- التنوع في أساليب التدريب أثناء الحصص، واستخدام تمارين وأنشطة تدعم العمل والتواصل والتفاعل الجماعي، خاصة لممارسي الأنشطة الرياضية الفردية.

**إقتراحات:** يقترح الباحث بعض الدراسات المستقبلية التالية:

- إجراء هذه الدراسة على مراحل عمرية أخرى، كالتعليم المتوسط، والجامعي، وبالأنندية الرياضية.

- إجراء دراسات حول علاقة المستوى المهاري بالتوافق النفسي.

- إجراء دراسات مقارنة بين الرياضات الفردية فيما بينها، و الجماعية فيما بينها على التوافق النفسي.



\* قائمة المراجع باللغة العربية و الأجنبية :

- أحمد بن قلاويز ، الحاج ن قناب. (2012). مجلة التربية البدنية ملتقى وهران. وهران- الجزائر.
- أحمد حسن صالح وآخرون. (2007). الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية. الإسكندرية.
- المجلة العلمية للتربية البدنية العدد2. (1994). جامعة حلوان: كلية التربية الرياضية للبنين.
- أمين أنور الخولي. (1998). أصول التربية البدنية والرياضية ط3. القاهرة: دار الفكر العربي.
- رمضان ياسين. (2008). علم النفس الرياضي، ط1. عمان، الأردن: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- سمسوم علي. (2011). المجلة العلمية للتربية البدنية ع 11. الجزائر.
- طارق محمد بدر الدين. (1986). دراسة القدرات العقلية لممارسي الأنشطة الرياضية للشباب. الإسكندرية: كلية التربية الرياضية.
- محمد صبحي حسنين. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مروان عبد المجيد. (2001). الأسس العلمية والطرق الإحصائية في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مصطفى باهي و حسين حشمت. (2006). التوافق النفسي والتوازن الوظيفي. مصر: الدار العالمية للنشر.
- مقدم عبد الحفيظ. (1993). الإحصاء والقياس النفسي. الجزائر: الطبوعات الجامعية بن عكنون.
- من قضايا التربية (التربية البدنية). (1997). الجزائر: المركز الوطني للوثائق التربوية.
- Bernard Cargioli. (1976). *Psychopédagogie du sport*. C.A librairie Jvin.
- Pierre Sprumont Charles M Thiebault. (1998). *L'enfant et le sport*. Bruxelle: De Boeck Université.
- Stéphane Champely. (2004). *Statistique appliquée en sport: cours et exercices*. Bruxelles: De Boeck université.
- Van Schagen Kh. (1993). *Role de l'education physique dans le developpement de la personnalité*. Paris: P.U.F.

## دور التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض المهارات

### النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة شملت بعض ثانويات ولاية عين تموشنت

أ. يجياوي أحمد

جامعة العلوم و التكنولوجيا محمد بوضياف -وهران-

#### ملخ البحث:

هدفت هذه الدراسة الى معرفة دور التربية البدنية والرياضية في تنمية المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي, لذا فقد لجأ الباحث الى دراسة متغيرين يرى بأتهما جديران بالدراسة والبحث وهما المهارات النفسية والتوافق, فقد شملت عينة الدراسة تلاميذ الطور الثانوي في مدينة حمام بوحجر بولاية عين تموشنت من 40 تلميذ و 30 تلميذة من الممارسين للتربية البدنية والرياضية و50 تلميذا معفى من الذكور والإناث. واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية و استخدم الباحث كل من مقياس المهارات النفسية و مقياس التوافق النفسي لغرض جمع المعلومات والبيانات الخاصة بالدراسة ومن ثم معالجتها إحصائيا باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة.

وقد استنتج الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة بعض المهارات النفسية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية ذكورا و إناثا والتلاميذ غير الممارسين لصالح التلاميذ الممارسين، و ذلك في المهارات النفسية التالية: دافعية الإنجاز الرياضي، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على الاسترخاء، الثقة بالنفس. وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة أبعاد التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين ذكورا و إناثا لصالح الممارسين.

**الكلمات المفتاحية:** التربية البدنية والرياضية \_ المهارات النفسية \_ التوافق النفسي \_ المراهقة

**Résumé :**

L'objectif de notre recherche s'intitule autour du rôle que joue l'éducation physique et sportive dans le développement des habilités psychologiques et l'équilibre mental chez les élèves du cycle secondaire.

Pour mettre en évidence cette relation d'incidence, l'observation s'est axée à circonscrire leurs contenus cernables et leur intérêt avéré

L'échantillon sélectionné porte les élèves du cycle secondaire de la ville de hammam bouhadjar dans la wilaya d'Ain temouchent à l'ouest de l'Algérie. Quarante élèves dont trente du sexe féminin qui pratiquent l'éducation physique et sportive, et cinquante autres dispensés de cette matière font l'objet de notre observation. La méthode descriptive par l'enquête constitue notre démarche dans le traitement des résultats de cette observation. Le but à atteindre est d'inventorier les données et d'établir les statistiques relatives à cette analyse qui s'opère dans deux temps, premièrement apport de solutions pour éclairer cette relation éducation physique et sportive \_ qualités individuelles ; deuxièmement utilisation de moyens méthodologiques adéquats .

Cette observation montre une différence significative dans l'acquisition de ces qualités au profit des élèves pratiquants l'éducation physique et sportive notamment par l'acquisition d'aptitudes telles que : la motivation pour le résultat ; la capacité à combattre l'anxiété ; la disponibilité à la récupération et la confiance en soi. Il est à noter de fortes différences dans l'équilibre mental au profit des élèves pratiquants de l'éducation physique et sportive.

**Mots clés:** éducation physique et sportive, habilités psychologiques, équilibre mental, adolescence.

**Summary:**

The aim of this study was to know the role of the physical training and sport in the development of the individual qualifications and the mental convenience of the secondary school pupils, thus the researcher referred to the study of two variables, thinking that they are worth studying and searching; they are the qualifications and the mental. The sample of the study involved secondary school pupils in hammam bouhadjar in the department of Ain Temouchent in the west of Algeria from 40 and 30 pupils practising physical training, and 50 exempt pupils boys and girls. The researcher used a descriptive way, to solve the problem; he used both the measurement of the mental skills and the scale of the psychological convenience for the sake of collecting data and statistics relative to the study, and solving (treating) them statistically using appropriate statistical means.

The researcher deduced that there were differences of the statistic level in the degree of dismissing some mental skills among the pupils practising physical training and sport boys and girls and the exempt pupils for the benefit of the pupils practising and this in dismissing the following psychological aptitudes: the motivation of the sporting realization, the power to face anxiety, the power to relaxation, self confidence.

There were differences having statistical significance in the degree of dismissing the psychological convenience among practising and non practising boys and girls for the benefit of the practicians.

**Key- words:** physical training and sport, mental skills, psychological convenience (compatibility), adolescence.

## مقدمة

تطلب تحسين القدرات البدنية والفكرية والنفسية للفرد ضرورة استخدام هذا الأخير لمهاراته البدنية والنفسية لأقصى درجة وذلك للحصول على أحسن النتائج الممكنة وعليه أصبح اليوم الإعداد النفسي للرياضيين يلعب دورا هاما في تطوير الأداء , لذا كان من الضروري على المدرب و المدرس في مجال التربية البدنية و الرياضية التخطيط لتنمية المهارات النفسية لدى التلاميذ حتى يتمكنهم من إحراز أفضل النتائج الرياضية .

أما التوافق النفسي فهو عملية إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية , ولا يتكفل الشخص بتنظيم إشباع حاجاته فحسب، بل هو قد يتعرض لصراع بين هذه الحاجات . وفي هذه الحالة تنشأ مشكلات التوافق لديه ويصبح عليه أن يحل هذا الصراع وأن يتعلم كيف يواجه المواقف التي يتصارع فيها كلما تعرض لمثل هذه المواقف , وصراع الحاجات النفسية ينشأ إذا تعارض إشباع الحاجات مع إشباع حاجات أخرى بحيث يؤدي إشباع الحاجة الأولى إلى إحباط الحاجة الثانية(منيزل، 1991، صفحة 150).

والتوافق هو عملية سلوكية تؤدي إلى التكيف، فالشخص وهو يسير نحو تحقيق التوافق , يسلك سلوكا معيناً والعملية السلوكية التي يقوم بها الشخص في مواجهة هذه الحاجات وفي مواجهة هذا الصراع، هي العملية التي تحقق له التوافق النفسي في النهاية(حجازي، 1987، صفحة 150).

لقد اعتبر الباحثون والعلماء التوافق النفسي الإجتماعي بين الافراد أساسا للجماعة، كما أشاروا إلى أن عملية التفاعل الإجتماعي تشمل التعاون والتنافس والتصارع والمواءمة.

## - مشكلة البحث:

دور التربية البدنية و الرياضية لا يكمن في ذلك الجانب البدني و إنما يتعداه إلى الجانب النفسي التربوي، فهي تلعب الدور الحاسم و المهم في العملية التربوية و التي من خلالها تنمي للمتمدرسين جوانب عدة منها الجانب البدني، الجانب المهاري، و الجانب النفسي ، و مع الحاجة الماسة اليوم إلى الإهتمام بالنواحي النفسية أضحت من الضروري و المهم التركيز أكثر

على صقل الجوانب النفسية (المهارات النفسية و التوافق النفسي) من خلال أوجه النشاط البدني الممارس في المؤسسات التربوية. و يعتبر علماء النفس عملية التوافق النفسي من أهم العمليات التي يمر بها الفرد عبر جميع مراحل حياته خاصة مرحلة المراهقة , حيث تكسبه مهارات التعامل و التوافق مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها بهدف البحث عن التوازن من جميع الجوانب , فإذا تمكن الفرد أن يرضي الآخرين في حدود قدراته وإمكانياته فهذا الشخص له قدرات عالية من التوافق بين نفسه ومجتمعه، أما عجزه عن ذلك وعدم تحقيقه لرغباته وعدم إشباع حاجاته فهذا الشخص سيء التوافق , وإن وجود أفراد من هذا النوع في المجتمع دليل على ان هذا المجتمع مريض وينتج عن ذلك تعرض هذا الفرد (التلميذ) لأزمات وأمراض نفسية واجتماعية خطيرة وحتى عضوية منها.

والمراهق بصفة خاصة يميل إلى المجتمع من اجل التعايش ومن اجل كسب الأصدقاء وتحقيق النجاح الاجتماعي. وتعد المراهقة مرحلة النضج أو التطوع الاجتماعي أو النفسي بحيث يتعلم القيم والمعايير الاجتماعية من القدوة لأن المراهق في هذه المرحلة يتأثر بالشخص القدوة له. ومن الجوانب التي دعت إلى تناول هذا الموضوع تجربة الباحث كأستاذ بالتعليم الثانوي لمدة عشرين سنة و التي لاحظ من خلالها نقص الاهتمام بالجوانب النفسية للتلميذ المراهق , وان من بين المشاكل النفسية التي يتعرض لها التلميذ المراهق في الثانوية مشكلة التوافق والتفاعل مع هذا المجتمع , والواقع أن توافق التلاميذ مع بيئتهم المدرسية يتطلب منهم تعديلات في أساليبهم واستراتيجياتهم، واكتساب بعض المهارات النفسية التي تمكنهم من معايشة أقرانهم و زملائهم و التعامل معهم .

من خلال ما تقدم جاءت ضرورة دراسة المهارات النفسية و التوافق النفسي لدى التلاميذ المراهقين المتدربين في الطور الثانوي بقصد الإجابة عن التساؤلات التالية:

### التساؤل العام:

هل للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين مقارنة بغير الممارسين ؟

### التساؤلات الجزئية:

- 1- هل هناك فروق دالة إحصائية في درجات أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين وغير الممارسين والإناث الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية ؟
- 2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجات أبعاد التوافق النفسي بين الذكور الممارسين و غير الممارسين و الإناث الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية ؟

#### أهداف البحث:

- معرفة دور التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين ذكورا وإناثا .
- الكشف عن الفروق في درجات أبعاد المهارات النفسية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية (ذكورا وإناثا) و التلاميذ غير الممارسين(ذكورا وإناثا).
- الكشف عن الفروق في درجات أبعاد التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية (ذكورا وإناثا) و التلاميذ غير الممارسين(ذكورا وإناثا).

#### الفرضية العامة :

- للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي الممارسين مقارنة بغير الممارسين.

#### الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق دالة إحصائية في درجة بعض أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين وغير الممارسين وبين الإناث الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية وذلك لصالح التلاميذ الممارسين .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة أبعاد التوافق النفسي بين الذكور الممارسين و غير الممارسين وبين الإناث الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية وذلك لصالح التلاميذ الممارسين .

**مصطلحات البحث:**

-**التربية البدنية و الرياضية:** إن فهم التربية البدنية على أنها جسم قوي فقط، أو مهارة رياضية، أو ما شابه ذلك هو إتجاه خاطئ، فهي فن من فنون التربية العامة، تهدف إلى إعداد المواطن الصالح جسما و عقلا و خلقا، و جعله قادرا على الإنتاج و القيام بواجبه نحو مجتمعه و وطنه (مهنا، 1987، صفحة 46)

وتعرف أيضا بأنها « جزء متكامل من التربية العامة، تهدف إلى إعداد المواطن اللائق من الجوانب البدنية و العقلية و الإنفعالية و الإجتماعية و ذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختارة بغرض تحقيق هذه الحصائل» (الخولي، 1990، صفحة 18)

**التعريف الإجرائي:** هي مجموعة من الأنشطة البدنية فردية كانت ا وجماعية و التي يمارسها التلاميذ المراهقين من خلال حصص التربية البدنية و الرياضية تحت إدارة أستاذ مختص.

**المهارات النفسية:**

المهارة النفسية هي عبارة عن قدرة يمكن تعلمها و إتقانها عن طريق التعلم و المران و التدريب، فاللاعب الرياضي لن يستطيع إكتساب و تعلم و إتقان المهارات الحركية كالتصويب أو التمرير أو الإرسال أو غير ذلك من المهارات الحركية إلا إذا تعلمها و تدرب عليها لدرجة الإتقان، و ينطبق ذلك أيضا على المهارات النفسية، فلن يستطيع اللاعب الرياضي إتقانها إلا إذا تعلمها و تدرب عليها. (علاوي، علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، 2007، صفحة 71)

**التعريف الإجرائي:** هي مجموعة من الصفات النفسية يكتسبها التلميذ من خلال ممارسة الأنشطة البدنية في حصص التربية البدنية و الرياضية .

و من بين أبرز النماذج التي حاولت تحديد المهارات النفسية المرتبطة بالرياضة نموذج

"علاوي" للمهارات النفسية و التي حصرها في المهارات التالية:

- مهارة الإسترخاء - مهارة التصور الذهني - مهارة تركيز الإنتباه.
- مهارة مواجهة القلق - الثقة بالنفس - مهارة دافعية الإنجاز الرياضي.

**1- الإسترخاء:** ويقصد به إنسحاب الشخص مؤقتا و متعمدا من النشاط بما يسمح له الإعادة و الإستفادة الكاملة من الطاقات الكامنة سواء البدنية أو العقلية أو الإنفعالية(راتب ا.، 2004، صفحة 123)

و يعرف الإسترخاء بأنه « خاصة تتحدد بغياب النشاط و الإنتباه سواء كان بدنيا، عقليا، أو إنفعاليا» (محمود ع.، 2005، صفحة 109)

**2- التصور الذهني:** وهو مهارة نفسية أو مهارة عقلية يمكن تعلمها و إكتسابها، و ينظر إليه على أنه وسيلة عقلية أو أداء عقلي يمكن من خلاله برمجة عقل اللاعب الرياضي لكي يستجيب طبقا لهذه البرمجة.

فكأن التصور العقلي في الرياضة يعني أن اللاعب يفكر بعضلاته (علاوي، علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية ، 2007، صفحة 248)

**3- الانتباه:** يعرف الإنتباه بأنه « حالة ذهنية يوجه فيها الشخص نشاطه المعرفي و العملي و يركزه على موضوع محدد» (كرم، صفحة 55)

ويعرفه " بلوك-Block النباهة تعني الإستمرار في حالة اليقظة للعمليات العقلية«(شمعون، 1996، صفحة 254)

**4- القلق:** وهو الذي يخيره الشخص في الأحوال الطبيعية كرد فعل للضغط النفسي أو الخطر، أي عندما يستطيع الفرد أن يميز بوضوح شيئا يهدد أمنه أو سلامته، و هو ما يطلق عليه بالقلق "خارجي المنشأ"، أما القلق "داخلي المنشأ" فهو خوف مزمن من دون مبرر موضوعي، مع توافر أعراض نفسية و جسمية شتى دائمة إلى حد كبير» (فايد، 2005، صفحة 222)

**5- الثقة بالنفس:** عرفت "روبن فيالي Robine Vialy" الثقة بالنفس بأنها درجة التأكيد أو الإعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة (محمد، 2004، الصفحات 31,34)

وتعرف أيضا بأنها خاصية ثابتة نسبيا و مكونة من درجة مرتفعة من التفكير الإيجابي، و التفاؤل، والإعتقاد بأنك في تحكم و سيطرة، و تحكم مدرك مع امتلاك المهارات و القدرات للنجاح (COX, 2005, p. 29)



**6- دافعية الإنجاز الرياضي:** تعرف الدافعية بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين (راتب ا، 1990، صفحة 16). وهي تتضمن الدوافع و الحوافز و الإتجاهات و الميول. والدافعية عبارة عن قوى تثير الفرد و توجهه نحو تحقيق هدف معين (علاوي، القياس في التربية وعلم النفس الرياضي ، 1988، صفحة 42)،

**التوافق النفسي :** استمدت فكرة التوافق النفسي أصلا من علم الأحياء ويعبر عن هذا العلم بلفظ "التأقلم" ولقد استمد علماء النفس فكرة التأقلم هذه وأطلقوا عليها لفظ التوافق , والمقصود بالتوافق هنا القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة تتسم بقدرة الفرد على الحب و العطاء هذا من ناحية ,ومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي (باهي، 2002، صفحة 97)

**التعريف الاجرائي :** التوافق هو نوع من التكيف يكتسبه التلميذ من خلال الأنشطة البدنية في حصص التربية البدنية تجعله قادرا على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين .

#### الدراسات السابقة:

-دراسة بثينة محمد فاضل (1999م) بعنوان "الفروق في المهارات العقلية لدى ناشئات كرة اليد طبقا لنتائج المباريات" بلغت عينة الدراسة 45 لاعبة يمثلن ثلاث فرق متباينة (15 لاعبة في كل فريق ) استعملت الباحثة المنهج الوصفي و مقياس المهارات النفسية كاداة. ومن أهم أهداف الدراسة معرفة مدى تميز ناشئات المستويات الثلاثة في أبعاد المهارات النفسية و معرفة الفروق بين المستويات الثلاثة لناشئات كرة اليد في أبعاد المهارات النفسية ومن أهم نتائج الدراسة تميز ناشئات المستوى الأول بدرجة عالية في الأبعاد التالية : دافعية الانجاز الرياضي ,تركيز الانتباه , الثقة بالنفس , ومواجهة القلق على الترتيب و وجود فروق دالة إحصائيا بين المستويات الثلاثة لناشئات كرة اليد في أبعاد : تركيز الانتباه , مواجهة القلق ,الثقة بالنفس , و دافعية الانجاز وان جميع الفروق المعنوية لصالح المستوى المتقدم.

-دراسة نبيلة أحمد محمود(2001) بعنوان "المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسلمات الدافعية الرياضية" استعملت الباحثة المنهج الوصفي لعينة قوامها 45 لاعبة من لاعبات كرة السلة (11\_18 سنة) وهدفت الدراسة إلى تحديد المهارات النفسية و السمات

الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة والتعرف على العلاقة الموجودة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية واستخدمت الباحثة مقياس المهارات النفسية الذي قام بتعديله محمد حسن علاوي ومقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية، ومن أهم نتائج هذه الدراسة تميز لاعبات كرة السلة قيد الدراسة بالمهارات النفسية التالية: مهارة دافعية الانجاز الرياضي، مهارة القدرة على التصور، الثقة بالنفس، القدرة على الاسترخاء، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على مواجهة القلق، وان هناك علاقات إيجابية بين المهارات النفسية وأبعاد السمات الدافعية الرياضية -دراسة عبد الرحيم دياب (1991) بعنوان "تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية لدولة الكويت". هدفت الدراسة الى التعرف على الفروق في درجات التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين والتعرف على الفروق في درجات التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية، استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على 368 تلميذ منهم 187 تلميذ لا يمارس، واستعمل اختبار الشخصية لقياس التوافق النفسي، وتوصل إلى أن الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة الأنشطة الفردية بصفة خاصة لها تأثير إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لطلاب المرحلة الثانوية وخاصة في درجة التوافق الشخصي، وان ممارسة الأنشطة الفردية هو السبب الوحيد الذي اظهر الفرق المعنوي في بعد التوافق النفسي العام وبعد التوافق الشخصي بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين.

- دراسة مجاهد مصطفى (2011م) بعنوان «اثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي (16-17 سنة)» (مصطفى، 2011م) وهدفت الدراسة الى التعرف على اثر كل من اسلوبي التدريس بتوجيه المدرس (التدريبي) والتدريس بتوجيه الاقران (التبادلي) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي عند التلاميذ، والتعرف على افضل اسلوب من بين الاسلوبين تأثيرا على تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لديهم، استعمل الباحث المنهج التجريبي، وبلغت العينة 40 تلميذا من الذكور (20 تلميذ مجموعة تجريبية و20 تلميذ مجموعة ضابطة)، و استعمل كاداة مقياس التوافق النفسي الاجتماعي من اعداد "رشا عبد الرحمن" (2007)، ومن اهم نتائج الدراسة ان هناك

فروق دالة احصائيا بين القياسات القبلية والقياسات البعدية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي في الاسلوبين لصالح القياسات البعدية وهناك فروق دالة احصائيا بين القياسات البعدية للاسلوبين في المقياس لصالح الاسلوب التبادلي (بتوجيه الاقران).

#### التعليق على الدراسات السابقة و البحوث المشابهة:

لقد شملت الدراسات السابقة على مجال التدريب والمنافسة الرياضية والمجال الأكاديمي المتمثل في حصص التربية البدنية والرياضية ومن أهم أهداف هذه الدراسات معرفة وتحديد المهارات النفسية المميزة للاعبين ومعرفة الفروق في درجات المهارات النفسية و التوافق النفسي الاجتماعي عند الرياضيين (الممارسين)، استخدمت أغلبية الدراسات المنهج الوصفي وتراوحت العينة ما بين (40) و(368)، استعملت كأداة مقياس المهارات النفسية (1996) تعريب وتعديل "محمد حسن علاوي" ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي لـ "رشا عبد الرحمن" (2007) وتوصلت جل الدراسات إلى أن الممارسة الرياضية عامة والأنشطة الفردية خاصة لها تأثير إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي الاجتماعي، وان هناك فروق دالة بين اللاعبين من مستويات مختلفة في درجات المهارات النفسية لصالح المستوى المتقدم وهناك فروق في التوافق النفسي الاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين.

#### 6-7- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة و البحوث المشابهة:

لقد تمكنا من خلال هذه الدراسات من تحديد مشكلة البحث وأهدافه وفروضه بشكل نهائي إضافة إلى منهج البحث المتبع لتحقيق الأهداف التي نسعى إليها ، كما تمكنا من أخذ نظرة حول حجم العينة في مثل هذه الدراسات. إضافة إلى ذلك فإن وجود دراسات تناولت الممارسة الرياضية في المؤسسات التربوية يدعم توجه دراستنا هذه ويؤكد إمكانية قياس متغيرات بحثنا هذا (المهارات النفسية - التوافق النفسي) عند تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني وغير الممارسين . كما أن جل هذه الدراسات مست عينات من المراهقين.

كما استفدنا من هذه الدراسات في حيث حصر أدوات القياس المتعلقة بمتغيرات دراستنا هذه واختيار منها المقاييس المناسبة و مدى توفرها وحدائتها وقد تجلّى للطالب الباحث أن غالبية الدراسات استعملت مقياس المهارات النفسية لـ "ستيفن بل و جون البنسون و

كريستوفر شامروك "Bel.S & Albinson.J & Shambrook.C" (1996)  
"تعريب وتعديل محمد حسن علاوي"، والذي يحتوي على ستة أبعاد وهي : التصور الذهني،  
تركيز الانتباه، الاسترخاء، الثقة بالنفس، مواجهة القلق، دافعية الانجاز الرياضي. وفي نفس الإطار  
تمكنا من اختيار مقياس التوافق النفسي لـ "رشا عبد الرحمن" (2007) نظرا لحداثته مقارنة  
بالمقاييس الأخرى.

### إجراءات الدراسة:

**منهج البحث:** اتتبع الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية.

**عينة البحث:** تألفت عينة البحث من 40 تلميذ و 30 تلميذة من الممارسين من الطور  
الثانوي للمستويات الثلاثة ( 1-2-3 ) و 50 تلميذ وتلميذة من غير الممارسين ( المعفيين ) .

### مجالات البحث:

**المجال الزمني:** دامت فترة البحث من أكتوبر 2012 وإلى غاية 16 ماي 2013 .

**المجال المكاني:** قاعات أقسام الثانويتين (أبو ذر الغفاري – صايم حداش قادة )

**المجال البشري:** 70 تلميذ وتلميذة من الممارسين و 50 تلميذ وتلميذة من المعفيين .

### أدوات البحث:

**1-مقياس المهارات النفسية(العقلية):** الذي صممه ووضعته كل من ستيفان بل "Bull"  
وجون البنسون "Albinson" وكريستوفر شامبروك "Shambrook" (1996) لقياس  
بعض الجوانب النفسية الهامة للأداء الرياضي (علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ،  
1998، صفحة 543).

ويقيس المقياس ستة ابعاد(مهارات)، ويتضمن 24 عبارة، و كل بعد من الأبعاد الستة (6)  
تمثله 4 عبارات و يقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على العبارات على مقياس سداسي الدرجات  
(تنطبق علي بدرجة كبيرا جدا – تنطبق علي بدرجة كبيرة – بدرجة متوسطة – بدرجة قليلة –  
بدرجة قليلة جدا – لا تنطبق علي تماما )

جدول رقم (01) يوضح توزيع العبارات الايجابية والسلبية لأبعاد مقياس المهارات النفسية

المجموع	أرقام العبارات السلبية	أرقام العبارات الإيجابية	الأبعاد
04	-	24-18-12-06	دافعية الإنجاز الرياضي
04	22-16-10-04	-	القدرة على مواجهة القلق
04	08	20-14-02	القدرة على الاسترخاء
04	21-15-09-03	-	القدرة على تركيز الانتباه
04	13	19-07-01	القدرة على التصور العقلي
04	23-11	17-05	الثقة بالنفس

2- مقياس التوافق النفسي: الذي أعدته الباحثة "رشا عبد الرحمن محمود" (2007) ويقاس

الابعاد التالية :

- التحرر من الميل إلى الإنفراد
- الحالة الانفعالية
- الاعتماد على النفس
- المهارات الشخصية
- الإحساس بقيمة الذات
- الحالة الصحية

جدول رقم (02) يوضح العبارات الموجبة والسالبة لابعاد مقياس التوافق النفسي

المجموع	أرقام العبارات السلبية	أرقام العبارات الإيجابية	الأبعاد
07	32-27-22-10-04	37-20	التحرر من الميل إلى الانفراد
06	29-24-18-12	34-06	الحالة الانفعالية
04	21-15	09-03	الإعتماد على النفس
09	39-31-25-19	38-36-13-7-1	المهارات الشخصية
05	16-14	26-8-2	الإحساس بقيمة الذات
08	33-30-17-23-5	35-28-11	الحالة الصحية

## الأسس العلمية لأدوات البحث:

## - مدق 1 توى:

للتأكد من صدق مقياس المهارات النفسية و التوافق النفسي استعملنا طريقة صدق المحتوى حيث تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء من الأساتذة و الدكاترة ذوي الخبرة في الميدان.

## - ثبات المقياس:

بغرض اختبار مدى دقة واستقرار نتائج الاستبيانين استخدم الباحث طريقة "تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه" و قد قام الباحث بإجراء الاختبار الأول على عينة من مجتمع البحث و قوامها 20 تلميذا من الطور الثانوي و أعيد نفس الاختبار و تحت نفس الظروف بعد أسبوع، كما قام الباحث باستخدام معامل الارتباط "بيرسون Pearson"، و قد دلت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجات ثبات عالية ( انظر الجدول رقم 3).

جدول رقم (03) يوضح معامل الارتباط لحساب ثبات و مدق أداة الدراسة ككل بأبعادها (مقياس التوافق النفسي ومقياس المهارات النفسية)

الأبعاد	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة "ر" الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق
1-المهارات الشخصية	20	19	0.05	0.43	0.71	0.84
2-الإحساس بالقيمة الذاتية					0.62	0.78
3-الاعتماد على النفس					0.68	0.82
4-التحرر من الميل إلى الانفراد					0.69	0.83
5-الحالة الصحية					0.67	0.81
6-الحالة الانفعالية					0.77	0.87
1-القدرة على التصور الذهني	20	19	0,01	0,43	0,74	0,86
2-القدرة على الاسترخاء					0,81	0,90
3-القدرة على تركيز الانتباه					0,89	0,94
4-الثقة بالنفس					0,94	0,96
5-القدرة على مواجهة القلق					0,86	0,88
6-دافعية الانجاز الرياضي					0,90	0,94

قيمة  $r$  الجدولية عند  $0.01 = 0.43$  دال إحصائياً

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه وذلك بحساب معامل ارتباط بمعامل الارتباط البسيط لبيرسون، جاء معامل ارتباط المقياس الأول محصوراً ما بين 0,62 كأدنى قيمة و0,77، كأعلى قيمة، ومعامل ارتباط المقياس الثاني ما بين 0,74 و0,94 كأعلى قيمة، وهي قيم أكبر من قيمة " $r$ " الجدولية التي بلغت 0.43 عند مستوى الدلالة 0.01، ومنه يستنتج الباحث أن مقياس التوافق النفسي ومقياس المهارات النفسية يتميزان بدرجة عالية من الثبات.

#### -الصدق الذاتي :

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدم الباحث الصدق الذاتي والذي يعرف بصدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء القياس، ويقاس الصدق الذاتي عن طريق الجذر التربيعي لمعامل الثبات (درويش، 2008، صفحة 12) ومن خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه جاءت قيم الصدق الذاتي محصورة ما بين 0.78 كأصغر قيمة و0.94 كأكبر قيمة، كلها أكبر من قيمة " $r$ " الجدولية التي بلغت 0.43 عند مستوى الدلالة 0.01، ومنه يستنتج الباحث أن كلا من مقياس التوافق النفسي ومقياس المهارات النفسية يتميزان بدرجة عالية من الصدق.

#### - الموضوعية:

يعتبر الاختبار موضوعياً إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن ما يصححه وهذا يعني استبعاد الحكم الذاتي للمحكم، وبما أن اختبار التوافق النفسي وزع على مجموعة من الأساتذة لحذف أو تعديل العبارات الغامضة و الصعبة على درجة عالية من الموضوعية.

#### الوسائل الإحصائية:

المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار "ت" ستيودنت "t.student"

نتائج دراسة الفرضية الأولى: التي تشير إلى أن "هناك فروق دالة إحصائية في مستوى بعض أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين وغير الممارسين والإناث الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية لصالح التلاميذ الممارسين".

