

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

المجلة العلمية

لعلوم وتقنيات
الأنشطة البدنية
و الرياضية



مجلة علمية، محكمة

كلمة العدد:

يشرفني أن أقدم كلمة العدد السابع للمجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، هذا العدد الذي يعرف وجود مواضيع هامة ومتنوعة سواء من حيث الكم أو النوع، وكذلك من حيث الشهرة التي أخذتها المجلة والمصداقية التي أصبحت تتمتع بها بين المجالات العلمية التي تخدم النشاطات البدنية والرياضية بصفة عامة. هذا ما ظهر جليا من خلال اللجنة العلمية المشكلة للمجلة في مختلف التخصصات، ومن مختلف البلدان، العربية والأوربية. وكذلك من خلال الكم الهائل للمواضيع التي تصل المجلة في كل وقت وحين. والمواضيع التي نالت شرف قبولها وتعديله من قبل اللجنة العلمية، وهي تنشر اليوم في هذا العدد السابع، وتبقي مواضيع أخرى تنتظر للأعداد اللاحقة إن شاء الله.

وتبقي مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية تفتح صفحاتها 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 المنتمة للمجلة على قبولها تحكيم المواضيع التي تصل إلى المجلة، وكذا الباحثين الذين شاركوا بتزويد المجلة بدراساتهم وبحوثهم. والله من وراء القصد، وهو الموفق والهادي إلى سواء السبيل...

رئيس التحرير

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

أعضاء اللجنة:

- أ.د/ رياض علي الراوي.
- د/ بن قاصد علي الحاج محمد.
- د/بن قوة علي.
- د/ رمعون محمد.
- د/ عطاء الله أحمد.
- د/ شعلال عبد المجيد.
- د/ بن دحمان محمد نصر الدين.
- د/بومسجد عبد القادر
- د/ بن قناب الحاج.
- د/بن برنو عثمان.
- د/ حرشايي يوسف.
- د/ سعيد عيسى خليفة.
- د/ صبان محمد.
- د/ ناصر عبد القادر

2- اللجنة العلمية لتقييم البحوث:

الإختصاص الأول:

علوم الحياة:

- أ.د/ حنيفي رشيد. المركز الطبي المختص
- أ.د/ بريكسي عبد الرحمن. جامعة Reims
- أ.د/ بريو ساسبوي. IRMS Iniv-de Caen
- أ.د/ يوسف ذهب. جامعة الإسكندرية
- أ.د/ رياض علي الراوي. جامعة مستغانم
- أ.د/ ميموني نبيلة. المعهد العالي للرياضة ISTS
- أ.د/ حمايدي سعيد. جامعة Amiens

- أ.د/ عادل رشيدى. جامعة الإسكندرية
- أ.د/ طاو طاو زهرة
- أ.د/ حسن محمد نواصرة
- أ.د/ مرفت ابراهيم رضا
- د/ ديدى راى
- د/ عبد الرحمان رحمانى
- د/ سعيد عيسى خليفة.
- د/ مدانى محمد
- د/ سعيد لطفي
- د/ بوجمعة بلوفة
- د/ خياط بلقاسم
- جامعة الجزائر 03
- جامعة الإسكندرية
- جامعة الإسكندرية
- جامعة كروس باسكال فرنسا
- جامعة لومان فرنسا
- جامعة مستغانم
- المدرسة العليا للأساتذة الدار البيضاء المغرب
- المدرسة العليا للأساتذة الدار البيضاء المغرب
- جامعة مستغانم
- جامعة وهران

العلوم الإنسانية:

- أ.د/ بن عكي محمد آكلي جامعة الجزائر
- أ.د/ بن تومي نصر الدين جامعة الجزائر
- أ.د/ بديوفي حفصي جامعة تونس
- أ.د/ عباسي زهرة
- أ. د/ محمد صبري عمر جامعة
- أ. د/ يوسف فتاس
- أ. د/ كامل طه الويس
- أ.د/ عمرو محمد إبراهيم أحمد
- أ.د/ جليز جاكيس
- أ.د/ آنتليه برانيسلاف
- أ.د/ صادق الحايك
- د/ بومسجد عبد القادر جامعة مستغانم
- د/ حرشاوي يوسف جامعة مستغانم
- د/ عطاء الله أحمد جامعة مستغانم
- د/ شعلال عبد المجيد
- د/ بن قناب الحاج
- جامعة الجزائر 03
- الإسكندرية
- Univ- Nanterre
- جامعة تكريت العراق
- جامعة أسيوط مصر
- جامعة مونبوليه 02
- جامعة سلوفاكيا
- جامعة الأردن
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم

العدد السابع 2010

جامعة مستغانم

جامعة المسيلة

جامعة مستغانم

جامعة مستغانم

جامعة مستغانم

جامعة شلف

جامعة مستغانم

-د/ ناصر عبد القادر

- د/ عمور عمر

-د/ بن سي قدور الحبيب

-د/ بن قلاوز أحمد التواتي

-د/ بوراس فاطمة الزهراء

-د/ حاج شريف قويدر

-د/ قوراري بن علي

علوم التدريب:

- أ.د/ خالد حمودة جامعة الإسكندرية

- أ.د/ زمران سارج جامعة

- د/ بن دحمان محمد نصر الدين

- د/ زوجي بشير

- د/ رمعون محمد جامعة مستغانم

- د/ بن قوة علي جامعة مستغانم

-د/ بن قاصد علي الحاج محمد

- د/ حسن نبلي

- د/ شريفي علي

-د/ مشيش علي

-د/ بن لكحل منصور

- د/ بن برنو عثمان

-د/ صبان محمد

Reims

جامعة مستغانم

UFR STAPS Valenciennes

جامعة مستغانم

جامعة الملك الحسن السادس دار البيضاء المغرب

03 جامعة الجزائر

جامعة قسنطينة

جامعة مستغانم

جامعة مستغانم

جامعة مستغانم

الكاتبة: بن قلة يمينة

مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، مجلة علمية فصلية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. لها رقم إيداع دولي تحت رقم 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 الحركية... 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 الإنجليزية، وباب العلمية باللغة الفرنسية، إضافة إلى باب التقارير الخاصة بالمؤتمرات والندوات والحلقات النقاشية في عموم علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، و التي تعقد في معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد ابن 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. وتحديدًا 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.

تعريف المجلة وأهدافها:

مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، مجلة علمية فصلية 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 الحركية... الخ، والتي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الفرنسية أو الإنجليزية، والتي لم يسبق نشرها. ومن أبوابها الثابتة باب البحوث العلمية باللغة العربية، وباب البحوث العلمية باللغة الإنجليزية، وباب البحوث العلمية باللغة الفرنسية، إضافة إلى باب التقارير الخاصة بالمؤتمرات والندوات والحلقات النقاشية في عموم علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، والتي تعقد في معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم، وباب عرض ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجالات علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية علومها.

تتبنى 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:

4. 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.
5. إتاحة الفرصة للمفكرين والباحثين في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بنشر نتائج أنشطتهم العلمية والبحثية وخاصة تلك التي تتصل بالبيئة العربية والعالمية عامة.
6. تشجيع البحوث التي تؤكد على التنوع، وعلى الانفتاح الفكري، وعلى الانضباط المنهجية، والاستفادة من كل معطيات الفكر في المجال الرياضي، قديمه وحديثه، أجنبياً كان أم عربياً.

قواعد النشر:

1. يقدم الباحث ثلاث نسخ من البحث مطبوعة على ورق A4 على وجه واحد، وبمستطين بما في ذلك الهوامش والمراجع والمقتطفات والجداول والملاحق وهوامش واسعة (2.5 سم أو أكثر) أعلى وأسفل وعلى جانبي الصفحة بالإضافة إلى قرص CD مطبوع عليه البحث.
2. يعلم صاحب البحث خطياً 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 أو البريد الإلكتروني (إن وجد). ولضمان السرية

- الكاملة لعملية التحكيم، يتوجب عدم ذكر اسم الباحث أو الباحثين في صلب 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 أو الفرنسية في حدود (200) كلمة، كل في صفحة مستقلة، على أن يحتوي ذلك على عنوان البحث، وبدون ذكر لاسم أو لأسماء الباحثين.
5. في أسفل الملخص يجب أن نضع الكلمات الأساسية في حدود 5 كلمات كأقصى تقدير.
6. يراعي 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 صلب البحث أو في ملاحقه.
8. يتعهد الباحث بإرسال نسخة من البحث على قرص حاسوب متوافق مع IBM بعد إجراء جميع التعديلات المطلوبة من قبل لجنة تحكيم البحوث.
9. البحث يكتب.

قواعد عامة:

1. تؤول كافة حقوق النشر للمجلة.
2. يمنح صاحب البحث المنشور نسخة واحدة من المجلة .
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. 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 ابن باديس بمستغانم.

خروبة 27000

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

هاتف: 00213.45.30.10.33 /36/35

فاكس: 00213.45.30.10.28

البريد الإلكتروني: istaps@univ-mosta.dz

www.univ-mosta.dz/staps

دعوة للنشر:

يسر مجلة العلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية دعوتكم للإسهام بنشر أبحاثكم العلمية الأصيلة 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 / اسم الباحث	الرقم
19 - 01	مستوى بعض القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط د/ هشام أحمد مهيب - د/ كاشف زايد نايف - د/ منصور بن سلطان الطوقي د/ مرفت محمد الطوانسي - د/ محمود وجيه حمدي - د/ إلهام عبد المنعم أحمد - د/ هالة علي مرسيد /نادية مرتضى فرغلي - خليفة بن مبارك الجديدي	1
42 - 20	واقع البحث العلمي في الجزائر (دراسة حالة مخابر التربية البدنية و الرياضية)-- د/عطا الله أحمد د/بن قوة علي د/عمور عمر أ/ زيتوني عبد القادر	2
60 - 43	الثقافة التدريبية عند مدربي كرة القدم الجزائرية ومدى انعكاسها على مقومات العملية التدريبية د. بن قاصد علي الحاج محمد د. بن دحمان محمد نصر الدين	3
77 - 61	اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية للأبناء وانعكاسه على الجوانب النفسية والاجتماعية لفئة المراهقين. أ/ بلقاسم دودو	4
98 - 78	تأثير بعض أساليب التغذية الراجعة باستعمال الفيديو في تعلم بعض مهارات السباحة الحرّة عند المبتدئين سن 6-9 سنوات ذكور. أ/ قاسمي بشير	5
114 - 99	المعوقات العملية لتطبيق منهاج التربية البدنية و الرياضية وفق المقاربة بالكفاءات أ/ كروم محمد	6
129 - 115	تأثير واجبات مراكز وخطوط اللعب في إحداث التباين في المتطلبات البدنية للاعبين كرة القدم فئة الأواسط الدرجة الأولى الجهة الغربية د/ ناصر عيد القادر	7
144 - 130	أثر برنامج تدريبي على التوازن واللاتزان في رياضة الجمباز (الفني) بحث تجريبي على جهابيزات الفريق الوطني أ/ إدريس خوجة محمد رضا	8
168 - 145	استراتيجيات التخفيف من حدة الخجل في دروس التربية البدنية و الرياضية	9

	باستخدام الأسلوب التنافسي د/بومسجد عبد القادر -د/بن سي قدور حبيب	
185 - 169	تأثير الضوابط الاجتماعية على الممارسات الأخلاقية دراسة ميدانية لطلبة معهد التربية البدنية- أ/ قريصات الزهرة	10
203 - 186	دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية أ/ زيوش احمد	11
229 - 204	دراسة الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعا عند الأطفال 9 - 11 سنة ذكور بحث مسحي وصفي أجري على تلاميذ التعليم الابتدائي أ. لوح هشام	12
247 - 230	آليات تطوير القوة و انتقال آثار تدريبها في رياضة الجيدو صنف أكابر لدى فرق الجزائر العاصمة أ/ جزار سمية	13
258 - 248	تقييم إدارة تفعيل النشاط الحركي المكيف في بعض مؤسسات التربية الخاصة: الجزائر-الأردن. أ- دويلي منصورية	14
279 - 259	حركات الرمي (ناجي وازا) الأكثر استعمالا في رياضة الجودو أثناء المنافسات عند الفئة الوزنية (-60كلغ/-66كلغ/-73كلغ) أ.مهدي محمد	15
300 - 280	تأثير البيئة على ديناميكية نمو بعض المقاييس الجسمية والمهارات الحركية لدى المتدرسين أ/ مدني رقيق	16
310 - 301	تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء البدني و المهاري لناشئ كرة اليد بحث تجريبي أجري على لاعبين كرة اليد (10-12 سنة) لبعض الفرق بولاية مستغانم د.بن برنو عثمان د. بن لكحل منصور	17
324 - 311	قياس مستوى المعرفة لتلاميذ المرحلة الثانوية	18

	من خلال بناء اختبار معرفي في التربية البدنية والرياضية ببحث مسحي أجري على تلاميذ السنة النهائية بثانويات مدينة مستغانم د/ أحسن أحمد	
340 - 325	معوّقات الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" بمدينة مستغانم - الجزائر - د/ بلوفة بوجمعة د/ شناق أحمد	19

مستوى بعض القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط

من إعداد: د/ هشام أحمد مهيب - د/ كاشف زايد نايف - د/ منصور بن سلطان الطوقي
د/ مرفت محمد الطوانسي - د/ محمود وجيه حمدي - د/ إلهام عبد المنعم أحمد - د/ هالة علي مرسي

كلية التربية - جامعة السلطان قابوس - سلطنة عمان

من إعداد: نادية مرتضى فرغلي - خليفة بن مبارك الجديدي

قسم التربية الرياضية - كلية التربية - جامعة السلطان قابوس

ملخص البحث:

هدفت الدراسة التعرف على مستوى بعض القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي (من الصف الأول حتى الرابع) بمحافظة مسقط بسلطنة عمان بغرض معرفة مستواهم الحركي ليتمكن القائمون على التربية البدنية والرياضة من تحديد متطلبات وأهداف البرامج المقدمة، ولقد أجريت الدراسة على 480 تلميذ (ذكر) من محافظة مسقط وشملت الدراسة مجموعة من القياسات تمثلت بالطول والوزن والقوة العضلية (قبضة يمين ويسرى - الرجلين - الظهر) مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي - القوة الانفجارية لعضلات الرجلين - الرشاقة - التوافق - الاتزان الثابت - زمن رد الفعل. ولقد أظهرت النتائج تطور معظم القدرات الحركية عدا المرونة وكان هناك تفاوت في معدلات التطور والتي ظهرت بمعدل واضح بداية من الصف الثالث، بينما تقاربت هذه المعدلات لمعظم القدرات بالنسبة للصفين الثالث والرابع عدا قوة القبضة والتي تقاربت لتلاميذ الصفوف الأربع.

وأوصت الدراسة بتصميم برامج الرياضة المدرسية المقدمة لهذه المرحلة بما يتناسب مع مستويات التلاميذ الحالية والاهتمام بتنمية عنصر المرونة والاسترشاد بالمستويات الحالية لتقييم معدلات التقدم، مع إجراء مقارنات بين التلاميذ العمانيين وأقرانهم من المجتمعات الأخرى، كذا الاهتمام بإجراء دراسات لتحديد المستويات الحركية للمراحل التعليمية الأخرى.

الكلمات الأساسية: قدرات حركية - مسقط - تعليم أساسي

Some Motor abilities Level for Students in the First Cycle of Basic Education in Muscat

This study assessed the level of some motor abilities for students in the first cycle of basic education (grades I to IV) in Muscat, Sultanate of Oman, aiming to know the level of motor abilities components so that organizers of the physical education and sport can determine the requirements and objectives of the programs offered. The study was conducted on 480 students (male) implementing a group of measurements namely: height, weight, muscle strength (grip right & left hand – legs - back) as well as flexibility of the spine on the horizontal axis, legs explosive power, agility, coordination, static balance and reaction time. The results show significant increase in most students motor abilities except flexibility, and there are variation in the rate of development that emerged clearly at the beginning of the third grade, while the increase of most motor abilities were close between the students in grades III and IV. However, the grip strength showed normal increase among the four grades. The study recommend to designing school sports programs relevance to students' abilities in these grades considering flexibility. In addition, it recommends using the results as a guideline for evaluating students motor abilities development and comparing between Omani male students with female and their peers from other communities as well as conducting studies on other school grades.

Key Words: Motor abilities Muscat Basic Education

المقدمة:

إن الاهتمام بتلاميذ المراحل الدراسية الأولى تعتبر من أولويات القائمين على العملية التعليمية، فمن خلالها تتكون الشخصية من جميع جوانبها الفكرية والبدنية والوجدانية، وتلعب الحركة والأنشطة الرياضية في هذه المرحلة دوراً أساسياً ليس فقط للبدن بل للفكر والوجدان، فهي تغرس العادات الصحية السليمة وتنمي القدرات البدنية والمهارات واكتساب التوافق الأولي للحركة وتساعد في اكتشاف القدرات الفردية وتوجيهها ورعايتها.