جدول رقم (04) يوضح دلالة الفروق في ابعاد المهارات النفسية بين الذكور و الاناث

الممارسين وغير الممارسين

العينة		الابعاد		ذكور ممارسين	ذكور غير ممارسين	اناث ممارسات	اناث غير ممارسات
القدرة على التصور الذهني	م. حسابي	17,84	16,76	17,26	16,28		
	ا. معياري	3,20	3,07	3,63	3,14		
	ت. المحسوبة	1,56		1,25			
القدرة على الاسترخاء	م. حسابي	16,48	13,56	15,61	13,56		
	ا. معياري	3,45	2,92	3,26	2,92		
	ت. المحسوبة	4,20		2,89			
القدرة على تركيز الانتباه	م. حسابي	14,06	13,88	13,80	14		
	ا. معياري	4,37	5,11	4,37	4,98		
	ت. المحسوبة	0,18		0,20			
القدرة على مواجهة القلق	م. حسابي	13,65	11,80	14,25	11,24		
	ا. معياري	4,30	4,28	4,61	3,86		
	ت. المحسوبة	1,98		3,04			
الثقة بالنفس	م. حسابي	17,46	15,16	16,95	15,16		
	ا. معياري	3,98	4,28	4,61	3,86		
	ت. المحسوبة	1,98		3,04			
دافعية الانجاز الرياضي	المتوسط الحسابي	20,04	16,92	19,14	16,92		
	الانحراف المعياري	3,10	5,79	3,23	5,12		
	ت. المحسوبة	3,97		2,77			
ت. الجدولية		1,67					
مستوى الدلالة		0,05					

يتضح من الجدول رقم (05) الموضح أعلاه , ما يلي :



**القدرة على التصور:**

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 1.56 وهي اصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في مهارة التصور الذهني لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 1.25 وهي اصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين انه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين، ومنه يستنتج الباحث أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني وغير الممارسين تساوا في مهارة القدرة على التصور الذهني، وهذا يعزبه الباحث إلى أن الحضور المستمر للتلاميذ غير الممارسين وانتباههم لزملائهم أثناء اللعب وتشجيعهم لهم في اغلب الأحيان اثر على مستوى مهارة القدرة على التصور الذهني .

**- القدرة على الاسترخاء:**

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 4.20 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في مهارة القدرة على الاسترخاء لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 2.89 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 و هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن الأنشطة البدنية تؤثر إيجابا على مهارة القدرة على الاسترخاء لدى الممارسين من الإناث والذكور.

**- القدرة على تركيز الانتباه :**

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 0.18 وهي اصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في مهارة تركيز الانتباه لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 0.20 وهي اصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين انه لا يوجد فروق

ذات دلالة إحصائية بين العينتين. ومنه يستنتج الباحث أن التلاميذ الممارسين وغير الممارسين تساوا في مهارة القدرة على تركيز الانتباه، وهذا يعزبه الباحث إلى أن الانتباه المستمر للتلاميذ غير الممارسين أثناء حضورهم مع زملائهم الممارسين وتشجيعهم لهم اثر على مستوى تركيز انتباههم، بالإضافة إلى أن التلاميذ معينين من المجهود البدني وليس من درس التربية البدنية.

#### – القدرة على مواجهة القلق :

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 1.98 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في مهارة مواجهة القلق لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 3.04 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن الأنشطة البدنية تؤثر إيجابا على الحالة النفسية للممارسين من الإناث والذكور، بحيث الموافق التي يتعرض لها التلاميذ أثناء اللعب و التدريبات و المنافسات أثرت إيجابا في القدرة على مواجهة القلق.

#### – الثقة بالنفس :

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 1.98 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في مهارة الثقة بالنفس لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 3.04 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن ممارسة التربية البدنية تؤثر إيجابا على الثقة بالنفس لدى الممارسين من الإناث والذكور، بحيث المنافسات والنجاح والفوز في المباريات تزيد من الثقة بالنفس لدى التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية المختلفة .

#### – دافعية الانجاز الرياضي :

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 3.97 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في دافعية الانجاز الرياضي لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 2.77 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن الأنشطة البدنية والرياضية تؤثر إيجابا على دافعية الانجاز الرياضي لدى الممارسين من الإناث والذكور. بحيث مواقف اللعب المختلفة والمنافسات والنجاح و الفوز في المباريات تنمي الدوافع و الميول الموجودة عند التلاميذ.

#### نتائج دراسة الفرضية الثانية:

والتي تشير إلى أن "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد التوافق النفسي بين الذكور الممارسين و غير الممارسين و بين الإناث الممارسات و غير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية لصالح التلاميذ الممارسين".

#### جدول رقم (06) يوضح دلالة الفروق في ابعاد التوافق النفسي بين الذكور و الاناث

##### الممارسين و غير الممارسين

الابعاد		العينة		ذكور ممارسين	ذكور غ ممارسين	اناث ممارسات	اناث غ ممارسات
التحرر من الميل الى الانفراد	م. حسابي	7.49	4.96	4.70	3.53		
	ا. معياري	1.20	2.07	1.20	1.05		
	ت. المحسوبة	9.73	3.30				
الحالة الانفعالية	م. حسابي	4.06	2.60	4.42	3.46		
	ا. معياري	1.04	0.99	0.90	1.12		
	ت. المحسوبة	9.12	3.27				

2.53	3.17	2.55	3.38	م. حسابي	الاعتماد على النفس
0.99	0.81	1.04	0.74	ا. معياري	
2.45		5.92		ت. المحسوبة	
4.46	5.47	4.36	6.07	م. حسابي	المهارات الشخصية
1.35	1.43	1.31	0.78	ا. معياري	
2.35		10.68		ت. المحسوبة	
3.13	3.70	4.41	6.68	م. حسابي	الاحساس بقيمة الذات
1.18	0.96	1.31	1.01	ا. معياري	
1.81		12.61		ت. المحسوبة	
3.86	4.72	3.43	5.17	م. حسابي	الحالة الصحية
0.98	1.41	1.09	0.88	ا. معياري	
2.15		11		ت. المحسوبة	
1,67					ت. الجدولية
0,05					مستوى الدلالة

يتضح من الجدول رقم (06) الموضح اعلاه , ما يلي :

#### التحرر من الميل إلى الانفراد:

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 9.73 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد التحرر من الميل إلى الانفراد لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 3.30 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن التربية البدنية و الرياضية أثرت إيجابا في تنمية بعد التحرر من الميل إلى الانفراد لدى الممارسين من

الذكور و الإناث , وهو ما يرجعه الباحث إلى أن الألعاب الجماعية خاصة تحرر التلميذ الممارس من العزلة والاكنتاب والذاتية وتجعله اجتماعيا أكثر.

#### الحالة الانفعالية:

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 9.12 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد الحالة الانفعالية لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 3.27 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن لممارسة التربية البدنية تأثير إيجابي في تنمية بعد الحالة الانفعالية لدى الممارسين من الذكور و الإناث ، وهذا ما يرجعه إلى أن الممارسة تمكن التلميذ من التخلص من الضغوطات النفسية وتعلمه السيطرة على انفعالاته من خلال المشاركة في المنافسات و التدريبات التي تكسب التلميذ القدرة على ضبط مزاجه في مختلف المواقف.

#### الاعتماد على النفس:

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 5.92 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد الاعتماد على النفس لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 2.45 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن لممارسة التربية البدنية تأثير إيجابي في تنمية بعد الاعتماد على النفس لدى التلاميذ (ذكور و إناث) وهذا ما يرجعه الباحث إلى الممارسة المتكررة خاصة في المنافسات الفردية كألعاب القوى ،وتعود التلميذ على الاعتماد على نفسه ومواجهة مختلف العقبات والصعوبات التي تعترض طريقه.

**المهارات الشخصية:**

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 10.68 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد المهارات الشخصية لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 2.35 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن لممارسة التربية البدنية تأثير إيجابي في تنمية بعد المهارات الشخصية لدى التلاميذ من الجنسين، وهذا لأن المهارات والخبرات التي يكتسبها التلميذ عند ممارسته لمختلف الأنشطة البدنية تساهم في تنمية وتطوير الخبرات والمهارات الفردية في الحياة العادية.

**الإحساس بقيمة الذات :**

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 12.61 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد الإحساس بقيمة الذات لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 1.81 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن ممارسة التربية البدنية تؤثر إيجاباً في تنمية بعد الإحساس بقيمة الذات لدى التلاميذ من الجنسين، وهذا ما يدل على أن الأنشطة البدنية تقوي إحساس الممارس بذاته وتزرع فيه الثقة بالنفس وهذا من خلال المواقف التي يتعرض لها أثناء الممارسة.

**الحالة الصحية:**

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين: 11 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد الحالة الصحية لصالح الممارسين، أما عند الإناث الممارسات

و غير الممارسات فقد بلغت قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة: 2.15 وهي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات، ومنه يستنتج الباحث أن ممارسة التربية البدنية تؤثر إيجابا في تنمية بعد الحالة الصحية لدى التلاميذ من الجنسين ، وهذا يرجعه الباحث إلى أن النشاط البدني والرياضي يحسن من صحة التلميذ النفسية والجسمية وتقويه من الإصابة ببعض الأمراض.

#### مناقشة الفرضيات:

بالنسبة للفرضية الأولى: التي جاءت على النحو التالي "هناك فروق دالة إحصائية في درجة بعض أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين وغير الممارسين و بين الإناث الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية وذلك لصالح التلاميذ الممارسين من خلال نتائج الجدول رقم (05) ،ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية والتي تؤكد على وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين من الجنسين في المهارات النفسية لصالح التلاميذ الممارسين ، نستنتج أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي يتميزون بدرجة عالية في أبعاد المهارات النفسية التالية : دافعية الانجاز الرياضي و الثقة بالنفس والقدرة على الاسترخاء والقدرة على مواجهة القلق على التوالي.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسة التي أجرتها بثينة محمد فاضل (1999) على ناشئات كرة اليد حيث توصلت إلى تميزهن بدافعية الانجاز و الثقة بالنفس و القدرة على مواجهة القلق.(فاضل، 1999)

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكرته نبيلة احمد محمود نقلا عن محمد الحماحي (1983) والذي يشير إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد على تحقيق التوازن النفسي و تقلل من التوتر حيث يترتب عن الاشتراك في هذه الأنشطة إشباع الميول و الاتجاهات و الحاجات النفسية و التعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة(الرياضية).

وتتفق هذه النتائج كذلك مع نتائج دراسات أجنبية قام بها كل من "كوبر" (1967م) و "كان" (1976م) و "ستشر" (1977م) و "مورغان" (1980م) و التي من أهم نتائجها أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسمات التالية الثقة بالنفس - المنافسة - انخفاض القلق - الانبساطية و الاستقرار (المامون، 2006) ومن خلال نتائج البحث نستنتج أن التلاميذ الممارسين وغير الممارسين يتساوون في بعد القدرة على التصور الذهني و القدرة على تركيز الانتباه. وهذا من خلال مراقبة ومرافقة زملائهم إلى التدريب أو مشاهدتهم لممارسين، وبالرغم من وجود دراسات أثبتت عكس ذلك .

ويشير كل من شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين (2001) في دراستهما الخاصة بالعوامل النفسية المسهمة في الانجاز الرياضي إلى أن ممارسة كرة السلة بانتظام و لسنوات طويلة تؤدي إلى تنمية وتطوير العوامل النفسية مثل طموح الانجاز و التحمل النفسي (الدين، 1997) وعليه فان الفرضية الأولى التي تشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجة أبعاد المهارات النفسية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين من الجنسين لصالح الممارسين قد تحققت .

بالنسبة للفرضية الثانية: و التي تشير إلى أن "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة أبعاد التوافق النفسي بين الذكور الممارسين و غير الممارسين والإناث الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية و الرياضية لصالح التلاميذ الممارسين " .

من خلال نتائج الجدول رقم (06) ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في الدراسة الميدانية، نستنتج أن الذكور والإناث الممارسين للتربية البدنية يتميزون بدرجة كبيرة في أبعاد التوافق النفسي مقارنة بغير الممارسين، وهو ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة أبعاد التوافق النفسي بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين. هذه النتيجة تتماشى مع ما توصل إليه الباحث عبد الرحيم دياب (1991) في دراسته بحيث توصل إلى أن الممارسة الرياضية بصفة عامة , و ممارسة الأنشطة الفردية بصفة خاصة لها تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لطلاب المرحلة الثانوية وخاصة في درجة التوافق الشخصي .

و يؤكد روزن بورجر " R. Bourguier " على وجود علاقة ايجابية بين الأنشطة الرياضية والقدرات العقلية و الحالة النفسية الاجتماعية التي تساهم في تحسين التوافق النفسي الاجتماعي



للمراهق. (kh, 1993, p. 379). وعليه فان الفرضية الثانية التي تشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجة أبعاد التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين من الجنسين لصالح الممارسين قد تحققت.

**الاستنتاج العام:** ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية فردية كانت أم جماعية لها تأثير ايجابي في تنمية المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين مقارنة بغير الممارسين .

#### الاستنتاجات :

- هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين ذكورا وإناثا في أبعاد المهارات النفسية لصالح الممارسين، و هذا يتضح من خلال تفوق التلاميذ الممارسين من الجنسين على التلاميذ غير الممارسين في الأبعاد التالية : دافعية الانجاز الرياضي , الثقة بالنفس , القدرة على الاسترخاء و القدرة على مواجهة القلق .

- هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية ذكورا و إناثا في أبعاد التوافق النفسي التالية : التحرر من الميل إلى الانفراد , الحالة الانفعالية , الاعتماد على النفس , المهارات الشخصية , الإحساس بقيمة الذات والحالة الصحية . و ذلك لصالح التلاميذ الممارسين للتربية البدنية ذكورا و إناثا.

- **التوصيات:** على ضوء النتائج المتوصل إليها، يقدم الباحث التوصيات التالية:

- زيادة اهتمام الأساتذة والباحثين بدراسة المهارات النفسية و التوافق النفسي وأهمية التأكيد انه كلما أمكن التدريب على المهارات النفسية كلما أدى إلى توافق نفسي أحسن و بالتالي يكون الأداء أفضل .

- اعتماد مقياس المهارات النفسية ومقياس التوافق النفسي لدراسة الجوانب النفسية الأخرى في المجال الرياضي .

- ضرورة الاهتمام بالمهارات النفسية و التوافق النفسي أثناء تسطير برامج التربية البدنية

- إجراء دراسات أخرى مشابحة لدى تلاميذ الأطوار التعليمية الأخرى وعلى مراحل عمرية مختلفة .

\* قائمة المراجع باللغة العربية و الأجنبية :

- ابراهيم حنفي شعلان. (بلا تاريخ). تأثير درس التربية البدنية على بعض مظاهر الايقاع الحيوي للانتباه وقوة التركيز و القدرة على التحصيل الدراسي . مصر : المجلة العلمية للتربية البدنية .
- اسامة كامل راتب. (2004). النشاط البدني و الاسترخاء . القاهرة : دار الفكر العربي .
- العربي شمعون. (1996). التدريب العقلي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي .
- بثينة محمد فاضل. (1999). الفروق في المهارات العقلية لدى ناشئات كرة اليد طبقا لنتائج المباريات . طنطة، طنطة ، مصر: مجلة كلية التربية \_ جامعة طنطة - العدد 27.
- حسين فايد. (2005). علم النفس العام \_ رؤية معاصرة \_ . مصر .
- سامي غنيم محمد مطاوع. (1991). تأثير النشاط الرياضي على التوافق النفسي العام. مصر: جامعة عين شمس .
- سعاد سليمان وعبد الله منيزل. (1991). درجة التوافق لدى طلبة جامعة السلطان قابوس وعلاقتها بكل من متغيرات الجنس والفصل الدراسي والمعدل التحصيلي والموقع السكني. سلطنة عمان : مجلة دراسات العلوم التربوية - مجلد 26- العدد الاول - .
- شريط محمد حسن المامون. (2006). تحديد السمات الشخصية للاعب الدفاعي الحر في الكرة الطائرة ومقارنته باللاعبين . مستغانم: رسالة ماجستير غير منشورة - جامعة مستغانم - .
- عبد الرحيم دياب. (1991). تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية . الكويت.
- فايز مهنا. (1987). التربية الرياضية الحديثة. سوريا: دار طلاس للدراسات والترجمة والنشر.
- محمد الحماحمي و امين انور الخولي. (1990). اسس بناء برامج التربية الرياضية . القاهرة : دار العربي .
- محمد حسن علاوي. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين . القاهرة : مركز الكتاب للنشر .
- محمد حسن علاوي. (2007). علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي .
- محمد حسن علاوي ونصرالدين رضوان. (2008). القياس في التربية البدنية وعلم النفس الرياضي. ط 1 . القاهرة: دار الفكر العربي.
- نبيلة احمد محمود. (2001). المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية . مصر.
- محمد صدقي نور الدين (2004). علم النفس الرياضية (المفاهيم النظرية-التوجيه والإرشاد-القياس) ط 1. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

- وفاء درويش (2008) دراسات تطبيقية علمية في مجال علم النفس الرياضي ط 1 الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا  
الطباعة والنشر

- Richard.H. Cox. (2005) *Psychologie du sport*. Bruxelles: Deboeck université  
- Van schagen .kh .(1993) .*Rôle de l'éducation physique dans le développement  
de la personnalité* .Paris: p. u .f.

## تقويم الأداء التدريسي لدى أعضاء هيئة التدريس في أقسام و معاهد التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة أنفسهم

1. غزالي رشيد أ.د. بن قاسم علي الحاج محمد

معهد التربية البدنية والرياضية *IEPS*

مخبر تقويم النشاطات البدنية والرياضية *LABOPAPS*

جامعة مستغانم *UMAB*

### ملخص البحث:

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الأداء التدريسي لدى أعضاء هيئة التدريس في معاهد التربية البدنية والرياضية من وجهة نظرهم ، وبغية تحقيق هدف الدراسة استخدم الطالب الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية ، وهذا من أجل الإجابة على التساؤل التالي :  
ما مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة من وجهة نظر الأساتذة ؟  
ولهذا الغرض فرضنا ان مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة من وجهة نظر الأساتذة في حدود المتوسط ، ومن اجل الوصول الى النتائج قام الباحث ببناء استمارة استبيانيه من طرفه تم تحكيمها عند أساتذة مختارين في المجال، ولغرض اختبار مدى دقة واستقرار نتائج الاستبيان استخدم الباحث طريقة " تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه " وذلك على عينة قوامها 10 من الأساتذة ثم وزعت في صورتها النهائية على عينة قوامها (81) أستاذ دائم من معاهد تيسمسيلت شلف ، أم البواقي من اصل 96 وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج التالية:

- مستوى الأداء التدريسي كبير لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمعاهد التربية البدنية والرياضية في مجالي (التخطيط للتدريس ، تقويم التدريس).
- مستوى الأداء التدريسي متوسط لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمعاهد التربية البدنية والرياضية في مجال (تنفيذ الدرس ، التفاعل مع الطلاب ، تهيئة الطلاب).

الكلمات الأساسية : الأداء التدريسي \_ التربية البدنية والرياضية \_ الأستاذ الجامعي .

**Résumé :**

**L'évaluation de la Performance D'enseignement pour les membres de personnel  
D'enseignement dans les Instituts de L'éducation Physique et Sportive selon  
l'avis des enseignants eux-mêmes.**

Chercheur : Razali Rachid

Pr : Benkazd Ali Hadj Mohamed

Le but de l'étude était la connaissance du niveau de Performance de l'enseignement, des enseignants d'éducation Physiques et Sportives, dans les Instituts, selon les enseignants eux même. Et afin de répondre à la question suivante :

Quel est le niveau de performance des professeurs qui enseignent l'éducation physique et sportive à l'université du point de vue des enseignants ?

A cet effet, nous supposons que la performance de l'enseignement des professeurs d'éducation physique et sportive à l'université, du point de vue des enseignants, et moyenne, dans le niveau, et afin d'atteindre les résultats le chercheur a réaliser un questionnaire complet, qui a été jugé par des professeurs spécialistes dans le domaine, et pour le but de tester la précision et la stabilité des résultats du questionnaire, le chercheur a utilisé la manière ". Appliquer le teste et le refaire une deuxième fois », et ainsi sur un échantillon de 10 professeurs, puis là distribués dans sa forme finale sur un échantillon de (81) professeurs permanents sur (96) des instituts de Tissemsilt, Chlef et Om Bouagui et après traitement statistique a été tiré les conclusions suivantes :

-Le niveau de Performance de l'enseignement est acceptable pour les enseignants dans les Instituts de L'éducation Physique et Sportive dans les domaines (planification, évaluation) .

-Le niveau de Performance de l'enseignement est moyen pour les enseignants dans les Instituts de L'éducation Physique et Sportive dans les domaines (exécution de leçon, l'interaction avec les étudiants sur le terrain, préparation et éveil d'intérêt)

**Mots clés :** Performance D'enseignement, L'éducation Physique et Sportive, Enseignant Universitaire

**Abstract:**

**The evaluation of teachers' Education performance in several Institutes of Physical Education and Sport, from them selves point of view.**

The goal of this study is to know the performance level for teachers of Physical Education and Sport in several Institutes of Physical Education and Sport.

So, in order to reach that aim of study, the student researcher used the descriptive method with the surveying style, to answer the following question:

What is the level of performance of the professors teaching physical education and

For this purpose ,we assume that, teaching performance in Physical Education and Sports University, from the perspective of teachers, is on average, within the level and in order to reach the results the researcher built form questionnaire, which was judged by specialized professors in the field, and for the purpose of testing the accuracy and stability of the results of the questionnaire, the researcher used the way " test application and re-apply it, " and so, on a sample of 10 professors, and then distributed in its final form on a sample of (81) among (96) permanent professors from Tissemsilt, Chlef and Om-Bouagui institutes, and after statistical treatment the following conclusions were reached:

-The great performance level of Teachers of physical education and sport, in the matter of planning and evaluation within the teaching process.

-The average performance level of teachers of physical education and sport, in the matter of realizing lessons, preparing students and making them involved.

**Key words:** Teaching performance-Physical education and sport-University professor.

**- مقدمة:**

أضحى تقدم الأمم مرهون بما تمتلكه من معرفة وثقافة متقدمة وثروة بشرية متعلمة قادرة على الإبداع والإنتاج والمنافسة ، وتحقيق أفضل المعدلات في مجال التنمية البشرية والاستثمار الايجابي للثروات الطبيعية. "فالأمم العارفة هي الأمم القوية" والتي ترى أن القطاع التربوي والتعليمي يشكل أحد الأعمدة الرئيسة في تطور المجتمع (حامد، 2004، 153).

لذا يبدو واضحاً الآن أكثر من أي وقت مضى إن قطاع التربية والتعليم عامة وقطاع التعليم العالي خاصة إلى إعادة النظر بأهدافه وبرامجه وهياكله الإدارية والتنظيمية في ضوء العلاقة مع القطاعات المجتمعية الأخرى وهذا يعني إن قطاع التعليم العالي مدعوا بكل قواه لان يطور مهامه ووظائفه وأن يحسن من مخرجاته بشكل يتوافق مع متطلبات الجودة وان يخلصها إلى مستوى عال يوائم الحاجات والمستجدات التي تزداد يوماً بعد يوم لينهض بالمجتمعات ويدفعها بقوة باتجاه التنمية والتطور. (Julius, 1998, p. 47)

شهدت العقود الثلاثة الأخيرة اهتماماً متزايداً بتقويم أعضاء هيئة التدريس بالجامعات، خاصة في ظل الأخذ بنظام الاعتماد وضمان الجودة في مجال التعليم ، وقد شمل هذا التقويم جميع أبعاد منظومة العملية التعليمية من طلاب ، وأعضاء هيئة تدريس ، ومناهج وأنشطة وإداريين وغيرهم، بيد أن الاهتمام الأكبر انصب حول تقويم الأداء الأكاديمي بصفة عامة والأداء التدريسي بصفة خاصة لأعضاء هيئة التدريس على اعتبار أنهم يشكلون البعد الرئيسي في هذه المنظومة، وعلى أساس الدور الأهم الذي يضطلعون به لتحقيق أهداف الجامعة واستناداً إلى أن جودة أي قسم أو كلية أو معهد تقاس إلى حد كبير بكفاءة هيئة التدريس بها، وأن نوع التعليم الذي تقدمه الكلية لطلابها يعتمد إلى حد بعيد على كفاءات وكفاءات هيئة التدريس بها (ناقاة، 2004، 202).

لذلك فقد تعددت البحوث والدراسات التي اهتمت بتقويم أعضاء هيئة التدريس من أجل تطوير دور الجامعات في تحقيق التنمية المجتمعية كدراسة (Uctug, 2003) والتي قدمت عدة محكات يمكن التعويل عليها لتقويم أساتذة الجامعة من أهمها: مقالاته المنشورة، وراثته

لتحرير مجلة علمية، أو اشتراكه في هيئة تحريرها ونشاطاته البحثية، والتدريسية ومشاركته في الإدارة الجامعية... وغيرها، ودراسة (محمد منقور، 2006) والتي تهدف إلى تحديد المتطلبات التي تمثل جوانب أساسية هامة وضرورية لأداء عضو الهيئة التدريسية، والتي يجب أن تهتم بها العملية التقييمية.

وبالرغم من تعدد وظائف عضو هيئة التدريس، والمنبثقة في الأساس من وظائف الجامعة والتي من أهمها البحث والتدريس وخدمة المجتمع، وبالرغم ما طرأ على الجامعة من تغيرات جذرية في مفهومها ووظائفها استجابة لما طرأ على المجتمع من تغيرات اقتصادية واجتماعية وسياسية وثقافية وغيرها، فلا يزال التدريس أكثر وظائف الجامعة أهمية، ومن ثم فلا تزال وظيفة التدريس هي الوظيفة الأبرز لعضو هيئة التدريس، وهو ما عبر عنه أحد الباحثين حينما قال "إنه إذا أعطي للمسؤولين عن تطوير التعليم الجامعي في العالم الحر اليوم مجالا واحدا فقط كي يعطوه كل اهتمامهم، فإنهم سيختارون تطوير المعلم والتدريس الجامعي" (دياب، 1997).

إن الاهتمام بالأداء التدريسي الذي ارتبط بنشأة الجامعة وكان من أهم وظائفها لدرجة التي جعلت البعض يبالغ فيعرف الجامعة على أنها مكان لتدريس المعرفة ونشرها، وليس لاكتشافها وتوليدها فقد بدأ يعود مرة أخرى من أهم وظائفها وبالتالي من أهم وظائف أعضاء هيئة التدريس، ومن ثم فقد احتل تقييم الأداء التدريسي في معظم الجامعات التي قطعت شوطا كبيرا في مضمار التقدم في مجال تقييم الأداء الجامعي مكانا محوريا ومهما بين مجالات الأداء الأخرى خاصة الأردن ودول الخليج العربي، (محفوظ، 2004، 185)، كدراسة (خالد احمد البريرة، 2011) ودراسة (هدى بنت محمد، 2008) والتي تولى كل منهما إلى العمل على إجراء دراسات أخرى تتناول نماذج تقييم الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في جامعات أخرى. كما يوجد هناك نقص كبير في الدراسات التي تهتم بتقييم الأستاذ الجامعي للتربية البدنية والرياضية بالجزائر لهذا جاءت دراساتنا كإطلالة على واقعها من خلال تحديد مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الجامعة كونها باتت ضرورة حتمية نظرا لأهميتها في مواكبة ومواجهة تطورات العلم.



**2- مشكلة البحث:**

على الرغم من تزايد الاهتمام العالمي بتقويم الأداء الأكاديمي لأعضاء هيئة التدريس بصفة عامة، والأداء التدريسي بصفة خاصة، فلا يزال تقويم أدائهم لا يحظى بالاهتمام الكافي، ولا يلقي القبول المناسب في أقسام ومعاهد التربية البدنية والرياضية، كما أنه موضع جدل ومحل شك كبيرين، خاصة الجانب التدريسي منه، من حيث خلائقه وأبعاده، وكيفية تقويمه، ومآدر هذا التقويم، هذا فضلا عن أن هذا الأداء يتم في الغالب بشكل شخصي ووفق اجتهادات فردية كما لا يزال بعيدا عن المعالجات التقويمية الموضوعية للكشف عن أوجه القصور ومعالجتها. إضافة إلى شكوى كثير من الطلاب من ضعف الأداء التدريسي لبعض أعضاء هيئة التدريس، وانزلاف بعضهم عن أداء بعض محاضراتهم، أو تأديتها بصورة شكلية لا تراعي ما ينبغي أن يكون عليه الأداء التدريسي الفعال.

وقد أجمعت الدراسات في هذا المجال على وجود علاقة طردية بين نوعية وجودة المخرجات وكفاءة الأستاذ لهذا ألبح الأداء التدريسي ضرورة ملحة لأستاذ التربية البدنية والرياضية بالجامعة من اجل وجود جودة في التعليم لذا أردنا أن نسلط الضوء عليه من خلال طرح السؤال التالي:

ما مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة من وجهة نظر الأساتذة؟.

**3- هدف البحث :**

التعرف على مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة من وجهة نظر الأساتذة أنفسهم

**4- فرض البحث :**

مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة في حدود المتوسط من وجهة نظر الأساتذة أنفسهم .

**5- مصطلحات الدراسة:**

**5-1- الأداء التدريسي:** درجة قيام عضو هيئة التدريس بتنفيذ المهام التعليمية وما يبذله من ممارسات وأنشطة وسلوكيات تتعلق بمهامه المختلفة تعبيرا سلوكيا (العمارة محمد حسن، 2006، 98)

**التعريف الإجرائي:** هو كل ما يقوم به عضو هيئة التدريس من تخطيط وتهيئة الطلاب وتنفيذ وتقييم لعملية الدرس وهذا عن طريق التفاعل ما بين الأستاذ والطالب والمادة التعليمية.

**5-2- الأستاذ الجامعي:** هو أهم محاور العملية التعليمية (القربي، 2005)، والعنصر الأساسي والجوهري فيها لأنه يقود العمل التربوي والتعليمي، ويتعامل مع الطلاب مباشرة فيؤثر في تكوينهم العلمي والاجتماعي ويعمل على تقدم المؤسسات وتطويرها وحمل أعباء رسالتها العلمية والعملية في خدمة المجتمع وتحقيق أهدافه (عيسى، 2009، 33).

**التعريف الإجرائي:** الأستاذ الجامعي هو المتفرع للعمل التدريسي في إحدى الجامعات الجزائرية، ويحمل درجة الماجستير أو الدكتوراة في احد حقول المعرفة، ويختلف حسب الدرجة العلمية، أستاذ مساعد (أ) و (ب)، أستاذ محاضر (أ) و (ب)، أستاذ باحث.

**5-3- التربية البدنية و الرياضية:** عملية توجيه للنمو البدني والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الوقائية وبعض الأساليب الأخرى لغرض اكتساب القدرات البدنية والمعرفية والمهارات والخبرات التي تحقق متطلبات المجتمع أو حاجات الإنسان التربوية (بسيوني، 1992، 93).

**التعريف الإجرائي:** التربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة تعمل على تنمية الفرد من جميع الجوانب حركية نفسية اجتماعية انفعالية، عن طريق الأنشطة البدنية المقننة، وهذا من اجل تكوين فرد صالح وسليم يخدم البلاد والعباد ويستجيب لنداء الوطن إذا استدعي له.

**5-4- تعريف الجامعة:** الجامعة معقل الفكر الإنساني في ارفع مستوياته، ومركز الاستثمار وتنمية الثروة البشرية، وبعث الحضارة العربية والتراث التاريخي للشعب العربي، ومراعاة المستوى الرفيع للتربية الخلقية والوطنية وتوثيق الروابط الثقافية والعلمية مع الهيئة العربية والأجنبية (شحاتة، 2001، 12)

**التعريف الإجرائي للجامعة:** الجامعة محيط يعبر عن تفاعلات مجموعة من عناصر العملية التعليمية التكوينية الأستاذ، الطالب، الإدارة، وهي مكان لنشر المعرفة العلمية واكتشافها وتوليدها والمساهمة في ترقية الفرد وتنمية وخدمة المجتمع من خلال التدريس والبحث العلمي.