وللتعرف على تطور القدرات الحركية أغراض عديدة حيث تسهم في تحديد مستواها الراهن مما يساعد في بناء البرامج الرياضية والحركية المناسبة، بل وتحديد أهداف هذه البرامج وبالتالي تحديد التقدم المطلوب ومتابعته، كذلك متابعة معدلاته مما يعطي اطمئناناً للقائمين على تنفيذ البرامج الحركية، كذلك إتاحة الفرصة لمعالجة جوانب الضعف وتداركها لتعديل مسار التقدم وفقاً لما هو مطلوب. (Morow et al., 2002)

وتحديد مستوى القدرات الحركية الحالية يسهم في عملية التصنيف ووضع الدرجات مما يساعد في اكتشاف العناصر الممتازة ومن خلال دراسة معدلات التطور البدني والحركي يمكن التنبؤ بما سيكون عليه المستقبل وبالتالي تفعيل عملية التوجيه لتحديد أنسب الطرق لرفع مستوى التلميذ. (حسانين، 1995)

وتتطور القدرات الحركية خلال مراحل النمو فتزداد القوة العضلية خلال المراحل المبكرة نتيجة التغيرات الحادثة في الجهاز العصبي والتي تساعد على تحسين استجابة العضلات للمثيرات وبالتالي تحسين التوافق الداخلي والخارجي للعضلات (Davis et al., 2005) مما يزيد من القوة بينما تتحسن القوة بعد ذلك نتيجة التضخم العضلي كنتيجة طبيعية للنمو أو نتيجة استخدام العضلات في الحركات اليومية، كما يتوقف التحسن في عنصر

القوة إلى مخزون العضلة من ثلاثي فوسفات الأدينوزين أو إلى تركيز الفوسفوكرياتين أو إلى التغير الحادث في التركيب البنائي للعضلة Muscle architecture والذي يزداد مع التقدم في العمر كما تزداد قدرة العضلة على تجنيد عدد أكبر من الألياف العضلية خلال الانقباض، (عبد الفتاح، 2003) (Zavaleta & Malina 1981) ونتيجة لتحسن القوة العضلية تتحسن السرعة حيث تعتمد على عنصر القوة بدرجة كبيرة كذلك على كفاءة الجهاز العصبي وسرعة استجابة العضلات له كما تتحسن السرعة نتيجة تطور الجهاز العصبي وقدرته على توصيل الإشارات العصبية للعضلات المستهدفة بسرعة مما يحسن من سرعة التردد، (Dintiman & Ward, 2003) بينما تتوقف المرونة على قابلية العضلات العاملة على المفصل أو المفاصل على الاستطالة والتي تتوقف على طبيعة المكون المطاطي Elastin Component في العضلات وهو عنصر يحتاج لقدر من التدريب ليزيد من المدى الحركي كما تتوقف المرونة على نوع التركيب التشريحي للمفصل موضع المرونة، بينما يتوقف مستوى الاتزان الثابت على العديد من العوامل كالأجسام الحسية في العضلات Spindle Fibers والمفاصل Golgi tendon organ والتي تسهم في تحديد موضع الجسم في الفراغ ومستوى الضغوط على المفصل خاصة الرجل والقدم وبالتالي إحداث الانقباضات العضلية المناسبة مما يسهم في ضبط الاتزان (Baechle & Earle 2000) ، كما لحاسة الإبصار دورا في مستوى الاتزان الثابت، وتطلب القدرة العضلية قابلية العضلة لإنتاج قدر من القوة في أقل زمن والتي تتطلب كفاءة عالية للجهاز العصبي على إرسال إشارات عصبية لأكثر عدد من الألياف العضلية بحيث تتمكن العضلة من إنتاج أكبر قدر من القوة (عبد الفتاح، 2003) ولم تشر المراجع بشكل دقيق على التغيرات الحادثة خلال مراحل النمو والتي يمكن من خلالها تفسير التطور الحادث للقدرة العضلية وإن كان كل من الجانب العصبي والتطور البنائي للعضلة يمكن أن يكونا سبب هذا التحسن، وتعتبر الرشاقة من مكونات القدرات الحركية التي تلعب دورا حيويا ليس فقط في الأداء الحركي بل في الحماية من الإصابة، وتعتمد على مقدرة الرياضي التعرف على وضع جسمه في الفراغ المحيط سواء وهو على اتصال بالأرض أو عدمه ومقدار الضغوط الواقعة عليه (المفاصل - العضلات) بما يسمح له بتعديل وضع الجسم بما يتناسب مع طبيعة الحركة والهدف منها ويعتمد الجسم في ذلك على العديد من الأجهزة بالجلس م وهي Somatosensory System, Visual S, Vestibular S والتي تحوي مجموعة من الحواس منها حاسة الإبصار واللمس وحاسة تقدير وضع المفاصل، كما للأجسام الحسية في المفاصل والعضلات دورا هاما في العمل على استجابة العضلات من خلال درجات متعددة من الانقباضات بما يتوافق مع أوضاعه المختلفة بل ولا يختصر دور هذه الحواس فقط في عنصر الرشاقة بل يمتد إلى الاتزان والتوافق والقوة العضلية، وتعتبر قدرة الإنسان على سرعة الاستجابة للمثيرات ترجمة لكفاءة الجهازين العصبي والعضلي وتطورهما خلال النمو يحدث تطور في سرعة رد الفعل. (عبد الفتاح، 2003)

ولقد أجريت العديد من الدراسات بهدف تحديد مستويات القدرات الحركية والتي تمحورت حول وضع معايير يعتمد عليها في تصنيف هذه القدرات أو تحديد مستوى القدرات الحركية تبعا للمراحل العمرية (Gray et al

(Smith et al., 2009) (Stephen et al., 2004) (2009) .. بينما هدفت أخرى إلى التعرف على تأثير الأصول العرقية على مستوى القدرات الحركية للوقوف على طبيعة هذه الاختلافات، (Zavaleta & Malia, 1981) كما هدفت دراسات أخرى إلى معرفة تأثير العوامل الاقتصادية والاجتماعية على القدرات الحركية والعوامل المسببة لها (Henneberg et al., 2001)

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على بعض القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي من الصف الأول وحتى الرابع بمحافظة مسقط بسلطنة عمان والمثلة في:

- 1 - القوة والقوة الانفجارية والسرعة والرشاقة والمرونة والتوازن والتوافق و سرعة رد الفعل.
- 2 - مقارنة القياسات البدنية و الحركية للتلاميذ تبعاً للصفوف الدراسية المختلفة.

أسئلة الدراسة:

صممت هذه الدراسة بهدف الإجابة على الأسئلة التالية:

1. ما مستوى القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى (من الصف الأول حتى الرابع) من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القدرات الحركية بين تلاميذ الصفوف الأربع الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط؟

أهمية الدراسة ومبرراتها:

تحتاج المؤسسات المعنية بالرياضة للتعرف على الحالة البدنية والحركية لأفراد المجتمع المتوقع أن تقدم لهم برامجها، ولا توجد بسلطنة عمان بيانات توضح مستويات القدرات الحركية للمرحلة الأولى من التعليم الأساسي والمثلة في الصفوف من الأول وحتى الرابع، لذا ظهرت الحاجة لإجراء هذه الدراسة للتعرف على مستوى القدرات الحركية لتلاميذ هذه المرحلة لتكون مرشداً للقائمين على الرياضة المدرسية بشكل خاص والرياضة التنافسية و الترويحية بشكل عام، وعليه فإن مبررات الدراسة تتمثل في:

1. القدرات الحركية موروثه ويمكن تنميتها بالتدريب، وتحديد مستوياتها يتيح لمعدي البرامج والمناهج في كل مرحلة سنية تحديد أفضل محتوى بما يضمن تحقيق الأهداف المرجوة.
2. البيانات التي تتضمنها الدراسة وسيلة لإجراء المقارنات مع بيانات التلاميذ في نفس المرحلة السنية بدول أخرى، مما يساهم في تحديد موقع التلاميذ العمانيين من الآخرين.

محددات الدراسة:

- اقتصرت هذه الدراسة على عينة من تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط والبالغ عددها 480 تلميذ.

- اقتصرت الدراسة التعرف على بعض القياسات الجسمية كالطول والوزن والقدرات الحركية (قوة القبضة اليمنى واليسرى والرجلين والظهر والسرعة والمرونة و سرعة رد الفعل و القوة الانفجارية لعضلات الرجلين والتوافق والرشاقة)

مصطلحات الدراسة:

الحلقة الأولى: الصفوف الأربع الأولى في بداية النظام التعليمي (الأول الابتدائي، الثاني، الثالث، الرابع)

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة :

المنهج المسحي الوصفي.

عينة الدراسة :

- عينة قوامها (480) تلميذا من المسجلين في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، يمثلون نسبة تبلغ حوالي (2%) من المجتمع الأصلي لتلاميذ هذه المرحلة بمنطقة مسقط التعليمية البالغ عددهم (8500).

- استبعاد أي طفل يعاني من أي مرض حاد أو مزمن.
- استبعاد أي طفل يعاني من أي إعاقة حركية أو حسية.
- بلغ عدد التلاميذ المفحوصين على النحو التالي: 68 تلميذا من الصف الدراسي الأول، 99 تلميذا من الصف الدراسي الثاني، 142 تلميذا من الصف الدراسي الثالث، 171 تلميذا من الصف الدراسي الرابع.

إجراءات الدراسة:

انطلاقاً من أهداف الدراسة والمرحلة التعليمية المستهدفة تم تحديد عدد المدارس المقرر إجراء القياسات على تلاميذها بعد أخذ موافقة إدارة الكلية، ومخاطبة الجهات المعنية بوزارة التربية والتعليم، و حددت ثلاث مناطق من المناطق التعليمية بمحافظة مسقط وهي المعبيلة الشمالية والجنوبية والحيل الشمالي لإجراء الدراسة، كما تم تحديد المدارس وعدد الطلاب المناسب لتمثيل المجتمع، و حددت القدرات الحركية والبدنية المستهدف قياسها والأجهزة ونوع الاختبارات المناسبة والتي كانت على النحو التالي:

الطول باستخدام جهاز الأنثروبومتري والوزن باستخدام ميزان طبي معايير وحساب زمن قطع مسافة 25 متر لقياس السرعة باستخدام ساعة إيقاف الكترونية وقد قام بتسجيل الزمن ثلاث أشخاص وتم اعتماد الرقم الأوسط، و الوثب العمودي من الثبات لقياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين باستخدام

جهاز (Vertical jump Meter, T.K.K 5106 Jump MD-Takei Scientific Instrument Co., LTD.

(Japan)، زمن الوقوف على قدم واحدة معصب العينين لقياس مستوى التوازن الثابت، ثني الجذع من

الوقوف لأبعد مسافة لقياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي (Flexibility measuring apparatus, T.K.K 5106 Flexibility MD-Takei Scientific Instrument Co., LTD. Japan). زمن الجري الزجاجة لقياس الرشاقة وزمن المستغرق للانتقال بين المربعات المرقمة لقياس التوافق باستخدام ساعة إيقاف الكترونية وتم القياس من خلال ثلاث ساعات وسجل الزمن المتوسط، مؤشر قوة القبضة لقياس قوة عضلات اليد باستخدام جهاز (Grip strength dynamometer, T.K.K 5401 Grip MD-Takei Scientific Instrument Co., LTD. Japan). والظهر باستخدام جهاز (Back strength dynamometer, T.K.K 5402 Back MD-Takei Scientific Instrument Co., LTD. Japan). (Leg strength dynamometer, T.K.K 5402 Leg MD-Takei Scientific Instrument Co., LTD. Japan). و زمن رد الفعل لقياس رد الفعل الانفعالي عن طريق التوافق بين البصر والرجلين باستخدام جهاز (Whole body reaction time measuring Instrument T.K.K.5108 Reaction produced by Takei Scientific Instrument Co., LTD. Japan).

وقد حددت الأجهزة والأدوات للاستخدام بما يتناسب مع القياس الحقلية كما تم تدريب الكوادر الفنية على الخطوات العلمية لإجراء القياس و الاختبار والتي وردت في المراجع العلمية (Heyward,1984) (Morow&Jackson &Disch&Mood, 2002) ، وللتأكد من صدق وثبات القياس تم إعادة القياسات على عينة عشوائية من المفحوصين، و تم التأكد من صحة الإجراءات المتبعة و إجراءات التسجيل، وقد أجريت

الدراسة خلال عامي 2006/2007م

الأساليب الإحصائية:

تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

1. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

2. اختبار تحليل التباين الأحادي One ANOVA للمقارنة بين المجموعات الدراسية الأربع، لتعرف

الفروق بينهم في متغيرات الدراسة كما تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة بين المتوسطات

الحسابية لمعرفة اتجاه الفرق بين المجموعات المختلفة، وتمت المعالجة الإحصائية باستخدام الحزمة

الإحصائية (SPSS) النسخة (17)

عرض النتائج:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

نص السؤال الأول على ما يلي: ما مستوى القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى (من الصف الأول حتى الرابع) من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعمر والطول والوزن ومكونات القدرات الحركية والمثلة في قوة عضلات القبضة اليمنى ويسرى والرجلين والظهر والسرعة والمرونة والرشاقة والتوازن الثابت على القدم اليمنى و اليسرى والتوافق والقدرة وزمن رد الفعل والجدول رقم (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعمر والطول والوزن والقدرات الحركية للمجموعات الأربع

$$480 = n$$

الصف الدراسي الرابع (171)	الصف الدراسي الثالث (142)	الصف الدراسي الثاني (99)	الصف الدراسي الأول (68)	المعاملات الإحصائية	
م (الانحراف المعياري)	م (الانحراف المعياري)	م (الانحراف المعياري)	م (الانحراف المعياري)	متغيرات الدراسة	
9.92 (0.326)	9.00 (0.315)	8.00 (0.247)	6.9 (0.379)	العمر (عام)	
135.503 (6.680)	129.387 (6.280)	123.600 (5.910)	118.566 (6.220)	الطول (سم)	
29.527 (7.030)	26.009 (5.836)	24.701 (4.775)	21.024 (3.734)	الوزن (كجم)	
14.577 (3.566)	13.298 (2.971)	11.469 (3.119)	9.899 (2.668)	قبضة يمين	القوة العضلية (كجم)
14.577 (3.586)	12.901 (3.246)	11.317 (2.772)	9.718 (2.624)	قبضة يسرى	
42.442 (13.245)	40.918 (16.237)	31.545 (8.441)	26.272 (7.619)	الرجلين	
39.253 (10.621)	36.495 (9.55)	30.561 (8.151)	26.948 (6.602)	الظهر	
5.165 (0.499)	5.206 (0.389)	5.669 (0.793)	6.075 (0.598)	السرعة (ث)	
1.108 (6.530)	1.515 (7.952)	-0.951 (7.028)	0.850 (7.582)	المرونة (سم)	
6.843 (0.702)	7.030 (0.715)	7.421 (0.956)	8.043 (0.771)	الرشاقة (ث)	
18.12 (21.405)	13.99 (16.087)	9.25 (9.072)	6.93 (6.520)	التوازن (يمين) (ث)	
15.14 (15.334)	14.06 (17.986)	10.97 (13.612)	7.12 (6.415)	التوازن (يسار) (ث)	
9.05 (2.921)	9.75 (2.865)	10.40 (3.287)	12.93 (3.060)	التوافق (ث)	
32.76 (6.312)	30.29 (6.282)	26.88 (7.031)	23.78 (6.002)	القوة العضلية (سم)	
0.473 (0.129)	0.491 (0.92)	0.528 (0.132)	0.544 (0.104)	زمن رد الفعل (ث)	

يظهر الجدول رقم (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات العمر والطول والوزن والقدرات الحركية وزمن رد الفعل لأفراد عينة الدراسة، حيث تراوحت أعمار أفراد عينة الدراسة بين 6-11 عاماً بمتوسط 8.83 عام بانحراف معياري (1.097) في حين بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الرابعة 9.92 سم (0.326) وكانت الأعلى بين المجموعات الأربع تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1)، وبلغ المتوسط الحسابي للطول 128.839 سم (8.752) وكان المتوسط الحسابي للمجموعة الرابعة 135.5 سم (6.680) وكان