### 6 - الدراسات السابقة:

#### 1- دراسة الحدابي داود عبد المالك ، خالد عمر خان (2010) تحت عنوان:

تقوم الطلاب لعضو هيئة التدريس في جامعة العلوم والتكنولوجيا اليمنية في بعض الكفايات التدريسية، هدفت إلى التعرف على مستوى أداء عضو هيئة التدريس في جامعة العلوم والتكنولوجيا اليمنية من خلال رأي الطلاب في بعض الكفايات التدريسية، وقد استخدم الباحث استبانة مكونة من (22) فقرة مقسمة إلى ستة كفايات، وتكونت العينة من (102) طالب ذكور وإناث، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجات لأعضاء هيئة التدريس، و أوصى الباحث وضع خطط لازمة لإعادة تأهيل أعضاء هيئة التدريس فيما يخص الكفايات التدريسية.

#### 2 - دراسة عبد الرزاق شنين الجنابي (2009) تحت عنوان:

تقوم الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في الجامعة وانعكاساته في جودة التعليم العالي في كلية التربية للبنات جامعة الكوفة، هدفت الدراسة إلى معرفة الوسائل والأساليب المعتمدة في تقييم الأداء التدريسي لعضو هيئة التدريس الجامعي، والسبل الواجب اعتمادها من قبل الجامعات لغرض تحسين مستوى الأداء التدريسي، وأظهرت النتائج أن الأداء التدريسي لعضو هيئة التدريس إحدى المهام الرئيسة التي تؤديها الجامعات وتساهم في تحقيق أهداف الجامعة ورسالتها، وفي ضوء النتائج يوصي الباحث بما يلي : أن تعتمد الجامعة وسائل وأساليب تقييم متنوعة لا أسلوباً واحداً في تقييم وتقييم عضو هيئة التدريس لأن الأسلوب الإداري الوحيد المعتمد لا يحقق متطلبات الجودة في التعليم العالي.

#### 3- دراسة هدى بنت محمد (2008) تحت عنوان:

نحو تطوير نموذج تقييم أداء وظيفي فاعل لأعضاء هيئة التدريس بالجامعات السعودية، هدفت الدراسة تطوير نموذج تقييم أداء وظيفي فاعل لأعضاء هيئة التدريس بالجامعات السعودية،

والتعرف على مدى رضا رؤساء الأقسام الأكاديمية عن النموذج الحالي لتقويم أعضاء هيئة التدريس بالجامعات السعودية، والأسباب المؤدية لعدم رضاها عنه ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء استبانته ، تم تطبيقها على عينة قوامها 312 أستاذ في كل من جامعة ملك سعود، جامعة الملك عبد العزيز جامعة الملك خالد ، جامعة الملك فهد للمعادن والبتترول ، وبتوزيع الاستبيانات عليهم والتي بلغ العدد الإجمالي منها 222 استبانته ، وتولت النتائج إلى :

- إن اغلب رؤساء الأقسام الأكاديمية غير راضيين عن النموذج الحالي لتقويم الأداء الوظيفي لأعضاء هيئة التدريس وإن أسباب عدم الرضا عن النموذج الحالي للتقويم يتمثل في عدة أمور أهمها : افتقار النموذج الحالي إلى تعاريف محددة لبعض عناصره . عدم اخذ عناصر تقويم الطلاب بالحسبان ، عدم كفاية عناصر التقويم الموجودة . في ضوء النتائج التي تولت إليها الدراسة فإن الباحثة توالي بما يلي:

العمل على إجراء دراسة أخرى تتناول نماذج تقويم الأداء الوظيفي لأعضاء هيئة التدريس في جامعات أخرى والنظر في إمكانية تعميم الدراسة الحالية عليها.

#### 4- دراسة حسن تيم (2008) تحت عنوان:

أراء طلبة الدراسات العليا في الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في كلية الدراسات العليا بجامعة النجاح الوطنية، تهدف الدراسة الحالية للتعرف على آراء طلبة الدراسات العليا في الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في كلية الدراسات العليا بجامعة النجاح الوطنية وتقديم التوصيات الهادفة بشأنها، وقد استخدم الباحث استبانته مكونة من (47) فقرة مقسمة إلى خمسة كفايات وتكونت العينة من (152) طالب ذكور وإناث من طلبة الماجستير، وأظهرت النتائج أن مستوى آراء طلبة الدراسات العليا في الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في كلية الدراسات العليا بجامعة النجاح الوطنية عال على العموم، و أوصى الباحث بضرورة عقد دورات إلزامية لأعضاء هيئة التدريس ، زيادة الاهتمام بتقويم الأداء التدريسي.

#### 5- دراسة صالح ناصر عليمات (2006) تحت عنوان :

الكفايات التعليمية لأداء أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك ، تهدف هذه الدراسة إلى تحديد الكفايات التعليمية لأداء أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك شملت الدراسة 309

عضو هيئة تدريس في كليات الجامعة ، وتولت إلى أن ترتيب مجالات الكفايات بحسب أهميتها وفقا لوجهة نظر أفراد عينة الدراسة في الكليات العلمية والإنسانية متوافقا بشكل عام وتشير الدراسة إلى حلول مجال كفاية الممارسات التعليمية على المرتبة الأولى وكفاية استشارة الدافعية على المرتبة الأخيرة وانه توجد فروق دالة إحصائية بين إجابات أعضاء هيئة التدريس في الكليات العلمية والإنسانية في الفقرات المشتركة بينهم عند مقارنتها حسب الألقاب العلمية في بعض الكفايات .

#### 7- إجراءات الدراسة:

7-1 منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته الميدانية نظرا لملائمته لطبيعة البحث وتحقيق أهدافه.

7-2 مجتمع البحث : 96 استاذ دائم من معاهد تيسمسيلت و شلف و أم البواقي.

7-3 عينة البحث : شملت عينة البحث(81) أستاذ دائم للتربية البدنية والرياضية بالجامعة لمعاهد تيسمسيلت شلف و أم البواقي بنسبة (84,37%) من المجتمع الأصلي.

#### 7-4 مجالات البحث:

7-4-1 المجال البشري : اشتمل المجال البشري في هذا البحث على (96) أستاذ من معاهد التربية البدنية والرياضية لمعاهد تيسمسيلت و شلف و أم البواقي بالجامعة الجزائرية.

(10) استمارات وزعت على العينة الاستطلاعية من الأساتذة وتم عزلها من الدراسة الأساسية.

7-4-2 المجال المكاني: لقد تم توزيع الاستبيان بمعاهد التربية البدنية والرياضية في معاهد تيسمسيلت وشلف و أم البواقي بالجامعة الجزائرية .

7-4-3 المجال الزمني: أجريت الدراسة في الفترة الممتدة من 2012/11/02 إلى غاية 2013/03/15 حيث تم خلال هذه الفترة جمع كل ما من شأنه أن يثري البحث ويحلل إلى حل المشكلة ثم قمنا بوضع استبيان وعرضه على الأستاذ المشرف وعلى بعض الأساتذة بغرض تحكيمه ، وبعد الملاحظات والتوجيهات تم توزيع الاستبيان على الأساتذة في تاريخ 2013/02/10 إلى غاية 2013/03/15

## 7-5 خطوات بناء أداة جمع البيانات:

- الاطلاع على المقاييس والاختبارات : تم الاطلاع على مختلف الاستبيانات والمقاييس التي أعدت لقياس الأداء التدريسي ، كما تم الاطلاع على الدراسات السابقة التي أفادتنا كثيرا في التعرف على الأدوات المستخدمة لقياس الأداء التدريسي لدى أساتذة الجامعة التي توافرت لدى الطالب الباحث كدراسة (عبد الواحد ، 2010) ودراسة (الخالد ، 2006) ودراسة (جمال علي ، 2003) .

## صدق ا كمين والخبراء:

قام الباحث بعرض الاستمارات الاستبائية في لورتها الأولية على مجموعة من المحكمين البالغ عددهم (10) منهم (2) محكمين تختص علم النفس و(8) تختص تربية بدنية ورياضية وطلب منهم تقديم اقتراحات للعبارة التي يلاحظون أنها لا تخدم الموضوع وما هي العبارات التي ينصح بتعديلها أو إلغائها قلد تعويضها أو حذفها ، وبعدما قام جميع المحكمين بالاطلاع على الاستمارات وإبداء جملة من التعليقات والملاحظات عليها تم إلغاء خمس عبارات ودمج عبارتين ، وتعديل بعضها ، بناء على ما اتفق عليه أكثر من 80 بالمائة من المحكمين ، حيث أبحاث في لورتها النهائية تحتوي على مجموع 50 عبارة

ثبات الاستبيان: بغرض اختبار مدى دقة واستقرار نتائج الاستبيان استخدم الباحث طريقة " تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه " وذلك على عينة قوامها 10 من الأساتذة ونتائج الجدول رقم (01) تبين ذلك:

## جدول رقم (01) يوضح معاملات الثبات للاستبيان

الدراسة الإحصائية	معامل الصدق	معامل الثبات	حجم العينة	ر E	محتوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
التخطيط للتدريس	0.93	0,87	10	0.81	0.05	04	دال
تهيئة الطلاب	0.98	0.97					دال
تنفيذ الدرس	0.96	0.93					دال

دال					0.91	0.95	التفاعل مع الطلاب
دال					0.88	0.94	التقويم

**الموضوعية :** لقد عمد الباحث على استخدام عبارات سهلة وواضحة ، إضافة إلى تقديم الاستمارة إلى أساتذة محكمين بغية التأكد من الإياغة الجيدة للعبارات وهذا ما يجعل الاستمارة تتمتع بدرجة عالية من الموضوعية .

**7-6 الدراسة الإحصائية :** للتعبير عن الإجابات تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الثبات لأداة الدراسة وأبعادها. الجذر التربيعي لمعامل الثبات لحساب معامل الدقة المنطقي، تم استخدام المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، تم استخدام اختبار كا<sup>2</sup> .

**8- عرض ومناقشة نتائج مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية بالجامعة من وجهة نظرهم**

**8-1 عرض ومناقشة محور التخطيط للتدريس:**

الجدول رقم (02) يوضح نتائج محور التخطيط للتدريس لدى أساتذة الجامعة

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> الجدولية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة المئوية %	التكرار	درجة الممارسة
دال إحصائيا	0.05	4	9.49	22,86	3,70	3	ضعيفة
					14,81	12	اقل من المتوسط
					24,69	20	متوسطة
					35,80	29	كبيرة
					20,98	17	كبيرة جدا

نلاحظ من خلال نتائج المدونة في الجدول رقم (02) أعلاه أن ك<sup>2</sup> المحسوبة بلغت ( 22,86 ) وهي أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية ( 9.49 ) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 04 معناه انه هناك فروق ذات دلالة إحصائية، وكان ل<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية ، و أن هذه النتيجة طبيعية حيث ي<sup>2</sup>عب على عضو هيئة التدريس أن يقوم بعمله دون الإلمام بالموضوعات التي

يقوم بتدريسها والاطلاع على الجديد فيها ، وهذا ما يتفق مع دراسة (حسن تيم، 2008) حيث أظهرت النتائج إلى مستوى كبير للأداء التدريسي خاصة جانب التخطيط وربما تعود إلى الوعي الكبير الذي أصبح عند مختلف أطراف المجتمع بالدور الذي يلعبه في حياة الفرد خاصة الأستاذ الجامعي ، فالأستاذ الواعي هو الذي يربط أهداف التعليم بحاجات الطلبة وتطلعاتهم وقدراتهم وميولهم واتجاهاتهم وظروفهم ، وهذا يساعده على التنوع في النشاطات لتناسب جميع الطلبة ، ذلك أن الطلبة يتباينون في مستويات الذكاء والتفكير ولكنهم يهدفون دائما إلى زيادة -  
ح-يلتهم المعرفية والثقافية (البناء، 2005) .

### 8-2- عرض ومناقشة نتائج محور مهارات تهيئة الطلاب لدراسة المقرر :

الجدول رقم (03) يوضح نتائج تهيئة الطلاب لدراسة المقرر لدى أساتذة الجامعة.

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> الجدولية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة المئوية %	التكرار	درجة الممارسة
دال إحصائية	0.05	4	9.49	27,93	7,40	6	ضعيفة
					13,58	11	اقل من المتوسط
					39,50	32	متوسطة
					27,16	22	كبيرة
					12,34	10	كبيرة جدا

نلاحظ من خلال نتائج المدونة في الجدول رقم ( 03 ) أعلاه أن ك<sup>2</sup> المحسوبة بلغت (27,93) وهي أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية (9,49) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 04 معناه أن هناك فروق دالة إحصائية، أي الفرق الموجود بين مستويات الأساتذة لمحور تهيئة الطلاب له قيمة إحصائية ويأخذ بعين الاعتبار وكان له المالح المستوى المتوسط ، ويمكن تفسير هذه النتائج استنادا إلى ما يشهده التعليم العالي من تضخم في عدد الطلاب وزيادة الكثافة



الطلابية داخل قاعات التدريس (الجانب النظري) وأثناء التدريبات العملية (الجانب التطبيقي) وندرة وسائل تكنولوجيا التعليم وهذا ما يتفق مع دراسة (خالد، 2003) قام بدراسة لتقويم جودة مهارات التدريس الجامعي لدى أساتذة جامعة الأقاليم من وجهة نظر الأساتذة أنفسهم وجد أن معظم المهارات التدريسية التي يستعملها أعضاء هيئة التدريس من بينها مهارة تهيئة الطلاب في حدود المتوسط كما يولي الباحث أساتذة الجامعة بالاهتمام بالجوانب الوجدانية المتعلقة بتنمية ميول ايجابية نحو المادة التي يدرسونها .

### 8-3- عرض ومناقشة نتائج محور تنفيذ الدرس:

#### الجدول رقم (04) يوضح نتائج محور تنفيذ الدرس

الدرجة	التكرار	النسبة المئوية %	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
ضعيفة	7	8,64	23,71	9,49	4	0,05	دال إحصائياً
اقل من المتوسط	15	18,51					
متوسطة	31	38,27					
كبيرة	20	24,69					
كبيرة جداً	8	9,87					

نلاحظ من خلال نتائج المدونة في الجدول رقم (04) أعلاه أن ك<sup>2</sup> المحسوبة بلغت (23,71) وهي أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية (9,49) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 04 معناه أن هناك فروق دالة إحصائية أي الفرق الموجود بين مستويات الأساتذة بالنسبة لمحور تنفيذ الدرس كانت له قيمة إحصائية ويأخذ بعين الاعتبار. وكان لـ<sup>2</sup> المحسوبة المستوى المتوسط ، ويمكن تفسير ذلك في ضوء واقع التعليم الجامعي الذي يـ<sup>2</sup>عب فيه على عضو هيئة التدريس في ظل الأعداد الكبيرة وقـ<sup>2</sup>ور الإمكانيات المادية لدى استخدام أساليب كثيرة مثل مناقشة

الطلاب في المستجدات العلمية واستخدام وسائل تعليمية متعددة ، وإتاحة فرص التعلم الذاتي للطلاب إضافة إلى اعتقاد كثير من أعضاء هيئة التدريس أن التحلي بروح الدعاية والمرح يعد الخروج عن التقاليد الجامعية ويقلل من مكانة الأستاذ بين طلابه وتوافقت هذه النتائج مع دراسة (الغريوات، 2005) حيث قوم كفايات التدريس من وجهة نظر الطلبة، وجد أن غالبية الطلبة غير راضين على الكفايات التدريسية لأعضاء هيئة التدريس من خلال استخدامهم طرق وأساليب تدريس قديمة، مما ينقص من دافعية الطلبة ويجعل الأستاذ هو المبر المعرفة الوحيد وأولت الدراسة بضرورة استخدام طرق ووسائل تدريس وتقويم حديثة.

#### 8-4- عرض ومناقشة نتائج محور التفاعل مع الطلاب:

##### الجدول رقم (05) يوضح نتائج محور التفاعل مع الطلاب

الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية %	التكرار	درجة الممارسة
دال إحصائية	0,05	4	9,49	17,45	11,11	9	ضعيفة
					22,22	18	اقل من المتوسط
					37,03	30	متوسطة
					16,04	13	كبيرة
					13,58	11	كبيرة جدا

نلاحظ من خلال نتائج المدونة في الجدول رقم (05) أعلاه أن ك2 المحسوبة بلغت (17,45) وهي أكبر من ك2 الجدولية (9,49) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 04 معناه أن هناك فروق دالة إحصائية أي الفرق الموجود بين مستويات الأساتذة بالنسبة لمحور التفاعل مع الطلاب كانت له قيمة إحصائية ويأخذ بعين

الاعتبار وكان للاح المستوى المتوسط فالتفاعل حالة داخلية تتولد لدى الفرد وتدفعه إلى التيقظ والانتباه للموقف التعليمي (عدس، 1995) وهذا يتفق مع نتائج دراسة (الشعيل ،

(2002) و (منى بنت احمد السبيعي، 2009) التي أشارت نتائجها إلى انخفاض في مستوى أداء معلمي العلوم للمهارات التدريسية ، ومن ضمنها مهارات الاتزان، ويرى الباحث تلك النتيجة إلى أن عضو هيئة التدريس لا يعمل على تفعيل مهارات الاتزان والتفاعل مع الطلبة ، وذلك لحذر عضو هيئة التدريس اهتمامه في المادة العلمية فقط وكيفية إيصالها للطلبة وعدم إدراك أهمية الاتزان والتفاعل مع الطلاب ودوره الحيوي الذي " يؤدي إلى علاقات إنسانية إيجابية تعمل على زرع الثقة في نفوس الأفراد، وزيادة دافعيتهم للعمل ، وللتعاون البناء، ورفع الروح المعنوية في بيئة العمل بين المجموعة، وإشباع احتياجاتهم النفسية والاجتماعية . " (الحريري، 2007، صفحة 265)

### 8-5 عرض ومناقشة نتائج محور تقويم الطلاب:

#### الجدول رقم (06) يوضح نتائج محور تقويم الطلاب

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> الجدولية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة المئوية %	التكرار	درجة الممارسة
دال احصائيا	0.05	4	9.49	25,83	4,93	4	ضعيفة
					14,81	12	اقل من المتوسط
					25,92	21	متوسطة
					38,27	31	كبيرة
					16,04	13	كبيرة جدا

نلاحظ من خلال نتائج المدونة في الجدول رقم ( 06) أعلاه أن ك<sup>2</sup> المحسوبة بلغت (25,83) وهي أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية ( 9.49) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 04 معناه انه هناك فروق ذات دلالة إحصائية وبالنسبة لمحور تقويم الطلاب كان ل<sup>2</sup> الخ المستوي الكبير، و أن هذه النتيجة طبيعية لان تقويم الطلاب يعد من الأمور الملموسة والتي يمكن للأستاذ أن يحاسب عليها إداريا وقانونيا إذ لم يتم بهذه العملية بطريقة واضحة إضافة إلى

ما تشكله عملية التقويم من أهمية كبيرة في عملية التدريس ، وهذا ما يتفق مع دراسة (العمامرة، 2006) حيث أظهرت النتائج أن تقييم الأساتذة لأنفسهم على مجالات الدراسة الأربع من بينها التقويم كان مرتفعا .

وكاستنتاج نخرج به أن مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بجامعة شلف وتيسمست و أم البواقي لا يفي بمتطلبات الجامعة الجزائرية و أن هذه النتائج غير مرضية للمجتمع الجامعي الجزائري، نظرا لكون التدريس الوظيفة الأساسية للأستاذ الجامعي وذا أهمية بالغة في المحيط الجامعي ، وهذا ما سينعكس على نوعية التكوين، أي تأثر جودة المخرجات المتمثلة في الطالب أستاذ الغد ومن وراه المجتمع. لذا من الضروري المعالجة الإكلينيكية أو العيادية لهذه الظاهرة بوضع استراتيجية مقننة طويلة المدى من اجل الارتقاء بمستوى الأستاذ الجامعي من حيث وظائفه الأساسية خاصة الأداء التدريسي منها .

### 09- الاستنتاجات:

- هناك اختلاف في مستوى الأداء التدريسي (التخطيط للتدريس، تنفيذ الدرس، تقويم الطلاب، التفاعل مع الطلاب، تهيئة الطلاب)، بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة.
- إن مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة بالنسبة لمحور التخطيط للتدريس كان بدرجة كبيرة.
  - إن مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة بالنسبة لمحور تنفيذ الدرس كان متوسطا.
  - إن مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة بالنسبة لمحور التهيئة كان متوسطا.
  - إن مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة بالنسبة لمحور التفاعل مع الطلاب كان متوسطا.
  - إن مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالجامعة بالنسبة لمحور تقويم الطلاب كان بدرجة كبيرة.

### 10- مناقشة الفرضيات:

- مستوى الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في بعض معاهد التربية البدنية والرياضية من وجهة نظرهم في حدود المتوسط.

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (03-04-05) الخاتمة بالحوار التالية (تهيئة الطلاب، تنفيذ الدرس، التفاعل مع الطلاب) إن المستوى الغالب كان المستوى المتوسط في حين أظهرت النتائج المدونة في الجدولين (02-06) الخاتمة بمحوري (التخطيط للتدريس، تقييم الطلاب) مستوى كبير .

- بالنسبة لمحور التخطيط للتدريس، كان المستوى عموماً فوق المتوسط من خلال تمرکز 29 أستاذ في المستوى الكبير، و17 أستاذ في المستوى الكبير جداً ، أي معناه أن أكثر من (56%) من الأساتذة يمارسون هذه المهارة، فالأستاذ الناجح هو الذي يسعى إلى تطوير نظام تخطيطه وإعادة النظر فيه ولاسيما بعد التقييم ومعرفة النتائج وقد يضطر الأستاذ لإلغاء بعض بنود مخططة وإضافة أخرى فيما لو طرأ ظرف يستوجب ذلك فالتخطيط الجيد وإن كان اتخذ مسارا ثابتا قائما على الخبرة والنتائج الجيدة ، فهو بحاجة إلى التطوير والاطلاع على المستجدات التربوية والبحوث والاستفادة منها في التخطيط نحو الأحسن (الحريري، 2007، 260) بينما كان مستوى 35 أستاذ بنسبة أكثر (43%) تحت المتوسط عموماً، أي أن درجة ممارستها ليس بالشكل المطلوب، وربما يرجع ذلك إلى أن بعض من الأساتذة لا يراجعون خططهم وأهدافهم التدريسية حسب حاجات الطلبة والمتغيرات الجديدة ونتائج التقييم ويقومون بتعديل ما يحتاج إلى التعديل.

- أما نتائج محور تهيئة الطلاب، كانت لـالمح مستوى متوسط ب(32) تكرار ونسبة معوية قدرها (39.50%)، ويرى الطالب الباحث أن هذه النتيجة لا تفي بالغرض كونها من المقومات الأساسية للتدريس الفعال ومنه فلا بد أن يهيئ الأستاذ طلابه للتلقي ، و أن يجعلهم حاضر الجسد والذهن فتهيئة الطلاب تجعلهم أكثر اهتماما بالمادة الدراسية، وأكثر استمتاعا بدراستها ، وحيث أن عملية التدريس هي فن بالإضافة إلى كونها علم ، لذا فإنه من الضروري أن يعتمد الأستاذ إلى تهيئة أذهان الطلبة للانتباه ، والتجاوب أثناء تقديمه للدرس وذلك عن طريق شد انتباههم عن طريق أسئلة و عبارات مثيرة للانتباه الطلبة وحب الاستطلاع لديهم (اميد، 1983، 185) .

- بالنسبة لمجال تنفيذ الدرس جاء بمستويات متفاوتة، وكان التفوق لـ 31% من المستوى المتوسط بتكرار قدره 31 أستاذ بنسبة قدرها (38.27%)، ورغم أهمية هذا المجال ضمن مركبات العملية التدريسية، وهي من أهم العمليات التي يقوم بها الأستاذ. وتشتمل هذه العملية مجموعة من المهارات الرئيسية، التي يجب على المعلم إتقانها (محمد، 2005، صفحة 21) وجدنا (50) أستاذ بنسبة قدرها (65.72%) لم يتعدوا المستوى المتوسط أي أنهم مازالوا يستعملون طرق وأساليب ووسائل تدريس تقليدية وهذه النتيجة غير مرضية في ظل التحديات التي تواجه التعليم العالي في القرن الحادي والعشرين، وهذا ما يؤثر سلبا على نوعية التكوين وعلى مستوى الطلاب، ومنه أصبح من الضروري امتلاك الأساتذة مهارات تدريسية فعالة لتجويد التكوين.

- بالنسبة لمحور التفاعل مع الطلاب كان التفوق لـ 30% من المستوى المتوسط بتكرار قدره 30 أستاذ بنسبة قدرها (37%)، وهذه النتيجة غير مرضية ويرجع الطالب الباحث إلى اعتقاد بعض الأساتذة أن الأستاذ الجيد هو الذي يكون جديا أثناء المحاضرة، والذي يفرض سيطرته بأسلوب دكتاتوري على الطلبة، فالأستاذ الناجح الذي يتطلع إليه المجتمع مهمته لم تعد تلك المهمة التي تتعلق بالتلقين وإثراء الجانب الفكري للطلاب، بل تتعدى ذلك بالتفاعل الإيجابي البناء الذي يهدف إلى بناء الشخصية السوية للطالب. في حين نجد (57) أستاذ بنسبة قدرها (70.36%) لم يتعدوا المستوى المتوسط، فالأستاذ الذي يجعل من البيئة التعليمية منبرا لحديثه اللفظي وغير اللفظي مانعا الطلبة من الحديث والحوار والاستفهام، سيخلق بلا شك بيئة تعليمية يكون فيها الطالب مجرد متلقي سلبى والأستاذ هو المرسل المنفرد بالحديث مما يجعل التفاعل أمرا مستحيلا، وبالعكس ذلك فالأستاذ الذي يطرح الأسئلة الذكية التي يهدف من ورائها إثارة تفكير طلبته ورغبتهم في التفاعل والمشاركة فانه يخلق بيئة ثرية فاعلة تكون فيها عملية التفاعل عملية مفتوحة مما يشجع الطلبة على التعبير عن آرائهم وأفكارهم بعيدا عن الخوف والتردد، وهذا ما يخلق في نفوسهم الرضا والرغبة في المشاركة الدائمة (الحري، 2007، 264).

- بالنسبة لمحور التقويم، كان المستوى عموماً فوق المتوسط من خلال تمركز 31 أستاذ في المستوى الكبير و13 أستاذ في المستوى الكبير جداً ، أي معناه أن أكثر من (54%) من الأساتذة يمارسون هذه المهارة فالتقويم أحد أهم خلائص الأداء التدريسي الفعال وأحد أهم مقوماته، فهو الأساس في عملية تطوير الأداء التدريسي وهو الأساس الذي يمكن الاعتماد عليه في الحكم على ما إذا كانت أهداف التدريس قد تحققت أم لا (المنعم، 1984).  
بينما كان مستوى 35 أستاذ بنسبة أكثر من (43%) تحت المتوسط عموماً، أي أن درجة ممارستها ليس بالشكل المطلوب، وربما يرجع ذلك إلى أن بعض المهام تتطلب جهداً ووقتاً كبيرين قد لا تتوفر لكثير من أساتذة التربية البدنية والرياضية في ظل ما تتطلبه تلك الممارسة من وقت و إجراءات قد لا تتوفر في ظل نظام الفئتين الدراسيين بـ [لورته الحالية في الجامعات الجزائرية .

### 11- الخلاصة العامة:

يشهد العر الحالي تطوراً سريعاً ومتلاحقاً في شتى مجالات الحياة ؛ وذلك نتيجة للثورة المعلوماتية ، الأمر الذي يدعو إلى عملية تطوير جميع عناصر منظومة التعليم وتحديثها وتجويدها حتى تستجيب لمقتضى تلك التغيرات ، لذلك حازت عمليات إصلاح التعليم في جميع مراحلها خاصة التعليم العالي على الاهتمام الكبير في جميع أنحاء العالم ، وأعطت الاهتمام الأكبر للأستاذ إيماناً منها بمسؤوليته ودوره الفاعل والمؤثر على مجريات العملية التعليمية والتدريسية داخل المؤسسة الجامعية وما تسعى إليه من أهداف علمية وتربوية، عن طريق وظائفه الأساسية، التدريس والبحث العلمي وخدمة المجتمع .

ولأهمية وظائف أستاذ التربية البدنية والرياضية خاصة الأداء التدريسي منه لما له من علاقة مباشرة في رفع مستوى مخرجات هذه المؤسسة من كوادر بشرية تعمل على النهوض بمجتمعاتها ومؤسساتها المختلفة ، لذا جاءت هذه الدراسة المسحية كدراسة أولية بغية إلقاء الضوء ومعرفة مستوى الأداء التدريسي عند أستاذ التربية البدنية والرياضية بالجامعة من وجهة نظرهم، من

خلال التأكد من درجة ممارستهم لمهارات (التخطيط للتدريس تهيئة الطلاب ، تنفيذ الدرس، التفاعل مع الطلاب ، تقويم الطلاب ) .

فكانت أغلبية النتائج تشير إلى أن هناك مستوى متوسط للأداء التدريسي عند الأستاذ باستثناء بعض الحالات كان فيها درجة الممارسة كبيرة وهذا ما يؤثر على نوعية التكوين وبالتالي على الطلاب ، وهذه النتائج غير مرضية ونحن في ظل الإصلاحات الجديدة والإمكانيات المعتبرة التي سخرتها الدولة الجزائرية من اجل الارتقاء بالعملية التعليمية خاصة بالأخذ بالنظام الجديد (ل م د) .

وفي الأخير نأمل أن نكون قد وفقنا في هذا البحث حتى يكون تمهيدا لبحوث أخرى ، جزى الله خيرا عنا وعن طلابه وعن بلاده وأمهته كل أستاذ أخلص في أمانته وكان قدوة في الأخلاق والعلم والعمل وكان سببا في تعليم وتأديب وتوجيه الجيل بعد الجيل، ليكونوا لبنة في المحلة في المجتمع تخدم البلاد والعباد .

## 12- الاقتراحات :

- عقد دورات تدريبية وحلقات بحثية لأساتذة التربية البدنية والرياضية حول التدريس الجامعي .
- الاستفادة من خبرات المتخصصين والمهتمين بقضايا التدريس الجامعي، في زيادة معارف ومهارات الأساتذة حول جوانب الأداء التدريسي .
- تقديم حوافز مادية ومعنوية للأساتذة المتميزين في أدائهم التدريسي ويمكن أن يسمى الأستاذ الأول في الأداء التدريسي في كل قسم، ومن ثم في كل معهد، لان ذلك سيدفع الآخرين للوقوف على التميز في الأداء التدريسي ويسهم ذلك في تحقيق جودة التعليم العالي.



**\* قائمة المراجع باللغة العربية و الأجنبية :**

- الخ ناظر عليمات. (2006). الكفايات التعليمية لاداء اعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك (المجلة التربوية ، المجلد 20، العدد 78) ص151.180. السعودية.
- الشعيل ، بن هويشل وعبد الله خطابية . (2002). المهارات التدريسية لأعضاء هيئة التدريس بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس وحاجتهم للتدريب عليها من وجهة نظر طلبة الدراسات العليا. ، مجلة العلوم الإنسانية ، العدد (18) .
- احمد فارق محفوظ. (2004). إدارة الجودة الشاملة في مؤسسات التعليم العالي.المؤتمر القومي السنوي الحادي عشر.(التعليم الجامعي العربي افاق الالاح والتطوير) الجزء الاول. مرق: كلية التربية.جامعة عين الشمس.
- إسماعيل محمد دياب. (1997). ورقة عمل حول مشروع خطة مقترحة لتطبيق نظام الجودة في المجال التعليمي.المؤتمر الثاني.(إدارة الجودة الشاملة في تطوير التعليم الجامعي) . جامعة الزقازيق.
- الحدابي داود عبد المالك، خالد عمر خان. (2010) تقويم الطلاب لعضو هيئة التدريس في جامعة العلوم والتكنولوجيا اليمنية في بعض الكفايات التدريسية، المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي العدد الثاني.
- العمارة محمدحسن (2006) تقدير أعضاء هيئة التدريس بجامعة الإسراء الخالفة للمهام التعليمية المناطة بهم من وجهة نظر طلبتهم. الاردن مجلة العلوم التربوية النفسية .المجلد السابع.العدد الثالث.
- حازم زكي عيسى (2009) تقويم الكفاءات المهنية التي يمتلكها اعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بالجامعة الاسلامية من وجهة نظر طلبتهم وفق معايير الجودة ، المؤتمر التربوي الثالث "دور التعليم العالي في التنمية الشاملة" غزة. فلسطين.
- حامد. (2004). التعليم في العربية السعودية رؤية الحاضر وإشراف المستقبل ، السعودية، مكتبة الرشد.الرياض.