الأعلى بين المجموعات الأربع تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، في حين بلغ المتوسط الحسابي للوزن للمجموعات الأربع 26.286 كجم (6.512) وكان المتوسط الحسابي للوزن للمجموعة الرابعة الأعلى حيث بلغ 29.527 كجم (7.030) بين المجموعات الأربع تلتها المجموعات (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، وبلغ المتوسط الحسابي لقوة القبضة اليمنى للمجموعات الأربع 12.895 كجم (3.585) وكان المتوسط الحسابي للمجموعة الرابعة هو الأعلى بين المجموعات حيث بلغ 14.577 كجم (3.566) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، في حين بلغ المتوسط الحسابي لقوة القبضة يسرى للمجموعات الأربع 12.720 كجم (3.623) وكان المتوسط الحسابي للمجموعة الرابعة هو الأعلى بين المجموعات حيث بلغ 14.577 كجم (3.586) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1)، وبلغ المتوسط الحسابي لقوة عضلات الرجلين 37.453 كجم (14.141) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة الرابعة 42.442 (13.245) وكانت الأعلى بين المجموعات الأربع تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، وبلغ المتوسط الحسابي لقوة عضلات الظهر للمجموعات الأربع 34.453 كجم (10.344) وكان المتوسط الحسابي لقوة عضلات الظهر للمجموعة الرابعة هو الأعلى بين المجموعات الأربع حيث بلغ 39.253 كجم (10.621) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، وبلغ المتوسط الحسابي للسرعة للمجموعات الأربع 5.41 ث (0.650) وكانت المجموعة الرابعة هي الأسرع بين المجموعات الأربع حيث بلغ المتوسط الحسابي 5.165 ث (0.499) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، وبلغ المتوسط الحسابي للمرونة للمجموعات الأربع 0.767 سم (7.275) وكانت المجموعة الثالثة هي الأفضل حيث بلغ المتوسط الحسابي 1.515 سم (7.952) تلتها المجموعة (4) ثم (1) ثم (2)، وبلغ المتوسط الحسابي للرشاقة للمجموعات الأربع 7.187 ث (0.872) وكانت المجموعة الرابعة هي الأفضل حيث بلغ المتوسط الحسابي 6.843 ث (0.702) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1) على الترتيب، وبلغ المتوسط الحسابي للزمن المسجل للتوازن على الرجل اليمنى للمجموعات الأربع 13.48 ثانية (16.707) وبلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الرابعة 18.12 (21.405) وهو الأعلى بين المجموعات الأربع تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1)، وبلغ المتوسط الحسابي للزمن المسجل للتوازن على الرجل اليسرى للمجموعات الأربع 12.83 ثانية (15.167)، وسجلت المجموعة الرابعة أفضل زمن حيث بلغ المتوسط الحسابي للزمن المسجل 15.14 ث (15.334) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1)، وبلغ المتوسط الحسابي للزمن المسجل في اختبار التوافق للمجموعات الأربع 10.08 ث (3.249) وسجلت المجموعة الرابعة أفضل زمن حيث بلغ المتوسط الحسابي للزمن 9.05 ث (2.921) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى القدرة العضلية لعضلات الرجلين للمجموعات الأربع 29.54 سم (7.138) وبلغ المتوسط الحسابي للمسافة المسجلة للمجموعة الرابعة 32.76 سم (6.312) وكانت الأعلى بين المجموعات الأربع تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1)، وبلغ المتوسط الحسابي لزمن رد الفعل المسجل للمجموعات الأربع 0.500 ث (0.119)

وسجلت المجموعة الرابعة أفضل زمن بين المجموعات الأربع حيث بلغ المتوسط الحسابي (0.129) تلتها المجموعة (3) ثم (2) ثم (1).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

نص السؤال الثاني على ما يلي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القدرات الحركية بين تلاميذ الصفوف الأربع الأولى من التعليم الأساسي. بحافظة مسقط؟ والإجابة على هذا السؤال تم حساب تحليل التباين الأحادي للطول والوزن ومكونات القدرات الحركية للمجموعات الأربع والجدول رقم (2) يوضح ذلك

جدول (2)

تحليل التباين الأحادي للطول والوزن و القدرات الحركية للمجموعات الأربع ن = 480

متغيرات الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
العمر (عام)	بين المجموعات	529.084	3	176.361	1762.119	0.000
	داخل المجموعات	47.640	476	00.100		
	التباين الكلي	576.724				
الطول(سم)	بين المجموعات	17529.808	3	5843.269	145.130	0.00
	داخل المجموعات	19164.918	476	40.262		
	التباين الكلي	36694.726	479			
الوزن(كجم)	بين المجموعات	3939.491	3	1313.164	38.168	0.00
	داخل المجموعات	16376.511	476	34.404		
	التباين الكلي	20316.002	479			
قبضة يمين	بين المجموعات	1318.650	3	439.550	43.243	0.00
	داخل المجموعات	4838.412	476	10.165		
	التباين الكلي	6157.062	479			
قبضة يسرى	بين المجموعات	1401.858	3	467.286	45.506	0.00
	داخل المجموعات	4887.858	476	10.269		
	التباين الكلي	6289.734	479			

0.00	36.505	5972.270	3	17916.811	بين المجموعات	الرجلين
		163.602	476	77874.385	داخل المجموعات	
			479	95791.196	التباين الكلي	
0.00	37.352	3255.421	3	9766.263	بين المجموعات	ظهر
		87.155	476	41485.603	داخل المجموعات	
			479	51251.866	التباين الكلي	
0.00	56.170	17.647	3	52.942	بين المجموعات	السرعة
		0.314	476	149.549	داخل المجموعات	
			479	202.490	التباين الكلي	
0.060	2.490	130.597	3	391.791	بين المجموعات	المرونة
		52.443	476	24962.804	داخل المجموعات	
			479	25354.595	التباين الكلي	
0.00	43.925	26.351	3	79.053	بين المجموعات	الرشاقة(ث)
		0.600	476	285.558	داخل المجموعات	
			479	364.611	التباين الكلي	
0.00	10.641	2800.960	3	8402.879	بين المجموعات	التوازن(يمين)
		263.220	476	125292.952	داخل المجموعات	
			479	133695.831	التباين الكلي	

تابع جدول (2)

متغيرات الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
التوازن يسار	بين المجموعات	3690.271	3	1230.090	5.498	0.001
	داخل المجموعات	106503.029	476	223.746		
	التباين الكلي	110193.300	479			
التوافق	بين المجموعات	762.835	3	254.278	28.183	0.000
	داخل المجموعات	4294.698	476	9.022		
	التباين الكلي	5057.532	479			
القدرة العضلية	بين المجموعات	4810.171	3	1603.390	38.948	0.000
	داخل المجموعات	19595.954	476	41.168		
	التباين الكلي	24406.124	479			
زمن رد الفعل	بين المجموعات	0.345	3	0.115	8.430	0.000
	داخل المجموعات	6.486	476	0.014		
	التباين الكلي	6.831	479			

من خلال تحليل التباين الأحادي لمتغيرات الطول والوزن والقدرات الحركية وزمن رد الفعل والموضحة في الجدول رقم (2)، ظهرت فروق دالة إحصائية بين المجموعات الأربع في جميع القيم، حيث بلغت قيمة ف لمتغير طول الجسم والوزن وقوة القبضة اليمنى واليسرى والرجلين والظهر والسرعة والرشاقة والتوازن على الرجل اليسرى والتوافق والقدرة العضلية لعضلات الرجلين وزمن رد الفعل 43.243، 38.168، 145.130، 45.506، 36.505، 37.352، 56.170، 43.925، 10.641، 28،183، 38.948، 8.430 على الترتيب بمستوى دلالة ($P \geq 0.000$) بينما بلغت قيمة ف لمتغير التوازن على الرجل اليسرى 5.498 بمستوى دلالة ($P \geq 0.001$) والمرونة 2.490 بمستوى دلالة (0.060)

جدول (3)

معنوية الفروق للطول والوزن والقدرات الحركية للمجموعات الأربع باستخدام اختبار SCHEFFE

مجموعة	مجموعة	مجموعة	مجموعة	المتوسط الحسابي	المجموعة	متغيرات الدراسة
(4)	(3)	(2)	(1)			
*16.936-	*10.821-	*5.033-		118.566	(1)	الطول (سم)
*11.902-	*5.787-			123.600	(2)	
*6.115-				129.387	(3)	
				135.503	(4)	
*8.504-	*4.985-	*3.677-		21.024	(1)	الوزن (كجم)
*4.826-	1.308-			24.701	(2)	
*3.518-				26.009	(3)	
				29.527	(4)	

تابع جدول (3)

*4.678-	*3.399-	*1.570-		9.899	(1)	القبضة اليمنى (كجم)
*3.107-	*1.828-			11.469	(2)	
*1.279-				13.298	(3)	
				14.577	(4)	
*4.859-	*3.183-	*1.599-		9.718	(1)	القبضة اليسرى (كجم)
*3.259-	*1.583-			11.317	(2)	
*1.675-				12.901	(3)	
				14.577	(4)	
*16.170-	*14.645-	*5.273-		26.272	(1)	الرجلين (كجم)
*10.896-	*9.372-			31.545	(2)	
1.524-				40.918	(3)	

				42.442	(4)	
*12.305-	*9.547-	3.612-		26.948	(1)	الظهر (كجم)
*8.692-	*5.934-			30.561	(2)	
2.758-				36.495	(3)	
				39.253	(4)	
*0.910	*0.968	*0.406		6.075	(1)	السرعة (ث)
*0.504	*0.463			5.669	(2)	
0.040				5.206	(3)	
				5.165	(4)	
0.258-	0.644-	1.800		0.850	(1)	المرونة (سم)
2.058-	2.465-			0.951-	(2)	
0.406				1.515	(3)	
				1.108	(4)	
*1.200	*1.013	*0.622		8.043	(1)	الرشاقة (ث)
*0.578	*0.391			7.421	(2)	
0.187				7.030	(3)	
				6.843	(4)	
*11.190-	*7.059-	2.326-		6.93	(1)	التوازن (يمين) (ث)
*8.864-	4.733-			9.25	(2)	
4.131-				13.99	(3)	
				18.12	(4)	
*8.023-	*6.946-	3.852-		7.12	(1)	التوازن (يسار) (ث)
4.171-	3.094-			10.97	(2)	
1.077-				14.06	(3)	
				15.14	(4)	

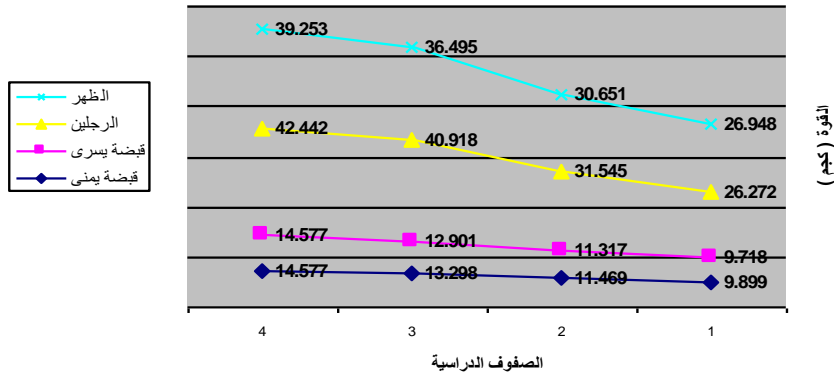
تابع جدول (3)

*3.889	*3.186	*2.532		12.93	(1)	لتوافق (ث)
*1.356	0.654			10.40	(2)	
0.702				9.75	(3)	
				9.05	(4)	
*8.981-	*6.508-	*3.099-		23.78	(1)	القدرة العضلية (سم)
*5.881-	*3.408-			26.88	(2)	
*2.473-				30.29	(3)	
				32.76	(4)	
*0.071119	*0.053783	0.016686		0.544	(1)	زمن رد الفعل (ث)
*0.054433	0.037097			0.528	(2)	
0.017336				0.491	(3)	
				0.473	(4)	

ومن خلال النتائج المستخلصة من استخدام اختبار (شيفيه) للمقارنات المتعددة بين المتوسطات الحسابية لمعرفة اتجاه الفرق بين المجموعات الأربع يظهر الجدول رقم (3) النتائج التالية: بلغ المتوسط الحسابي لطول أفراد المجموعة الرابعة 135.503 سم وكانت الأعلى بين المجموعات الأربع تلتها المجموعة رقم (3) ثم (2) ثم (1) وكان الفارق دال إحصائيا لصالح المجموعة (1) وباقي المجموعات ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعتين (2) و (1) ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (2) مقارنة بالمجموعة (1) ($0.000 \geq P$) وكان الفارق دال إحصائيا بين المجموعات الأربع في متوسط الوزن لصالح المجموعة الرابعة مقارنة بالمجموعات (3) و (2) و (1) ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (2) و (1) ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (1) ($0.000 \geq P$) وكان الفارق دال إحصائيا بين المجموعات الأربع في متوسط قوة القبضة يمين لصالح المجموعة الرابعة مقارنة بالمجموعات (2) و (1) ($0.000 \geq P$) والمجموعة (3) ($0.006 \geq P$) ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (2) و (1) ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (2) مقارنة بالمجموعة (1) ($0.021 \geq P$)، وكان الفارق دال إحصائيا بين المجموعات الأربع في متوسط قوة القبضة يسرى لصالح المجموعة الرابعة مقارنة بالمجموعات (3) و (2) و (1) ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (2) ($0.003 \geq P$) و (1) ($0.000 \geq P$) ولصالح المجموعة (2) مقارنة بالمجموعة

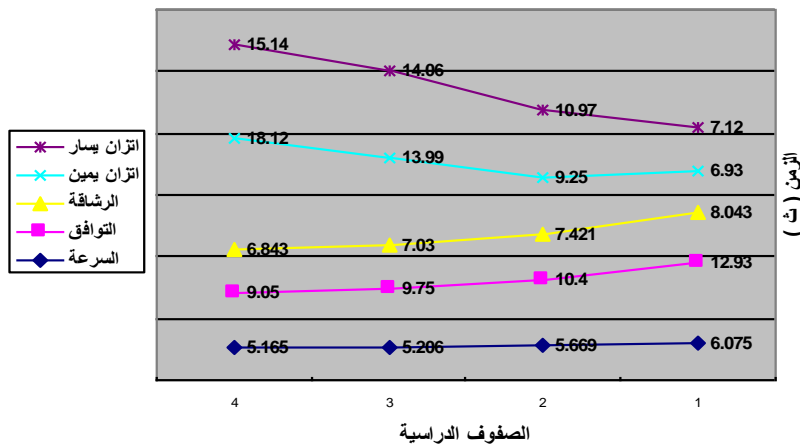
(1) $(0.019 \geq P)$ ، وكان الفارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط قوة عضلات الرجلين لصالح المجموعة (4) مقارنة بالمجموعات (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (2) و (1) $(0.000 \geq P)$ ، وكان الفارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط قوة عضلات الظهر لصالح المجموعة الرابعة مقارنة بالمجموعات (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$

شكل (1)
تطور عنصر القوة لعضلات (الرجلين - القبضة اليمنى واليسرى والظهر)
لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط



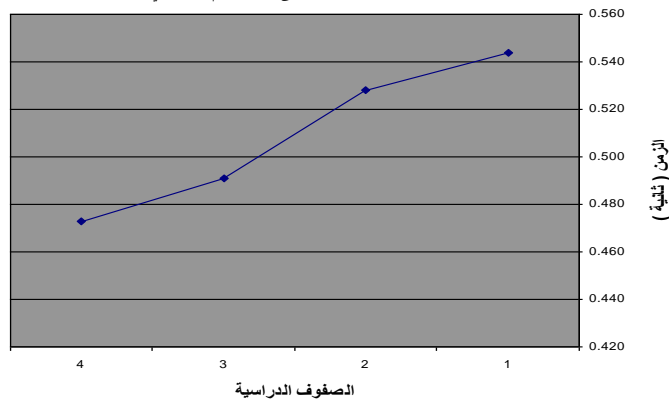
وكان الفارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط السرعة لصالح المجموعة (4) مقارنة بالمجموعات (2) و (1) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة مع المجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، وكان الفارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط الرشاقة لصالح المجموعة (4) مقارنة بالمجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة مع المجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، وكان الفارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط التوازن على القدم الرجل اليمنى لصالح المجموعة (4) مقارنة مع المجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (1) $(0.035 \geq P)$ ، وكان هناك فارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط التوازن على الرجل اليسرى لصالح المجموعة (4) مقارنة مع المجموعة (1) $(0.003 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (1) $(0.020 \geq P)$ ، وكان هناك فارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط التوافق لصالح المجموعة الرابعة مقارنة مع المجموعة (1) $(0.000 \geq P)$ ، وكان هناك فارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط القدرة العضلية لعضلات الرجلين لصالح المجموعة (4) مقارنة مع المجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، و (2) $(0.006 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة مع المجموعة (1) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (2) مقارنة مع المجموعة (1) $(0.000 \geq P)$ ، وكان هناك فارق دال إحصائياً بين المجموعات الأربع في متوسط القدرة العضلية لعضلات الرجلين لصالح المجموعة (4) مقارنة مع المجموعة (1) و (2) $(0.000 \geq P)$ ، و المجموعة (3) $(0.010 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (2) $(0.000 \geq P)$ ، و المجموعة (1) $(0.000 \geq P)$ ، ولصالح المجموعة (2) مقارنة بالمجموعة (1) $(0.025 \geq P)$ ،

شكل (2)
تطور عناصر (السرعة - التوافق - الرشاقة - اتران يمين - اتران يسار)
لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط



وكان هناك فارق دال إحصائيا بين المجموعات الأربع في متوسط زمن رد الفعل لصالح المجموعة (4) مقارنة بالمجموعة (1) ($0.000 \geq P$) و (2) ($0.004 \geq P$) ولصالح المجموعة (3) مقارنة بالمجموعة (1) ($P \geq 0.022$)

شكل (3)
تطور زمن رد الفعل لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط



مناقشة النتائج:

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجداول رقم (1) و (2) و (3) ومن الأشكال البيانية (1) و (2) و (3) تميز تلاميذ الصفوف الدراسية الأعلى عن تلاميذ الصفوف الأدنى في عنصر القوة العضلية لكل من عضلات اليد اليمنى والتي تحسنت خلال الأربع سنوات بمقدار 4.478 كجم واليسرى والتي تحسنت خلال الأربع سنوات بمقدار 4.859 كجم بينما تميز تلاميذ الصف الدراسي الرابع والثالث على تلاميذ الصف الأول والثاني في قوة عضلات الظهر والتي تحسنت خلال السنوات الأربع بمقدار 12.305 كجم وعضلات الرجلين والتي تحسنت خلال الأربع سنوات بمقدار 16.170 كجم ولم تكن الفروق دالة بين تلاميذ الفصل الدراسي الرابع والثالث ويدل ذلك إلى التغيرات الحادثة نتيجة النمو، وذلك في الجهاز العصبي والمهرموني والعوامل الأنتروبومترية فالقوة العضلية تتحسن خلال هذه المرحلة وبصفة خاصة نتيجة تطور الجهاز العصبي حيث تزداد كفاءة العمليات العصبية العضلية خلال مراحل النمو والناجحة عن التطور الحادث في الغشاء المغطي

محور الخلية العصبية - غشاء الميلين Myelin Sheath فتطوره يسهم في تحسين سرعة السيالات العصبية وبالتالي تجنيد المزيد من الألياف العضلية وإنتاج قوة أكبر وهو العامل المؤثر في هذه المرحلة العمرية، كذلك تتحسن القوة بالعديد من العوامل داخل النسيج العضلي كمستوى تركيز البوتاسيوم في الشبكة السركوبلازمية Sarcoplasmic Reticulum لدورها الهام في إحداث فرق جهد الخلية و بدء الإشارة العصبية وبالتالي انقباض العضلة كما يتميز التلاميذ الأكبر بممارسة حركية أكبر من التلاميذ الأصغر مما يسهم في زيادة النشاط العضلي وبالتالي تضخم العضلات، (Davis et al.,2005) (عبد الفتاح، 2003) (Zavaleta & Malina, 1981) كما تميز تلاميذ الصفوف الأعلى على تلاميذ الصفوف الأدنى في عنصر السرعة حيث تحسنت خلال الأربع سنوات بمقدار 0.910ث ويرجع ذلك إلى أن التميز في هذا العنصر يتطلب قوة العضلية وهو ما أظهرته النتائج بالنسبة للصفوف الأعلى، حيث القوة العضلية خاصة عضلات الرجلين تحسن من طول الخطوة، كما يتطلب التميز في السرعة تدفق سريع للإشارات العصبية لعضلات الرجلين لتحقيق معدل عال من التردد وهو ما يتفق مع التطور الحادث للخلايا العصبية مما يزيد من سرعة الإشارات العصبية، (Loren et al., 2009) والذي يتطور مع نمو التلاميذ، كما تعتبر عمليات إنتاج الطاقة خاصة الطاقة الناتجة من المصادر اللاهوائية الفوسفاتية من العوامل الهامة للتميز في عنصر السرعة والتي يزيد مخزونها في عضلات التلاميذ الأكبر حيث زيادة حجم العضلات ارتباطاً بالنمو، كما يرتبط التميز في عنصر السرعة بقدرة العضلات على الانقباض القوي والسريع وهذا ما تميز به تلاميذ الصفوف الأعلى خاصة الصف الدراسي الرابع عن باقي تلاميذ الفصول الأدنى في عنصر القوة الانفجارية والتي تلعب دوراً هاماً في مرحلة الدفع وبالتالي تحسين كل من طول وسرعة الخطوة وهو ما ساهم بشكل أكبر في تميزهم في نتائج اختبار السرعة، كذا تميزهم بسرعة رد الفعل والذي يعكس ليس فقط سرعة الاستجابة للمثير السمعي خلال البدء ولكن كفاءة الجهاز العصبي العضلي. (Loren et al., 2009) (Beashel & Taylor, 1996) ولم تظهر النتائج فروق بين تلاميذ الصفوف الأربع في عنصر المرونة ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن عنصر المرونة من العناصر التي تحتاج إلى التدريب لكي تنمي عكس العناصر الأخرى التي قد يكون للنمو دور مؤثر في تطورها كالقوة العضلية، فالمرونة تتوقف على قابلية العضلة للاستطالة والتي تحتاج إلى أن يوضع العضو المستهدف في وضع يحقق هذه الاستطالة وذلك من خلال الممارسة، (Baechle & Earle, 2000) كما تميز تلاميذ الصفوف الدراسية الأعلى على الأدنى في عنصر الرشاقة والتي تحسنت بمقدار 1.2 ث ويدل ذلك إلى قدرة التلاميذ الأكبر في العمر على تعديل وتغيير وضع الجسم والناتجة عن الخبرة الحركية المتراكمة والتي ساهمت في تحسين قدرتهم على المحافظة على التوازن والسيطرة على حركة الجسم خلال تغيير الاتجاه والناتجة عن تكيف مراكز الإحساس في العضلات والمفاصل والتي سمحت لهم بالجري الزحزاجي بسرعة دون الحاجة لبذل الجهد للسيطرة على أجسامهم أثناء أداء الاختبار، (حسانين، 1995) كما تميز تلاميذ المراحل الأعلى على المراحل الأدنى في عنصر التوازن على الرجل اليمنى والتي تحسنت بمقدار 11.190 ث واليسرى والتي تحسنت بمقدار 8.023 ث ويدل ذلك على التطور الناتج عن امتلاك

التلاميذ الأكبر خبرات حركية متراكمة أسهمت في تحسين كفاءة الأجسام الحسية خاصة في الأوتار والتي تلعب دورا رئيسا في تحديد وضع الجسم في الفراغ والضغوط الواقعة على المفاصل وبالتالي تنقبض العضلات المحيطة بتلك المفاصل بمقادير تسمح لها بالمحافظة على الاتزان كذلك تعتبر القوة العضلية عامل هام للمحافظة على التوازن خاصة الثابت وهو ما تميزت به مجموعة تلاميذ الصفوف الأعلى، (حسانين، 1995) كما تميز تلاميذ الصفوف الأعلى في عنصر القوة الانفجارية والتي تحسنت بمقدار 8.981 سم ويدل ذلك على التطور الحادث للجهازين العصبي والعضلي خلال مراحل النمو، حيث تتطلب القوة الانفجارية تجنيد قدر كبير من الألياف العضلية من خلال انقباض عضلي لا مركزي سريع (دورة التطويل - التقصير) وهو ما أدركه وتمكن من أدائه بشكل صحيح التلاميذ الأكبر عمرا مقارنة بالأصغر، (Baechle & Earle, 2000) كما تميز تلاميذ الصفوف الأعلى عن الأدنى في زمن رد الفعل والتي تحسنت بمقدار 0.071 ث ويدل ذلك إلى التحسن في ترجمة المثير البصري وتفسيره وتحديد الانقباض العضلي المطلوب في أقل زمن ممكن ومن ثم إرسال مجموعة من الإشارات العصبية للعضلات المستهدفة (Komi et al., 2009) والذي تحسن خلال السنوات الدراسية الأربع.

الاستخلاصات:

في ضوء الهدف من الدراسة والمنهج المستخدم والإجراءات المتبعة يستخلص ما يلي:

- حدوث تطور في القدرات الحركية عدا المرونة خلال مراحل نمو تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظه مسقط.
- تفاوت معدلات التطور حيث لوحظ وجود طفرة نسبية في التطور بدأ من الصف الثالث
- تقارب قيم التطور في عناصر قوة عضلات الرجلين والظهر والسرعة والرشاقة والتوازن والتوافق وزمن رد الفعل لتلاميذ الصفين الثالث والرابع.
- تقارب معدلات تطور قيم قوة القبضة اليمنى واليسرى لجميع التلاميذ في الصفوف الأربع.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثون بما يلي:

1. تصميم برامج الأنشطة البدنية والرياضية والمقدمة لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظه مسقط بما يتناسب مع مستويات التلاميذ الحركية، مع التأكد على ضرورة تنمية عنصر المرونة.
2. تقييم معدلات التطور في القدرات الحركية تبعا للقيم الحالية.
3. وضع معايير للقدرات الحركية للتلاميذ العمانيين.
4. إجراء مقارنات بين القيم المستخلصة من هذه الدراسة و المعايير الموضوعية من قبل الهيئات والمنظمات الدولية.
5. إجراء مزيد من الدراسات للتعرف على مستوى باقي القدرات الحركية التي لم تتناولها الدراسة الحالية.

المصادر و المراجع:

- عبد الفتاح، أبو العلا أحمد (2003). فسيولوجيا التدريب والرياضة (ط1). القاهرة: دار الفكر العربي. ص 255
- حسانين، محمد صبحي (1995). القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضة (3). القاهرة: دار الفكر العربي. ص ص 37: 39، 362
- مورو، جيمس و جاكسون، الين و ديسك، جيمس و مود، ديلي. (2002). القياس والتقييم في الأداء الإنساني(ط1). Human Kinetics. ترجمة سعيد بن أحمد الرفاعي. ص ص 8: 11 - 472: 75
- Baechle. T.R; Earle. R.W. (2000). Essentials of strength training and conditioning. 2nd ed. (USA): Human Kinetics. PP 322-3
- Beashel. P; Taylor. J. (1996). Advanced Studies in Physical Education and Sport. 1st ed. Thomas Nelson and Sons Ltd. PP 70-72
- Davis. B; Roscoe. J; Roscoe. D; Bull. R. (2005). Physical Education and the Study of Sport. 5th ed. Elsevier Mosby. PP 168-9
- Gray. S; Akol. H. A; Sundal. M. (2009). Mixed-longitudinal growth of Karimojong girls and boys in Moroto District, Uganda. American Journal of Human Biology. 21(1), 65-76.
- Dintiman. G; Ward. B. (2003). Sports Speed.3rd ed. Human Kinetics. pp 1-6
- Henneberg. M; Brush. G; Harrison. G. A. (2001). Growth of specific muscle strength between 6 and 18 years in contrasting socioeconomic conditions, American Journal of Physical Anthropology. 115(1) 62-70
- Heyward. V. H. (1984). Designs for Fitness. 1st ed. Minneapolis, Minnesota: Burgess Publishing Company.
- Komi. P. V; Lshikawa. M; Salmi. J. (2009) IAAF Sprint Start Research Project: Is the 100 ms limit still valid? IAAF New Studies in Athletics. 24(1) 19-27
- Loren. S; Ralph. M; Kevin. O. (2009). Neuro-Biomechanics of Maximum Velocity Sprinting. IAAF New Studies in Athletics. 24(1) 19-27
- Stephen. B. A; Robert. L; Jaekyung. L; Theodore. C. (2004). Growth rates in running speed and vertical jumping by boys and girls ages 11-13. Perceptual and motor skills 99 (1), 225-34
- Smith. J; Nicholas. D; Biggerstaff. K; DiMarco. N. (2009). Assessment of Physical Activity Levels of third and fourth Grade Children Using Pedometers during Physical Education Class. The ICHPER.SD Journal of Research, 4(1), 73-9
- Zavaleta. A N; Malina. R. M. (1981). Growth and body composition of Mexican-American boys 9 through 14 years of age. American Journal of Physical Anthropology. 57(3), 261-71.

واقع البحث العلمي في الجزائر (دراسة حالة محابر التربية البدنية و الرياضية)

من إعداد:

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. الجزائر.	د/عطا الله أحمد
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. الجزائر.	د/بن قوة علي
جامعة المسيلة الجزائر	د/عمور عمر
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. الجزائر.	أ/ زيتوني عبد القادر

ملخص البحث:

إن البحث العلمي في الجزائر يشهد اليوم قفزة نوعية من حيث التمويل، حيث أن الدولة الجزائرية خصصت له ميزانية معتبر جدا مما يعكس التصور الجديد الذي توليه للبحث العلمي . لكن هذا الاهتمام يجب أن مسايره تعديلات في القوانين والتشريعات التي تسيير البحث العلمي، و أن توضع إستراتيجية جديدة تتلاءم وطبيعة المرحلة الجديدة. وعليه جاءت هذه الدراسة لهدف التعرف على واقع البحث العلمي في الجزائر أخذين في ذلك محابر البحث العلمي، وكنموذج محابر التربية الرياضية.

ولهذا الغرض قمنا بجمع معلومات ومعطيات خاصة بالبحوث المنجزة في مختبر التربية الرياضية لكل من جامعة مستغانم وجامعة الجزائر 03 ، وبعدها قمنا بتحضير أداة البحث والتي هي عبارة عن استمارة استبائية موجهة إلى كل العاملين على مستوى المخبرين المذكورين عددهم 16 عنصرا تم اختيارهم بطريقة عشوائية يمثلون مختلف الشرائح الموجودة على مستوى المختبر. بعد توزيع الاستبيان وجمع النتائج وتحليلها إحصائيا استنتجنا على أن البحث العلمي على مستوى المخابر لا يخدم التطور والتنمية ، أن البحوث المنجزة تبقى لا تفي ولا تخدم كل أهداف البحث على مستوى المخابر ، وأن ما ينجز يبقى للبحوث الأكاديمية ، وللترقية المهنية التي تخدم الصفة الشخصية فقط.

وعليه أوصينا بإعادة النظر في نظام التسيير المعتمد في محابر البحث وهذا بخلق لا مركزية التسيير للمخابر ، وكذا خلق تنسيق في العمل البحثي لعضو هيئة التدريس حتى يوفق في التدريس والبحث. الكلمات المفتاحية: البحث العلمي، المختبر، التربية الرياضية .

La réalité de la recherche scientifique en Algérie (Etude de cas de laboratoires de l'éducation physique et du sport)

Résumé :

Aujourd'hui La recherche scientifique en Algérie est témoin d'un bond qualitatif en avant en termes de financement .L'Etat algérien a alloué un budget faramineux qui reflète la nouvelle vision très importante que donne le pouvoir à la recherche scientifique. Mais cette préoccupation doit aller de pair avec des changements dans les lois et la législation qui gèrent la recherche scientifique, et en adoptant une nouvelle stratégie qui doit être en parallèle avec la nature de la nouvelle phase. Ainsi vint le but de cette étude était d'identifier la réalité de la recherche scientifique en Algérie, en prenant les laboratoires de recherche scientifiques et les laboratoires comme un modèle d'éducation physique.

le but de cette étude était d'identifier la réalité de la recherche scientifique en Algérie, en prenant les laboratoires de recherches et comme un modèle les laboratoires d'éducation physique et sportive.

L'objet de notre étude recueillir des informations et données sur le terrain de la recherche effectuée dans les laboratoires de l'éducation physique dans l'Université de Mostaganem et de l'Université d'Alger, 03. La méthodologie employée est celle d'un questionnaire détaillé adressé à tous les chercheurs travaillant au niveau des deux laboratoires au nombre de 16 choisis d'une manière aléatoire, représentant différents catégories des deux laboratoires.

Après la distribution du questionnaire et la collecte des résultats et l'analyse statistique, nous avons conclu que la recherche scientifique au sein des deux laboratoires ne sert pas à l'évolution et au développement, et ne répondent pas aux besoins des laboratoires en matière de STAPS, les études réalisées au sein des laboratoires des STAPS restent uniquement des recherchent purement académique et seulement pour la gestion de la carrière professionnelle des enseignants chercheurs.

En conséquence, nous avons recommandé de reconsidérer le système de gouvernance adopté dans les laboratoires de recherche et la gestion décentralisée des laboratoires, ainsi que la création de coordination dans le travail de recherche des membres du corps professoral

Mots clés: recherche scientifique, de laboratoire, de l'éducation physique.

- مقدمة:

تعاطف الاهتمام بالبحث العلمي في العالم حتى أضحى يمثل العمود الفقري لسياسات و إستراتيجيات البلدان، و أصبح يمثل المحور الأساسي لتقدمها، و تطورها، و رصدت له الميزانيات الكبيرة و المهمة، حتى أصبح مقياساً لنموها و تقدمها. و لهذا نلاحظ اختلاف في المبالغ المالية الموجودة في ميزانية كل دولة للبحث العلمي، لان أصبحت متيقنة أن مقياس التقدم هو مرهون بمدى حلها للعراقيل التي تواجهها، وكذا سرعة رد الفعل في الحصول على الإجابة للمشاكل المطروح بتوفير الجو المناسب للبحث في كل جوانبه المادية و المعنوية، وأرتبط البحث العلمي بالجامعة في كل العالم من خلال علمائها و مفكرتها، فهي تضطلع بأدوار عديدة و مهمة أبرزها التنمية و التطوير في شتى مناحي الحياة، و هذا من خلال تطوير المعرفة الإنسانية، و تكوين علماء و إطارات لقيادة المجتمع في مختلف مؤسساته الاجتماعية والاقتصادية و السياسية... الخ.