- حسن تيم. (2008). اراء طلبة الدراسات العليا لمستوى الاداء التدريسي لاعضاء هيئة التدريس في كليات الدراسات العليا بجامعة النجاح الوطنية .
- حسن شحاتة. (2001). التعليم الجامعي والتقييم الجامعي بين النظرية والتطبيق، م. ر. مكتبة الدار العربية للكتاب.
- حسنين محمد عبد المنعم. (1984). بناء وتجريب مقياس للتقويم الذاتي لعمل معلم العلوم وفق مفهوم الأداء، كلية التربية. م. ر: جامعة أسيوط.
- خالد احمد الـرايرة (2011) . الأداء الوظيفي لأعضاء الهيئات التدريسية في الجامعات الأردنية الرسمية من وجهة نظر رؤساء الأقسام ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد 27، العدد 2-1
- خميس السر خالد (2003). تقويم جودة مهارات التدريس الجامعي لدى اساتذة جامعة الاقـلـى. فلسطين
- رافدة الحريري. (2007). التقويم التربوي ، عمان دار المناهج، الاردن.
- سيد علي احمد و سالم محمد. (2005). التقويم التربوي للمنظومة التربوية مكتبة الرشد . لبنان
- عبد الرزاق شنين الجنابي (2009). تقويم الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في الجامعة وانعكاساته في جودة التعليم العالي. العراق: كلية التربية للبنات/ جامعة الكوفة.
- عبد الواحد حميد الكبيسي (2010). واقع جودة التدريس الجامعي وسبل الارتقاء به ، جامعة الانبار مجلة الانبار للعلوم الانسانية، عدد خاص
- علي سعد القرني (2005). طرق وأساليب تنمية أداء الأستاذ الجامعي التدريسي، دراسة قدمت لندوة تنمية أعضاء هيئة التدريس في مؤسسات التعليم العالي (التحديات والتطوير). جامعة الملك سعود
- فلاندرس نيد و اميدون اميد (1983). دور المعلم داخل حجرة الدراسة (رافدة الحريري مترجم).
- كامل ناقة (2004). التدريس الجامعي العمود الفقري للتنمية المهنية. م. ر: كلية التربية جامعة عين الشمس .

- محمد ابراهيم الغريوات (2005). تقويم كفايات تدريسية لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية العلوم التربوية من وجهة نظر طلبة الدراسات الاجتماعية. مجلة كلية التربية جامعة الامارات (العدد 22)
- محمد . عبد الرحيم عدس (1995). الادارة النفسية والمدرسة المنفردة. عمان: دار مجدلاوي.
- محمد عوض بسيوني (1992). نظريات وطرق التربية البدنية البدنية ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- منى بنت احمد السبيعي (2009). واقع المهارات التدريسية لعضوات هيئة التدريس بكلية العلوم التطبيقية في ضوء معايير الجودة الشاملة من وجهة نظر طالبات جامعة أم القرى. مكة، القاهرة.
- محمد منقور (2006). متطلبات وشروط التقويم الموضوعي لأعضاء هيئة التدريس من خلال آرائهم الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية ( جستن ) ، كلية التربية - جامعة الملك سعود - الرياض، اللقاء السنوي الثالث عشر
- هدى بنت محمد بن عبد الله الشهري (2008). نحو تطوير نموذج تقويم أداء وظيفي فاعل لأعضاء هيئة التدريس بالجامعات السعودية ،رسالة ماجستير في قسم الإدارة بكلية إدارة الأعمال، السعودية
- البنا و اخرون (2005) : ادارة الالف وبيئة التعلم ، الكويت ،الجامعة العربية المفتوحة.
- Julius.L. (1998) . STAFF Assessment the development of procedures for Australian Universities assessment and Evaluation. Higher Education.Vol.13.NO.1
- Uctug, Y & Koksai, G.(2003) An Academic Performance Measurement System and its Impact on Quality of Engineering Faculty Work at Middle East Technical University Assessment and Evaluation in Higher Education, Vol. 28, No. 3, pp. 251-262.

## الكفاءة الوظيفية وعلاقتها بدقة أداء أهم أشكال التصويب

## بكرة اليد للناشئين

ا.م.د. رائد عبد الأمير عباس ا.م.د. نبيل كاظم هرييد عباس أميرة.

## ملخص البحث:

لاحظ الباحثون أن أغلبية المدربين يركزون على الأداء المهاري ولا يعطون أهمية خاصة للمتغيرات الوظيفية ومنها الكفاءة الوظيفية والتي تؤثر بشكل مباشر على مستوى الأداء، لذلك قام الباحثون بدراسة هذه المشكلة من خلال معرفة علاقة الكفاءة الوظيفية بدقة أداء أهم أشكال التصويب بكرة اليد، وهدف البحث إلى:

- 1- التعرف على مستوى الكفاءة الوظيفية للاعبين كرة اليد الناشئين في أندية محافظة بابل.
  - 2- التعرف على دقة أداء أهم أشكال التصويب للاعبين كرة اليد الناشئين في أندية محافظة بابل.
  - 3- معرفة علاقة الكفاءة الوظيفية بدقة أداء أهم أشكال التصويب للاعبين كرة اليد الناشئين.
- واستخدم الباحثون المنهج الوصفي ، وتحدد مجتمع البحث بلاعبين أندية محافظة بابل بكرة اليد لفئة الناشئين والمتواجدين في نادي (القاسم، المدحتية، المسيب) والبالغ عددهم (42) لاعب، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية والبالغ عددها (30) لاعباً، واستنتج الباحثون ما يلي:
- 1- هنالك اختلاف وتباين في الأوساط الحسائية والانحرافات المعيارية لاختبارات الكفاءة الوظيفية (pwc170) وأشكال مهارة التصويب للاعبين كرة اليد الناشئين.
  - 2- أ وجود علاقة ارتباط عالية بين الكفاءة الوظيفية (pwc170) وأشكال مهارة التصويب للاعبين كرة اليد الناشئين.

ومن خلال الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثون فإنهم يوصون:

- 1- ضرورة اهتمام المدربين ببرامج التدريب بتنمية الكفاءة الوظيفية (pwc170) للاعبين.

**الكلمات المفتاحية:** الكفاءة الوظيفية، أشكال التصويب، كرة اليد والناشئين.

**Résumé :**

**Functionalefficiency and itsrelationship to the performance of the most important formsaccurately correction handball junior.**

whichdirectly affect the performance skills of the researcher has studiedthisproblem  
By knowing the relationshipstrictlyfunctionalefficiency performance most important  
forms of correction handball. target and search:

- 1 - identify the level of functionalefficiency of the players handball junior clubs in Babylon.
- 2 - Identifying the precise performance of the most important forms of correction players handball junior clubs in Babylon.
- 3 - Know the relationshipstrictlyfunctionalefficiency performance of the most important forms of correction players handball junior clubs in Babylon.

The researcherused the descriptive method and determine the  
researchcommunityplayers clubs Babylon handball for the junior class (denominator,  
Midhtah, Musayyib) and numbered (42) waschosen as a samplerandomlysimple,'s (30)  
as a player, , and concludedresearcher Tatiana:

- 1 - There is a difference and variation in circlescalculations and standard deviations for the physical aptitude tests (pwc170) and forms of skill correction of handball playersbeginners.
- 2 - The resultsshowed a high correlationbetween the physicalefficiency (pwc170) formsskill correction of handball playersbeginners.

Through the conclusions reached by the researcher, itrecommendsBmayati:

- 1 - Paying attention to the development of training programs trainedphysicalefficiency (pwc170) for the players.

**Keeword:**Functional efficiency, accurately correction, handball and junior.

### **L'aptitude fonctionnelle et sa relation avec la précision dans l'application des principales phases d'exécution de la discipline sportive relative du hand-ball au profit des jeunes débutants.**

les spécialistes dans le domaine ont remarqué que la plupart des entraîneurs se basent sur les automatismes et n'accordent pas une importance quant aux changements fonctionnels ou l'aptitude influe d'une manière directe sur la pratique.

Pour cela, les spécialistes ont procédé à l'étude de ce phénomène (problème) au terme de la connaissance de la relation d'aptitude fonctionnelle avec la précision dans l'application des principales phases de la discipline sportive relative au hand-ball avec comme but la recherche de :

- 1-Identification des jeunes talents dans la discipline du hand-ball à l'issue de l'aptitude fonctionnelle dans le club.
  - 2-Prendre connaissance avec précision de l'exécution de diverses pratiques au profit des joueurs de hand-ball parmi les débutants dans les clubs des districts de babel.
  - 3-Connaissance de la relation entre l'aptitude fonctionnelle avec la précision dans l'exécution concernant les jeunes débutants dans la discipline sportive du hand-ball.
- Les chercheurs dans le domaine ont utilisé les méthodes discipline adéquates afin d'aboutir à trouver des solutions au problème de recherche.

Cette recherche a touché les jeunes des clubs du district de babel (hand-ball) notamment concernant les catégories des débutants affiliés au club au nombre de 42 joueurs, dont un échantillon de 30 joueurs a été pris au hasard.

Au terme de ces expériences, les chercheurs ont déduit ce qui suit :

- 1-Des contradictions ont été relevées concernant l'aptitude fonctionnelle.
- 2-Les résultats ont déterminé l'existence d'une relation tangible entre l'aptitude fonctionnelle et le problème de talent concernant les joueurs de hand-ball.

Au terme des résultats auxquels ont abouti les chercheurs, il résulte ce qui suit

- 3-Les entraîneurs doivent impérativement prendre acte du programme des entraînements avec le développement de l'aptitude fonctionnelle au profit des joueurs.

**Les mots clés:** L'aptitude fonctionnelle, des principales phases d'exécution de la discipline sportive relative, hand-ball et les jeunes débutants.

## - مقدمة:

إن التطور الكبير الذي يشهده العالم في المجالات كافة ومنها المجال الرياضي، أدى إلى تطور المستويات الرياضية وتحقيق الانجازات الكبيرة لمختلف الفعاليات الرياضية، وهذه الانجازات لم تأت مصادفة أو عن فراغ، وإنما تحققت بفضل قدرة الباحثين والمختصين على توظيف العلوم المختلفة وعبر التخطيط العلمي السليم لخدمة الانجاز في هذه الفعاليات، وان هذه التطورات جاءت نتيجة تأثير التدريب الرياضي (حمل التدريب) على الأجهزة الوظيفية لجسم الرياضي ونتيجة لاستمرار التدريب لفترات طويلة أدى ذلك إلى حدوث تكيف في الأجهزة الوظيفية لجسم الرياضي.

ان التدريب الرياضي هدفه الأساس الوصول باللاعب إلى أعلى المستويات البدنية والمهارية والخطية، وبعد الإعداد المهاري جانباً مهماً في هذا المجال، فالمهارة هي وسيلة التواصل بين اللاعبين وبدونها يبقى الإعداد غير مكتمل مما يؤثر سلباً في إنتاجية اللاعبين في الملعب، وتعد لعبة كرة اليد واحدة من بين الألعاب الرياضية الجماعية المشوقة والمثيرة، والتي تعتمد وبشكل كبير على الإعداد البدني بوصفه جزءاً أساسياً من العملية التدريبية، إذ بدون هذا الإعداد لا يستطيع اللاعبون من أداء الواجبات الدفاعية والهجومية وفقاً لمتطلبات اللعب الحديث، لأن حركة اللاعبين داخل أرض الملعب تتصف بالتغيير المستمر لشدة أداء العمل في مناطق اللعب، إذ يؤدي اللاعبون الجهد العضلي ذا الشدة القصوى أو الأقل من القصوى وبحسب ما تتطلبه ظروف اللعب المختلفة، مما يعني استخدام القدر المناسب من القوة العضلية والسرعة العالية لأداء الحركات المتكررة والمهارات الأساسية، وتتميز لعبة كرة اليد بأنها تتطلب قدرات وظيفية ومهارية عالية لان لها الأثر الكبير والمباشر في دقة الأداء ومواصلة التدريب والسعي نحو الفوز، وبذلك جاءت أهمية البحث في معرفة العلاقة بين الكفاءة الوظيفية ودقة أداء أهم أشكال التصويب للاعبين الناشئين بكرة اليد وبالتالي يمكن أن يساعد المدربين في تحقيق نتائج جيدة.

**1-2 مشكلة البحث:**

أن ممارسة التمارين الرياضية لاستمرار عملية التدريب يؤدي الى حدوث تغيرات فسيولوجية وان هذه التغيرات تنعكس على مستوى الكفاءة الوظيفية، وهذا بدوره سوف يؤثر وبشكل كبير على مستوى الأداء المهاري، ومن خلال خبرة الباحثون كونهما ممارسين ومدربين ومدربين للعبة كرة اليد ومن خلال متابعتهم العديد من الوحدات التدريبية والتدريبية لاحظوا أن أغلبية المدربين يركزون على الجانب البدني ولا يعطون أهمية خاصة للمتغيرات الوظيفية ومنها الكفاءة الوظيفية والتي تؤثر بشكل مباشر على الأداء المهاري لذلك قام الباحثون بدراسة هذه المشكلة من خلال معرفة علاقة الكفاءة الوظيفية بدقة أداء أهم إشكال التصويب بكرة اليد.

**1-3 أهداف البحث:**

- 1- التعرف على مستوى الكفاءة الوظيفية للاعب كرة اليد الناشئين في أندية محافظة بابل.
- 2- التعرف على دقة أداء أهم إشكال التصويب للاعب كرة اليد الناشئين في أندية محافظة بابل.
- 3- معرفة علاقة الكفاءة الوظيفية بدقة أداء أهم إشكال التصويب للاعب كرة اليد الناشئين في أندية بابل.

**1-4 فرض البحث:**

للکفاءة الوظيفية تأثير ايجابي بدقة أداء أهم إشكال التصويب للاعب كرة اليد الناشئين.

**الدراسات النظرية والدراسات السابقة****1-2 الدراسات النظرية:**

**1-1-2 الكفاءة الوظيفية (170 pwc):** وهي احد المؤشرات الوظيفية لجهاز القلب والدورة الدموية التي تسهم في تقييم المستوى الرياضي باعتمادها على مؤشر معدل نبض القلب بعد الجهد الأول وبعد الجهد الثاني، وتستخدم الكفاءة الوظيفية للتقويم الموضوعي لحالة استعداد أجهزة اللاعب وحالته التدريبية فمن خلال نتائج اختبار الكفاءة الوظيفية يمكن تقويم حالة الجسم ككل، وكذلك مدى تكيف أجهزة الجسم تحت تأثير برامج التدريب كما تساعد في الكشف عن الاحتياطي الوظيفي للجسم والكفاءة البدنية العامة والتي يقصد بها كمية العمل الميكانيكي التي يستطيع اللاعب تنفيذها بشدة حمل عالية، فالکفاءة الوظيفية تعني كفاءة



إنتاجية الجهاز الدوري والتنفسي والدم وكفاءة العضلات على استهلاك الأوكسجين (حسنيين، 1997، صفحة: 277)، وتعتبر كفاءة العمل الوظيفي مهمة في الطب الرياضي وفسولوجيا الرياضة حيث تدرس كفاءة الأداء الوظيفي في العديد من مجالات التطبيق الفسلجي والطبي وتعني الكفاءة الوظيفية ( pwc 170 ) القدرة على العمل البدني عند معدل نبض 170 ضربة/دقيقة. وتعرف الكفاءة البدنية الوظيفية "مقدار الشغل الذي يمكن ان ينجزه اللاعب بأقصى شدة (عمارعبدالرحمن، 1989، صفحة: 25).

**2-1-2 أهمية كفاءة العمل الوظيفي pwc170** : أن منطقة العمل الوظيفي القصوي للجهاز الدوري التنفسي تقع بين 170-200 ضربة / دقيقة وهذه الحالة يمكن معرفة أقصى عمل وظيفي للقلب والدورة الدموية باستخدام جهد دون القصوي ويعتبر كاف لإيصال الجهازين الدوري والتنفسي لكفاءتهما القصوى، وهناك علاقة خطية بين معدل ضربات القلب من جهة والجهد الفيزيائي المنجز في ثانية، إذ وجد أن بعد نبض (170) ض/د تتخذ العلاقة بينهما شكلاً آخر ويعد الباحثون هذا الاختبار ضروري للكشف عن الكفاءة الوظيفية.

### 2-1-3 مهارة التصويب:

ان لعبة كرة اليد هي لعبة أهداف، أي إن الفريق يحسم نتيجة المباراة عن طريق إصابة مرمى الفريق المنافس بعدد أكثر من الأهداف، والمهارة التي يتم بها إحراز الأهداف هي مهارة التصويب، أي إنها "المهارة التي تحدد نتيجة المباراة (منيرجرجس، 2004، صفحة: 106)، لذا تعد من المهارات الأساسية والمهمة في لعبة كرة اليد، "والحد الفاصل بين الفوز والخسارة ، بل إن المهارات الأساسية والخطط الهجومية بأعدادها المختلفة تصبح عديمة الجدوى ما لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح على الهدف(الويللي، 1989، صفحة: 102)، ويتأثر التصويب بعدة عوامل منها(محمد الحياي، 2000، صفحة: 40):

**1- زاوية التصويب:** كلما كان التصويمن المنطقة المواجهة للهدف كانت نسبة نجاحه أكثر.

**2- المسافة:** حيث كلما قصرت المسافة ساعد ذلك على دقة التصويب.

**3- التوجيه:** حيث كلما كانت الكرة موجهة إلى الزوايا أو المناطق الحرجة بالنسبة لحارس

المرمى صعب عليه صدها، ويسهم رسغ اليد كثيراً في توجيه الكرة.

**4- السرعة:** حيث كلما كان الإعداد سريعاً كان التصويب أكثر احتمالاً.

**3 - منهجية البحث واجراءته الميدانية**

**3-1 منهجية البحث:** استخدم الباحثون المنهج الوصفي ملائمته في حل مشكلة البحث.

**3-2 مجتمع البحث وعينته :** تحدد مجتمع البحث بلاعبي كرة اليد لفئة الناشئين في أندية

محافظة بابل (القاسم، المدحتية، المسيب) والبالغ عددهم (42) وتم اختيار عينة بالطريقة

العشوائية البسيطة والبالغ عددها (30) لاعباً من الناشئين.

**3-3 مجالات البحث:**

**3-3-1 المجال البشري :** لاعبو أندية محافظة بابل بكرة اليد الناشئين في العراق.

**3-3-2 المجال الزمني:** للمدة من (1/ 4/ 2012) ولغاية (15/ 7 /2012).

**3-3-3 المجال المكاني :** ملاعب كرة اليد في اندية(القاسم، المدحتية، المسيب).

**3-4 أدوات البحث والأجهزة والوسائل المستخدمة بالبحث:**

**3-4-1 أدوات البحث:**

1-المصادر والمراجع.

2- الاختبارات والقياس.

3-الاستبيان.

**3-4-2 الاجهزة والوسائل المستخدمة بالبحث:**

1- جهاز السير المتحرك ياباني المنشأ.

2- ميزان طبي لقياس الوزن صيني الصنع.

3- جهاز قياس النبض.

4- ساعة توقيت الكترونية صيني الصنع عدد (2)

5- حاسبة يدوية نو Casio يابانية الصنع

6- كمبيوتر نو بانتيوم(4).

7- شريط معدني قياس لقياس الطول بطول(3م).

8- شريط لاصق عرض (5 سم).

3-5 إجراءات البحث الميدانية:

3-5-1 تحديد أشكال مهارة التصويب بكرة اليد للناشئين:

لغرض تحديد أهم الإشكال لمهارة التصويب بكرة اليد للناشئين قام الباحثون بترشيح مجموعة من الإشكال والبالغ عددها (11) شكلا وتم وضعها باستمارة استبيان وعرضت على الخبراء والمختصين(ملحق1) والبالغ عددهم (7) خبراء، وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات تم استبعاد الإشكال والتي حصلت على أهمية نسبية اقل من (40) ونسبة مؤية(57%) والجدول (1) بين ذلك.

جدول (1) يبين الأهمية النسبية والنسبة المئوية لإشكال مهارة التصويب

نتيجة الاختبار	النسبة المئوية	الأهمية النسبية	وحدة القياس	الإشكال	ت	المهارات	ت
X	%48.5	34	عدد الأهداف	التصويب من الثبات	1	التصويب	1
✓	%82.8	58	عدد الأهداف	التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس	2		
X	%44.2	31	عدد الأهداف	التصويب من الارتكاز من فوق الرأس	3		
X	%40	28	عدد الأهداف	التصويب من الارتكاز من مستوى الكتف	4		
X	%50	35	عدد الأهداف	التصويب من مستوى الحوض والركبة	5		
X	%55.7	39	عدد الأهداف	التصويب من الركض	6		

X	%54.2	38	عدد الأهداف	التصويب من القفز للإمام	7		
✓	%91.4	64	عدد الأهداف	التصويب من القفز للأعلى	8		
✓	%87.1	61	عدد الأهداف	التصويب من السقوط للإمام	9		
X	%34.2	24	عدد الأهداف	التصويب من السقوط للجانب	10		
X	%41.4	29	عدد الأهداف	التصويب من الطيران	11		

### 3-5-2 تحديد اختبارات إشكال مهارة التصويب بكرة اليد للناشئين:

لغرض تحديد اختبارات أهم لهم مهارات التصويب بكرة اليد للناشئين قام الباحثون بترشيح مجموعة من الاختبارات لهذه الإشكال والبالغ عددها (6) اختبارات و تم وضعها باستمارة استبيان وعرضت على الخبراء والمختصين (ملحق 2) والبالغ عددهم (5) خبراء وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات تم استبعاد الاختبارات والتي حصلت على أهمية نسبية اقل من (30) ونسبة مؤية (60%) والجدول (2) يوضح ذلك.

### جدول (2) يبين الأهمية النسبية والنسبة المئوية لاختبارات إشكال مهارة التصويب

نتيجة الاختبار	النسبة المئوية	الأهمية النسبية	وحدة القياس	الإشكال	ت	المهارات	ت
✓	%90	45	عدد الأهداف	التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب (50 × 50)	1	التصويب	1
X	%32	16	عدد الأهداف	التصويب من الثبات من مستوى الرأس على مستطيلات	2		

✓	%78	39	عدد الأهداف	التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب (50 × 50)	3		
X	%36	18	عدد الأهداف	التصويب من القفز عاليا على مرمى مرسوم بالجدار ومقسم الى 5 دوائر	4		
✓	%88	44	عدد الأهداف	التصويب من السقوط الأمامي على مربعات دقة التصويب (50 × 50)	5		
X	%44	22	عدد الأهداف	التصويب من السقوط الأمامي على مربعات متداخلة مقاسا بالدرجات	6		

### 3-5-3 الاختبارات الفسلجية:

استخدم الباحثون اختبار الكفاءة الوظيفية (170 pwc)، ويتم ذلك على جهاز الركض المتحرك بإعطاء جهدين مختلفين الشدة مدة الجهد الأول (3د) ومدة الجهد الثاني أيضا (3د) وتم حساب النبض قبل نهاية الجهد ب(30) ثانية في كل من الجهد الأول والثاني وتم عرضة على مجموعة من الخبراء (ملحق2) والبالغ عددهم (5) خبراء، وبعد جمع الاستمارات حصل على نسبة (100%) وتم حساب الكفاءة الوظيفية من خلال المعادلة الآتية

$$F1$$

$$P_{wc} 170 = N1 + (N2 - M1) \times 170 - \frac{F1}{F2}$$

حيث إن  $N1 - N2 =$  الجهد الأول والجهد الثاني

$F1 - F2 =$  النبض الأول والنبض الثاني

وتم استخدام PWC 170 النسبي بقسمة المطلق على وزن الجسم.

**3-6 التجربة الاستطلاعية:**

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على (8) لاعبين من الناشئين بكرة اليد من غير عينة البحث وذلك بتاريخ (2012/5/20) في نادي القاسم لاختبارات إشكال مهارة التصويب واختبار الكفاءة الوظيفية (pwc 170) وتم إعادة التجربة على نفس اللاعبين في 2012/5/27 وان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية هو:

- 1- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث.
- 2- مستوى صعوبة الاختبارات بالنسبة لعينة البحث.
- 3- معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.
- 4- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث لغرض تلافيتها مستقبلا.

**3-7 الأسس العلمية للاختبارات:****3-7-1 صدق الاختبار:**

يعد الصدق من الصفات المهمة التي يجب أن يتصف بها الاختبار الجيد فالاختبار الذي لا يتمتع بنسبة جيدة من الصدق لا يمكن أن يؤدي وظيفته ولغرض استخراج صدق الاختبارات المرشحة قام الباحثون بعرض محتويات الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين وبذلك تم الحصول على صدق المحتوى.

**3-7-2 ثبات الاختبار:**

من اجل استخراج معامل الثبات لاختبارات المرشحة، استخدم الباحثون طريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الأول والثاني (7) أيام، إذ ان "طريقة إعادة الاختبار من أكثر الطرق بساطة كما تتميز بالتحديد الفاصل للتماسك لان الخطأ المرتبط بالقياس ولحسن الحظ يكون دائما أكثر وضوحا عندما تكون هناك فترة ما بين تنفيذ الاختبارين من يوم الى أكثر(سلامة، 2000، صفحة: 57)، وقام الباحثون باستخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط البسيط بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني واستخراج معنوية الارتباط عن طريق (ت ر) للمعنوية وقد توصل الباحثون الى ان اختبارات الاختبارات تتمتع بمعنوية عالية، وذلك لان جميع قيم (ت ر) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والبالغ مقدارها (

(2.77) وبدرجة حرية (6) مما يدل ان الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات كما مبين بالجدول (3)

### 3-7-3 الموضوعية:

تثير موضوعية الاختبار الى "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين (باهي، 1995، صفحة: 46)، ولإيجاد موضوعية الاختبار تم اعتماد درجة (المحكمين) \* للاختبارات، واستخدم الباحثون معامل الارتباط البسيط لموضوعية الاختبارات بين درجات الحكم الأول والحكم الثاني وقد أظهرت البيانات بان جميع الاختبارات ذات موضوعية عالية وإنها ذات دلالة معنوية لان قيم (ت ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ت ر) الجدولية والبالغة (2.77) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6). كما مبين بالجدول (3).

### جدول (3) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات

ت	الاختبارات	معامل الثبات	ت للمعنوية	معامل الموضوعية	ت للمعنوية	الدلالة الإحصائية
1	التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب (50 × 50)	0.90	5.65	0.92	5.75	معنوي
2	التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب (50 × 50)	0.88	4.54	0.90	5.65	معنوي
3	التصويب من السقوط الأمامي على مربعات دقة التصويب (50 × 50)	0.85	3.95	0.90	5.65	معنوي
4	اختبار الكفاءة البدنية ( pwc ) ( 170 )	0.89	4.48	0.91	5.38	معنوي

### 3-8 التجربة الرئيسية:

قام الباحثون بأجراء الاختبارات لعينة البحث والبالغ عددهم (30) لاعباً من الناشئين بتاريخ (2012/6/10) قبل الشروع بالتجربة الرئيسية مع ضبط كافة المتغيرات.

### 3-9 الوسائل الإحصائية:

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري
- 3- معامل الارتباط البسيط بيرسون.
- 4- قانون الأهمية النسبية .
- 5- اختبار (ت ر) لمعنوية الارتباط.

### 4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4 - 1 عرض نتائج اختبار الكفاءة الوظيفية (pwc170) للاعبين كرة اليد الناشئين.

الجدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري اختبار الكفاءة الوظيفية

(pwc170) لدى عينة البحث

ت	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الكفاءة الوظيفية PWC 170	35.91	29.79

يبين الجدول (4) اختبار الكفاءة الوظيفية لعينة البحث حققت وسط حسابي بلغت

قيمتها (35.91) وانحراف معياري بلغت قيمته (29,79) .

4-2 عرض نتائج اختبارات إشكال مهارة التصويب للاعبين كرة اليد الناشئين.

الجدول (5) يبين المعالم الإحصائية للاختبارات المهارية لدى عينة البحث

ت	الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب (50× 50)	4.59	0.56
2	التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب ( 50 × 50 )	4.10	0.49
3	التصويب من السقوط الأمامي على مربعات دقة التصويب ( 50 × 50 )	3.63	0.87



يبين الجدول (5) اختبار (التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب  $(50 \times 50)$ ) بلغ الوسط حسابي (4.59) وبانحراف معياري (0.56)، إما اختبار (التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب  $(50 \times 50)$ ) بلغ الوسط حسابي (4.10) وبانحراف معياري (0.49)، إما اختبار (التصويب من السقوط الأمامي على مربعات دقة التصويب  $(50 \times 50)$ ) بلغ الوسط حسابي (3.63) وبانحراف معياري (0.87).

3-4 عرض نتائج معاملات الارتباط بين اختبار الكفاءة البدنية واختبارات إشكال التصويب بكرة اليد:

الجدول (6) يبين لنا قيم معاملات الارتباط بين اختبار الكفاءة البدنية واختبارات إشكال التصويب بكرة اليد

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	القيمة الجدولية	الدلالة الاحصائية
1	الكفاءة (PWC 170) X التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس.	0.89	0.13	معنوي
2	الكفاءة الوظيفية (PWC 170) X التصويب من القفز عاليا.	0.85		معنوي
3	الكفاءة الوظيفية (PWC 170) X التصويب من السقوط الأمامي.	0.81		معنوي

\*القيمة الجدولية (2.10) عند درجة الحرية (28) ومستوى دلالة (0.05)

بين الجدول (6) إن معامل الارتباط بين (الكفاءة الوظيفية (PWC 170) X التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس) بلغ (0.89) إما معامل الارتباط بين (الكفاءة الوظيفية (PWC 170) X التصويب من القفز عاليا) بلغ (0.85)، إما معامل الارتباط بين (الكفاءة الوظيفية (PWC 170) X التصويب من السقوط الأمامي) بلغ (0.81)، إذ بلغت قيمة الارتباط المحسوبة لها (0.89)، (0.85)، (0.81) وهي اعلي من القيمة الجدولية

وبالبالغة (0.13) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) مما يؤكد وجود علاقة ارتباط بين الكفاءة الوظيفية (PWC 170) واختبارات إشكال مهارة التصويب بكرة اليد للاعبين الناشئين، ويعزو الباحثون سبب ذلك الى تكيف الأجهزة الداخلية للاعب والنتائج من تأثير استمرار التدريب وهذا بدوره ينعكس على مستوى الأداء المهاري وخاصة إشكال مهارة التصويب للاعب كرة اليد الناشئين وهذا يتفق مع اغلب المصادر التي تشير الى ان الكفاءة البدنية هي خير وسيلة للكشف عن الكفاءة الوظيفية للرياضيين وتقييم حالات التكيف.

### 5- الاستنتاجات والتوصيات

#### 5-1 الاستنتاجات:

- 1- هنالك اختلاف وتباين في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات الكفاءة الوظيفية (pwc170) وإشكال مهارة التصويب للاعب كرة اليد الناشئين.
- 2- أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط عالية بين الكفاءة البدنية (pwc170) إشكال مهارة التصويب للاعب كرة اليد الناشئين.
- 2- أظهرت النتائج إن ارتفاع مستوى الكفاءة الوظيفية يساهم في تحسين مستوى إشكال مهارة التصويب بكرة اليد.

#### 5-2 التوصيات

- 3- ضرورة اهتمام المدربين ببرامج التدريب بتنمية الكفاءة الوظيفية (pwc170) للاعبين.
- 4- إن تطوير مهارة التصويب ضروري لدى لاعب كرة اليد لأنها يتوقف عليها تحقيق الفوز.
- 5- إجراء المزيد من الدراسات لمتغيرات فسيولوجية أخرى ولفئات عمري مختلفة.

\* قائمة المراجع باللغة العربية و الأجنبية :

- إبراهيم أحمد سلامة. (2000). المدخل التطبيقي للمقياس في اللياقة البدنية. الإسكندرية: مركز التدريب الرياضي.
- أبو العلاء أحمد عبد الفتاح و محمد صبحي حسنين. (1997). فسيولوجيا و مورفولوجيا الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ضياء الخياط و نوفة محمد الحياي. (2000). كرة اليد. الموصل: دار الكتاب للطباعة و النشر.
- عمار عبد الرحمن. (1989). الطب الرياضي. بغداد: مطبعة جامعة بغداد.
- محمد توفيق الوليلي. (1989). كرة اليد (تعلم، تدريب، تكنيك). الكويت ، ط 01: مطبعة السلام.
- مصطفى حسن باهي. (1995). المعاملات العلمية بيم 2 النظرية و التطبيق. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- منير جرجس. (2004). كرة اليد للجميع (التدريب الشامل و التميز المهاري). القاهرة : دار الفكر العربي.

- SAMER NOVK.(1999) M PHYSICAL WORKING MOSCOE .ARACTIN HUMAN .
- SAMER NOVK.(2000).M.PHYSICAL WORKING MOSCOE CARACTIN HUMAN.

## طريقة التدريب المدمج بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية

لدى لاعبي كرة القدم (تحت 18) سنة.

أ. فغلول سنوسي

أستاذ مساعد أ بمعهد التربية البدنية و الرياضية . جامعة مستغانم – الجزائر

### ملخ البحث:

يهدف البحث إلى اقتراح برنامج تدريبي باستخدام طريقة التدريب المدمج بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم (تحت 18) سنة ، وقد افترض الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بعض الصفات البدنية بين عينتي البحث لصالح التجريبية. وبعد تحديد المجتمع الأصلي للدراسة و الذي تمثل لاعبي كرة القدم من صنف الأواسط تحت 18 سنة ، ونظرا لطبيعة البحث والمنهج التجريبي المستخدم ، اختيار عينة البحث بطريقة العمدية من فريق ترجي مستغانم و وداد مستغانم والتي بلغ حجمها 30 لاعبا . نفس المواصفات السن، الجنس و الخبرة التدريبية ، قسمت إلى مجموعة تجريبية بـ 15 لاعبا طبق عليها البرنامج التدريبي و تحت إشراف الباحث، وأخرى ضابطة بنفس العدد التي تمثلت بفريق وداد مستغانم . وقد تم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينتي البحث في نتائج بعض الصفات البدنية لصالح التجريبية ، مما يدل على فاعلية طريقة التدريب المدمج بالكرة المقترحة في بلوغ الهدف المنشودة.

**الكلمات الأساسية:** طريقة التدريب المدمج – الصفات البدنية – لاعبي كرة القدم (تحت 18) سنة

**Résumé :**

Le but de cette recherche est la proposition d'un programme d'entraînement basé sur des normes scientifiques avec l'utilisation de la méthode intégrée avec le ballon pour développer quelques qualités physiques chez les footballeurs (U 18) ans. Le chercheur suppose qu'il existe des différences significatives de quelques qualités physiques, entre les deux échantillons de la recherche et en faveur de l'échantillon expérimental. Après avoir déterminé la communauté de la recherche, qui était des joueurs de football de classe (U 18) ans, et en raison de la nature de la recherche et la méthode expérimentale utilisée, on a sélectionné volontairement les échantillons des équipes de Mostaganem l'Espérance et le Widad et dont le nombre était 30 joueurs de mêmes spécifications: l'âge, le sexe et l'expérience la formation, divisé en un groupe expérimental de 15 joueurs sur lequel on appliqué un programme d'entraînement (l'Espérance de Mostaganem) sous la supervision du chercheur, et un autre témoin avec le même nombre (le Widad de Mostaganem). Les résultats ont montré la présence des différences statistiquement significatives entre les échantillons de la recherche dans les résultats de certaines qualités physiques et en faveur de l'échantillon expérimental, ce qui démontre l'efficacité des exercices combinés avec le ballon proposés, pour atteindre l'objectif désiré.

Mots-clés: méthode d'entraînement intégrée - qualités physiques - footballeurs (U 18) ans.

**Abstract**

The purpose of this research is the proposal of a training program based on scientific standards with the use of the integrated method with the ball to develop some physical qualities of football players (U 18) years. . The researcher assumed that there are significant differences in some physical qualities, between the two samples of research and for the experimental one. After determining the research community, who was in class soccer players (U 18) years, and due to the nature of research and the experimental method used, voluntarily we selected the samples of Mostaganem teams; the Esperance and the Widad and whose numbered was 30 players of the same specifications; age, gender and experience training, divided into an experimental group of 15 players on which was applied a training program (Esperance of Mostaganem) and under the supervision of the researcher, and another witness with the same number (Widad of Mostaganem).

The results showed the presence of statistically significant differences between the samples of research in the results of certain physical qualities and for the experimental sample, which demonstrates the effectiveness of proposed combined exercises with the ball, reaching the desired goal.

Keywords: integrated training method - physical qualities – Soccer players (U 18) year

**1- مقدمة:**

تعتبر كرة القدم لعبة جماعية تجذب إليها أنظار كل الجماهير من أجل المتعة و المشاهدة، كما تؤثر اجتماعيا في التماسك داخل المجتمعات وزيادة العلاقات بين مختلف الدول وجذب السياح إلى المناطق السياحية الرياضية التي لها أثر في اقتصاد الدولة مثل الصين (عش الطائر) و غير ذلك، إن تطور أساليب وطرق التدريب هدفاً تسعى إليه فرق العالم ، ولقد حدث تطور في المستوى البدني والفني للعبة كرة القدم على الصعيد العالمي الأمر الذي يتعين عليه العمل لمواكبة هذا التطور ، وتعد لعبة كرة القدم من الرياضات التي تتصف بالعمل المستمر والذي يتطلب العديد من القدرات البدنية التي تعين اللاعب على فاعلية الأداء لفترة طويلة دون حدوث هبوط في مستوى القدرات البدنية والفنية ، وفي لعبة كرة القدم يعتبر مجمل اداء اللاعبين عامل هام لتحقيق الفوز، كما يعتمد على كفاءة المدرب في الموازنة بين التدريب والعلم حسب متطلبات وحاجيات المكان والزمان الذي يعيش فيه الفرد الرياضي للوصول إلى إنجاز، وعلى هذا الأساس ينبغي علينا كمختصين في مجال التدريب الرياضي عند تخطيط برنامج أن يكون وفق متطلبات وحاجيات الجسم الرياضي وكذلك حسب الهدف الذي نسعى إليه، حيث تختلف القدرات والاستعدادات من الفرد إلى الآخر، وتركيبته الجسمية الخارجية القامة (الوزن، الطول) والداخلية منها نوع العضلة مثل الألياف العضلية البطيئة و السريعة كذلك العامل الوراثي الذي يحدد أو يخصص الفرد إلى نوع الرياضة .

إن الوصول إلى الإنجاز الرياضي يتطلب إيجاد طرق وحلول مناسبة و اكتشاف أساليب جديدة لتطوير القدرات البدنية و التقنية والتكتيكية والنفسية و العقلية، وخلق ظروف مشابهة في مثل المنافسة، "لاعب كرة القدم الذي يمتلك معرفة وخبرة بفنون اللعبة ويستخدم ذكائه الميداني التكتيكي في اللعب و الكفاح من أجل تحقيق الهدف بفعالية كبيرة يستطيع التفوق مع فريقه والحصول على نتائج طيبة في المباريات، وهذا التفوق والنجاح يتطلب وجود العوامل الأساسية لتطوير تكتيك الهجوم و الدفاع وهي القدرات والإمكانات البدنية و المستوى العالي للأداء المهاري و ثبات الصفات النفسية والمعنوية وتطويرها وامتلاك

اللاعبين القدرة على التفكير التكتيكي المبدع والتصرف الصحيح في مواقف اللعب المختلفة . (محمود ، 2009 ، 95).

## 2- المشكلة:

"شهدت السنوات الأخيرة تطورا ملحوظا و انفجارا علميا في مجال الإعداد البدني مستغلة التطور التكنولوجي في تطور برامج التدريب لرفع كفاءة اللاعبين البدنية و الفنية والتكتيكية والنفسية والذهنية بما يتماشى مع مواقف الأداء المشابهة في نشاط كرة القدم و الوصول به لحالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي و العمل على تطويرها لأقصى مدى ممكن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب ينفذ خلالها الواجبات الدفاعية و الهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة. وهنا يجب أن نوضح أن استخدام تمارين الإعداد البدني الخاص يكون تطوير القدرات الفسيولوجية المحددة لمستوى الحالة الرياضية بصفة أساسية للاعب كرة القدم، وبالذات قدرات الحركة كالقوة المميزة بالسرعة، و تحمل السرعة وتحمل الأداء، ويتم تطوير هذه القدرات بالصورة التي يحتاجها نشاط كرة القدم أثناء فترة المنافسة" (حسن، 2008 ، 18-23) "إن الشيء المهم في التحضير البدني هو أن تستطيع و تعرف كيف تسير قوتك البدنية بتمارين تدخل فيها الكرة. التقييم الفسيولوجي بتمارين خاصة يجب أن تكون معروفة، إدماج الكرة في العمل البدني سمح باكتساب قدرات تقنية ، تكتيكية وبدنية للاعب، وزيادة ذلك يجب على المدرب أن يتأقلم مع الثقافة الكروية والتكتيكية للاعبين والنوادي، التي يكون تحت وصايته، لكي يتحكم في التدريبات" (dellal, 2008, 1) ، أن لاعب كرة القدم أثناء أدائه في المقابلة يقوم بتكرار حركاته بالكرة المسافة 10م-30م 40م-50م عدة مرات بشدة مرتفعة أو تحت القصوى "عندما تضغط بكفاءة الأعضاء اللاهوائية للطاقة للاعبين من خلال التكرار بكفاءة عالية فسوف تتهيا تلك الأعضاء لتسمح للاعبين بالعمل بسرعة عاليا جدا طوال المباراة بكاملها (عصام ، 1994 ، 505) . و من خلال الدراسة الاستطلاعية ، وخبرة الباحث لاحظنا أن من أسباب تدني

مستوى لاعبي كرة القدم خلال السنوات الأخيرة ، هو نقص استخدام التمارين بالكرة مع الجانب المهاري أو الخططي التي تهدف الى تنمية الصفات البدنية الأساسية ، خلال فترة العمل التدريبي وهذه بطبيعة الحال مشكلة راودت الباحث منذ مدة ليست بالقصيرة و على هذا الأساس يرى الباحث أن بناء برنامج التدريب الذي يعتمد على كيفية تقنين الحمل التدريبي وخلق ظروف مناسبة تتشابه وظروف المنافسة، ويتم تطوير الصفات البدنية الأساسية في مرحلة الإعداد عن طريق تمارين مندمجة بالكرة، ومما سبق يطرح السؤال التالي:

- هل طريقة التدريب المدمج بالكرة المقترحة تؤثر إيجابيا في تطوير بعض الصفات البدنية الأساسية للاعبي كرة القدم تحت 18 سنة؟

### 3- الأهداف:

أ. اقتراح برنامج تدريبي باستخدام تمارين مدمجة بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أوسط أقل من 18 سنة على الأسس النظرية و العلمية .

ب. معرفة مدى فاعلية طريقة التدريب المدمج في تطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم أوسط أقل من 18 سنة.

### 4- الفرضيات:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح متغيرات البحث للعينة الضابطة والتجريبية و لصالح هذه الأخيرة في نتائج بعض الصفات البدنية الأساسية.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و التجريبية في الاختبار البعدي لصالح هذه الأخيرة في نتائج بعض الصفات البدنية الأساسية

### 5- الأهمية:

أ. معرفة دور التدريب المدمج بالكرة، المعتمد على الأسس النظرية و العملية لتطوير بعض الصفات البدنية الأساسية.

ب. تزويد مكاتبنا بمثل هذا النوع من البحوث العلمية.



**6- التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث:**

**6-1. التدريب المدمج:** اختلفت تصورات تعريف التدريب المدمج لكن كلها احتوت جوانب التحضير البدنية والتقنية والخطوية ككل متكامل .

- التدريب المدمج هو تحديد أهداف تدريبية بشكل متعدد وباستعمال الوسائل الشبه تنافسية وتنافسية على ان تكون عوامل التدريب بدنية وتقنية وخطوية ونفسية مع احترام المعالم والمرحل العامة لسيرورة التدريب في الدورات الصغرى والمتوسطة والكبرى بما احتوته من حمولة.

- التدريب المدمج بالنسبة للمحضر ليس فقط تكرير نفس التمارين البدنية والتقنية والخطوية والأهداف لكن المحضر الحقيقي هو الذي يتصورها بأحسن وأفضل الوضعيات واستعمالها بما تتطلبه المنافسة (Marion, 2000,35). "التدريب المدمج يسمى مجمعا و أيضا مختلط أو تدريب المقاومة الخاصة نحن نسعى لتحقيق مستوى جيد من اللياقة البدنية إلى التدريبات باستخدام الكرة" (Vitulli, M. 2010)، " ومثال لذلك الدمج أو التكامل هو تدريب الشبه بالمهارة الممزوجة باللياقة و الذي يبقى عليه لفترة محددة من الوقت (3 دقائق) أو حتى تسجيل مجموعة أهداف (3نقط بالترتيب تسجيل بدون خطأ ) (الضرب الساحق المتصل على الشبكة) (عصام الوشاحي. 1994، 505) إن للتمارين أهمية كبرى في الإعداد البدني العام و الخاص و في الإعداد المهاري و الإعداد الخططي إن كان للمبتدئين أو للمستويات العليا لما تتميز من خصائص لتهيئة الرياضيين بدنيا و مهاريا و تكتيكيا و بما يتناسب مع ذلك النشاط. " (وجيه محبوب، 2000، 167) .

**6-2. الصفات البدنية :**

" اختلف العلماء في إطلاق اسم لعوامل اللياقة البدنية فبعضهم يطلق عليها الصفات البدنية أو مكونات اللياقة البدنية أو عناصر اللياقة البدنية و تعد الصفات البدنية من المصطلحات الشائعة الاستخدام في عملية التدريب الرياضي" (فرحات، 2003)، " لذلك نرى أن عملية تنمية الصفات

البدنية الضرورية تهدف أساسا إلى الارتقاء بالمستوى المهاري من جهة و من جهة أخرى أن جميع التحركات الخطئية في الملعب الذي يواجهها اللاعب و ما تحتاج منه إلى بذل جهد كبير ولتنفيذ هذه الخطط فيتطلب مستوى عالي من اللفات البدنية. ( غازي ، 36، 2011-80 ).

#### 7-الدراسات السابقة والمشاهدة

#### 7-1.الدراسة: بن قاصدي علي الحاج محمد1997.

**العنوان:** أثر البرنامج التدريبي المقترح للفترة الإعدادية في تطوير بعض الصفات البدنية و المهارة الأساسية للاعب كرة القدم 16. 18 سنة.

**الهدف:** يهدف البحث إلى اقتراح برنامج تدريبي للفترة الإعدادية و تحديد مستوى الصفات البدنية و المهارات الأساسية .

**الفروض:** البرنامج التدريبي المقترح الخاص بالفترة الإعدادية يؤثر إيجابيا في تطوير الصفات البدنية و المهارة لعينة البحث التجريبية.

**المنهج:**لقد تبع الباحث المنهج التجريبي المسحي بما يتناسب و طبيعة المشكلة .

**العينة:** شملت عينة البحث في الدراسة المسحية 26 مدربا و هي تمثل نسبة مئوية مقدارها 74.28 % من المجتمع

**الأداة:** الاستبيان: الاستمارة - الوسائل الإحصائية.

**البرنامج التدريبي:** لقد قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي على العينة التجريبية مدة 08/01 إلى 1996/10/21.

**أهم الاستنتاجات:** خلال هذه الفترة استنتج الباحث أن البرنامج التدريبي المقترح قد أثر إيجابيا على مستوى تطوير الصفات البدنية و المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم.

**أهم التوصيات:** هي ضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي الحديث بأسلوب علمي صحيح عن طريق مشاركتهم في الملتقيات العلمية و الندوات و الدورات و الأيام الدراسية ، تحت إشراف إطارات مختصة كما يوصي الباحث المعنيين و مربي فرق الأواسط استعمال البرنامج المقترح للفترة الإعدادية ضرورة إجراء دراسة مماثلة لبقية الأعمار لرفع مستوى كرة القدم الجزائرية. ( بن قاصدي، 1997 ).

## 7-2. الدراسة: أشرف محمد علي جابر. 2001.

**العنوان:** الأهمية النسبية لمتغيرات حجم القلب والدم في التقدم بمستوى تحمل السرعة لدى لاعبي كرة القدم.

**الهدف:** الفروق في متغيرات حجم القلب بين لاعبي كرة القدم المميزين و غير المميزين في عنصر تحمل السرعة.

**الفروض:** ما هي أهم متغيرات حجم القلب بين لاعبي كرة القدم المميزين و غير المميزين في عنصر تحمل السرعة؟.

**المنهج:** استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة المشكلة.

**العينة:** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد 24 لاعبا من اللاعبين تحت 21 سنة لنادي الزمالك.

**الأداة:** المصادر و المراجع العربية و الأجنبية الأدوات و الأجهزة الطبية:

- أنابيب اختبار نظيفة لتفريغ الدم بداخله. -قطن. -كحول أبيض للتطهير قبل سحب عينة الدم.
- حقن بلاستيك مقاس 5 سم مكعب.

- مادة مانعة لتجلط الدم ( Anticoagulant (EDTA

**الكمية:** 90 ميكروليتر ( 80 ML ) اثلين ديامين نترا أستيك أسيد.

**أهم الاستنتاجات:** إن أهم متغيرات حجم القلب للاعب كرة القدم المميزين في عنصر تحمل السرعة كان اتساع البطين الأيسر في الانبساط و الانقباض ( Diastole –Systole ) و كتلة البطين الأيسر .

- أن زيادة تركيز هرمون الأنسولين في الدم هو أهم متغيرات تركيب الدم لدى لاعبي كرة القدم المميزين في تحمل السرعة.

**أهم التوصيات:** الاهتمام بالاختبارات المورفولوجية لعضلة القلب خلال فترات الموسم لكونها مؤشرا هاما يعكس حالة اللاعب وكفاءته البدنية. ( أشرف ، 2001).

### 7-3. الدراسة : فغلول سنوسي 2011.

**العنوان :** إقتراح برنامج تدريبي باستخدام التمارين المندمجة بالكرة في تطوير تحمل السرعة لدى لاعبي كرة القدم 17-19 سنة.

**الهدف :** معرفة مدى تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تطوير تحمل السرعة .

**الفروض :** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية و لصالح هذه الأخيرة.

**المنهج :** استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة المشكلة.

**العينة :** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد 26 لاعبا من اللاعبين تحت 18 سنة لنادي ترجي مستغانم.

**أهم الاستنتاجات:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية و لصالح هذه الأخيرة.

### 7-4. التعليق على الدراسات السابقة والمرتبطة: هدفت معظم الدراسات إلى بناء برامج

تدريبية لتنمية القدرات البدنية (القوة المميزة بالسرعة - تحمل القوة - تحمل السرعة - التوازن - المرونة - الرشاقة - القوة القصوى) والتعرف على تأثير تنمية هذه القدرات على النواحي المهارية والفسولوجية ونتائج المباريات لدى اللاعبين، ما عدا دراسة آدم عثمان، نوراك مختارية (2007) التي هدفت إلى التعرف على اللياقة البدنية ودورها في تطوير الأداء المهاري للاعبين كرة القدم من وجهة نظر المدربين.

**المنهج المستخدم:** اختلفت الدراسات السابقة في نوعية المنهج المستخدم كل حسب طبيعة دراسته والهدف منها حيث استخدمت غالبية الدراسات المنهج التجريبي ولكن بتصميمات مختلفة (مجموعة واحدة، مجموعتين " ضابطة - تجريبية"، ثلاث مجموعات تجريبية، ثلاث مجموعات " ضابطة - 2 تجريبية")، و استخدم بن قاصد علي الحاج محمد (1997) المنهج الوصفي و التجريبي معًا ، و استخدم كل من أشرف محمد علي جابر (2001) و فغلول سنوسي (2008) المنهج التجريبي ،

**العينة:** اختلفت الدراسات فيما بينها في عدد أفراد العينة المستخدمة والمرحلة العمرية للاعبين الذين خضعوا للدراسات حيث تراوح عدد اللاعبين من (8-149 لاعبا) و بين 14 و20 سنة كل حسب طبيعه دراسته.

**8-الدراسة الاستطلاعية:** خلال هذه الخطوة تناول الباحث هذه الاختبارات المنتقاة (البدنية) بالتجريب للتأكد من ثقلها العلمي حيث تم اختيار عينة أخرى بطريقة عمدية من لاعبي كرة القدم الأواسط التابعين لفريق ترجي مستغانم و داد مستغانم من نفس المجتمع الأصلي و المقدر عددهم ب 10 لاعبين.

وطبقت عليهم مجموعة الاختبارات البدنية المستهدفة و على مرحلتين متتاليتين. وقد كان الهدف من التجربة الاستطلاعية، معرفة مدى صلاحية الاختبارات المراد استعمالها في التجربة الأساسية، ومعرفة صدق وثبات وموضوعية الاختبار وللوصول إلى نتائج دقيقة ومضبوطة أثنا تطبيق هذه الاختبارات ثم الإشراف عليها شخصا من طرف الباحث.

### 9-مجالات البحث:

**المجال البشري:** تمثلت عينة المختبرين الذين استهدفهم البحث في لعبة كرة القدم من صنف الأواسط تحت 18 سنة، حيث بلغ عددهم 30 لاعبا موزعين على مجموعتين حجم كل منها 15 لاعبا.

**المجال المكاني:** أنجز البحث في الملعب سليمان و ملعب ملحق برائد فراج المدنية لولاية مستغانم.

**المجال الزمني:** امتدت الدراسة من 2013/08/21 إلى 2013/10/21 ، بواقع 4-5 حصص تدريبية في الأسبوع.

### 10-إجراءات البحث الميدانية:

**10-1. منهج البحث:** اعتمد الباحث على المنهج التجريبي.

**10-2. مجتمع و عينة البحث:** بعد الدراسة الاستطلاعية وبعد تحديد الباحث المجتمع الأصلي للدراسة الذي تمثل في لاعبي كرة القدم من صنف الأواسط تحت 18 سنة ، تم اختيارهم بطريقة عمدية من منتخب فريق ترجي مستغانم والتي بلغ عددهم 15 لاعبا ذكور

(عينة تجريبية) طبق عليها البرنامج التدريبي المقترح، وأخرى ضابطة اشتملت على (15 لاعبا) من منتخب فريق وداد مستغانم طبق عليها البرنامج التدريبي العادي.

**10-3. تحديد متغيرات البحث و اختباره:** تمثلت في تحديد مجموعة من الاختبارات والمتمثل في قياسات بعض الصفات البدنية ( تحمل السرعة، تحمل القوة ، تحمل القوة المميزة بالسرعة)، للاعبين كرة القدم (أواسط) والتي تمت بمجموعة مصادر ومراجع علمية حيث نظمت في استمارة إستبائية ثم قام الباحث بتوزيع خمسة عشر (15) استمارة و عرضها على مجموعة من الدكاترة الأساتذة داخل و خارج الوطن لترشيحها ، و على إثر النتائج المتحصل عليها بعد استرجاعها شرع الباحث في تحليلها مستخلصين مجموعة من النتائج كما هي موضحة في الجدول رقم(01) .

**جدول رقم (01) يوضح نسبة المئوية مجموعة الاختبارات البدنية.**

الإختبارات الصفات	الهدف الاختبار	نوع الاختبار	ا كمين	نسبة المئوية
المورفولوجية	القامة	قياس القامة سم	15	100 %
	الوزن	قياس الوزن غ	15	100 %
البدنية الخاصة	تحمل السرعة	إختبار 30م×5	12	80 %
	تحمل القوة	عددمرات قفز خلال 30ثا	15	100 %
	تحمل القوة المميزة بالسرعة	أقصى مسافة لمدة (10) ثا	15	100 %

#### 10-4. أدوات البحث:

أولاً: المصادر والمراجع العربية والأجنبية. ثانياً: المقابلات الشخصية ثالثاً: الاختبارات البدنية. رابعاً: الوسائل البيداغوجية خامساً: الوحدات التدريبية المقترحة سادساً: الوسائل الإحصائية.. النسبة المئوية \* المتوسط الحسابي. \* الانحراف المعياري. \* اختبار دلالة الفروق T ستودنت.

**10-5. الأسس العلمية المعتمدة في وضع البرنامج التدريبي المقترح:**

استعان الباحث بالعديد من المراجع العلمية و مجموعة من المختصين في التدريب الرياضي وكرة القدم خاصة لتحديد الصفات البدنية (تحمل السرعة، تحمل القوة، تحمل القوة المميزة بالقوة) في رياضة كرة القدم التي يجب تنميتها، وكذلك تم تصنيف التمارين المدججة المتعددة الأغراض، وفيه تم وضع البرنامج التدريبي في مجال تدريب الصفات البدنية الأساسية التي يحتاجها لاعب كرة القدم وتكون في نفس اتجاه العمل أثناء المباراة، وكذلك استخدام طريقة النسبة المؤية لضبط الأحمال التدريبية لكل من الشدة و الحجم و استخدام مستوى نبض القلب لتحديد درجة الحمل و نوع الراحة و أستخدم طريقة تحليل دورة الحمل الأسبوعية وهذه الاختبارات مخصصة للعينة التجريبية فقط لمعرفة نسبة تقدم البرنامج التدريبي حيث يعتبر هذا الاختبار أكثر الطرق استخداما في مجال التدريب ، حيث تم وضع برنامج تدريبي على أسس علمية في وضع الأهداف والواجبات وتحديد المحتوى وسائل التنفيذ التي بواسطتها يمكن تنفيذ المحاور الرئيسية للبرنامج في إطاره العام .

**11- عرض أهم نتائج البحث:****11-1. عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي لعيني البحث**

جدول رقم(02) يوضح التجانس بين العينة الضابطة و التجريبية في نتائج القياسات

القبلية باستخدام اختبار لدلالة الفروق ت ستيودنت .

المقاييس الإحصائية	العينة الضابطة		العينة التجريبية		ت الجدول	ت الجدول	دلالة الفروقات
	ع	س	ع	س			
السن	0.14	18.10	0.17	18.12	2.04	1	غ. دال .إ.
الوزن (كغ)	2.79	1.16	3.53	71.83			غ. دال .إ.
الطول الجسم (سم)	2.19	71.16	2.11	172.16			غ. دال .إ.
العمر التدريبي (سنة)	0.48	3.61	0.46	3.69			غ. دال .إ.
درجة الحرية (2-2) = 28 عند مستوى الدلالة 0.05							

يتضح من الجدول (02) أنه لا يوجد فروق معنوية في جميع المتغيرات الأساسية بين المجموعتين قبل التجربة حيث بلغت قيمة ( ت ) المحسوبة بين ( 0.13 ، 0.44 ) وهذه القيم أقل من قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 مما يؤكد على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات الأساسية قبل إجراء التجربة.

جدول رقم (03) يوضح التجانس العينة البحث في نتائج الاختبارات القبليّة باستخدام اختبار للدلالة الفروق.

دلالة الفروق	ت. م. ج.	العينة التجريبية		العينة الضابطة		المقاييس الإحصائية الاختبارات	
		ع	س	ع	س		
غ. دال. إ.	2.04	0.38	0.17	4.85	0.22	4.88	تحميل السرعة 30م × 5 (ثا)
غ. دال. إ.		0.17	4.6	19	4.8	18.5	تحميل القوة عدد مرات خ 30
غ. دال. إ.		0.52	701	30.50	3.260	31.91	رجل اليمين (م)
غ. دال. إ.		0.54	605	31.05	2.998	30.91	رجل اليسار (م)

درجة الحرية ( 2-2 ) = 28 عند مستوى الدلالة 0.05

لقد تبين من خلال الجدول أن جميع القيم " ت " المحسوبة تؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات و هذا يدل على مدى التجانس القائم بين عيني البحث من حيث التماثل في مستوى بعض القدرات الفسيولوجية وبعض الصفات البدنية الأساسية في لعبة كرة القدم



## 11-2. عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعيني البحث

تتعلق الفرضية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار القبلي و الإختبار البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية في اختبارات متغيرات البحث و لصالح العينة التجريبية.

جدول رقم (04) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعيني البحث في المتغيرات البحث باستخدام اختبار لدلالة الفروق.

"ت".	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المقاييس الإحصائية عينة البحث	المتغيرات البحث
	ع2	س2	ع1	س1		
0.41	0.12	4.78	0.13	4.88	العينة الضابطة	تحمل السرعة
3.46	0.16	4.09	0.14	4.85	العينة التجريبية	
1.50	3.36	20.5	4.8	18.5	العينة الضابطة	تحمل القوة
3.44	3.48	25.70	4.6	19	العينة التجريبية	
1.50	3.8	34.25	3.2	31.9	العينة الضابطة	تحمل القوة المميزة بالسرعة الرجل اليمنى
11.44	4.0	39.25	3.7	30.5	العينة التجريبية	
1.45	3.1	32.9	2.9	30.9	العينة الضابطة	تحمل القوة المميزة بالسرعة الرجل اليسرى
09.45	4.1	38.25	2.6	31.05	العينة التجريبية	

حجم العينة = 15 و درجة الحرية = 14 و عند مستوى = 0.05 و ت جدولية = 2.14

لقد تبين من خلال النتائج المدونة أعلاه في الجدول رقم 04 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية ت ستيودنت، تبين أن قيمة ت المحسوبة بالنسبة لكل متغيرات البحث للعينة الضابطة كانت أقل من قيمة ت الجدولية البالغة 2,14 عند درجة الحرية 14 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 مما يدل على أنه لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد فرق معنوي بين المتوسط الحسابي بين الإختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة. و أمات المحسوبة بالنسبة لكل

متغيرات البحث للعيننة التجريبية كانت أكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 2,06 عند درجة الحرية 14 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 مما يدل على أنه توجد دلالة إحصائية أي أنه يوجد فرق معنوي بين المتوسط الحسابي بين الإختبار القبلي و البعدي للعيننة التجريبية و يمكن تفسير هذه النتيجة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث ، ذلك راجع إلى فعالية طريقة التدريب المدمج حيث أن التمارين المشابهة لأداء الحركات و بأساليب متنوعة ومختلفة من ناحية المسافات في المقابلة ساعد على تطوير متغيرات البحث وهذا يتفق مع ما يرى الباحث أن إستخدام طريقة التدريب المدمج بالكرة يجب أن تتناسب مع مراكز اللاعب عند استخدامها طبقاً لمواقف اللعب. حيث تعود اللاعبين على طريقة التدريب من قبل المدرب وعلى اعتمادهم على التدريب من أجل تحسين خطط اللعب في مرحلة المنافسة ، مع المحافظة على اللياقة البدنية التي أكتسبها خلال مرحلة الإعداد، إن هدف كل تدريب هو التحضير للمنافسة وما تحمله من اندماج وتداخل لمكونات المستوى العالي فالهدف من هذا كله هو تطوير القدرات البدنية والمهارات التقنية والخططية والاستعدادات النفسية للاعبين، كما تؤكد النتائج نسبة تحسن لكل متغيرات البحث ، وهذا يعني أن تدريب اللاعبين وفق طريقة التدريب المدمج أثر كثيراً على مستوى متغيرات البحث، وبالتالي تحصل اللاعبين على النتائج جيدة و حدث لهم تحسن، لأن طريقة التدريب المدمج كما هو معروف تثير الحماس لدى اللاعبين خلال الحصص التدريبية كما تتميز بقدرتها على إثارة دافعية التدرّب مما يؤدي إلى كثرة المشاركة لدى اللاعبين. وفي الأخير يستنتج الطالب الباحث أن طريقة التدريب المدمج بالكرة المقترحة تأثر إيجابياً على بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم أواسط (18).