يكتسب التعليم الجامعي و العالي أهمية كبيرة في الحياة الاجتماعية و الاقتصادية و السياسية، حتى أصبحت الجامعات أبرز سمات التقدم المجتمعات و تطورها، و ذلك من خلال أهمية التعليم الجامعي و العالي و ربطه

بخطط التنمية، و التربية و التعليم و البحث العلمي و التكنولوجي، مما ساهم في رفع المجتمع بطاقات بشرية مؤهلة تخدم خطط التنمية في كلية بناء التنمية الاقتصادية و الاجتماعية (فوجان، 2000، 193) فالجامعة العصرية اليوم أصبحت تخطط و توجه جهودها في ثلاثة اتجاهات مدروسة و متقنة، الاتجاه الأول يضطلع بمهمة التدريس و نقل المعرفة، و الثاني البحث العلمي و الثالث خدمة المجتمع، هذا لا يعني أن هذه المهام منفصلة عن بعضها البعض بل متكاملة الواحدة تخدم الأخرى، و لهذا لم يصبح دور الجامعة اليوم هو التدريس فقط بل تعدتها إلى إجراء البحوث و الدراسات العلمية التي تهتم بقطاعات مختلفة في المجتمع، حيث تقدم الحلول و المقترحات الضرورية لها (خدمة المجتمع) و رقيه، و الذي يهمننا في هذا البحث هو البحث العلمي في الجامعة، و الذي يمكننا أن نقسمه بدوره إلى ثلاثة مجالات كبيرة هي:

أ - إجراء البحوث لتطوير الجامعة: و هي البحوث التي تهتم بتطوير الجامعة من الداخل سواء كان هذا لأجل الرفع من الكفاءات التدريسية أو تكنولوجيا الحصول على المعلومات و إنتاج الطاقات البشرية المؤهلة للتأقلم مع المجتمع في كل تغيراته.

ب - البحث لتطوير الحياة الاجتماعية: و هي بحوث تهتم بالمجتمع الخارجي و الاجتماعي و هذا لحل المشاكل التي تعرقل التنمية و التقدم و تزيد من فرص الاستقرار الاجتماعي.

ت - البحوث لتطوير المؤسسات الاقتصادية: و هي تهتم بتطوير المؤسسات الاقتصادية المنتجة و هذا لمساعدتها على التكيف مع التغيرات و نوعية الإنتاج و سرعة و جودة المنتج. و على هذا الأساس يمكننا أن نفرق بين نوعين من البحوث الجامعية و هي:

1. بحوث نظرية: و هي بحوث يطلق عليها البحوث الأساسية و هي التي تهتم بدراسة الوقائع و الحقائق المشاهدة دون تطبيق.

2. بحوث تطبيقية: و هي البحوث التي تهتم بدراسة الظواهر و الوقائع و تجربتها لأجل معرفة العلاقات بينها.

لا يختلف دور الجامعات العالمية عن دور الجامعات العربية من حيث واجباتها في مجال البحث العلمي و التكوين في كل دول العالم، و الدول العربية ليست في معزل عن هذا الدور الجوهري و الأساسي، و هي تمثل مصنع قيادات الأمة و سياستها و اقتصادها " إن الجامعات في الوطن العربي تمثل مصنع قيادات الأمة سياسيا و اقتصاديا و اجتماعيا و ثقافيا، حيث تسهم في قيادة الثورة العلمية و التكنولوجية و المعلوماتية بشكل سليم بالإضافة إلى المحافظة على هوية الأمة الثقافية في ظل العولمة، و كذلك تتواكب مع مستجدات العصر الواقعية في النهوض و التقدم" (الزيدي، 3، 2004)، فالجامعة اليوم أصبحت تنتج الموارد البشرية التي تساهم في تنمية المجتمع و الاقتصاد، و كذلك أصبحت تنتج ما يعرف باقتصاد المعرفة من خلال إيجاد الحلول للمشكلات التي تواجه المجتمع اقتصاديا و سياسيا و اجتماعيا... الخ.

- مشكلة البحث:

تعتبر الجزائر من الدول العربية التي أولت أهمية في السنوات الأخيرة للبحث العلمي، و هذا لأجل تدارك التأخر الكبير المسجل في هذا المجال. و هذا يوضع إستراتيجية خاصة بالبحث العلمي، من خلال تجسيد لسياسة وطنية لترقية البحث العلمي و التي تقرر من خلال المرسوم التنفيذي رقم 11-1998 المؤرخ في 29 ربيع الثاني عام 1419 هجرية الموافق ل 22 أوت 1998 و الذي يتضمن القانون التوجيهي والبرنامج الخماسي للبحث العلمي و التطوير التكنولوجي، و الذي بدأ تنفيذه بشكل فعلي سنة 2000.

كما أن المرسوم التنفيذي رقم 244-1999 المتعلق بقواعد إنشاء مختبر البحث، و تنظيمه، و تسييره، و الذي جاء من أجل دفع البحث العلمي من خلال خلق آلية جديدة تدعم البحث العلمي في الجزائر من خلال مؤسساته مستقلة هيكلية تابعة للجامعة ماليا و تنظيميا، يشكلها مجموعة من أساتذة الجامعة.

يسمح هذا القانون بإنشاء مختبر بحث على مستوى المؤسسات الجامعية في مختلف الاختصاصات، فاق عددها ألف مختبر إلى حد الآن، و إذا ما رعينا الاختصاصات الموجودة في الجامعة، فإننا نلاحظ تفاوت في عدد المختبر بين كل اختصاص و آخر، حيث تعتبر التربية البدنية و الرياضية من بين الاختصاصات التي تجتهد اهتمام واسع

وسط الجامعة، و الإقبال عليها يتزايد من سنة إلى أخرى، و الدليل على هذا هو وجود أكثر من 20 عشرون معهد و قسم للتربية البدنية و الرياضية في الجزائر، لكن الشيء الذي لم يساير هذا العدد من المعاهد و الأقسام هو عدد المختبر الموجودة على المستوى الوطني للاختصاص، حيث نسجل فقط مختبرين واحد بمعهد التربية

البدنية و الرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس بمسغافم، و الثاني بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة الجزائر ثلاثة (03)، أي أن نسبة تمثيل المختبر الخاصة بالنشاط البدني الرياضي و الذي يحتوي على علوم الرياضة بمختلف تفرعاتها و علاقتها (بالعلوم النفسية و التربوية، العلوم الطبية و البيولوجية و العلوم الدقيقة... الخ). تجعل

العدد قليل جدا و هو يمثل 0.002% تقريبا بالنسبة لعدد المختبر. و المقارنة بعدد المعاهد و الأقسام يمثل 0.1% و هذا يعني أن كل عشرة معاهد و أقسام تشترك في مختبر واحد، في انتظار أن تعتمد مختبر أخرى، فإن المختبرين المعتمدين ينشطان مند سنة 2002، و يقومان بمجهودات كبيرة في تأطير طلبة الماجستير و الدكتوراه،

و عليه أردنا أن نقوم بدراسة لهذه المختبر طارحين في هذا السياق السؤال التالي:

- ما هو واقع البحث العلمي في مجال التربية البدنية و الرياضية في الجزائر؟

من خلال هذا السؤال نطرح مجموعة من الأسئلة الفرعية التالية:

1 - ما هي أنواع البحوث المنجزة على مستوى مختبر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر من حيث نوع البحث (نظري، تطبيقي)؟

2 - ما هو نوع البحوث المنجزة على مستوى مختبر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر من حيث نوع المنهج المتبع (تجريبي، وصفي، تاريخي)؟

3 - ما هو مصير هذه البحوث المنجزة في مختبر التربية البدنية و الرياضية بالجزائر؟

4 - ما هي الحلول المقترحة للرقى بالبحوث في مجال التربية البدنية و الرياضية على مستوى مخابر البحث في الجزائر؟

الأهداف: تهدف من خلال هذا البحث إلى ما يلي:

- **المهدف العام:** التعرف على واقع البحث العلمي في مخابر التربية البدنية و الرياضية بالجزائر؟
- **الأهداف الفرعية:**

1/ التعرف على البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر من حيث نوع البحث (نظري، تطبيقي)

2/ التعرف على نوع البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر من حيث نوع المنهج المتبع (تجريبي، وصفي، تاريخي)

3/ التعرف على مصير هذه البحوث المنجزة في مخابر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر.

4/ اقتراح حلول للرقى بالبحث العلمي في مجال التربية البدنية و الرياضية على مستوى مخابر البحث في الجزائر.

الفرضيات: من اجل إنجاز هذا البحث و للتحقق من الأسئلة المطروحة نفترض ما يلي:

- **الفرض العام:** البحث العلمي في مخابر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر يعتمد على البحوث التطبيقية أكثر من النظرية لكن معظمها وصفية، و يبقى مصيرها رفوف المكتبة.
- **الفرضيات الجزئية:**

1/ البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر تطبيقية أكثر منها نظرية.

2/ البحوث المنجزة تعتمد على المنهج الوصفي أكثر منها من المناهج الأخرى.

3/ البحوث التي تنجز لا يستفاد منها في الميدان بل تبقى حبيسة المكتبة.

4/ إعادة النظر كلياً في تسيير المخابر و في وضع إستراتيجية جديدة للبحث العلمي خاص بالمجال الرياضي.

المصطلحات:

واقع: نعرف الواقع إجرائياً بأنه الحالة التي يوجد عليها الشيء في الحاضر، وهنا نزيد دراسة واقع مخابر البحث في تخصص التربية البدنية و الرياضية.

البحث العلمي: نعرفه إجرائياً بأنه عملية منظمة تقوم على خطوات علمية، ودراسة المشكلات التي تواجه المجتمع بقصد حلها، و التغلب عليها.

مخابر البحث العلمي: نقول أن مخبر البحث إجرائياً هو عبارة عن هيكل تنظيمي يجمع مجموعة من فرق بحث يرأسهم رئيس مختبر يقوم بتنظيم البحث في محاور حسب الاختصاص، كل فريق يكون مجموعة من الأعضاء لقصد القيام ببحوث في المحور المعتمد، يكون المختبر ينتمي إلى الجامعة.

التربية البدنية و الرياضية : هو اختصاص يهتم بكل ما يتعلق بالنشاط البدني والرياضي، وهو مفتوح لغرض التكوين في مجالات متعددة منها التربوي، الذي يوجه إلى التدريس، التدريب الذي يتوجه إلى المستوى العالي والنشاط البدني المكيف والذي يختص بالمعوقين (أو ذوي الاحتياجات الخاصة).

الدراسة النظرية:

لقد صدر المرسوم التنفيذي رقم 199/244 المؤرخ في 24 رجب 1420 الموافق ل 31 أكتوبر 1999 الذي

يحدد قواعد إنشاء مخبر البحث و تنظيمه و تسييره و هذا باعتباره أحد الوسائل المستخدمة من أجل القيام بعملية البحث العلمي، و من مهام المخبر هو القيام بالبحث في المجالات المختلفة نذكرها على النحو التالي:

- بحث تكوين
- بحث أساسي
- بحث تطبيقي
- البحث التطويري و هو لتحقيق المنهجية المطلوبة للمساهمة في التنمية الاقتصادية و الاجتماعية.
- و هذا من اجل تحقيق العديد من الأهداف من بينها:
- ترقية البحث العلمي و التطوير التكنولوجي بما في ذلك البحث العلمي.
- رد الاعتبار لوظيفة البحث داخل المؤسسات الجامعية و كذا المؤسسات المعنية بالبحث.
- تحفيز عملية تثمين نتائج البحث.
- بالإضافة إلى تحقيق أهداف وطنية و التي تعتبر من الأولويات التي أنشأتها من أجلها مخابر البحث و هي:
- التنمية الوطنية.
- الاستقلالية الوطنية.
- حماية الإرث الثقافي و الفكري.
- الدخول في اقتصاد المعرفة المؤسس على العلم.
- *تكوين المخبر و مهامه: يتكون المخبر من ثلاثة مصادر أساسية هي:
- المصدر البشري: و يتجسد من خلال طرق البحث التي تشكله.
- المصدر المادي: و تمثل الأجهزة و الأدوات التي يمتلكها.
- المصدر المعنوي: و هو يسمى الرمزي كذلك و الذي يشكل من خلال إضفاء الصبغة القانونية إنشاء المخبر:
- يتم إنشاء مخبر البحث و هذا تبعا للشروط التالية:
- أهمية نشاط البحث بالنسبة لحاجات التنمية الاجتماعية و الاقتصادية و الثقافية و العلمية و التكنولوجية للبلاد.
- ألا يقل عدد الأساتذة المشكلين للمخبر 12 من مختلف الدرجات.
- أن يوزع الأساتذة على أربع فرق تختص كل فرقة في محور علمي يندرج ضمن الموضوع المقترح للمخبر العلمي.

الدراسة الميدانية:

منهج البحث: المنهج المتبع هو المنهج الوصفي، و نوع الدراسة دراسة مسحية.

المجتمع: يشمل كل الأساتذة المنتمين إلى المختبرين المذكورين.

جامعة الجزائر خمسة وحدات ببحث العنوان : (مختبر علوم و تقنيات النشاط البدني و الرياضي).

- وحدة التسيير الرياضي.
- وحدة النشاط البدني الرياضي التربوي.
- وحدة الترويج و الترفيه في المجال التربوي.
- وحدة ظاهرة العنف في الوسط المدرسي و الجامعي.
- وحدة النشاط البدني الرياضي التربوي.
- جامعة مستغانم يوجد ثمانية وحدات العنوان : (مختبر تقويم برامج النشاطات البدنية و الرياضية)
- تحليل طرق التحضير الجديدة
- تقنيات التعلم و التعليم
- المبادئ الفسيولوجية للتدريب الرياضي.
- تدريس و تسيير و قانون الرياضي.
- قيم التحضير البدني في الوسط المدرسي.
- العلوم النفسية و الاجتماعية في المجال الرياضي.
- التربية الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة.
- علوم التدريب الرياضي.
- المجموع 45 أستاذ باحث من مختلف الرتب.
- العينة: أخذنا منهم 16 أستاذ بطريقة عشوائية
- مدير مختبر 02
- رئيس فرقة بحث 08
- عضو فرقة بحث 06

المجلات:

المكاني: معهد التربية البدنية والرياضية بكل من جامعة مستغانم ، وجامعة الجزائر 03

الزماني: خلال الثلاثي الأول من العام الجامعي 2010 / 2011.

البشري: 16 أستاذ ينتمون إلى مختبر البحث من المعهدين و من مختلف الأعضاء المشكلين للمختبر.

أدوات البحث :**تصميم مقياس:**

لقد تم تحضير هذا المقياس بالاعتماد على طريقة آراء الخبراء، متبعين في ذلك الخطوات التالية:

أولاً: تحديد محاور الاختبار: وقد اعتمدنا في ذلك على المصادر التالية:

الكتب والمراجع العلمية العربية والأجنبية التي تعرضت بالكتابة إلى البحث العلمي.

الدراسات والبحوث السابقة والمرتبطة. واستطلاع الرأي العام حول موضوع البحث العلمي.

وبعد جمع وترتيب المحاور التي تم استخراجها من المصادر السابق ذكرها، تم عرضها على بعض أساتذة

من لهم خبرة في التدريس و البحث وقد تحصلت المحاور الثلاث على نسبة مئوية عالية تراوحت بين 75%

و100%، كما يلي:

- محور البحوث المنجزة على مستوى الجامعة.

- محور البحوث المنجزة على مستوى المخابر.

- محور معوقات التي تحول دون تقدم البحث مع الحلول الممكنة.

المحور الأول حمل 11 سؤال .

المحور الثاني حمل 19 سؤال.

المحور الثالث حمل 20 سؤال

كانت هذه الأسئلة في المحاور الثلاثة تتميز بأنها أسئلة مغلقة ، ومفتوحة ، ومختلطة.

صياغة عبارات المقياس:

بعد ما تم تحديد المحاور والبنود حسب أهميتها، قامنا بصياغة العديد من العبارات المرتبطة بها، وأمام كل

محور وضع ميزان يشير إلى كل من صحة البند وارتباطه بالمحور إضافة إلى صحة العبارة وارتباطها بالبند

وبالمحور المذكور ومدى وضوح معناها. مراعين في ذلك مختلف الملاحظات والتوجيهات الفنية والتعليقات

المختلفة:

● استخدام الألفاظ السهلة والبسيطة الواضحة.

● عدم استخدام العبارات السالبة لعدم دلالتها.

● استخدام العبارات الموجبة فقط تسهيلاً لعملية التصحيح وسرعتها.