### 3-11. مقارنة نتائج مجموع الاختبارات في الاختبار البعدي لعيني البحث:

على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية في اختبارات متغيرات البحث و لصالح المجموعة التجريبية

الجدول رقم (05) يوضح مقارنة نتائج الاختبارات في الاختبار البعدي لعيني البحث.

دلالة الفروق	"ت.م"	العينة التجريبية		العينة الضابطة		المقاييس الإحصائية	الاختبارات
		ع	س	ع	س		
دال.إ	6.55	0.16	4.09	0.12	4.78	30 م × 5 (ثا)	تحمل السرعة
دال.إ	7.76	3.39	25.70	3.36	20.5	30 م	تحمل القوة عدد مرات خ
دال.إ	9.21	4.02	39.25	3.80	34.25	رجل اليمين م	القوة المميزة بالسرعة
دال.إ	8.50	4.12	38.25	3.13	32.9	رجل اليسار م	

حجم العينة = 30 و درجة الحرية = 28 و عند مستوى = 0.05 و ت جدولية = 2.04

يلاحظ من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (05) للاختبار البعدي لعينتي البحث أن قيم ت المحسوبة في جميع الاختبارات هي أكبر من القيمة الجدولية المقدرة بـ 2.04 عند درجة الحرية 28 ومستوى الدلالة 0,05 وهذا يدل على وجود فرق معنوي أي دال إحصائيا لصالح العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي .

ويمكن تفسير هذه النتيجة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث ، ذلك راجع إلى فعالية طريقة التدريب المدمج حيث أن التمارين المشابهة لأداء الحركات و بأساليب متنوعة ومختلفة من ناحية المسافات في المقابلة مما ساعد على تطوير متغيرات البحث وهذا يتفق مع ما أشار إليه حنفي محمود 1994 "إن الإحساس بالكرة عند اللاعب ينمو مع التمرين ويكون نوعاً خاصاً من الملاحظة العالية التي تجعله يستطيع أن يتعامل مع الكرة بخبرته وينشأ عن ذلك إدراك اللاعب دقه وخواص الكره شكلها ووزنها ومرونتها عند جريه بها" (حنفي محمود 1994) ويرى الباحث إن إستخدام طريقة التدريب المدمج بالكرة يجب أن تتناسب مع مراكز اللاعب عند استخدامها طبقاً لمواقف اللعب. حيث تعود اللاعبين على طريقة التدريب من قبل المدرب وعلى اعتمادهم على التدريب من أجل تحسين خطط اللعب في مرحلة المنافسة ، مع المحافظة على اللياقة البدنية التي أكتسبها خلال مرحلة الإعداد ، إن هدف كل تدريب هو التحضير للمنافسة وما تحمله من اندماج وتداخل لمكونات المستوى العالي فالهدف من هذا كله هو تطوير القدرات البدنية والمهارات التقنية والخطية

والاستعدادات النفسية للاعبين، فالتدريب المدمج يأخذ بعين الاعتبار تحضير كل العوامل المشاركة والمكونة للتفوق الرياضي الفردي والجماعي (Remy,2001,29-33).  
وفي الأخير يستنتج الطالب الباحث إن طريقة التدريب المدمج بالكرة المقترحة تؤثر إيجابيا على بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم أواسط (18).

## 12- مناقشة النتائج بفرضيات البحث:

### 1-12. مناقشة الفرضية الأولى:

تتعلق الفرضية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار القبلي و الإختبار البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية في اختبارات متغيرات البحث و لصالح لصالح العينة التجريبية.

فبعد المعالجة الإحصائية باستخدام "ت" ستيودنت لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها بغرض إصدار أحكام موضوعية حول تطبيق طريقة التدريب المدمج المقترحة تؤدي إلى تطوير بعض الصفات البدنية الأساسية للاعبي كرة القدم فقد تبين أن العينة التجريبية التي طبقت عليها طريقة التدريب المدمج بالكرة احدث تطورا ملحوظا، حيث من خلال المعالجة الإحصائية و الموضحة في الجدول (04) تبين وجود فرق معنوي في النتائج لكون أن جل قيم "ت" المحسوبة هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية 14 مما يؤكد على مدى فاعلية طريقة التدريب المدمج بالكرة و الموجهة بهدف تطوير بعض الصفات البدنية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم لمرحلة عمرية تحت 18 سنة، كما يذكر موفق المولى أن بعض الدراسات التي قام بها مجموعة من الباحثين في دراسة المقارنة بين التدريب المنفرد و التدريب المدمج ، حيث أستنتج أن التدريب الذي يعتمد على طريقة الإتجاه المنفرد في كرة القدم و التي تقود لخسارة اللياقة البدنية خلال مرحلة المنافسة، أما طريقة التدريب المتكاملة و المدججة و التي تقود كذلك لمستويات عليا الأداء المهاري و الخططي و الوصول بلاعبي كرة القدم لقممة الأداء و محافظة على لياقة بدنية قوية على طول فترة المنافسة . (المولى، 2010 ،

(93)

و في السياق يرى الطالب الباحث أن إستخدام التمارين المشابهة لتلك المباراة التي تتماشى مع المراحل التحضيرية، كما أن تنظيم الحصص التدريبية على شكل التمارين تكون مشابهة لتلك المواقف في المقابلة ، حيث يستخدم تمارين خاصة بالقوة المميزة بالسرعة حسب مراكز اللاعبين يشير jean يجب على اللاعب أن يتدرب كأنه يلعب في المقابلة الرسمية . كما يعبر عن حمل التدريب أثناء الحصة التدريبية بحمل مجمع الذي يحتوي على التكتيك، الفني، البدني، النفسي، الذهني (ancian,2008,60). وأشار بوليكن (POLIKNIN,1988) نقلا عن (طلحة حسام الدين، 1997) إلى ضرورة تنوع التدريب عن طريق تنوع أساليب التحميل ويمكن أن يتم ذلك من خلال تغير عدد التكرارات أو عدد المجموعات أو في مقدار شدة الحمل أو في سرعة أداء التمرين أو التغير في مدة الراحة (طلحة، 1997، 52)، كما أكدت الدراسة على ذلك ، إن التفكير المتناوب والمتعدد في إيجاد حلول لمشكلات الوضعيات المطروحة، وفي كل الحالات فالتدريب المدمج ينطلق من شكل التدريب الهادف إلى تطوير ذكاء اللاعبين في أثناء وضعيات اللعب بالكرة أو بدون كرة (Grosgerges.B, 1990, 285-288) ، ولقد أوجدت البحوث في الطب و العلوم في الرياضة و التمارين بأن الفريق الذي يتوقف عن تدريب المقاومة خلال الموسم سيلاحظ عليه نقصان في الأداء الكروي في نهاية الموسم ، حيث بينت نتائج إختبارات السرعة والقدرة و الرشاقة لموسم كرة القدم للفريق ، عندما يتوقف اللاعبون عن التدريب خلال الموسم ، (المولى، 2010 ، 94) من المهم تنفيذ الكثير من تمارين اللياقة البدنية مع الكرة أو على شكل وضعيات اللعب ، حيث يصيب النجاح المدرب الذي ينوع تمارين اللياقة من وحدة تدريب لأخرى لأجل التأثير في مختلف العناصر البدنية .أي أن الجري السريع لمسافات قصيرة ثم لمسافات طويلة و جري مع الكرة ثم دون الكرة ثم تمارين البلايومترك و عمل القدمين السريع، كما يجب أن تركز أي استراتيجية تدريبية على السرعة و القدرة و القوة و اخيرا على التحمل / الراحة في مرحلة الشباب ، (المولى، 2010 ، 111-112) . من المهم التذكير بأن الرشاقة الصفة المركبة التي تتألف من السرعة و المرونة و القوة و المهارات الحركية حيث أن تنمية تلك الصفات لها علاقة في تطوير الرشاقة، محتوى البرنامج التكويني ينطلق بمقاربة وحدوية أي وحدة شاملة ومتكاملة من خلال تحليل دقيق لحقيقة اللعب التنافسي ولوضعيات وحالات وجوانب

التدريب البدنية والتقنية والخططية التي تسمح بالحصول على مجموعة معلومات عن الوضعيات العكسية المنفذة من طرف الفريق المنافس، معلومات عن وضعيات الفريق نفسه، معلومات حول اختيار حلول لمشكلات وضعيات اللعب المفروضة، معلومات حول زمن وشدة الحمولة وتحديد القدرة على تصور لوضعية حل المشكلة (Dufour.W, 1989, 217). كما قام مولى الموفق بإعداد برنامج لتدريب الرشاقة خلال 6 أسابيع حيث يتدرب لاعبو كرة القدم على الرشاقة 3 مرات في الأسبوع خلال مرحلة التحضير (المولى، 2010، 162) أن تدريب صفة القدرة للجدع أو ما يسمى بالقوة الجوهرية لوسط الجسم لأن ذلك يجنب اللاعب الكثير من الإصابات الشائعة بكرة القدم، حيث أن تقوية عضلات البطن مما تثير قوة الانتقال الحركي لأطراف جسم اللاعب). (المولى، 2010، 10)، يركز مدرب اللياقة البدنية على خمس صفات بدنية رئيسية وهي التحمل والقوة والسرعة والمرونة والتوافق، حيث أن تلك الصفات الخمسة تكون متداخلة ومتراطة مع بعضها. (المولى، 2010، 10).

من خلال مذكرناه أنفا يستنتج الطالب الباحث طريقة التدريب المدمج الكرة المقترحة تأثر إيجابيا على بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم أواسط (18). و بالتالي أن الفرضية قد تحققت.

## 12-2. مناقشة الفرضية الثانية :

على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية في اختبارات متغيرات البحث و لصالح المجموعة التجريبية، و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية ت ستودنت، تبين أن قيمة ت المحسوبة بالنسبة لكل متغيرات البحث للعينة التجريبية كانت أكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 2.04 عند درجة الحرية 28 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 مما يدل على أنه توجد دلالة إحصائية أي أنه يوجد فرق معنوي بين المتوسط الحسابي بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في الإختبار البعدي كما هو موضح في الجدول رقم (05)

مما يؤكد على مدى فاعلية طريقة التدريب المدمج بالكرة و الموجهة بهدف تطوير بعض الصفات البدنية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم لمرحلة عمرية تحت 18 سنة، حيث توافقت هذه الفرضية مع دراسة ماهر أحمد حسن البياتي، فارس سامي يوسف 2004

الذي توصل إلى أن ظهور تطور في مستوى أداء اللاعبين في عناصر القدرة البدنية التالية (المرونة- السرعة الانتقالية - الرشاقة - تحمل الخاص - القوة المميزة بالسرعة) لدى لاعبي كرة القدم ، و تشير الدراسات الخاصة بتحليل النشاط الحركي بأن لاعب كرة القدم يجري ما بين 40-60 تكرار لمسافة 30 متر بسرعة عالية خلال المباراة الفعلية و هذا يؤكد على أهمية تحمل السرعة توالي السرعات للاعب كرة لقدم ( البساطي ، 1995 ، 158-159) ، مما يدل على مدى فاعلية طريقة التدريب المدمج بالكرة التي اقترحها الباحث كان لها نفس التأثير في تطوير بعض الصفات البدنية الأساسية وعلى هذا الأساس استخلص الباحث أن هذه الفرضية قد تحققت.

### 13-الاستنتاجات:

- في ضوء أهداف البحث وفروضه وأدواته وعينة البحث وما أسفر عنه التحليل الاحصائي تمكن الباحث من الوصول إلى الاستنتاجات التالية:
1. إن ضعف مستوى الانجازات الرياضية للاعبي كرة القدم، راجع إلى قلة الاهتمام في التكوين العالي والمتكامل للجوانب المدربين.
  2. الافتقار المدربين لاستخدام الاختبارات البدنية لتقويم مستوى اللاعبين و الوصول بهم إلى مستوى أحسن.
  3. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة البحث في المتغيرات البحث و لصالح العينة التجريبية.
  4. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و التجريبية في الاختبار البعدي لصالح هذه الأخيرة في نتائج بعض الصفات البدنية الأساسية ، مما يدل على فاعلية طريقة التدريب المدمج بالكرة المقترحة و بلوغ الهدف المنشود.

### 14-الاقتراحات:

- استخدام تمارينات مشاهدة لأداء المقابلات باستخدام الوسائل التدريبية لتحسين مستوى أداء اللاعبين.
- إجراء المزيد من الدراسات لتطوير القدرات الفسيولوجية البدنية الخاصة للاعبين رياضة كرة القدم في المراحل السنوية المختلفة.
- تنظيم ملتقيات تكوينية للمعنيين حول منهجية التدريب الحديثة .
- وضع مخطط و برامج من قبل مختصين في هذا المجال. تصب نحو تأهيل المدربين تأهيلا فنيا و علميا.
- دمج الإطارات المتخرجة من المعاهد في مهنة تدريب الفرق الرياضية على مختلف المستويات و الفئات العمرية .

### 15- خلاصة عامة:

- إن الوصول إلى إنجاز الرياضي يتطلب إيجاد طرق وحلول مناسبة و اكتشاف أساليب جديدة لتطوير قدرات البدنية و التقنية و التكتيكية و النفسية و العقلية، و خلق ظروف مشاهدة في مثل المنافسة ، على هذا الأساس يرى الباحث أن بناء برنامج التدريب الذي يعتمد على كيفية تقنين الحمل التدريبي و خلق ظروف مناسبة تتشابه و ظروف المنافسة ويتم تنمية بعض الصفات البدنية المندمجة في مرحلة الإعداد عن طريق تمارين مندمجة بالكرة، ومن خلال النتائج أستنتج الباحث إلى أن فاعلية التمارين المندمجة بالكرة المقترحة أظهرت تأثيرا ايجابيا على تنمية بعض الصفات البدنية المندمجة لدى لاعبي كرة القدم، و يقترح الباحث أن يدمج الإطارات المتخرجة من المعاهد في مهنة تدريب الفرق الرياضية على مختلف المستويات والفئات العمرية.



## 16-المصادر و المراجع

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح أحمد نصر الدين. (1993). فسيولوجيا اللياقة البدنية ( الطبعة الأولى) . القاهرة: دار الفكر العربي.
2. أبو العلا عبد الفتاح و إبراهيم شعلان. (1994). تدريب للكفاءة الفسيولوجية والحركية والإعداد البدني . القاهرة: دار الفكر العربي.
3. أمر الله أحمد البساطي. (1995). التدريب و الإعداد البدني في كرة القدم . القاهرة: منشأة المعارف بالإسكندرية.
4. أمر الله أحمد البساطي. (1998). قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته. الإسكندرية: منشأة المعارف.
5. حسن السيد أبو عبده. (2008). الإعداد البدني للاعبين كرة القدم (الطبعة الأولى) .
6. طلحة حسام الدين و وفاء صلاح الدين و مصطفى كامل حمد و سعيد عبد الرشيد. (1997) . الموسوعة العلمية في التدريب التحمل بيولوجي و بيوميكانيك (الطبعة الأولى). مصر : مركز الكتاب للنشر. القاهرة .
7. عصام الوشاحي. (1994). الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول الى المستوى العالمي. القاهرة : دار الفكر العربي.
8. عصام عبد الخالق. (1992) . التدريب الرياضييين ( نظريات وتطبيقات). مصر: دار المعارف.
9. غازي صالح محمود. (2001) . كرة القدم المفاهيم- التدريب ( الطبعة الأولى). عمان- الأردن . المكتبة المجتمع العربي
10. غازي صالح محمود. (2011) . كرة القدم المفاهيم- التدريب ( الطبعة الأولى). عمان- الأردن . المكتبة المجتمع العربي.
11. مفتي إبراهيم حماد؛ (1998) التدريب الرياضي الحديث ، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي،
12. موقف أسعد محمود. (2009). اختبارات و التكتيك كرة القدم (الطبعة الثانية) .
13. المولى موفق مجيد. (2010) . مناهج التدريب البدنية في كرة القدم. الإمارات العربية المتحدة: الدار الكتاب الجامعي . العين.
14. وجيه محبوب. (2000). التعلم و جدولة التدريب. العراق: العادل للطباعة بغداد.
15. Jean Paul ancien. (2008). Football une Préparation physique programmée. @mphora sport.

16. A,Marion.(2000).Elaboration et évaluation des programmes sportifs. Edition de boeck
17. DELLAL ALEXANDRE. (2008). *de l'entrainement a la performance et football. Paris*
18. Vitulli,M.(2010).<http://www.entraineurdefoot.com/vitulli.html>  
*Préparation intégrée. Récupéré sur web: <http://www.entraineurdefoot.com>*

## *Revue des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives*

*Institut d'éducation Physiques et Sportives  
Université Abdelhamid-Ibn-Badis- Mostaganem*

### *Revue N° 11 DECEMBRE 2014*

La revue ISTAPS a pour particularité de publier tous les travaux de recherche dans le domaine des activités physiques et sportives permettant un éclairage scientifique des pratiques ou des interventions en vue d'interpeller les intervenants dans le domaine des Sciences du Sport et des activités physiques.

La revue ISTAPS émane de l'Institut d'éducation Physiques et Sportives, Université Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem. et ses orientations générales sont définies par les membres du comité de pilotage. Elles sont mises en œuvre par le conseil de ce comité qui en délègue la responsabilité scientifique au directeur de la publication.

---

*BP 002 Mostaganem -27000 Algérie  
Site Kherrouba, Université Abdelhamid Ibn Badis, Mostaganem, 27000  
Tél & Fax: +213 45 42 11 36  
Email : [revuestapsmosta@yahoo.fr](mailto:revuestapsmosta@yahoo.fr)  
URL : <http://revue-staps.univ-mosta.dz/>*

**ISSN : 1112 – 4032**

## *Revue des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives*

*Institut d'éducation Physiques et Sportives  
Université Abdelhamid-Ibn-Badis- Mostaganem*

**Directeur de la Revue** : Pr .BELHAKEM Mostapha

Recteur de L'Université

**Directeur de la Publication** : Pr. BENKAZD Ali Hadj Mohamed

Directeur de l'IEPS

**Rédacteur principale** : Pr. ATALLAH Ahmed

### **Comité scientifique qui a expertises les articles de la revue numéro N 11 :**

Pr. RYAD Ali El Raoui	Université Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Pr . Nabila MIMOUNI	Institut des Sciences et Technologies du Sport- Alger
Pr. Bendahmane Mohamed Naser eddine	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr . Rammoun Mohamed	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Ahmed ATTALAH	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Sadek EL HAYEK	Université de Jordanie- Jordanie
Pr. Abdelwadoud AHMED KHATAB ELZOBAIDI	Université Tikrit Iraq
Pr. Hadj Mohamed BENKAZD ALI	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Ali BENGOUA	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Youcef HARCHAOUI	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Abdelkader BOUMESDJED	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Hadj BENGUENEB	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Abdelkader NECER	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem

Pr. Khelifa SAID AISSA	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Ahmed BOUSEKRA	Université M'SILA
Pr. Othmane BENBERNOU	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Pr. Bothaina mohamed fadel mohamed elwalani	Université Alessandria Egypte
Pr. Hariti hakim	Université Alger 03
Dr Boutalbi Hani	Université Stif
Dr Djouadi khaled	Université m'sila
Dr Mohamed SEBBANE	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr. Kada BENLKBICHE	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr. Amor AMAR	Université M'SILA
Dr. Said YAHYAOU	Université Batna
Dr.Habib BENSİKADOUR	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr.Mohamed MADANI	ENS de Casablanca Université Hassan 2 Maroc
Dr. Boudjemaa BOULOUDA	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr. Danoun Elbadrani GHANEM	WALID Université Elmousel Iraq
Dr. Nour Eddine ZABCHI	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr. Abdelkader ZITOUNI	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr. Hocine BENZIDANE	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr Hafsaoui Benyoucef	Université Hassiba benbouali clef
Dr Ziouche Ahmed	Université Djelfa
Dr Doudo Belkacem	Université Ouargla
Dr Boujemaa Boulofa	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem
Dr Taher Taher	Université Abdelhamid Ibn Badis- Mostaganem

**OBJECTIFS DE LA REVUE :**

La revue ISTAPS a pour particularité de publier tous les travaux de recherche dans le domaine des activités physiques et sportives permettant un éclairage scientifique des pratiques ou des interventions en vue d'interpeller les intervenants dans le domaine des Sciences du Sport et des activités physiques.

La revue ISTAPS émane de l'Institut d'éducation Physiques et Sportives, Université Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem. et ses orientations générales sont définies par les membres du comité de pilotage. Elles sont mises en œuvre par le conseil de ce comité qui en délègue la responsabilité scientifique au directeur de la publication.

**ORIENTATIONS SCIENTIFIQUES DE LA REVUE :**

ISTAPS est une revue scientifique spécialisée dans le domaine des sciences du sport et de l'exercice physique.

La revue STAPS est pluridisciplinaire et toutes les approches scientifiques peuvent y trouver leur place. Pour un meilleur fonctionnement, la rédaction et les expertises sont organisées en quatre sections fonctionnelles, ayant chacune son comité international de lecture placé sous la responsabilité d'un rédacteur principal. Chacune d'entre elles est susceptible de recevoir des réflexions philosophiques ou épistémologiques.

- La section « Sciences de la Vie » concerne les textes se référant à la biologie, à la physiologie, à la biomécanique, aux sciences de la matière, etc.
- La section « Sciences Humaines » concerne les textes se référant à l'anthropologie, à l'ethnologie, à la sociologie, à la psychologie, à l'histoire, aux sciences économiques, aux sciences juridiques, etc.
- La section « Sciences de l'Intervention » concerne les textes se référant à la didactique, au management, au marketing, à l'entraînement, etc

La revue ISTAPS est une publication scientifique s'adressant aux lecteurs du monde entier. Elle se situe au niveau des revues les plus exigeantes en matière de publication de connaissances nouvelles en matière de recherche. Son objectif est de rassembler tous les auteurs et lecteurs du large domaine des « activités physiques et sportives » et notamment tous les travaux qui permettent un éclairage des activités physique ou de l'intervention en matière d'activités physiques, quelles que soient leurs orientations scientifiques en vue d'interpeller les intervenants dans ce domaine. De ce principe, découlent des exigences.

Le texte, transmis pas les auteurs, doit être rigoureux dans sa démarche et respecter les usages des publications scientifiques : références récentes, argumentation précise, rejet des affirmations non fondées, présentations d'une problématique claire (quelle « question » précise va être abordée), exposé de la démarche utilisée (anthropologique, ethnologique,

expérimentale, clinique, historiographique...) et des outils (analyse de contenu, observations, statistiques descriptives, fonds d'archives, matériel expérimental, logiciels...).

Des textes exposants une « idée » peuvent être recevables, dans la mesure où ils s'appuient sur les méthodes habituelles de discussion de la philosophie ou de l'épistémologie.

Des textes, proposant des mesures rigoureuses de paramètres ne suffisent pas à « démontrer une vérité », s'ils ne sont pas introduits par une problématique précise et pertinente (évaluer, à l'aide d'un test, un groupe de cinq compétiteurs n'est pas obligatoirement une « recherche »).

Le texte proposé doit être compris par les lecteurs d'un autre pays et d'une autre culture que celle de l'auteur. Dans ce sens, un exposé construit avec l'utilisation de « concepts inexpliqués », de « références non explicites », de « données hyperspécialisées », de « statistiques exagérées »... n'est pas souhaité. De même l'utilisation de « jargon », de sigles et de références tacites à une culture locale est à éviter. Les auteurs doivent être compris par des lecteurs du monde entier et de n'importe quel domaine de référence.

**INSTRUCTION AUX AUTEURS:**

1. Les textes proposés à la revue STAPS doivent être des articles inédits, n'ayant jamais été présentés à une autre revue nationale ou internationale, conformes à ses orientations et relevant d'une de ses rubriques. Ils peuvent être soumis en Arabe, Français et Anglais. Ils doivent être adressés en trois exemplaires + support numérique (CD), au directeur de la rédaction de la revue. Ils peuvent être envoyés par courrier électronique.

E-mail : [revuestapsmosta@yahoo.fr](mailto:revuestapsmosta@yahoo.fr)

2. La première page comprendra seulement les nom(s), prénom(s) et adresse de l'auteur ou de chacun des auteurs, avec, si possible, un numéro de fax ou de téléphone, l'adresse électronique du premier auteur et la date précise de soumission de l'article. Les auteurs donnant l'adresse d'un laboratoire doivent s'assurer qu'ils ont la possibilité de l'utiliser tant d'un point de vue institutionnel que scientifique.

3. Sur une page séparée figureront, successivement :

- le titre (concis et comportant les termes significatifs),
- un résumé de 200 mots (en deux, au maximum, présentant l'objectif du travail, la méthode, les principaux résultats et l'interprétation qui en est fait.
- cinq mots-clés, au maximum (mots exploitables dans les banques de données), e.

4. Le texte sera saisi en caractères Times New Roman, taille 12, en double interligne, non justifié, paginé en bas à droite ; il n'excèdera pas 15 pages de format A4. Les titres des subdivisions seront présentés en caractères

gras et leur numérotation se fera selon la règle suivante : 1., 1.1., 1.2., 1.2.1., 1.2.2. , ...2., 2.1., 2.2., ... L'ensemble de l'article doit être réalisé selon les Normes A.P.A. 5ème édition,

Après expertise, si l'article est accepté, l'auteur fournira des originaux ou des photographies de grand format et de bonne qualité, prêts à être reproduits.

5. Lorsqu'un article est soumis à modification, l'auteur doit répondre point par point systématiquement, à l'expert, même s'il rejette certaines modifications proposées, notamment dans les domaines des sciences de la vie et des sciences de l'Homme.

6. Lorsque la procédure d'expertise aboutit à l'acceptation de l'article, signifiée par le responsable de la section concernée, l'auteur fera parvenir au directeur de la revue la version finale, conforme aux modifications demandées par les experts et aux normes formelles de la revue (notamment aux points 2., 3., 4. et 5. ci-dessus). Cette version sera saisie avec un traitement de texte sur PC ou sur Macintosh, Word, et sauvegardé sous Word sur disquette ou CD (50 000 signes, au maximum). Celle-ci sera envoyée, accompagnée d'un exemplaire imprimé, sur format A4 avec les originaux des photos ou tableaux et un CD.

#### **Règles générales :**

- 1- Les droits de publication sont la propriété de la revue.
- 2- Chaque auteur reçoit une copie de la revue après acceptation de son article
- 3- Après expertise, chaque auteur reçoit une lettre d'acceptation de la part du directeur de la revue et président de la rédaction
- 4- Les articles représentent des points de vues de leurs auteurs et non pas de la revue.
- 5- Les articles doivent être envoyés à l'adresse suivante :

*Président du comité de rédaction de la revue ISTAPS*

*Institut des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives*

*BP 002 Mostaganem -27000 Algérie*

*Site Kherrouba, Université Abdelhamid Ibn Badis, Mostaganem, 27000*

*Tél & Fax: +213 45 42 11 36*

*Email : [revuestapsmosta@yahoo.fr](mailto:revuestapsmosta@yahoo.fr)*

*URL : <http://revue-staps.univ-mosta.dz/>*

#### **Invitation à publier :**

La revue ISTAPS au plaisir de vous inviter à soumettre vos travaux scientifiques selon une démarche scientifique rigoureuse et inédite en langue arabe, français et anglais n'ayant pas été publiée auparavant.



### Sommaire

N°	Nom de chercheur / Titre de sujet	Page
01	<i>Effet de la maturation pubertaire sur le développement de la puissance anaérobie chez des collégiens algériens de 11-16 ans</i> <b>Belkacem Khat</b> Institut de l'Education Physique et Sportive, USTO MB Oran	07-17
02	<i>Etude comparative entre quelques indices morphologiques et les attributs de l'aptitude physique et technique des jeunes footballeurs par poste du jeu.</i> <b>HOUAR Abdelatif</b> Institut de l'Education Physique et Sportive, Université Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem	18-36

## Effet de la maturation pubertaire sur le développement de la puissance anaérobie chez des collégiens algériens de 11-16 ans

**Belkacem Khiat,**  
*Institut de l'Education Physique et Sportive, USTO MB,*  
*BP1505, ElMnaouar, 31000 Oran ;*

### **Résumé :**

Le but de notre étude longitudinale était d'examiner le profil d'évolution de la puissance anaérobie durant les différents stades de la puberté.

92 collégiens garçons sédentaires âgés de 11 à 16 ans ont consenti à suivre durant 2 années le protocole qui a été réalisé au sein de leur établissement scolaire. On a procédé à la mesure des différents indices anthropométriques. Les stades de la maturation ont été estimés selon la classification de Tanner. L'évaluation du processus anaérobie a été faite grâce au test de force-vitesse de Vandewalle. Les résultats montrent que la majorité des indices morphologiques de la population étudiée ont évolué très significativement du premier au quatrième stade pubertaire.

Le passage du second au troisième stade pubertaire semble déterminant dans l'évolution des principaux paramètres morphologiques et physiologiques de l'effort. Du stade 1 au stade 4 il y a eu une évolution très significative ( $p < 0,001$ ) de la Puissance Anaérobie Maximale (Wanmax) et de la Force Maximale (Fo). Chez les garçons le passage du second au troisième stade pubertaire semble déterminant dans l'évolution des principaux paramètres morphologiques et physiologiques de l'effort.

**Mots clés :** stades pubertaires – Puissance anaérobie – collégiens- indices anthropométriques ;

**المخلص :**

كان هدف هذه الدراسة الطولية هو البحث حول تطور القدرة اللاهوائية خلال مراحل البلوغ للذكور. 92 تلميذ سنهم يتراوح بين 11 و 16 سنة وافقوا متابعة التجربة داخل مؤسستهم لمدة سنتين. قمنا بقياس مختلف الأبعاد الأنثروبومترية. مراحل البلوغ قيست حسب تصنيف Tanner. وقد تم تقييم القدرة اللاهوائية من خلال اختبار قوة -سرعة Vandewalle. تظهر النتائج أن غالبية المؤشرات المورفولوجية لأفراد العينة تطورت بشكل كبير من أول من مرحلة البلوغ الأولى إلى المرحلة الرابعة. الانتقال من مرحلة البلوغ الثانية إلى الثالثة يبدو حاسما في تطور مؤشرات الجهد الرئيسية المورفولوجية والفسولوجية. من المرحلة 1 للبلوغ إلى المرحلة 4 كان هن اكتغير دال ( $p < 0.001$ ) بالنسبة للقدرة اللاهوائية (Wanmax) وأيضا الحد الأقصى للقوة (Fo). عند الفتيان المور من المرحلة الثانية للبلوغ إلى المرحلة الثالثة يبدو حاسما في تطور المؤشرات الرئيسية المورفولوجية والفسولوجية للجهد.

**الكلمات المفتاحية:** مراحل البلوغ – القدرة اللاهوائية – تلاميذ المتوسط – المؤشرات الأنثروبومترية.

**SUMMARY**

**The purpose of this longitudinal study was to analyse the evolution of boy's maximal anaerobic power according to their biological maturation.**

92 sedentary schoolboys aged 11 to 15 years old has been followed during two years. The puberty age was evaluated according to Tanner's classification. We proceeded to the measurement of the anthropometric parameters. The evaluation of the anaerobic process was done through of force-velocity test Vandewalle. Our results reveal that the majority of the morphological indicators of the population have evaluated very significantly from puberty stage 1 to stage 4. The transition from the second to third pubertal stage seems determining in the evolution of major morphological and physiological parameters. From stage 1 to stage 4 there was a very significant development ( $p < 0,001$ ) maximal anaerobic power (Wanmax) and maximal strength (Fo).