ثم عرضت القائمة المعدلة على الخبراء الست مرة أخرى، وقد وضع أمام كل محور ميزان يوضح مدى

ارتباطه بالبحث العلمي عامة، كما تم وضع ميزان أمام كل عبارة يوضح مدى ارتباطها بالبند المذكور وكذا

دلالتها واتجاهها الموجب.

وقد حصلت جميع المحاور والبنود الواردة بالمقياس على درجات مرتفعة في ارتباطها بالنجاح في مهنة

البحث العلمي حسب آراء الخبراء، كما تم اتفاق على معظم العبارات الواردة بالمقياس.

المعاملات العلمية للاختبار:

لقد اتبعنا طريقتين لإيجاد ثبات المقياس وهما:

- **طريقة إعادة الاختبار:** حيث قمنا بتطبيق المقياس وإعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره أسبوع، على عينة 0، وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين، وقد تراوح الثبات بالنسبة لمحاور الاختبار بين 0.50 و 0.92، وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,05، وبلغ معامل ثبات الاختبار ككل (0.60) وهو دال عند مستوى 0,05.

- **طريقة التجزئة النصفية:** حيث تم تقسيم الاختبار إلى قسمين، العبارات الفردية والعبارات

الزوجية، وتم حساب الثبات بطريقة سبيرما وبراون، حيث بلغ معامل الثبات (0.76)، وهو معامل ثبات مقبول على العموم. وفيما يخص صدق المقياس فقد تم إيجاده بطريقتين هما:

- **الصدق المنطقي أو صدق المحتوى:** كما وضحناه سابقاً من خلال عرض المقياس على الخبراء، حيث حصلت العبارات على موافقة آراء الخبراء بنسبة مرتفعة، تفوق 75%، وبذلك فهي صادقة ومنطقية لتمثيل البند، إضافة إلى تحقيق صدق البنود التي يتضمنها المقياس

- **الصدق الذاتي:** وذلك بحساب جذر الثبات، حيث تراوحت قيم معاملات الصدق لكل بند

بين 0.67 و 0.96، أما الصدق الذاتي للمقياس ككل فقد بلغ 0.77، وتعتبر معاملات الصدق والثبات المحصل عليها مرضية بالنسبة لهذا النوع من المقاييس

اعتمدنا على تحليل وثيقة، بالإضافة إلى استبانة موجهة إلى بعض الأساتذة الباحثين المنتمين إلى المخبرين المذكورين. وقد بنيت الاستمارة من خلال الأدبيات والبحوث التي تناولت إشكالية البحث العلمي، وأهم المعوقات التي تعرقل سير البحث في الجامعات العربية عموماً، وقد قسمنا الاستبيان إلى ثلاثة محاور أساسية . سيكومترية الاستبيان:

صدق المحكمين : قمنا بتوزيع هذه الاستبانة على مجموعة من الأساتذة ذو الدرجات العلمية العالية درجة أستاذ التعليم العالي ، يهتمون بالبحث العلمي من أجل دراسة النقاط التالية:
السهولة ، الوضوح، علاقة الأسئلة بالموضوع المدروس، بالإضافة إلى نوع الأسئلة المطروحة في خدمة الموضوع المدروس.

بعد الأخذ بآراء الخبراء قمنا بترتيب العبارات الواردة في الاستمارة
حيث قبلنا الأسئلة التي تم الاتفاق عليها أكثر من 90 % ، وعدلنا الأسئلة التي طلب تعديلها أما العبارات التي لم يكن فيها الاتفاق يصل إلى النسبة المقترحة فقد تم حذفها ، وعليه أصبحت الاستمارة في شكلها النهائي على النحو التالي:

المحور الأول حمل 09 أسئلة .

المحور الثاني حمل 16 سؤال.

المحور الثالث حمل 15 سؤال

الدراسة الإحصائية:

استخدمنا لهذه الدراسة مجموعة من المعادلات الإحصائية على النحو التالي:

- المتوسط
- الانحراف
- الارتباط البسيط لبيرسون
- النسب المئوية.
- تحليل النتائج :

جدول رقم 01 يمثل حصيلة النشاطات العلمية للمخبر منذ إنشائه في جامعة مستغانم و جامعة الجزائر

03

مختبر الرياضة جامعة الجزائر 03	مختبر الرياضة جامعة مستغانم	المختبر	النشاطات
العدد	العدد		
12	17		المشاريع المعتمدة CNEPRU
20	17		النشر الدولي
22	19		النشر الوطني
175	115		مداخلات في المؤتمرات الدولية
75	33		مداخلات في المؤتمرات الوطنية
70	18		عدد المواضيع لطلبة الماجستير المتخرجين
58	06		عدد المواضيع لطلبة الدكتوراه المتخرجين
2500	1000		عدد المواضيع لطلبة الليسانس المتخرجين
03	03		عدد الكتب المنشورة
01	00		تنظيم مؤتمرات وطنية
04	04		تنظيم مؤتمرات دولية
01	00		المجلة العلمية في التخصص
2941	1232		المجموع

من خلال الجدول يتضح لنا الحصيلة الرقمية للمخبر في مجال التربية البدنية والرياضية وهو مختبر معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم ، ومعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة الجزائر 03 ، حيث تشير الأرقام الكمية إلى الإنتاج البحثي لهذه المخبر حسب سنوات إنشائها ، وهي متقاربة جدا في كل البحوث المنجزة.

جدول رقم 02 أنواع البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في جامعة مستغانم من حيث نوع البحث (نظري، تطبيقي).

نظري/تطبيقي		بحث تطبيقي		بحث نظري		العدد الكلي	نوع البحث
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد		
100	17	00	00	00	00	17	النشاطات البحثية
							المشاريع المعتمدة CNEPRU
94.11	16	00	00	5.89	01	17	النشر الدولي
100	19	00	00	00	00	19	النشر الوطني
86.95	100	00	00	13.04	15	115	مداخلات في المؤتمرات الدولية
69.69	23	00	00	30.30	10	33	مداخلات في المؤتمرات الوطنية
100	18	00	00	00	00	18	عدد المواضيع لطلبة الماجستير المتخرجين
100	06	00	00	00	00	06	عدد المواضيع لطلبة الدكتوراه المتخرجين
100	1000	00	00	00	00	1000	عدد المواضيع لطلبة الليسانس المتخرجين
00	00	00	00	100	03	03	عدد الكتب المنشورة
00	00	00	00	00	00	00	تنظيم مؤتمرات وطنية
100	04	00	00	00	00	04	تنظيم مؤتمرات دولية
00	00	00	00	00	00	00	المجلة العلمية في التخصص
						1232	المجموع

من خلال الجدول يتضح لنا أن معظم البحوث المنجزة على مستوى مختبر التربية الرياضية بجامعة مستغانم هي بحوث لها طابع نظري وتطبيقي، أي أن الإستراتيجية البحثية تعتمد على جانب البحثي نظري، وجانب بحثي تطبيقي يكون يساير معه في العملية، وهذا النوع من العمل نجده في الجوانب التدريبية المتعلقة بتدريب الباحث على البحث والربط بين ما هو نظري وميداني.

من خلال ما تقدم يظهر أن البحوث المنجزة تتميز بأنها ذات جانبيين نظري وتطبيقي.

جدول رقم 03 أنواع البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في جامعة الجزائر 03
من حيث نوع البحث (نظري، تطبيقي).

نظري/تطبيقي		بحث تطبيقي		بحث نظري		العدد الكلي	نوع البحث
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد		
83.33	10	00	00	16.66	02	12	المشاريع المعتمدة CNEPRU
100	20	00	00	00	00	20	النشر الدولي
77.27	17	00	00	22.72	05	22	النشر الوطني
57.14	100	00	00	42.87	75	175	مداخلات في المؤتمرات الدولية
33.33	25	00	00	66.66	50	75	مداخلات في المؤتمرات الوطنية
100	70	00	00	00	00	70	عدد المواضيع لطلبة الماجستير المتخرجين
100	58	00	00	00	00	58	عدد المواضيع لطلبة الدكتوراه المتخرجين
100	2500	00	00	00	00	2500	عدد المواضيع لطلبة الليسانس المتخرجين
00	00	00	00	00	100	03	عدد الكتب المنشورة
100	01	00	00	00	00	01	تنظيم مؤتمرات وطنية
100	04	00	00	00	00	04	تنظيم مؤتمرات دولية
100	01	00	00	00	00	01	المجلة العلمية في التخصص
						2941	المجموع

من خلال الجدول يتضح لنا أن معظم البحوث المنجزة على مستوى مختبر التربية الرياضية بجامعة الجزائر 03 هي بحوث لها طابع نظري وتطبيقي، أي أن الإستراتيجية البحثية تعتمد على جانب البحثي نظري، وجانب بحثي تطبيقي يكون يساير معه في العملية، وهذا النوع من العمل نجده في الجوانب التدريبية المتعلقة بتدريب الباحث على البحث والربط بين ما هو نظري وميداني.

جدول رقم 04 نوع البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في مختبر جامعة مستغانم من حيث نوع المنهج المتبع (تجريبي، وصفي، تاريخي).

منهج تجريبي		منهج وصفي		منهج تاريخي		العدد الكلي	نوع البحث من حيث المنهج
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد		
5.88	01	88.23	15	5.88	01	17	النشاطات البحثية
							المشاريع المعتمدة CNEPRU
41.17	07	58.82	10	00	00	17	النشر الدولي
21.05	04	78.94	15	00	00	19	النشر الوطني
13.04	15	86.95	100	00	00	115	مداخلات في المؤتمرات الدولية
24.24	08	75.75	25	00	00	33	مداخلات في المؤتمرات الوطنية
16.66	03	83.33	15	00	00	18	عدد المواضيع لطلبة الماجستير المتخرجين
50.00	03	50.00	03	00	00	06	عدد المواضيع لطلبة الدكتوراه المتخرجين
05.00	50	95.00	950	00	00	1000	عدد المواضيع لطلبة الليسانس المتخرجين
//	//	//	//	//	//	03	عدد الكتب المنشورة
//	//	//	//	//	//	00	تنظيم مؤتمرات وطنية
//	//	//	//	//	//	04	تنظيم مؤتمرات دولية
//	//	//	//	//	//	00	المجلة العلمية في التخصص
						1232	المجموع

من خلال الجدول يتضح لنا أن معظم البحوث التي أنجزت على مستوى مختبر التربية الرياضية لجامعة مستغانم يتبع فيها المنهج الوصفي سواء تعلق الأمر بمشاريع المعتمدة CNEPRU أو بالنشرات في المجالات العلمية، وفي المداخلات في المؤتمرات الدولية أو الوطنية، وحتى في مواضيع طلبة الماجستير أو الدكتوراه والليسانس. من خلال ما تقدم يتبين أن البحوث المنجزة تتسم بأنها بحوث تعتمد على المنهج الوصفي.

جدول رقم 05 نوع البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في مختبر جامعة الجزائر
03 من حيث نوع المنهج المتبع (تجريبي، وصفي، تاريخي).

منهج تجريبي		منهج وصفي		منهج تاريخي		العدد الكلي	نوع البحث من حيث المنهج
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد		
00	00	83.33	10	16.66	02	12	النشاطات البحثية المشاريع المعتمدة CNEPRU
10.00	02	90.00	18	00	00	20	النشر الدولي
09.09	02	90.90	20	00	00	22	النشر الوطني
14.28	25	85.71	150	00	00	175	مداخلات في المؤتمرات الدولية
6.66	05	93.33	70	00	00	75	مداخلات في المؤتمرات الوطنية
2.85	02	97.14	68	00	00	70	عدد المواضيع لطلبة الماجستير المتخرجين
17.24	10	82.75	48	00	00	58	عدد المواضيع لطلبة الدكتوراه المتخرجين
0.08	20	99.20	2480	00	00	2500	عدد المواضيع لطلبة الليسانس المتخرجين
//	//	//	///	//	//	03	عدد الكتب المنشورة
//	//	//	//	//	//	01	تنظيم مؤتمرات وطنية
//	//	///	//	//	//	04	تنظيم مؤتمرات دولية
//	//	//	//	//	//	01	المجلة العلمية في التخصص
						2941	المجموع

إن الجدول يتضح لنا أن معظم البحوث التي أنجزت على مستوى مختبر التربية الرياضية لجامعة الجزائر 03 ،
يتبع فيها المنهج الوصفي سواء تعلق الأمر بمشاريع المعتمدة CNEPRU أو بالنشرات في المجلات العلمية، و
في المداخلات في المؤتمرات الدولية أو الوطنية، وحتى في مواضيع طلبة الماجستير أو الدكتوراه والليسانس.
من خلال ما تقدم يتبين أن البحوث المنجزة تتسم بأنها بحوث تعتمد على المنهج الوصفي.

جدول رقم 06 يمثل العينة المستجوبة حسب دورها في مختبر البحث

النسبة	العدد	الإحصاء	الصفة
12.50	02		مدير مختبر
50.00	08		رئيس فرقة بحث
37.50	06		عضو فرقة بحث
100	16		المجموع

من خلال الجدول يتضح لنا أن العينة المستجوبة تمثل كل الأعضاء الموجودين على مستوى المختبر في الجامعتين وهم رؤساء المخابر ورؤساء الفرق ، وأعضاء الفرق .
من خلاله نستنتج أن العينة المستجوبة تمثل كافة الأعضاء المشكلين للمختبر .

جدول رقم 07 يمثل الاتجاهات البحثية والبحث العلمي على مستوى المخابر

تطوري		نظري/تطبيقي		تطبيقي		نظري أساسية		الإجابة السؤال
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	
00	00	100	16	00	00	00	00	هل البحوث المنجزة على مستوى الماجستير؟
00	00	100	16	00	00	00	00	هل البحوث المنجزة على مستوى الدكتوراه؟
00	00	100	16	00	00	00	00	ما هي طبيعة البحوث المنجزة على مستوى المشاريع المعتمدة على مستوى المركز الوطني للبحث الجامعي (CNEPRU)؟

من خلال الجدول يتضح لنا أن الإنفاق على البحث العلمي في الجزائر يساعد على البحث، لكن الوقت غير كافي لإنجازها ، لكن هذه البحوث التي أنجزت على مستوى مخابر البحث بقيت حبيسة المكتبة، ليطالها الطلبة فقط ، ولكن لا يستفاد منها في الميدان .

لا		نعم		الإجابة السؤال
النسبة	العدد	النسبة	العدد	
6.25	01	93.75	15	هل الإنفاق على البحث العلمي بشكل عام يساعد على البحث؟
62.50	10	37.50	06	هل الوقت كافي لإنجاز بحث علمي؟
100	16	00	00	هل البحوث التي أنجزت تم الاستفادة منها في الميدان؟
12.25	02	87.50	14	هل يستفيد الباحثون الجدد من هذه البحوث؟

جدول رقم 08 يمثل نوع البحوث المنجزة على مستوى المختبر

من خلال الجدول يتضح لنا أن كل البحوث المنجزة على مستوى المختبر هي بحوث ذات طابع نظري وتطبيقي معا وهذا يدخل ضمن عملية التكوين للطلبة ، وكذلك في المشاريع المعتمدة من قبل الوزارة الوصية.

جدول رقم 09 يمثل المواضيع الأكثر دراسة في المجال الرياضي.

النسبة	العدد	الإحصاء	الإجابة
100	16		النفسية و التربوية
00	00		البيولوجية و الطبية
100	16		المجموع

من خلال الجدول يتضح لنا أن كل المواضيع المنجزة تهتم بالجانب النفسي والتربوي، ولا تهتم بالجوانب الأخرى، سواء الطبية، أو البيولوجية... الخ.

وهذا ما يعني وجود تذبذب نقص في المواضيع المدروسة، كما يعطينا فكرة واضحة عن توجه العام للبحوث والتي تخلو من الطابع الطبي الذي يخدم التربية الرياضية بشكل كبير.

جدول رقم 10 يمثل البحوث التي يعتمد عليها أكثر حسب نوع المنهج المستخدم.

لا		نعم		السؤال	الإجابة
النسبة	العدد	النسبة	العدد		
12.50	02	87.50	14	هل يوجد إستراتيجية واضحة للبحث العلمي على مستوى مخابر لبحث؟	
12.50	02	87.50	14	هل هناك إستراتيجية واضحة للمختبر؟	
100	16	00	00	هل التسيير المالي الحالي للمخابر يساعد على حسن سيرها؟	
100	16	00	00	هل الميزانية المخصصة للمخابر مناسبة للبحث؟	
100	16	00	00	هل يهتم بالتدريب المستمر لأعضاء فريق البحث خاصة في استخدام التكنولوجيا الجديدة؟	
100	16	00	00	هل توجد آلية للتنسيق بين المخابر؟	
100	16	00	00	هل يوجد تعاون بين المخابر في مجال البحث العلمي؟	
100	16	00	00	هل يوجد تنسيق بين أعمال المخابر في مجال البحث العلمي؟	
75.00	12	25.00	04	هل العنصر البشري مؤهل للعمل في مخابر البحث العلمي؟	

من خلال الجدول يتضح لنا أن البحوث المنجزة على مستوى مخابر تتسم باستخدامها للمنهج الوصفي بشكل كبير، والقليل مكنها يستخدم المنهج التجريبي، كما لاحظنا انعدام استخدام المنهج التاريخي بالرغم من وجود بحوث يمكن إنجازها في هذا المنهج لخدمة ذاكرة الأمة والحفاظ عليها.

من خلال ما تقدم يمكننا أن نستنتج أن البحوث المنجزة على مستوى المخابر المعنية يميل أصحابها إلى استخدام بالمنهج الوصفي وهذا لسهولة المقارنة مع المنهجين المذكورين، وكذلك لسرعة الحصول فيه على النتائج.

جدول رقم 11 يمثل تسيير المخابر وإستراتيجية المعتمدة في البحث.

النسبة	العدد	الإحصاء	الإجابة
00	00		بحوث تعتمد على المنهج التاريخي
87.50	14		بحوث تعتمد على المنهج الوصفي
12.50	02		بحوث تعتمد على المنهج التجريبي
100	16		المجموع

من خلال الجدول نلاحظ أن إنشاء المخابر جاء تطبيقاً لإستراتيجية بحثية مدروسة من قبل الوزارة الوصية. ولهذا فإن إستراتيجية المختبر هي مستوحاة من إستراتيجية التي انشأ من أجلها. وهي الإستراتيجية الموضحة في الجانب النظري المحدد في أربع مهام رئيسية. غير أن التسيير المالي للمخابر لا يساعد حسن استغلال في مجال البحث، والذي لا يعتمد على مدير المختبر بل يكون من قبل مدير الجامعة، وهذا كله عرقل عدة أشياء منها التدريب المستمر لأعضاء المخابر ، كما أثر على إيجاد آلية خاصة للتنسيق بين عمل مختلف المخابر الموجودة مما يؤثر على التعاون في مجال البحث.

من خلال كل ما تقدم يتضح لنا أن عدم وجود استقلالية في التسيير أثر بشكل كبير على الإنتاج البحثي داخل المخابر، مما أثر على إستراتيجية البحث ، وتحقيق أهداف المخابر، كما أثر بشكل سلبي على التسيير وكذا البحث والتنسيق بصفة عامة.

جدول رقم 12 يبين عواقب ضعف تسيير المالي للمخابر

النسبة	العدد	الإحصاء	الإجابة
100	16		ضعف مستوى البحث العلمي
100	16		قلة البحوث العلمية
100	16		عدم الإسهام في التنمية
100	16		هجرة الأدمغة

من خلال الجدول الذي يمثل عواقب التي تنجم عن ضعف التسيير ومركزية التسيير المالي للمخابر يتضح لنا أن هذا يؤثر على الإنتاج العلمي من حيث البحوث المنجزة ، بالإضافة إلى قلة البحوث العلمية وجودتها. مما يؤثر على التنمية ، ويؤدي إلى هجرة الأدمغة.

من خلال هذا الجدول يمكننا أن نستنتج أن مركزية التسيير للموارد المالية المقدمة إلى المخابر والتي يتحكم في تسييرها مدير الجامعة تطف نوعاً من البيروقراطية الإدارية، فيصبح مدير المختبر يقوم بالإعمال الإدارية بدون اللجوء إلى البحث والتنسيق بين الأعضاء وتوجيه البحث. هذا يجعل البحوث المنجزة داخل المختبر فردية ذات طبيعة خاصة ، وهذا ما يؤثر في البحث ونوعيته، ولا يساهم في خدمة التنمية في المجتمع .

جدول رقم 13 يمثل الهدف من إنجاز هذه البحوث على مستوى المختبر .

النسبة	العدد	الإحصاء	الإجابة
100	16	لتحصيل شهادة	
75.00	12	للترقية من درجة إلى آخر (الترقية الأكاديمية)	
37.50	06	للمساهمة في حل مشكل مطروح	
75.00	12	لنشر من أجل الترقية	

من خلال الجدول يتبين لنا أن معظم المستجوبين يلجؤون إلى القيام بالإعمال على مستوى المختبر لتحصيل الشهادة ، والترقية . وهذا من أهداف إنشاء المخابر البحث ، لكن هناك أهداف أخرى نحن بعدين عنها كثيرا . من خلال هذا نستنتج أن الأهداف التي أنشأ من أجلها مختبر البحث لم تتحقق كلها، وأن استغلال المخابر أصبح جزئيا أي أنه يحقق أمور جزئية من أهداف التي أنشأ من أجلها، مما يحد من البحث العلمي في مجال التربية الرياضية.

جدول رقم 14 يمثل مصير البحوث المنجزة.

النسبة	العدد	الإحصاء	الإجابة
100	16	توضع في المكتبة الجامعية	
100	16	توضع في مكتبة المختبر	
00	00	تستفيد منها المؤسسات المعنية	

الجدول يوضح لنا أن بان البحوث المنجزة توضع على رفوف المكتبة، وتعلق الأمر ببحوث الأكاديمية، التي تنجز لأجل الحصول على شهادة جامعية ، أما البحوث الفردية التي تنجز من أجل الترقية فلا توضع على مستوى المختبر .

من خلال هذا نستنتج أن البحوث لا يستفاد منها في حل المشكلات المدروسة ، وأنها تبقى حبيسة المكتبة يستفاد منها الطلبة الباحثين.

جدول رقم 15 يمثل دور المختبر في توجيه الباحث وتطويره.

النسبة	العدد	الإحصاء	الإجابة
100	16	توجيه الباحث	
100	16	تطوير مهاراته البحثية	

من خلال الجدول يتبين لنا أن المختبر له دور توجيهي وتطويري للطالب الباحث. وعليه وجود الباحث على مستوى المخابر يساهم في تكوينه وتطوير مهاراته في جانب البحث العلمي.

جدول رقم 16 يبين أهم المشكلات التي يعاني منها المختبر.

النسبة	العدد	الإحصاء
100	16	الإجابة
100	16	المشكلات الإدارية و التنفيذية
100	16	مالية

الجدول يظهر أن المشكلات التي تعيق البحث العلمي على مستوى مخابر البحث هي مشكلات ترتبط بالإدارة، وبالتسيير المالي.

من خلال هذا يمكننا أن نستنتج أن العائق الكبير الذي يحول دون تقدم البحث العلمي على مستوى المخابر هو مرتبط أساسا بالتشريع الإداري والبيروقراطية الإدارية، وكذلك في التسيير المالي لهذه المخابر.

جدول رقم 17 يظهر المعوقات التي تحول دون تقدم البحث العلمي.

النسبة	العدد	الإحصاء
75.00	12	الإجابة
75.00	12	غياب المحيط المناسب
81.25	13	ظروف أستاذ التعليم العالي الذي لا يشجع على الإنتاج العلمي و المعرفي.
37.50	06	التأخر المادي.
100	16	توقيت التدريس (كثافة الحجم التدريسي مقارنة بالبحث).
25.00	04	الظروف الاجتماعية (كالسكن).
75.00	12	قلة وسائل البحث.
93.75	15	قلة الأساتذة في الجامعة اضطر الوصاية إلى رفع الحجم الساعي الأسبوعي للأعمال البيداغوجية مع الطلبة مما يزيد من متاعب الأستاذ الجامعي و عدم توجيهه للبحث.
50.00	08	ضعف التخطيط و التسيير للبحث العلمي
18.75	03	غموض في تطبيق البرنامج الوطني للبحث
56.25	09	غموض في القوانين و التشريعات
56.25	09	غياب القوانين المرنة في تسيير مخابر البحث
93.75	15	مشكل في التسيير المالي للمختبر
43.75	07	تدهور مستوى و نوعية التعليم الجامعي

من خلال الجدول يتضح أن المشكل الأول والأساسي الذي يعرقل البحث العلمي على مستوى المخابر في كثافة الحجم الساعي المخصص للتدريس مقارنة بالبحث بالإضافة إلى التسيير المالي للمختبر، وكذا الأعباء البيداغوجية الكبيرة التي تقع على عاتق الباحث من جراء التدريس والذي يعرقل البحث، ولا يترك فرصة للباحث من أجل الاهتمام بالبحث. يأتي بعد ذلك ظروف أستاذ التعليم العالي التي لا تشجع على الإنتاج العلمي والمعرفي. يتمثل هذا في المحيط المناسب، وقلت وسائل البحث، وغياب القوانين المرنة والتشريعات في تسيير البحث.

من خلال هذا يتضح لنا أن المشكل الأساسي يكمن في كثافة الحجم الساعي الأسبوعي للتدريس، بإضافة إلى التسيير المالي للمخابر مما يؤثر في العمل البحثي.

استنتاجات:

من خلال ما تقدم يمكننا أن نستنتج ما يلي:

نستنتج أن العينة المستجوبة تمثل كافة الأعضاء المشكلين للمختبر.

أن الإنفاق على البحث العلمي في الجزائر يساعد على البحث، لكن الوقت غير كافي لإنجازها، هذه البحوث التي أنجزت على مستوى مخابر البحث بقيت حبيسة المكتبة، ليطالعهها الطلبة فقط، ولكن لا يستفاد منها في الميدان.

وجود تذبذب نقص في المواضيع المدروسة، كما يعطينا فكرة واضحة عن التوجه العام للبحوث والتي تخلو من الطابع الطبي الذي يخدم التربية الرياضية ويعتمد بشكل كبير على البحوث النفسية والتربوية.

أن البحوث المنجزة على مستوى المختبر هي بحوث ذات طابع نظري وتطبيقي معاً، وهذا يدخل ضمن عملية التكوين للطلبة، وكذلك في المشاريع المعتمدة من قبل الوزارة الوصية.

نستنتج أن البحوث المنجزة على مستوى المخابر المعنية يميل أصحابها إلى استخدام بالمنهج الوصفي، وهذا لسهولة بالمقارنة مع المنهجين المذكورين، وكذلك لسرعة الحصول فيه على النتائج.

نستنتج أن الأهداف التي أنشأ من أجلها مختبر البحث لم تتحقق كلها، وأن استغلال المخابر أصبح جزئياً أي أنه يحقق أمور جزئية من أهداف التي أنشأ من أجلها، مما يحد من البحث العلمي في مجال التربية الرياضية.

نستنتج أن العائق الكبير الذي يحول دون تقدم البحث العلمي على مستوى المخابر هو مرتبط أساساً بالتشريع الإداري والبيروقراطية الإدارية، وكذلك في التسيير المالي لهذه المخابر.

نستنتج أن البحوث لا يستفاد منها في حل المشكلات المدروسة، وأنها تبقى حبيسة المكتبة يستفاد منها الطلبة الباحثين فقط.

نستنتج أن مركزية التسيير للموارد المالية المقدمة إلى المخابر والتي يتحكم في تسييرها مدير الجامعة. تطف نوعاً من البيروقراطية الإدارية، فيصبح مدير المختبر يقوم بالإعمال الإدارية بدون اللجوء إلى البحث والتنسيق بين

الأعضاء وتوجيه البحث. هذا يجعل البحوث المنجزة داخل المختبر فردية ذات طبيعة خاصة ، وهذا ما يؤثر في البحث ونوعيته، ولا يساهم في خدمة التنمية في المجتمع .
أن عدم وجود استقلالية في التسيير وكثافة الحجم الساعي الأسبوعي للتدريس يؤثر بشكل كبير على الإنتاج البحثي داخل المخابر، مما يؤثر على إستراتيجية البحث، وتحقيق أهداف المخابر، كما يؤثر بشكل سلبي على التسيير.

مناقشة الفرضيات:

من خلال فرضية البحث الأولي والتي تشير إلى البحوث المنجزة على مستوى مخابر التربية البدنية و الرياضية في الجزائر تطبيقية أكثر منها نظرية. ومن خلال النتائج المتوصل إليها من خلال البحث المنجز ، يتضح لنا أن البحوث المنجزة في هذا الميدان تتسم بأنها بحوث تهتم بالجانب النظري والتطبيقي ، وهذا يدخل في إطار مهام المخابر ونشأتها وهذا ما هو موضح في الدراسة النظرية، والتي تشير إلى أن مختبر البحث أنشأ من أجل أربعة أغراض أساسية منها التكوين أو المساعدة في التكوين ، وعليه فان الفرضية الأولى الموجهة لم تتحقق.

أما فرضية البحث الثانية والتي تشير إلى البحوث المنجزة تعتمد على المنهج الوصفي أكثر منها من المناهج الأخرى. ومن خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول الموضحة يتبين لنا أن المهام الأساسية التي يقوم بها المختبر تكمن في مساعدة الطالب خلال المسار البيداغوجي أي أنها تساعد الطالب على العمل الأكاديمي من أجل إنجاز مذكرة التخرج سواء على مستوى الليسانس أو الماجستير أو الدكتوراه. لكن هذه البحوث تبقى تتسم بطابع البحوث التي تعتمد أكثر على المنهج الوصفي، وهذا لسهولة إنجازها وسرعة تنفيذها. من خلال ما تقدم يتضح لنا أن فرضية البحث الثانية قد تحققت.

أما فيما يتعلق بفرضية البحث الثالثة والتي تشير بأن البحوث التي تنجز لا يستفاد منها في الميدان بل تبقى حبيسة المكتبة. ومن خلال النتائج المتوصل إليها والتي تشير على أن البحوث المنجزة تبقى حبيسة المكتبة ولا يستفاد منها في الميدان، وعليه فان الفرضية الثالثة قد تحققت.

أما فيما يتعلق بفرضية البحث الثالثة والتي تشير إلى إعادة النظر كليا في تسيير المخابر و في وضع إستراتيجية جديدة للبحث العلمي خاص بالمجال الرياضي. ومن خلال الاقتراحات التي جمعناها يتضح لنا أنه يجب إعادة النظر كليا في التسيير وفي وضع إستراتيجية جديدة للبحث العلمي عامة، ومخابر التربية الرياضية خاصة وبالتالي يجب على الوصاية أن تنتبه إلى هذه النقطة بالذات في عملية التسيير للمخابر العلمية. ومن خلال هذا يتضح أن فرضية البحث قد تحققت.

التوصيات:

من خلال هذا البحث واستنتاجات التي خرجنا بها يمكننا أن نخرج بالتوصيات التالية:

تدعيم الإنفاق على البحث العلمي في الجزائر يعتبر السبيل الوحيد للنجاح، مع إعادة النظر في العامل الزمني للإنجاز حتى يتلاءم ونوعية البحوث الوقت غير كافي لإنجازها، مع ضرورة ربط البحوث بالتنمية المجتمعية لخدمة التقدم .

ضرورة التنوع في البحوث المعالجة على مستوى المخابر بحث تشمل مختلف الميادين التي لها علاقة بالإنسان من كل جوانبه سواء النفسية، أو الاجتماعية، أو البيولوجية... الخ.

ضرورة أن يكون البحث المنجز على مستوى المخابر متنوعة و لا تقتصر على طابع نظري وتطبيقي، بل يجب أن تكون تنسم بالطابع التطوري وهي البحوث التي لها علاقة بالتنمية في المجتمع.

ضرورة التنوع في استخدام المناهج المختلفة للبحث العلمي ، وهذا لطبيعة الموضوع ، كما يجب أن تهتم بالبحوث التي تعتمد على المنهج التاريخي لما له من فائدة في الحفاظ على الذاكرة الوطنية للأمة.

ضرورة إعادة النظر في التسيير على مستوى المخابر وأن يكون التسيير المالي مرتبط بمدير المخبر حتى نسهل عملية التسيير ونرفع من البيروقراطية الإدارية في التسيير.

إيجاد آلية مناسبة لنشر البحوث المنجزة من قبل الباحثين حتى لا تبقى حبيسة المكتبة ويستفاد منها في الميدان سواء من قبل الطالب الباحث أو من قبل المؤسسات المختصة.

خلق نظام في التسيير خاص بالباحث حيث أن ارتباط الأستاذ بالتدريس والبحث لا يخدم البحث و لا يساعد على النهوض به بالإضافة إلى كثافة الحجم الساعي الأسبوعي للتدريس يؤثر بشكل كبير على الإنتاج البحثي داخل المخابر، مما يؤثر على إستراتيجية البحث، وتحقيق أهداف المخابر، كما يؤثر بشكل سلبي على التسيير.

المصادر والمراجع:

-الزبيدي صباح حسن. (2003). دور الجامعة في خدمة المجتمع و الآفاق وسبل التطوير. سوريا: ندوة التعليم العالي رؤية شاملة.

-تيسير الناشف. (2001). السلطة والحرية الفكرية والمجتمع. بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

حسام الخطيب ورمضان البسطويسي محمد. (2001). آفاق الابداع ومرجعياته في عصر المعلوماتية. دمشق: دار الفكر المعاصر.

-عبد الحميد أحمد رشوان. (2002). التربية والمجتمع. الاسكندرية مصر: المكتب العربي الحديث.

فاروق الباز. (2004). العرب وأزمة البحث العلمي. مجلة العربي ، 547.

فرحان أسحق. (2002). تنظيم قطاع التعليم العالي في الوطن العربي. الاردن : المؤتمر العلمي لجامعة الزرقاء الاهلية.