The passage from the second to third pubertal stages seems crucial in the evolution of major morphological and physiological parameters of the effort.

**Key words:** puberty stages - anaerobic power – schoolboys - anthropometric parameters

## 1. Introduction

L'enfance et l'adolescence, en tant que périodes de transition vers l'état adulte, présentent une série de particularités importantes qui jouent un rôle dans les possibilités d'effort physiques et psychiques.

Les vitesses de croissance et de maturation diffèrent parmi les enfants. Une variété de facteurs peut influencer la croissance et la maturation telle que l'héritage génétique, l'histoire nutritionnelle et l'état de santé général. Concernant les capacités d'effort, il semble que la période pubertaire entraîne des modifications sensibles et distinctes du potentiel physique à même âge chronologique (GRODJINOVSKYA A. and BAR-OR O. 1984 ; MURASE Y., 1981 ; L Aires et coll., 2010). A l'opposé des adultes, les enfants et les adolescents possèdent ce que l'on appelle des phases sensibles durant lesquelles le développement optimal des principales formes d'effort peut s'effectuer à divers degrés et à divers moments.

Sur le plan physiologique l'enfant pré-pubère se caractérise par un métabolisme aérobie relativement très développé par rapport à l'adulte. Les possibilités maximales aérobies ainsi que les activités enzymatiques musculaires de type oxydative (cycle de Krebs) sont égales et même le plus souvent supérieures à celles de l'adulte. Au contraire le métabolisme anaérobie lactique est communément considéré comme peu efficace et immature aux âges pré-pubères. La puissance maximale caractérise cette filière énergétique et sa mesure présente depuis longtemps un intérêt certain dans le suivi et l'amélioration des aptitudes physiques anaérobies dans différents sports. Par ailleurs le métabolisme anaérobie des enfants est relativement peu étudié ; pourtant, l'activité physique spontanée de l'enfant est en grande partie constituée de sprints courts où le métabolisme anaérobie est largement sollicité. La mesure de la puissance du métabolisme anaérobie prend toute son importance chez les enfants puisque c'est la période idéale pour détecter les jeunes talents et les orienter vers des sports explosifs. L'augmentation de la puissance anaérobie lactique et alactique a été constatée en fonction de l'âge (GRODJINOVSKYA A. and BAR-OR O., 1984 ; MURASE Y., 1981). Certaines recherches récentes remettent en cause cette immaturité du système anaérobie pendant l'enfance (Ratel S. et Martin V., 2012). Les activités enzymatiques musculaires glycolytiques sont toujours plus faibles que celles de l'adulte. L'aptitude anaérobie, à la différence des aptitudes aérobies semble étroitement liée à la masse musculaire, de même qu'à d'autres facteurs tels que l'architecture musculaire, la composition des fibres, la disponibilité des substrats, l'accumulation des métabolites (acide lactique), les cycles métaboliques et leurs niveaux d'activité (KEMPER H.C.G, 1985 ; TANNER J.M., 1962).

Les efforts intenses et répétés, avec des intensités supramaximales (> VO<sub>2</sub>max), sont fréquemment rencontrés dans les sports collectifs et sont surtout spontanément réalisés par les enfants. L'adaptation et l'évaluation des séances d'entraînement ou d'éducation physique et sportive pour un rendement physique meilleur sans porter préjudice à la santé des jeunes pratiquants est l'un des soucis majeurs des éducateurs sportifs. Afin de rendre compte des effets de la puberté et considérant les importants changements qui accompagnent l'adolescence nous avons étudié la puissance maximale anaérobie en fonction des cinq stades pubertaires de la classification de Tanner (1962). Ces stades prennent en compte l'état de maturation des organes sexuels et de développement du système pileux .

### **MATERIELS ET METHODES :**

#### **1. Sujets :**

Quatre-vingt-douze (92) collégiens garçons sédentaires âgés de 11 à 16 ans ont participé à l'étude après le consentement des parents. Le protocole a été réalisé au sein de leur établissement scolaire.

#### **2. Protocol :**

Chaque sujet a été examiné avant d'être autorisé à suivre le protocole suivant qui a été utilisé à trois reprises sur une période de deux années :

2.1. Les mesures anthropométriques suivantes ont été effectuées :

- évaluation de la Taille à l'aide d'une toise ;
- évaluation du Poids du corps à l'aide d'une balance de type HB-LO5 ;

mesure des périmètres du corps (périmètres maximaux du biceps, de la cuisse, du mollet) à l'aide d'un mètre ruban ; mesure des quatre plis cutanés (bicipital, tricipital, sous-scapulaire, sus-iliaque) avec une pince à plis cutanés (type Harpenden) ; - calcul du poids maigre et du pourcentage de masse grasse grâce à un logiciel .

Les mesures anthropométriques ont toutes été réalisées sur la partie gauche du corps par le même examinateur.

2.2. détermination des stades pubertaires selon la classification de Tanner (1962). Ces indices distinguent cinq niveaux de maturation en caractérisant les modifications sexuelles subies par l'organisme en voie de croissance :

- *stade 1* : existence de duvet pubien. Testicules, scrotum et pénis de même taille que dans l'enfance ;
- *stade 2* : quelques poils épars, longs, droits ou bouclés à la base du pénis. Augmentation du volume du scrotum et des testicules. Volume du pénis peu ou pas changé ;

- *stade 3* : poils plus denses, plus épais et plus bouclés s'étendant très peu au-dessus de la symphyse pubienne. Scrotum et testicules augmentent ainsi que la longueur du pénis ;

- *stade 4* : aspect adulte, mais la zone pileuse reste moins étendue (pas d'extension aux cuisses). Elargissement du pénis et développement du gland. Testicules et scrotum continuent de croître. Coloration foncée ;

- *stade 5* : la pilosité a l'aspect adulte en localisation et en quantité. Extension de la zone pileuse aux cuisses. Organes génitaux adultes.

2.3. évaluation du processus anaérobie par le test de Force-Vitesse de Vandewalle (1989) : pour le test de charge-vitesse, nous avons utilisé un ergocycle à poids de type Monark (modèle 894E, Suède). Celui-ci était relié à un microordinateur qui permet de calculer entre autre le pic de puissance développée. L'épreuve est effectuée sur bicyclette ergométrique dont la roue subit une force de freinage provoquée par la mise en tension d'une sangle de façon proportionnelle au poids suspendu à son extrémité. Une résistance de 4 Kg est imposée au premier effort et va croître de 2 en 2 pour les efforts suivants jusqu'à 12 Kg. Le sujet réalise un sprint de 6 secondes en conservant la position assise. Cinq épreuves, avec une résistance différente, sont effectuées. L'épreuve est arrêtée quand la vitesse atteint 90 tours/mn. Une récupération passive de 3 à 5 minutes est obligatoire entre les différents paliers. Les valeurs de Fo (Force maximale), Vo (Vitesse maximale) et Wanmax (Puissance maximale), sont données directement sur un graphe.

3. **Statistique** : Les résultats sont exprimés par leurs moyennes et leurs écarts types en fonction de la classification pubertaire. Nous avons procédé à des analyses de variance (ANOVA) pour mieux exprimer l'évolution des

- différents paramètres selon les différents stades de la maturation biologique.

Stades Pubertaires	AGE (an)	TAILLE (cm)	POIDS (kg)	% M.G.	PoidsMaigre (kg)
<b>S 1</b> (n= 13)	12.30	150.46	43.38	10.74	38.42
	± 0,6	± 7,13	± 8,26	± 4,84	± 5,63
<b>S 2</b> (n= 33)	13.15	155.30	44.36	7.72	40.24
	± 0,7	± 7,32	± 8,13	± 4,63	± 6,35
<b>S 3</b> (n= 23)	14.04	163.11	52.61	9.8718	46.49
	± 0,8	± 6,91	± 9,19	± 7,84	± 6,80
<b>S 4</b> (n= 14)	14.99	168.00	56.31	8.72	50.93
	± 0,6	± 5,7	± 6,88	± 2,55	± 5,87

- **Résultats :**

Stades Pubertaires	Wanmax (watts)	Fo (kgf)	Vo (trs/mn)
S 1 (n= 13)	265.97	7.56	173.12
	± 64,03	± 2,28	± 83,35
S 2 (n= 33)	327.02	9.65	147.61
	± 100,55	± 2,41	± 20,35
S 3 (n= 23)	448.61	10.92	172
	± 104,72	± 2,38	± 21,30
S 4 (n= 14)	544.50	14.38	168.51
	± 116,46	± 5,87	± 20,88

*Tableau 1. Les indices morphologiques selon les stades pubertaires*

Concernant les paramètres morphologiques comme le montre le tableau 1, nous avons constaté une évolution très significative de tous les indices du premier au quatrième stade pubertaire (S1 à S4) sauf pour le pourcentage de matière grasse (%M.G.).

*Tableau 2. Les indices physiologiques selon les stades pubertaires.*

D'une manière générale on a constaté (tableau 2) que du stade 1 au stade 4 il y a eu une évolution très significative ( $p < 0,001$ ) de la Puissance Anaérobie Maximale (Wanmax) et de la Force Maximale (Fo). L'évolution de la Vitesse Maximale (Vo) était moins significative ( $p < 0,05$ ) durant ce même intervalle.

Les augmentations les plus significatives (tableau 3) ont été relevées de S2 à S4, particulièrement entre les stades 2 et 3 pour les indices de la PMNA et de la Vo ( $P < 0,001$ ), et à un degré moindre la Fo ( $P < 0,05$ ).

Stades Pubertaires	S1-S2	S2-S3	S3-S4	S1-S3	S2-S4	S1-S4
	F P	F P	F P	F P	F P	F P
<b>PMNA</b>	4.10 *	22.33 ***	7.58 **	19.66 ***	24.29 ***	25.88 ***
<b>F0</b>	7.19 **	4.31 *	7.51 **	8.96 ***	10.29 ***	11.75 ***
<b>V0</b>	2.76 ns	20.84 ***	0.27 ns	3.65 *	11.71 ***	2.92 *

*Tableau 3 : Analyse de variance à un facteur, évolution des indices physiologiques selon les stades pubertaires.*

\*  $P < 0,05$  ; \*\*  $P < 0,01$  ; \*\*\*  $P < 0,001$  ; ns : non-significatif

**Discussion:**

Les résultats montrent que la majorité des indices morphologiques de la population étudiée ont évolués très significativement du premier au quatrième stade pubertaire. Ces résultats sont similaires à ceux constatés par différents auteurs (ASTRAND P.O., 1976 ; PINEAU J.-C., 1991 ; WELTMAN A. et coll., 1986 ; ZAUNER C.W. MAKSUD M.G. and MELICHNA J. , 1989).

Cette évolution est plus significative entre les stades 2 et 3, ce qui correspond au moment du pic de croissance souvent signalé par plusieurs études (BUCKLER J., 1990 ; KEMPER H.C.G., 1985; WELTMAN A. et coll., 1986 ; Ortega F.B. et coll., 2011).

Par contre on note l'absence d'une évolution significative du pourcentage de matière grasse (%M.G.) et sa relative stabilité telles que signalées par certains chercheurs (ARMSTRONG N. et coll., 1995 ; HERTOUGH C., MICALLEF J.P. et MERCIER J., 1992). Ceci peut s'expliquer par les habitudes alimentaires en liaison avec les conditions sociales qui ne favorisent pas l'émergence d'un morphotype possédant une couche graisseuse importante.

On relève un accroissement très significatif ( $p < 0,001$ ) de la puissance maximale anaérobie (PMNA) particulièrement entre les stades 2 et 3 tel qu'observé dans plusieurs études (HERTOUGH C., MICALLEF J.P. et MERCIER J., 1992 ; LACOUR J.R., 1992 ; DELGADO A., ALLEMANDOU A. and PERES G., 1992 et 1993 ; Van Praagh E., 2007). Quant à la force maximale (Fo) son pic d'augmentation ( $p < 0,001$ ) se situe entre les stades 3 et 4, c'est à dire un peu plus tard que celui de la Wanmax comme cela a été noté par plusieurs auteurs (KEMPER H.C.G., 1985 ; PINEAU J.-C., 1991 ; BUCKLER J., 1990).

Ainsi ces indices (Wanmax et Fo) peuvent être des indicateurs fidèles pour l'orientation sportive, le suivi et l'évaluation de l'effet de l'entraînement durant la puberté (Van Praagh E., 2007 ; MaylisT AMAS et coll., 2002 ; Van Praagh E, Doré E., 2002).

Par ailleurs l'évolution très significative ( $p < 0,001$ ) de la vitesse maximale (Vo) entre les stades 2 et 3 parallèlement avec l'importante augmentation de la Wanmax et de la Fo est révélatrice des importantes modifications biochimiques musculaires en relation avec le métabolisme de la glycolyse anaérobie décrites dans la littérature (HERMANSEN L. and OSEID S., 1971 ; Duché P., Bedu M. et Van Praagh E., 2001 ; MELICHNA J. et coll., 1983). Dans ce sens plusieurs auteurs (PINEAU J.-C., 1991 ; WELTMAN A.



et coll., 1986) ont montré qu'à ce stade de la maturation sexuelle, la sécrétion hormonale, particulièrement l'augmentation du taux de testostérone chez les garçons conditionne les grands changements qui apparaissent dans la force maximale et la force-vitesse ainsi que la capacité anaérobie. La maturation peut être un facteur explicatif de la progression de la puissance anaérobie alactique (Duché P., et coll., 2001). Selon VanPraagh (1990) cette puissance chez le jeune enfant est significativement plus basse que chez l'adolescent ou l'adulte en valeur absolue comme en valeur relative. La croissance de la production d'androgène est presque simultanée à celle de la force maximale. La phase pubertaire est une période charnière qui correspond à une production brusque d'hormones sexuelles dont les vertus anabolisantes permettent le développement de la musculature (ARMSTRONG N. et coll., 2000 ; Degache F. et coll., 2010). Aussi un entraînement adapté en force et particulièrement en vitesse à cette étape pubertaire est d'une importance capitale pour l'évolution ultérieure de la performance de l'adolescent (KEMPER H.C.G. et Van de KOP H., 1995 ; KHIAT B. et MEHDIOUI H., 2000 ; MANNO R., 1990 ; AMAS M.T. et coll., 2002).

### **Conclusion :**

Il apparaît que les dispositions génétiques semblent intervenir pour une part non négligeable dans la détermination des performances physiques nécessitant un métabolisme aérobie et/ou anaérobie.

Le passage du second stade pubertaire au troisième semble déterminant dans l'évolution des principaux paramètres morphologiques et physiologiques de l'effort (Tomkinson GR., 2007 ; Almuzaini KS., 2007).

Pour des raisons éthiques et méthodologiques il y a peu d'études (en particulier longitudinales) sur les capacités anaérobies des enfants et adolescents. Dans l'avenir l'utilisation de la technique de résonance magnétique nucléaire (RMN) devrait offrir des possibilités intéressantes d'investigation du métabolisme d'effort chez l'enfant.

L'évaluation objective des aptitudes physiques en fonction du stade de maturation biologique s'avère ainsi un élément clé et essentiel du processus d'entraînement, présent dans toutes les étapes de son déroulement pour modifier, corriger, ajuster, sélectionner et/ou orienter la préparation du jeune sportif d'une manière plus adaptée à ses potentialités.

**Références :**

- Almuzaini KS.(2007)Muscle function in Saudi children and adolescents: relationship to anthropometric characteristics during growth. *PediatrExercSci ; Vol. 19 (3), pp.319-33.*
- AMAS M.T., ERRON F.F., NOURY-DESSVAUX B., ABRAHAM P., SAUMET J.L. (2002). Influence de la maturation et de l'entraînement sur la puissance maximale anaérobie alactique. *Cinésiologie n° 205- 41<sup>e</sup> année- p 109.*
- L. Aires, LB Andersen, D Mendonça, C Martins, G Silva, J Mota (2010); A 3-year longitudinal analysis of changes in fitness, physical activity, fatness and screen time *ActaPædiatrica* n° 99, pp. 140–144.
- ARMSTRONG N., KIRBY J., McMANUS A.M. et WELSMAN J.R. (1995) ,Aerobic fitness of prebuscent children. *Ann. Hum. Biol. 22: 427-441.*
- ARMSTRONG N; WELSMAN J. R.; WILLIAMS C. A.; KIRBY B. J.(2000)Longitudinal changes in young people's short-term power output.*Medicine & Science in Sports & Exercise, 32(6):1140-1145.*
- ASTRAND P.O. (1976),The children in sport and physical activity-physiology. *J.G. Albinson and G.M. Andrew (ed.). Child in sport and physical activity. Baltimore: University Park Press, pp. 19-33.*
- BUCKLER J. (1990)A longitudinal study of adolescent growth. *Springer verlag, London, Berlin, 430 p.*
- Degache F., Richard R., Edouard P., Oullion R., Calmels P. (2010)The relationship between muscle strength and physiological age: A cross-sectional study in boys aged from 11 to 15. *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine, 53 : 180–188.*
- DELGADO A., ALLEMANDOU A. and PERES G. (1992) Evolution des qualités anaérobies et ages civil, statural et pondéral et stades pubertaires. *Sciences & Sports, 7 : 37-38.*
- DELGADO A., ALLEMANDOU A. and PERES G. (1993) Changes in the characteristics of anaerobic exercise in upper limb during puberty in boys. *Eur. J. Appl. Physiol., 66 : 376-380.*
- Duché P., Bedu M. et Van Praagh E. (2001) Explorations des performances anaérobies de l'enfant. Bilan de 30 ans de recherches. *STAPS, 54 : 109-130.*
- GRODJINOVSKYA A. and BAR-OR O. (1984) Influence of added physical education hours upon anaerobic capacity, adiposity, and grip strength in 12-13 years old children enrolled in sports class, *in Ilmarinen J. Valimaki I. (eds): Children and Sport. Berlin, Springer Verlag, pp. 162-169.*
- HERMANSEN L. and OSEID S. (1971) Direct and indirect estimation of oxygen uptake in pre-pubertal boys. *ActaPaediatrica Scandinavia, 217: 18-23 (suppl.).*

- HERTOUGH C., MICALLEF J.P. et MERCIER J. (1992) Puissance anaérobie maximale chez l'adolescent (étude transversale). *Sciences et Sports*, 7 : 207-213.
- KHIAT B. et MEHDIOUI H. (2000) Incidence des paramètres physiologiques de l'effort sur l'orientation de l'entraînement selon l'âge pubertaire. *Sciences et Technologie du Sport*, n°3 :34-40.
- KEMPER H.C.G. (1985) Growth, health and fitness of teenagers. *Medicine and Sport Science*, vol. 20, Ed. *Hebblink*: 202 p.
- KEMPER H.C.G. et Van de KOP H. (1995) Entraînement de la puissance maximale aérobie chez les enfants pré-pubères et pubères. *Science et Sports*, 10 : 29-38.
- LACOUR J.R. (1992) Biologie de l'exercice musculaire. *Edition : Masson*, 199 p.
- MaylisT AMAS et coll. (2002) Influence de la maturation et de l'entraînement sur la puissance maximale anaérobie alactique. *Cinésiologie n° 205- 41<sup>e</sup> année- p 109*
- MANNO R. (1990) Les bases de l'entraînement sportif. *Edition : Revue E.P.S.*,223 p.
- MELICHNA J., HAVLICKOVA L., MACKOVA E., SPYNAROVA S. and NOVAK J. (1983) The composition of the muscle fiber types in junior middle-distance runners. *Physician and Physical Education* 6: 28-31.
- MURASE Y., KOBAYASHI K., KAMEI S. and MATSUI H. (1981) Longitudinal study of aerobic power in superior junior athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 13: 180-84.
- Ortega F.B. et coll. (2011) Physical fitness levels among European adolescents: the HELENA study. *Br J Sports Med* n°45:20–29.
- PINEAU J.-C. (1991) Importance de la puberté sur les aptitudes physiques des garçons scolaires. *Bull. et Mém. De la Soc. d'Anthrop. De Paris*, t. 3, n°3-4 : 275-286.
- Ratel S., Martin V. (2012) Les exercices anaérobies lactiques chez les enfants :la fin d'une idée reçue ? *Science & Sports* n°27, 195—200.
- TANNER J.M. (1962) Growth at adolescence (2nd )ed. *Oxford, Blackwell Scientific Publications*.
- Tomkinson GR. (2007) Global changes in anaerobic fitness test performance of children and adolescents (1958-2003). *Scand J Med SciSports* , Oct; Vol. 17 (5), pp. 497-507.
- Van-PraaghE., (1990) Evolution du métabolisme aérobie et anaérobie au cours de la croissance, *revue S.T.A.P.S*, p291-306
- Van Praagh E, Doré E. (2002) Short-term muscle power during growth and maturation. *Sports Med* n°32:701–28.
- Van Praagh E. (2007) Physiologie du sport: enfant et adolescent. *De Boeck Supérieur*, 288 pages.

- VANDEWALLE H. et FRIEMEL F. (1989) Tests d'évaluation de la puissance maximale des métabolismes aérobie et anaérobie. *Science et Sports*, 4 : 265-279 .
- WELTMAN A., JANNEY C., RIAN S C.B. and al. (1986) The effects of hydraulic resistance strength training in pre-pubertal males. *Med. Sci. Sports Exerc.* 18: 629-638, .
- ZAUNER C.W., MAKSUD M.G. and MELICHNA J. (1989) Physiological considerations in training young athletes. *Sports Medicine* 8 (1): 15-31.

## Etude comparative entre quelques indices morphologiques et les attributs de l'aptitude physique et technique des jeunes footballeurs par poste de jeu.

**HOUAR Abdelatif**

*Institut de l'Education Physique et Sportive, Université Abdelhamid Ibn Badis  
Mostaganem  
UMAB IEPS LABOPAPS.*

### **Résumé :**

L'objectif de notre recherche consiste à déterminer quelques indices morphologiques et les attributs de l'aptitude physiques et techniques des jeunes footballeurs 15-16ans par poste de jeu où nous avons pris un échantillon de 60 joueurs ayant une moyenne d'âge de  $(15.5 \pm 0.50)$

Nous nous sommes basés sur les mesures anthropométriques ainsi que les épreuves mesurant les attributs de l'aptitude physique et technique pour comparer entre les différents postes de jeu.

Les résultats de la recherche ont révélé des différences significatives entre les postes de jeu dans les mesures de la stature, l'hauteur supra-sternale, l'hauteur du point acromial, l'hauteur du point radial, diamètre distal de la cuisse, diamètre distal de la jambe, diamètre distal du pied, périmètre thoracique d'expiration, et dans toutes les attributs de la détente verticale, la vitesse de réaction sur 10m, et la vitesse de la conduite de balle dans un espace matérialisé (huit avec ballon).

Bien que les résultats de cette étude ont montré qu'il existe des différences statiquement non significatives dans les mesures du poids corporel et le périmètre du mollet, et dans les attributs de la Vo<sub>2</sub>max (Cooper 12mn), la vitesse de course avec et sans ballon sur 30m, la souplesse des ischio-jambier et la conduite de balle en endurance spécifique (30m×5).

En fin, nous préconisons aux entraîneurs algériens d'orienter les jeunes footballeurs vers les postes de jeu selon leurs profil morphologique et leurs capacités physiques et techniques, et former ces jeunes joueurs en fonction des exigences de chacun des postes de jeu.

Les mots clés : Indices morphologiques, aptitude physique, aptitude technique, postes de jeu.

**The goal of our research is to determine some morphological indices and attributes of physical and technical ability of young footballers from 15-16years post game.**

**UMAB IEPS LABOPAPS**

**Summary:**

where we took a sample of 60 players with an average age ( $15.5 \pm 0.50$ ). The researcher has based on anthropometric measurements and tests measuring the attributes of physical and technical ability to compare between the different positions of the game.

The research results revealed significant differences between the positions of the game in stature measurements, the supra-sternal height, acromial height point, the height of the radial point diameter of the distal thigh diameter distal leg, distal diameter of the foot, chest expiration, and all the attributes of the vertical jump perimeter, the reaction rate of 10m, and driving speed ball in space materialized (with eight ball).

Although the results of this study showed that there are no statistically significant differences in measures of body weight and calf circumference, and the attributes of Vo<sub>2</sub>max (Cooper 12mn), running speed with and without the ball on 30m, flexibility Ishio-leg and ball control in specific endurance (30m × 5).

By the end of this enquiry, the investigation recommend the Algerian coaches to guide young players to play according to their positions in the morphological profile and physical and technical capabilities, and train the young players based on the requirements of each position of the game.

**Key words:** morphological indices, physical fitness, technical ability, positions game.

## ملخص الدراسة:

**عنوان الدراسة:** دراسة مقارنة لبعض المؤشرات المورفولوجية و مكونات اللياقة البدنية و المهارة للاعبين كرة القدم حسب مراكزهم.

تهدف الدراسة الحالية إلى تحديد الفروقات بين لاعبي كرة القدم 15-16 سنة حسب مراكزهم في بعض المؤشرات المورفولوجية و مكونات اللياقة البدنية و المهارة، و أجريت الدراسة على 60 لاعبا معدل أعمارهم  $(0.5 \pm 15.5)$  تم اختيارهم بطريقة مقصودة، لتحقيق أهداف الدراسة اعتمد الطالب الباحث على القياسات الأنثروبومترية و الإختبارات البدنية و المهارة للمقارنة بين ستة مراكز تمثلت في حارس المرمى، ظهير أيمن و أيسر، مدافع محوري، وسط ميدان دفاعي، وسط ميدان هجومي، و مهاجم.

بعد المعالجة الإحصائية عن طريق تحليل التباين الأحادي أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللعب في كل من مؤشرات طول القامة، ارتفاع القامة العلوي، ارتفاع النقطة الأخرومية، ارتفاع النقطة الكعبرية، اتساع الفخذ، اتساع الساق، اتساع القدم و محيط الصدر زفير وفي كل من صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى، سرعة رد الفعل على مسافة 10 متر، سرعة التحكم في الكرة في مساحة محددة.

و في مقابل ذلك تبين عدم وجود فروق بين مراكز اللعب الستة في كل من قياس الوزن و محيط الساق، و في كل من صفة التحمل  $Vo2max$ ، السرعة الانتقالية بالكرة و بدونها لمسافة 30 متر، مرونة عضلات الظهر و الساق و في صفة تحمل السرعة بالكرة على مسافة 150 متر.

انطلاقا من النتائج التي أظهرتها الدراسة نوصي المدربين الجزائريين للفئات الصغرى بتوجيه اللاعبين إلى مراكز اللعب وفق قدراتهم المورفولوجية، البدنية و المهارة و بتكوين اللاعبين حسب متطلبات المراكز التي يشغلونها في ميدان كرة القدم.

**الكلمات المفتاحية:** المؤشرات المورفولوجية، القدرات البدنية، القدرات المهارة، مراكز اللعب.

### **Introduction :**

De nos jours, le sport occupe une place très importante dans la hiérarchie politico-prestigieuse, puisqu'il permet d'évaluer le prestige international d'un pays. Le succès obtenu par un sportif attire les regards de partout sur son image et son mode de vie.

De ce fait, le sport est devenu un moyen à la fois très rentable économiquement (médias, sponsors, produit dérivés... etc.) et politiquement. Son enjeu est suivi de très près, puisque c'est l'un des moyens les plus pacifiques pour être le plus fort.

L'analyse de la performance sportive permet de mettre en évidence les qualités requises pour la pratique d'une discipline donnée. L'évaluation de ces qualités permet de définir le pronostic des résultats sportifs ainsi que le suivi de l'efficacité d'un programme d'entraînement.

Selon Manfred Muller 1990, l'interaction des différents facteurs tels que (les qualités anthropométriques, coordinatrices, techniques et tactiques ainsi que les qualités psychologiques, morales et intellectuelles) permet d'atteindre de meilleures performances.

Les recherches anthropométriques appliquées au sport, réalisées par le corps médical sont relativement nombreuses.

De nature descriptive, elles cherchent le plus souvent à établir des profils morphologiques par spécialité sportive dans une perspective d'évaluation des athlètes.

(Boulgakova.N.J, 1980) Affirme que les données anthropométriques sont souvent des facteurs indispensables à la pratique de certains sports et constituent un outil essentiel pour l'entraîneur.

Le football a connu une grande évolution sur tous les plans ; règlement, méthodes d'entraînement et système de jeu.

Des analyses faites sur les dernières coupes du monde ont démontré que 30% des actions d'un match de football sont des duels, soient aériens ou au sol, ces dernières confirment aussi l'incidence positive des duels gagnés sur le résultat final d'un match (Jacquet et al, 2002) sachant que les duels impliquent des qualités athlétiques considérables, une bonne constitution morphologique est donc indispensable.

Le problème de la relation entre la morphologie et les tâches spécifiques liées à chaque pratique sportive surtout le football, est rarement analysé.

Le football est un sport collectif où chaque joueur possède une place ou un rôle particulier durant l'action d'un match.

De nombreux entraîneurs estiment que le jeune footballeur algérien est doué, mais en nous référant aux résultats enregistrés lors des grandes compétitions internationales, le constat est non seulement paradoxal mais



alarmant, car aucune des sélections nationales algériennes n'arrive à se qualifier aux phases finales des grandes compétitions internationales. Ceci nous guide systématiquement à s'interroger sur le processus de la formation et l'orientation de nos jeunes footballeurs, mais avant cela et bien avant, il faudra s'inquiéter sur les procédures de leurs détections et leurs sélections afin de pouvoir s'investir d'une manière rationnelle et objective, car la préparation à long terme des futures champions n'a de sens que lorsqu'elle est associée à une bonne opération de sélection des talents doués et ce, à un âge précoce.

Cela nous permet d'aller à décrire les caractéristiques de la capacité morphologique, physiques et techniques des jeunes footballeurs, ainsi que la différence entre les postes de jeu dans ces composantes de la performance en football.

### **Problématique :**

Le football est l'un des sports caractérisé par la multiplicité des positions et des devoirs de chaque poste. Les propriétés et les actions du joueur qui occupe une particulière mesure de football doivent être disponibles par cette position requise au départ.

La morphologie, les aptitudes physiques, et la compétence technique sont en mesure de répondre aux exigences de ce poste et donc avoir accès à un niveau élevé de réussite.

De nombreuses études ont abordé la question de la détermination des caractéristiques morphologiques et physiques des joueurs de football, mais ces études ne répondaient pas aux caractéristiques morphologiques et physiques et les compétences techniques des joueurs de football de chaque poste de jeu, en particulier le groupe d'âge 15-16 ans, qui est considéré comme une étape transitoire de formation à la performance sportive.

(Ahcen.A, 2000) Traitait d'identifier le profil morphologique et les capacités physiques des joueurs de football (minimes - cadets - juniors), mais cette étude ne portait pas sur les caractéristiques de chacun des postes de jeu pour chaque catégorie de ces articles. L'étude (Chibane.S, 2010) et l'étude (Talibou.A, 2010) ont identifié les dimensions corporelles et morphologiques des joueurs de football pour les U17 sans préciser les caractéristiques de chacun des postes de jeu. Alors que (Mimouni.N, 2010) a identifié le profil morphologique des joueurs de football (13-14 ans), l'âge à ce stade varie en fonction du groupe que nous allons étudier, ainsi que l'étude de (Mastour.B, 2004) a déterminé les particularités du joueur cadet Saoudien sur le plan physique , physiologique, technique et psychologique.

De là est venue l'idée de comparer entre quelques indices morphologiques et les attributs de l'aptitude physique et technique des joueurs algériens de 15-16ans par poste de jeu.

Il s'agira pour nous de poser une question principale:

Quelles sont les particularités de la capacité morphologique, physique et technique des jeunes footballeurs algériens (15-16 ans) selon leurs postes de jeu?

**Les questions secondaires :**

- ✓ Est qu'il ya des différences significatives entre les indices morphologiques des jeunes footballeurs algériens (U17) selon leurs postes de jeu?
- ✓ Est qu'il ya des différences significatives entre les attributs de l'aptitude physique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu ?
- ✓ Est qu'il ya des différences significatives entre les attributs de l'aptitude technique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu ?

**Objectifs de la recherche :**

**Objectif principal:** Détermination des particularités de la capacité morphologique, physique et technique des jeunes footballeurs algériens (U17) selon leurs postes de jeu.

**Objectifs secondaires:**

- ✓ Détermination de la différence entre les indices morphologiques des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.
- ✓ Détermination de la différence entre les attributs de l'aptitude physique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.
- ✓ Détermination de la différence entre les attributs de l'aptitude technique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.

**Hypothèses de la recherche :**

**Hypothèse principale:** Les particularités de la capacité morphologique, physique et technique des jeunes footballeurs algériens (U17) seraient différentes d'un poste à un autre.

**Hypothèses secondaires :**

- ✓ existence des différences significatives entre les indices morphologiques des jeunes footballeurs algériens (U17) selon leurs postes de jeu.
- ✓ existence des différences significatives entre les attributs de l'aptitude physique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.
- ✓ existence des différences significatives entre les attributs de l'aptitude technique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.

**Définition des concepts :**

**Indices morphologiques:** le terme morphologie provient du mot grec (morphe) qui veut dire « forme » et « logos » qui veut dire « science ».

La morphologie est définie comme étant la science qui étudie la forme et la structure externe de l'être humain, c'est l'étude des formes humaines sur le plan interne (anatomie) et externe (anthropométrie).(Olivier.G, 1971)

**Les aptitudes physiques :** caractères, propriétés individuelles sur lesquels repose la performance physique. Nombreux sont les travaux qui tentent d'en faire une classification exhaustive, elles peuvent se diviser en deux groupes :

- 1- le groupe faisant appel à la condition physique avec la vitesse, la force et l'endurance.
- 2- le groupe qui fait appel à la coordination (adresse). Elles s'influencent réciproquement, le développement unique de l'une d'entre elles se font au détriment des autres, il est nécessaire de développer un système commun des qualités physiques.(Leroux.P, 2006)

**Les aptitudes techniques :** la technique s'étend ici du sens d'habileté motrice, c'est-à dire de la capacité qu'un individu a pu réaliser certains gestes spécifiques à l'activité.

En football, la technique peut se définir comme le rapport qui existe entre le joueur d'une part et le ballon d'autre part ; les facilités ou non qu'a le joueur pour maîtriser le ballon, pour utiliser que ce soit dans les passes courtes, dans les passes longues, dans les frappes au but, dans les gestes défensifs, dans le jeu de tête, à son poste.

**Les postes de jeu :** gardien de but, défenseurs latéraux, défenseurs centraux, milieu défensif, milieu offensif, attaque.(Thierry.B et col, 2012)

**Les études similaires :**

- 1- **Etude de kasmî.A (2000) :** Essai de Détermination du profil morphologique et des capacités physiques des jeunes footballeurs.
- 2- **Etude de Mastour Benali.A (2004) :** Les particularités physique, physiologique, technique et psychologique des jeunes footballeurs 15-16ans.
- 3- **Etude de Kasmî.A (2009) :** Déterminants psychosociologiques et morpho-fonctionnels du choix de la discipline du football et du compartiment de jeu.
- 4- **Etude de Talibou.A (2009) :** Détermination de quelques paramètres morphologiques des footballeurs algériens de moins de 17 ans.
- 5- **Etude de Mimouni.N (2010) :** Profil morphologique et sélection des jeunes footballeurs de 13-14 ans (cas des minimes).
- 6- **Etude de Chibane.S (2010) :** Les dimensions corporelles en tant que critère de sélection des jeunes footballeurs algériens de 15-16 ans (U-17).

**Méthode de recherche:** méthode descriptive.

**Echantillon** : l'échantillon de notre étude est composé de 60 athlètes dont l'âge varie entre 15-16 ans.

	Age	Poids	Taille
Moyenne	<b>15.5</b>	<b>67.43</b>	<b>168.5</b>
Ecart type	<b>0.50</b>	<b>0.62</b>	<b>1.17</b>
(Ecart type) <sup>2</sup>	<b>0.25</b>	<b>0.38</b>	<b>1.37</b>
Min	<b>15</b>	<b>63</b>	<b>163</b>
Max	<b>16</b>	<b>71</b>	<b>176</b>

Tableau N°01 : Représentation de l'échantillon

**Moyens de la recherche :**

- 1- **Les mesures anthropométriques** : poids, stature, les longueurs du corps, les mesures transversales (les grands diamètres et les petits diamètres), les périmètres.
- 2- **Tests physiques** : Cooper (VO<sub>2</sub>max), Sargent test, vitesse 30m, vitesse 10m, souplesse des ischio-jambiers.
- 3- **Tests techniques** : Conduite 30 m, Conduite 30 m x5, Huit avec ballon.
- 4- **Techniques statistiques**:(Stephane.C, 2004)

Moyenne arithmétique ( $\bar{X}$ ), L'écart-type ( $S$ ), Coefficient de corrélation simple (Pearson) ( $R$ ), Analyse de variance un facteur ( $F$ ).

**Présentation et discussion de la première hypothèse** : existence des différences significatives entre les indices morphologiques des jeunes footballeurs algériens (U17) selon leurs postes du jeu.

**Techniques statistiques utilisées** : Moyenne arithmétique, l'écart-type, analyse de variance un facteur (F)

**Tableau N°02** : Résultats comparatifs des valeurs des paramètres anthropométriques

Postes de jeu Mesures anthropométriques	Gardiens de but	Défenseurs Latéraux	Défenseurs Centraux	Milieux Défensifs	Milieux Offensifs	Attaquants	F	Valeur Critique
	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$		
Poids	68.40 ±1.34	67.80 ±1.03	67.60 ±1.17	67.10 ±2.51	67.00 ±2.00	66.70 ±2.11	1.21 NS	2.38
Stature	170.10 ±0.87	167.80 ±1.22	167.6 ±1.17	167.10 ±2.51	169.00 ±1.88	169.40 ±3.77	2.96 *	

Hauteur supra-Sternale	140.70 ±1.05	141.51 ±1.08	144.10 ±2.13	143.10 ±0.99	145.90 ±1.72	142.20 ±3.45	10.56 *
Hauteur point Acromi- al	140.40 ±1.26	144.50 ±1.95	145.10 ±2.37	140.80 ±1.39	148.10 ±0.87	145.20 ±2.39	26.34 *
Hauteur point Radial	105.10 ±0.87	111.80 ±1.31	112.40 ±1.50	112.60 ±1.17	112.30 ±0.94	110.60 ±2.95	31.66 *
Diamètre Distale cuisse	68.40 ±1.34	67.80 ±1.03	67.60 ±1.17	67.10 ±2.51	67.00 ±2.00	66.70 ±2.11	18.72 *
Diamètre Distale jambe	06.65 ±0.41	07.30 ±0.14	07.11 ±0.11	7.20 ±0.10	7.42 ±0.30	6.84 ±0.27	13.17 *
Diamètre Distale pied	09.30 ±0.14	10.47 ±0.05	10.47 ±0.28	10.42 ±0.09	10.14 ±0.03	9.70 ±0.31	65.88 *
Périmètre Thora- Repos	88.30 ±1.56	87.50 ±2.16	86.70 ±3.43	83.10 ±0.99	84.1 ±0.87	85.10 ±2.99	8.34 *
Périmètre Thor- Insp	93.10 ±1.52	92.00 ±2.10	91.00 ±2.40	87.90 ±1.10	90.50 ±0.97	87.60 ±1.89	15.93 S
Périmètre Thor- Exp	88.30 ±1.33	86.00 ±2.64	85.35 ±3.55	83.30 ±1.05	83.50 ±1.08	83.30 ±3.30	6.92 *
Périmètre Cuisse	50.20 ±3.39	47.20 ±1.31	48.60 ±3.30	48.00 ±1.24	49.80 ±1.93	51.50 ±1.71	4.6 *
Périmètre Mollet	34.40 ±1.17	35.60 ±1.26	36.00 ±1.56	34.70 ±1.15	35.30 ±1.15	35.40 ±1.71	1.88 NS

NS : écart non significatif au seuil de probabilité  $\leq 0.05$ , \* : écart significative au seuil de probabilité  $\leq 0.05$ .

L'analyse des variances des indices morphologiques par le test de Fisher entre les différents poste de jeu souligne des différences significatives dans toutes les mesures (hauteurs, diamètres, périmètres) sauf les moyennes des indices du poids corporel et le périmètre du mollet ne soulignent aucun écart significatif au seuil de probabilité 0.05 et degré de liberté (5,54).

L'observation du tableau n°02 montre :

- Une supériorité des indices de la taille, périmètre thoracique inspiration, périmètre thoracique expiration des joueurs du compartiment de gardien de but.
- Une supériorité des indices de l'hauteur du point supra sternal et l'hauteur du point acromial des milieux offensifs.
- Une supériorité de l'indice de diamètre distale de la cuisse des gardiens de but puis viennent les défenseurs latéraux.
- Une supériorité des indices de diamètre distal de la jambe et pied des compartiments de jeu des milieux offensifs puis viennent les défenseurs latéraux, milieux défensifs et les défenseurs centraux.
- Une importante diminution de l'indice de périmètre thoracique en position de repos des milieux défensifs par rapport aux autres compartiments de jeu.
- Une supériorité de l'indice de périmètre de la cuisse des attaquants et des gardiens.
- Une supériorité de l'indice de périmètre du mollet des défenseurs centraux.

**Présentation et discussion de la deuxième hypothèse :** existence des différences significatives entre les attributs de l'aptitude physique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.

**Techniques statistiques utilisées :** Moyenne arithmétique, l'écart-type, analyse de variance, un facteur (F).

Tableau (03) : Résultats comparatifs des attributs de l'aptitude physique.

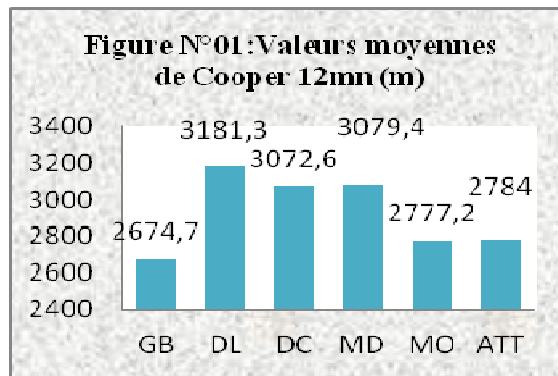
Postes de jeu Epreuves Physiques	Gardiens de but	Défenseurs latéraux	Défenseurs centraux	Milieux défensifs	Milieux offensifs	Attaquants	F	Valeur Critique
	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$		
Test Cooper	2674.70 ± 149.67	3181.30 ± 73.92	3072 ± 10.25	3079.40 ± 96.83	2777.20 ± 174.07	2784 ± 118.81	1.38 NS	2.38
Test Sargent	46.20 ± 2.82	43.10 ± 3.47	48 ± 2.21	40.70 ± 3.88	38 ± 2.58	37 ± 2.00	2.65 *	
Vitesse 30m	4.00 ± 0.14	04.04 ± 0.06	04.19 ± 0.05	4.42 ± 0.27	4.48 ± 0.26	03.97 ± 0.12	1.43 NS	

Vitesse 10m	1.72 ± 4.04	1.8 ± 0.03	1.73 ± 0.02	1.76 ± 0.04	1.45 ± 0.06	01.81 ± 0.02	5.5 4 *
Ishio- jambie r	22.20 ± 2.48	14.30 ± 1.70	20.70 ± 1.33	21.00 ± 2.00	16.90 ± 1.30	16.20 ± 1.11	1.7 1 NS

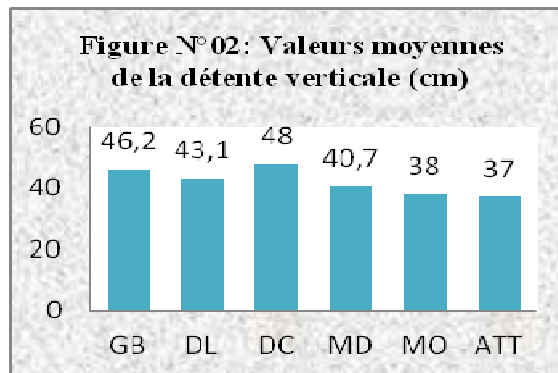
NS : écart non significatif au seuil de probabilité  $\leq 0.05$ , \* : écart significative au seuil de probabilité  $\leq 0.05$ .

**Epreuve de Cooper 12 mn :** Les résultats statistiques enregistrés à l'épreuve de Cooper 12 mn par le test Fisher fait apparaître une différence non significative entre les moyennes arithmétiques des différents postes de jeu au seuil de probabilité 0.05.

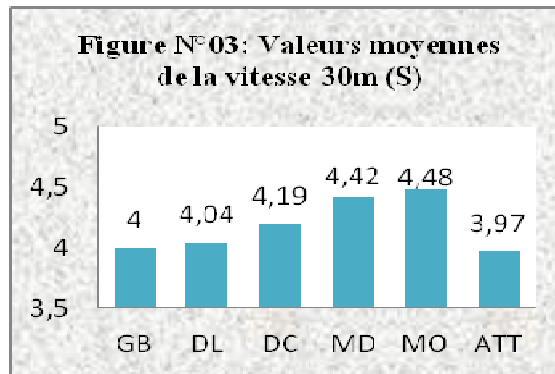
La figure n°(01) nous laisse voir une certaine hétérogénéité des performances illustrant les différents postes du jeu y compris les défenseurs latéraux paraissent plus performants, puis viennent les milieux défensifs et les défenseurs centraux après les attaquants et les milieux offensifs, enfin les gardiens de but paraissent moins performants.



**Epreuve de Sargent test :** L'analyse des variances obtenues à l'épreuve de Sargent test évaluant la capacité de force explosive des membres inférieurs par le test de Fisher souligne une différence significative entre les performances des différents postes de jeu au seuil de probabilité 0.05 et degré de liberté (5,54).



La figure n°(02) montrant les données statistiques de la qualité de la force explosive des membres inférieurs à l'épreuve de Sargent test fait paraître de visu une certaine hétérogénéité des données représentatives de la population de notre étude. Les performances obtenues par les gardiens de but et les défenseurs centraux semblent être les plus élevées. Contrairement à celles des attaquants et les milieux de terrain offensifs qui paraissent les plus faibles.

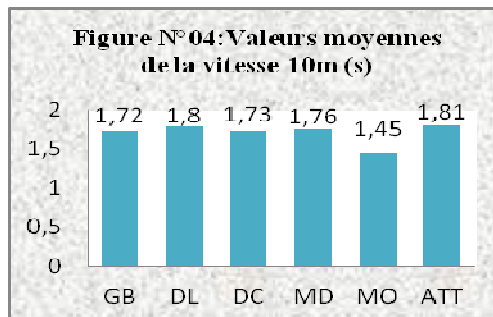


**Epreuve de vitesse 30m :** La comparaison statistique des valeurs moyennes de la qualité de vitesse définie par l'épreuve de course sur 30 mètres entre les différents postes de jeu par le test de Fisher n'évoquent aucune différence significative au seuil de probabilité 0.05 et degré de liberté (5,54).

La figure n°(03) fait apparaître de visu une certaine hétérogénéité des graphes obtenus par les valeurs moyennes de chaque poste de jeu. Les performances des attaquants paraissent plus performantes par rapport aux autres compartiments de jeu.

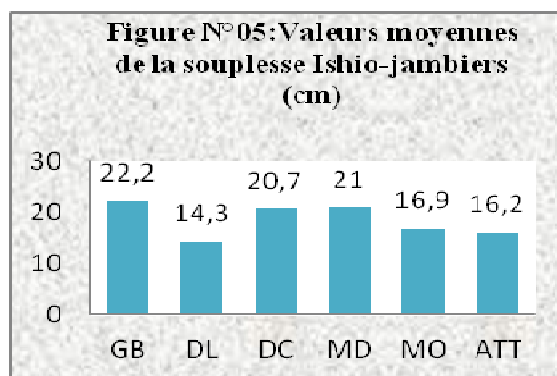
**Epreuve de vitesse 10 m :** L'analyse comparative des moyennes statistiques de la vitesse de réaction obtenues à l'épreuve de la vitesse 10m au test Fisher entre les gardiens de but, défenseurs latéraux, défenseurs centraux, milieux défensifs, milieux offensifs et attaquants dénotent une différence significative au seuil de probabilité 0.05 et degré de liberté (5,54).

L'observation de la figure n°(04) fait paraître une plus haute performance des milieux offensifs par rapport aux autres compartiments puis viennent les gardiens de but et les défenseurs centraux.





**Epreuve de la souplesse Ishio-jambiers :** Les valeurs statistiques de la qualité de souplesse, en comparaison par intergroupes enregistrées aux différents postes de jeu par le test de Fisher ne soulignent aucune différence significative au seuil de probabilité 0.05 et degré de liberté (5,54).



La figure n°(05) fait paraître de visu une forte élévation des performances obtenues par les gardiens de but par contres celles évoquées par les défenseurs centraux et les milieux défensifs paraissent homogènes, ainsi que les milieux offensifs avec les attaquants. Une très faible diminution s'observe au niveau du compartiment des défenseurs latéraux, mais statiquement non significatifs.

**Présentation et discussion de la troisième hypothèse :** existence des différences significatives entre les attributs de l'aptitude technique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.

**Techniques statistiques utilisées :** Moyenne arithmétique, l'écart-type, F de Fisher.

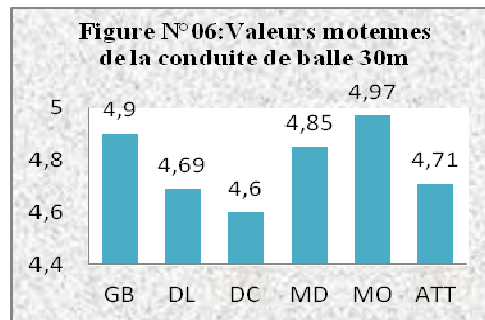
Postes du jeu / Epreuves Techniques	Gardiens de but	Défenseurs latéraux	Défenseurs centraux	Milieux défensifs	Milieu x offensifs	Attaquants	F	Valeur Critique
	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$		
Conduite 30 m	4.90 ± 0.09	4.69 ± 0.091	4.60 ± 0.3	4.85 ± 0.13	4.97 ± 0.069	4.71 ± 0.15	2.02	2.38
Conduite 30m×5	34.46 ± 0.25	34.12 ± 0.12	33.58 ± 1.42	31.46 ± 0.26	32.18 ± 0.049	33.04 ± 0.87	1.59	
Test huit	17.68 ± 0.26	17.37 ± 0.16	16.5 ± 0.40	16.92 ± 0.92	15.56 ± 0.07	16.91 ± 1.06	5.09*	

Tableau (04) : Résultats comparatifs des performances des tests techniques

NS : écart non significatif au seuil de probabilité  $\leq 0.05$ , \* : écart significative au seuil de probabilité  $\leq 0.05$ .

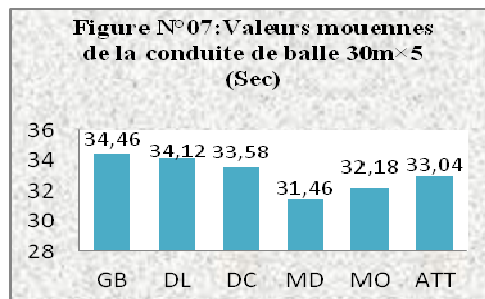
**Conduite de balle sur 30 m :** L'analyse des moyennes arithmétiques obtenues à l'épreuve de conduite de balle sur 30 mètres par le test de Fisher entre les différents postes de jeu ne dénote aucune différence significative au seuil de probabilité P (0.05) et degré liberté (5,54).

La figure n°(06) montrant les données statistiques de la qualité de la maîtrise et la vitesse de conduite de balle à l'épreuve de la conduite de balle sur 30m fait paraître de visu une certaine hétérogénéité des performances obtenues par la population de notre étude. Celles réalisées par des défenseurs latéraux et des milieux défensifs semblent être plus performantes dans cette qualité, puis viennent les attaquants, une faible diminution s'observe au niveau du compartiment des gardiens de but.



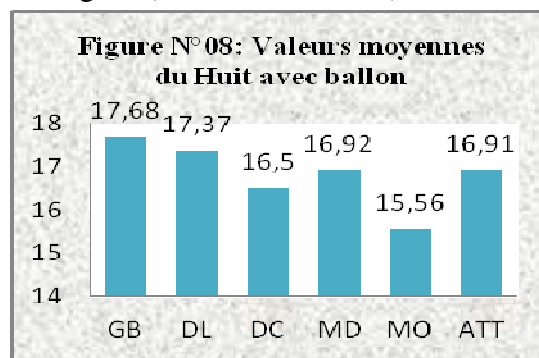
**Epreuve de conduite de balle sur 30m × 5 :** L'analyse des moyennes statistiques obtenues à l'épreuve de conduite navette 30 mètres × 5 par le test de Fisher entre les compartiments de jeu ne souligne aucune différence significative au seuil de probabilité 0.05 et degré de liberté (5,54).

En observant la figure n°(07) illustrant les résultats statistiques de la qualité d'endurance spéciale à l'épreuve de conduite navette 5×30mètres fait paraître de visu une certaine hétérogénéité des graphes représentant la population de notre étude. Les performances obtenues par des gardiens de but et des défenseurs latéraux paraissent moins importantes que celles de leurs homologues (DC, MD, MO, ATT).



**Epreuve de « Huit » avec ballon :** L'analyse des moyennes statistiques obtenues à l'épreuve de huit avec ballon évaluant la capacité de coordination dans un espace matérialisé par le test de Fisher entre les différents postes de jeu dénote une nette différence significative au seuil de probabilité P (0.05) et degré de liberté (5,54).

En observant la figure n°(08) illustrant les résultats statistiques de la capacité de coordination dans un espace matérialisé à l'épreuve de « Huit » avec ballon fait paraître de visu une certaine hétérogénéité des graphes représentant la population de notre étude. Les performances obtenues par les gardiens de but et les défenseurs latéraux paraissent moins importante que celles de leurs homologues (DC,MD,MO,ATT).



### **Conclusion :**

Dans les mesures du poids corporel et de la taille, les gardiens de but sont les plus lourds par rapport les autres postes de jeu (de 68.4 kg) et les plus grands (de 170.1 cm). Ceci est cohérent avec les données de (Reilly.A, 2000) et (Gils.S et col, 2007)

Les milieux de terrain offensifs ont une hauteur supra sternale, hauteur point acromial plus hautes.

Par ailleurs les milieux de terrain défensifs, les milieux de terrain offensifs et les défenseurs centraux ont les mêmes hauteurs du point radial.

Les gardiens de but sont les plus grands dans la mesure du diamètre distal de la cuisse (68.4) par contre leur diamètre distal de la jambe est plus bas (6.65) avec leurs coéquipiers attaquants (6.84) par rapport aux joueurs des milieux offensifs (7.42) et aux défenseurs latéraux (7.3), et les mêmes résultats apparaissent pour le diamètre distal du pied ou nous constatons un diamètre plus bas pour les gardiens de but et les attaquants (9.3-9.7) par rapport aux défenseurs latéraux et aux défenseurs centraux (10.47) pour les deux postes.

En ce qui concerne les périmètres thoraciques de repos, d'inspiration et d'expiration les gardiens de but ont les plus grands périmètres.

Les attaquants et les gardiens de but ont le plus grand périmètre de la cuisse (51.5, 50.5). Par ailleurs nous ne constatons aucune différence entre les postes en ce qui concerne le périmètre du mollet.

Les résultats statistiques ne font apparaître aucune différence significative entre les postes de jeu, mais la comparaison entre les moyennes arithmétiques démontre que la plus grande distance parcourue se fait par les défenseurs latéraux (3181,3m). Ces données contredisent les données de (Amisco, 2007) et (Frank.L, 2010) où il a été constaté que les milieux offensifs et les milieux défensifs effectuent la plus grande distance par rapport aux autres postes. Ces résultats sont conformes aux exigences du football moderne où les défenseurs latéraux deviennent plus impliqués dans l'attaque afin de créer la supériorité numérique lors de l'attaque, et c'est ce qui explique la grande distance parcourue par les défenseurs latéraux.

La détente verticale des défenseurs centraux (48 cm) est plus forte que les autres postes de jeu. Ces données contredisent les données de (Frank.L, 2010) où les données de son étude ont montré que les gardiens de but ont la plus grande capacité de saut vertical par rapport aux autres postes de jeu. Les données d'Amisco (2007) de l'entraînement à la performance (Alexandre.D, 2008) sont cohérentes avec les données de notre étude où les défenseurs gagnent 59.14% à 61.89% de duels aériens.

Les attaquants paraissent plus rapides dans cette épreuve. Ceci est cohérent avec les données de (Frank.L, 2010)

Les gardiens de but sont les plus rapides dans le test 10m, tandis que les attaquants sont les moins rapides par rapport à d'autres postes et à l'opposé de ce qui a été apporté par (Frank.L, 2010), et non des moindres en raison de la grande vitesse de réaction chez les gardiens de but (Cometti, 2005)

- Existence des différences significatives entre les postes de jeu en ce qui concerne les variables anthropométriques de la stature, hauteur supra sternale, hauteur point acromial, hauteur point radial, diamètre distal de cuisse, diamètre distal de la jambe, diamètre distal du pied, périmètre thoracique inspiration, périmètre thoracique expiration, périmètre cuisse.
- Existence des différences non significatives entre les postes de jeu dans les mesures du poids, périmètre mollet.
- Existences des différences non significatives entre les postes de jeu dans les épreuves du Cooper 12mn (Vo2 max), la vitesse de course (30m), et l'épreuve de la souplesse (Ishio-jambier).
- Existence des différences significatives entre les postes de jeu dans les épreuves de saut vertical (Sargent test) et la vitesse 10 mètres.
- Existence des différences significatives entre les postes de jeu dans les qualités de la vitesse de la conduite de balle sur 30 mètres et la maîtrise de la vitesse de la conduite de balle dans un espace matérialisé par l'épreuve de (Huit) avec ballon.

**Discussion des hypothèses :**

L'objectif de notre travail de recherche consiste à déterminer les particularités des quelques indices morphologiques et les attributs de l'aptitude physique et technique des jeunes footballeurs (U17) par poste de jeu.

A cet effet nous avons tenté de vérifier 3 hypothèses :

- **Vérification de la première hypothèse :** existence des différences significatives entre les indices morphologiques des jeunes footballeurs algériens (U17) selon leurs postes de jeu.

Les premiers résultats obtenus indiquent comme nous l'avons initialement supposé, qu'effectivement l'existence des différences significatives entre les indices morphologiques des jeunes footballeurs selon leurs poste de jeu.

Cependant cette différence s'observe pour toutes les mesures anthropométriques sauf les mesures du poids corporel et le périmètre du mollet.

A ce titre l'hypothèse que nous avons formulée est confirmée, quand il existe des différences significatives entre les postes de jeu dans les indices morphologiques sauf dans les mesures du poids et le périmètre du mollet comme nous l'avons vu au tableau N°02.

- **Vérification de la deuxième hypothèse :** existence des différences significatives entre les attributs de l'aptitude physique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.

D'après les résultats présentés dans le tableau 03 et l'analyse de ces résultats où nous avons trouvé des différences statistiquement significatives dans les épreuves du saut vertical et la vitesse de 10 mètres.

Alors qu'il a trouvé des différences statistiquement non significatives dans chacun des tests Cooper 12mn, 30 mètres vitesse et la souplesse des ischio-jambiers.

D'après les résultats obtenus, il est clair que la deuxième hypothèse est confirmée dans chacun des tests du saut vertical et la vitesse de 10 mètres.

Alors que l'hypothèse ne s'est pas concrétisée dans le test Cooper 12mn, vitesse 30 mètres.

- **Vérification de la troisième hypothèse :** existence des différences significatives entre les attributs de l'aptitude technique des jeunes footballeurs (U17) selon leurs postes de jeu.

D'après les résultats présentés dans le tableau 04 et l'analyse de ces résultats où nous avons trouvé des différences statistiquement non significatives dans les épreuves de la conduite de balle 30 mètres et la conduite de balle 30 mètres×5. Par ailleurs nous avons trouvé des différences significatives dans l'épreuve de huit avec ballon.

D'après les résultats obtenus, il est clair que la troisième hypothèse n'est pas confirmée dans chacune des qualités de vitesse de la conduite de balle et la maîtrise du ballon en l'endurance vitesse.

Alors que l'hypothèse est concrétisée dans la qualité de la vitesse de la maîtrise du ballon.

**Recommandations :**

Au vu de diverses constatations effectuées à travers notre investigation (analyse bibliographique, mesures anthropométriques, épreuves mesurant les attributs de l'aptitude physique et technique) nous avons jugé utile de formuler quelques recommandations qui portent sur des orientations simples et claires :

- Les joueurs doivent travailler et optimiser leurs capacités aérobies quel que soit leur poste afin d'exprimer au mieux leurs qualités footballistiques (notamment les milieux de terrain).
- Il faut rapidement individualiser les charges de travail.
- Le facteur physique principal du football moderne réside dans la capacité des joueurs à répéter des sprints courts, donc il faut travailler en intermittent de courte durée, et individualiser ce travail selon les postes.
- De même la particularité du football actuel réside dans la vitesse de jeu et dans la capacité à gagner des duels, de ce fait il faudra travailler en force vitesse.
- il convient d'orienter l'entraînement des arrières latéraux et des milieux offensifs à base de jeu réduit, de duels et de force vitesse afin de préparer au mieux tout en cultivant leurs caractéristiques.

**Bibliographie :**

- Ahcen.A. (2000). *Essai de détermination du profil morphologique et de la capacité physique des jeunes footballeurs minime- cadet- junior*. Alger: université d'Alger.
- Alexandre.D. (2008). *De l'entraînement à la performance en football*. Bruxelles: DeBoeck.
- Amisco. (2007). *Système d'analyse en football*. Bruxel, Belgique.
- Boulgakova.N. (1980). *la sélection et la préparation des jeunes nageurs*. Moscou: Fizkultura i sport.
- Boulgakova.N.J. (1980). *la sélection et la préparation des jeunes nageurs*. Moscou: Fizkultura i sport.
- Chibane.S. (2010). *Les dimensions corporelles en tant que critère de sélection des jeunes footballeurs algériens de 15-16 ans (U-17)*. France: Université de Claude Bernard Lyon 1.
- Cometti, G. (2005). *la préparation physique en football*. Paris: édition Chiron.
- Frank.L. (2010). *Le football et l'enfant*. France: Edition Vigot.
- Gils.S et col, R. I. (2007). *selection of young soccer plyers in terms of anthropométric and physiological factors*. England: J Sports Med Phys Fit.
- Jacquet et al. (2002). *Analyses et enseignements de la coupe du monde*. France, France: Direction technique nationale de la fédération française de football.
- Leroux.P. (2006). *Football planification et entraînement pour atteindre la performance*. Paris: Amphora.
- Mastour.B. (2004). *Les particularités physiques, physiologiques, techniques, et psychologiques des jeunes footballeurs 15-16ans*. Arabie Saoudite: Université de Arabie Saoudi.
- Mimouni.N. (2010). *profil morphologique et sélection des jeunes footballeurs algériens (cas des minimes)*. Alger: ISTS Alger.
- Olivier.G. (1971). *Morphologie et types humains* (4ème édition ed.). Paris: Vigot.
- Reilly.A, B. e. (2000). *anthropométric and physiological predispositions for elite soccer*. J Sports Sci.
- Stephane.C. (2004). *Statistiques appliquées aux sport cours et expériences*. Bruxelles: édition De boeck.
- Talibou.A. (2010). *Détermination des quelques paramètres morphologiques des jeunes footballeurs de moins de 17 ans*. Alger: ISTS.
- Thierry.B et col. (2012). *coach coaching*. Retrieved from [www.fifa.com](http://www.fifa.com).