-قانون توجيهي. (29 أوت 1998). القانون رقم 98/11. الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، ب . ص.

محمد العربي ولد خليفة. (1989). المهام الحضورية للمدرسة والجامعة الجزائرية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

-مرسوم تنفيذي. (199/244 ليوم 3 نوفمبر 1999). قواعد انشاء مخابر البحث وتنظيمه وسيره. الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية ، ب . ص.

-نخلة وهبة. (2001). رعب السؤال و أزمة الفكر التربوي . بيروت: مركز المطبوعات للتوزيع والنشر.

-Callon M; (1989) "L'agonie d'un laboratoire" In Callon M ed. , la science et ses réseaux Genèse et circulation des faits scientifique, Paris, la Découverte, pp . 173-214.

- Emmanul Waisenburger, Vincent Mangematin,(1995), Le laboratoire public de recherche :entre dépendance et autonomie stratégique , Université Pierre Mendès France

ARNON, I.(1975). Planification et programmation de la recherche agricole. Rome : FAO,

BERNAOUI, Radia (2004).. Approche scientifique et programmation de la recherche agricole en Algérie. Evaluation de la production scientifique de l'Institut National Agronomique d'EL Harrach, Algérie. Thèse de magister en Bibliothéconomie et Sciences

Documentaires, Alger,

BERNAOUI, Radia(2005)..Evaluation et programmation de la recherche scientifique : Enjeu et méthodes.- Alger : Office des publications universitaires,

BERNAOUI, Radia. Mesure et planification de la recherche scientifique. Cartographie de la recherche agricole algérienne. In : Schéma et Schématisation. Revue Internationale de bibliologie, n° 63,2005, p.33-45.

CALLON, Michel. (1993) La Scientométrie. Paris : PUF,

Deheuvels, Paul. (1990).La Recherche Scientifique. Collection (Que Sais-je? Paris, PUF,

NOYER, Jean Max. (1995).Scientométrie, Infométrie : Pourquoi nous intéressent –elles?In : Solaris, n 02

تأثير واجبات مراكز وخطوط اللعب في إحداث التباين في المتطلبات البدنية للاعبين كرة القدم فئة الأواسط الدرجة الأولى الجهة الغربية

من إعداد: د/ ناصر عبي القادر جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

ملخص البحث :

وإن الطريقة التي يستعملها المدربون حاليا في تقويم مستويات لاعبيهم تعتمد أساسا على التقويم الذاتي دون اللجوء إلى التقويم الموضوعي والمتمثل في إجراء الاختبارات والقياسات المقننة التي تركز على الأسس العلمية ، وأن إعداد المستويات المعيارية من قبل الباحث يمكن أن تعطي دعما قويا للمدربين للوقوف على مستوى لاعبيهم ومعرفة تطور أداءهم خلال التدريب . وعلى ضوء النتائج والتحليل الإحصائية توصل الباحث إلى وجود فروقات معنوية وأخرى عشوائية بين مراكز اللاعبين لبعض العناصر من اللياقة البدنية ، حيث حققت مراكز خط الهجوم أحسن نتيجة في كل من صفة السرعة (جري 30) متر وصفة القوة (القفز العالي من الثبات) وصفة الرشاقة (جري 5,5×2 م+16×52م) ، كما حققت مراكز خط الوسط أحسن نتيجة في كل من صفة المطاولة (جري 12 دقيقة Cooper) وصفة المرونة ثني الجذع إلى الأمام .

مصطلحات البحث:

خطوط اللعب : يحتوي كل خط على مجموعة من المراكز .
المتطلبات : الواجبات المحددة التي يؤديها اللاعب .
المركز : المنطقة أو الحيز الذي يكلف به اللاعب .

Résumé :

En fonction de l'évolution des techniques des méthodes d'entraînements, la relation de causalité entre le poste de jeu en football et les qualités physiques requises, cette étude se propose sur la base d'une batterie de test approprié d'en évaluer les effets .

Les résultats mettent en évidence de forte corrélations entre les différents postes :

- 1- le poste d'attaquant et les qualités physiques suivante -vitesse, force et de détente.
- 2 - les joueurs du milieu de terrain se démarquent par une qualité d'endurance plus importante

المقدمة ومشكلة البحث :

لقد تطورت طرق الإعداد البدني والمهاري، كما تطورت خطط اللعب الدفاعية والهجومية بدرجة ملحوظة مما أدى إلى زيادة مدى الأداء الحركي المطلوب تنفيذه في كل مركز وأعنى بالمدى الحركي تلك المساحة المطلوبة أن يغطيها كل لاعب يشغل مركزا من مراكز اللعب في فريق كرة القدم ، كما زادت الواجبات والوظائف التي يجب أن يؤديها لاعبو كل مركز من مراكز اللعب وبالتالي زادت المساحات التي يجب أن يقطعها اللاعب جريا أو عدوا وزاد معها متطلبات الجانب المهاري خلال المباراة .

وبالتالي ونتيجة تلك الزيادات (الواجبات الإضافية) في المدى الحركي والمتطلبات المهارية لمراكز اللعب قد زادت بدرجة كبيرة وتداخل المدى الحركي لذلك المركز مع ذلك حتى بدأ أن كل مراكز اللعب في كرة القدم تنفذ التحركات الهجومية وجميعها لتنفيذ واجبات دفاعية بمدى حركي واسع. ونشير هنا إلى وجود عدة دراسات تناولت مشكلة مراكز اللعب (: F.LAMBERTIN — M.A.CODIK — J.P.SERNI — بريكسي عبد الرحيم — محمود أبو العين)

وتنحصر مشكلة بحثنا في معالجة الخلل في الإدراك و التطبيق الخاطئين بفكرة العمل في الكرة الشاملة الحديثة في تنفيذ الواجبات و المتطلبات الخططية من قبل المدربين و المعنيين في شؤون اللعبة دوليا و محليا والتي تركز على أن اللاعب يجب أن يأخذ حرية أكبر من الحركة أثناء تطبيق الواجبات و المتطلبات الخططية و أن فكرة تحديد و تقصير متطلبات مراكز اللعب الدفاعية و الوسطية و الهجومية بالنسبة إلى اللاعب لا مكانة لها في كرة القدم الحديثة و حيث أن اللاعب بانتقاله بواسطة الحركة من مركز إلى آخر عليه أن يكون قادرا وواعيا من تنفيذ الواجبات و المتطلبات البدنية و المهارية المختلفة التي تتطلبها مراكز اللعب و خطوطه ، و كذلك التطبيق الخاطئ نتيجة الفهم عن الكرة الشاملة هو اعتقاد أن وضع اللاعب في إي مركز قبل بدء المباراة و الطلب منه أداء واجبات هذا المركز خلال المباراة هو المعنى الصحيح للكرة الشاملة ، أن هذا المنطق لا يقر ولا يعتبر وصفا طبية للوصول للعب الضاغط و المثالي و المتوقع من خلال إتقان المتطلبات و الواجبات البدنية و المهارية لمراكز اللعب و خطوطه وضرورة فهم علاقات العمل الحركية و الفنية لكل مركز و خط لعبه حيث أن اختلاف هذه المراكز و الخطوط ينتج عنها اختلاف في مستوى المتطلبات البدنية و المهارية .

وكان أيضا لغياب المعايير و المستويات البدنية لجل الأصناف و فئات لاعبي كرة القدم ضمن المستوى المقبول في مؤشرات البحث لتقويم و تشخيص نقاط القوة والضعف كان سببا آخر لتناول هذه المشكلة و اختيار عينة البحث من لاعبي الأواسط لمجتمع الغرب الجزائري لحل المشكلة أعلاه ، و للمساعدة في حل هذه الإشكالية يتوجب الإجابة على التساؤلات التالية :

- هل أن شكل و طابع مراكز اللعب المختلفة و خطوطها تفرض و تتطلب قدرا و نوعا معيننا من القدرات البدنية المختلفة ؟
- هل أن توضيح وجود علاقات متباينة و عدمها بين متطلبات مراكز اللعب و خطوطه البدنية يساعد على تطوير الجانب الخططي لمجتمع عينة البحث ؟
- هل أن معايرة بطارية الاختبارات البدنية و تحديد مستوياتها النسبية في متطلبات البحث بين مراكز و الخطوط لها مدلولاتها في تطوير التدريب

- أهداف البحث:

- تحديد مجالات الترابط و الاختلاف في المتطلبات البدنية بين مراكز و خطوط اللعب
- تقويم تأثير واجبات مراكز اللعب و خطوطه الدفاعية ، الوسط ، و الهجومية في إحداث التباين في المتطلبات البدنية.

- فروض البحث:

- اختلاف مراكز اللعب و خطوطه تعكس اختلافا نوعيا و قدرا معيننا من المتطلبات البدنية.
- ظهور بعض الفروقات المتباينة بين المتطلبات البدنية من جهة أخرى.

- الدراسات السابقة :

- دراسة : G.CAZORLA و A.FARHI. بموضوع: تحديد القدرات الفيسيولوجية و البدنية للاعبين كرة القدم ذوي المستوى العالي حسب المراكز.
- و تهدف الدراسة معرفة نسبة الفروقات بين مراكز اللاعبين، وقد قسم الباحثان المراكز في لعبة كرة القدم إلى المراكز التالية:- لاعبي الدفاع الوسط- لاعبي الدفاع الظهرين- لاعبي الوسط- لاعبي الهجوم.
- توصل الباحث إلى كل من صفات السرعة والقوة (القفز العالي) والمرونة من الصفات التي لها أهمية كبيرة في لعبة كرة القدم. ونتائج إختبار السرعة لدى لاعبي كرة القدم المحترفين أكثر دلالة مقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى. كما يعتبر كل من لاعب الوسط والظهرين (الأيمن والأيسر) من أحسن اللاعبين في صفة المطاولة ويليهم لاعبي الهجوم.
- دراسة: M.A.CODIK بعنوان: دراسة مقارنة بين مراكز اللاعبين (الدفاع - الوسط - الهجوم). و تهدف إلى معرفة الفروقات بين المراكز.
- وقد إعتد الباحث في دراسته على المناطق فقط وهي (الدفاع - الوسط - الهجوم)، كما ركز الباحث في دراسته على المسافة المقطوعة خلال مباريات كأس العالم (جري خفيف- جري سريع- جري سرعة قصوى- جري بالكرة) وفي نهاية الدراسة توصل الباحث إلى المسافة المقطوعة في المباراة، وحدد الباحث جدول يشمل جميع المسافات المقطوعة خلال المباريات:

المجموع	جري بالكرة	جري سرعة قصوى	جري سريع	جري خفيف	توعية الجري المراكز
4100	450	650	950	2050	الدفاع
3840	280	570	860	2130	الوسط
4485	385	970	940	2190	المهجوم

- يعتبر خط الهجوم أحسن خط في المسافة المقطوعة خلال المباراة. كما سجل خط الوسط أضعف نتيجة مقارنة بين خطي الدفاع والهجوم. يعتبر خط الهجوم الأحسن في جري المسافات السريعة . ويعتبر الباحث هذه النتائج بداية أولى في دراسة الواجبات و المتطلبات الخاصة بالمراكز و هي بذلك تعطي للباحث نظرة شاملة حول الاختلافات في بعض الصفات البدنية (السرعة ، المطاولة الهوائية ...) خلال المنافسة .

- منهج البحث:

تختلف المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه في مجال البحث العلمي، ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وفي هذا البحث حتمت مشكلة البحث إتباع المنهج المسحي الوصفي وهذا لإثبات أو نفي وجود فروق بين مراكز اللعب في المتطلبات البدنية و المهارية للاعب بكرة القدم لفئة صنف الأواسط.

- المجتمع و العينة:

يتكون مجتمع الأصل من لاعبي البطولة الجهوية الغربية لكرة القدم صنف الأواسط الدرجة الأولى (A) بمجموع عشرة فرق (10). المسجلين في البطولة الجهوية الغربية لسنة 2005-2006. وإختيار الباحث سبعة فرق التي إحتلت السبع مرات الأول في البطولة (2004-2005) وكان الغرض من هذا الاختيار هو إجراء الاختبارات والقياسات على الفرق القوية، وبلغت نسبة العينة من مجتمع الأصل حوالي 70%.

وبهدف ضبط جميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث، تم التحقق من تواريخ ميلاد اللاعبين عن طريق الوثائق الرسمية التابعة لكل فريق، وقدر مجتمع البحث بـ (112) لاعبا إلا أن الباحث إستبعد بعض اللاعبين بعد إجراء التجربة الرئيسية ، واللاعبون الذين تم استثناءهم هم: -اللاعبون المصابين .-اللاعبون الذين تقل مدة لعبهم عن ثلاثة (03) سنوات في المركز.-اللاعبون الذين يشتركون في البطولة للمرة الأولى في صنف الأواسط.-لاعبو الإحتياط. هذا يؤكد على أن الاختبارات أجريت على اللاعبين الأساسيين، ودوي الخبرة في المراكز. ونظرا لهذه الاستثناءات بلغت عينة البحث التي أجرينا عليها الدراسة الإحصائية حوالي (77) لاعبا، أي تم استثناء (35) لاعبا.

- الأدوات :

- الطرق الإحصائية : وهي المعادلات الإحصائية مستخدمين LOGICIAL من نوع (stat box)

- إختبارات تقييم عناصر اللياقة البدنية :

- إختبار جري 30 متر سرعة - إختبار صفة الرشاقة 5.5x2م و 16.5 x2م -

- إختبار القفز العالي من الثبات - إختبار صفة المرونة - إختبار جري 12 دقيقة

- تحليل و مناقشة النتائج :

جدول رقم(1) : يبين الدراسة المقارنة بين مراكز اللاعبين في اختبار جري 30م سرعة

خط الهجوم			خط الوسط			خط الدفاع				الخطوط
مهاجم	قلب	مهاجم	مهاجم	مهاجم	مدافع	الظهير	الظهير	الظهير	الظهير	المراكز
أيسر	الهجوم	أيمن	وسط	وسط	وسط	الحر	الوسط	الأيسر	الأيمن	(2)
(11)	(9)	(7)	(10)	(8)	(6)	(5)	(4)	(3)	(2)	
4.27	4.23	4.26	4.33	4.31	4.33	4.36	4.34	4.30	4.32	\bar{x}
0.12	0.14	0.12	0.07	0.18	0.19	0.13	0.12	0.06	0.33	δ
4.25			4.32			4.33				\bar{x}_2
0.11			0.14			0.12				δ_2
F=1.14			F=3.54*			F=4.93*				
						T=0.24				
T=1.75										
			T=1.19							

- هذا عند عتبة الأمان التي اخترناها 0.95 أي أثناء قبولنا هذا التأكيد ستواتينا 5% لكي نخطأ * : دال .
يظهر الجدول رقم (1) الخاص باختبار جري 30م سرعة باعتبار أن هذه الصفة تحدث باستمرار أثناء
المباراة للاستجابة للمواقف المتغيرة لأي مثير خارجي أن هناك فروقا معنوية بين مراكز خط الدفاع (2-3-
4-5) حيث حقق كل من مركزي الظهير الأيمن والأيسر أحسن نتيجة ، ويعتبر الباحث هذه الفروقا ت
الدالة إلى متطلبات المركزين في سرعة مهاجمة المنافس المتكررة باعتبار أن نسبة المهاجمة تكون بنسبة عالية من

الأجنحة بالمقارنة مع الدخول بالمهاجمة من وسط الدفاع ، أما كل من منطقتي الوسط والهجوم فكان الفرق عشوائي غير دال ($f 0.05$) مما يعكس التقارب في مستوى صفة السرعة بالنسبة للمراكز، حيث يعتبر الباحث أن مرحلة الأواسط هي البداية في تطوير هذه الصفة ويؤكد الكثير من العلماء أن صفة السرعة تعتمد في تطويرها على الفرص الفطرية التي يولد بها اللاعب، وهي من الصفات المهمة وبنفس الوقت من أصعب الصفات البدنية عند تطويرها ، أما الدراسات التي أجريت على لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية فأظهرت وجود دلالة إحصائية لصالح لاعبي كرة القدم بالمقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى. (g . cazorla).

أما المرحلة الثانية الخاصة بالمقارنة مع الخطوط (دفاع، وسط، هجوم) لاحظ الباحث وجود فروق ذات دلالة لصالح لاعبي الهجوم بالمقارنة مع لاعبي الدفاع عند مستوى دلالة ($t 0.05$) حيث يرى الباحث أن متطلبات لاعبي الهجوم الذين توكل إليهم مهمة التهديد تحتاج إلى سرعة اللعب ومفاجئة الخصم بالحركات السريعة حتى لا يسمح للمدافعين بملاء الثغرات.

وهذه النتيجة التي توصل إليها الباحث تتطابق مع دراسة (X.A.CODIK) حيث سجل لاعبي الهجوم سرعة أكبر من بقية المدافعين ولاعبي وسط الميدان وكذلك دراسة (Frederic Lambertin) حيث توج لاعبو الهجوم بقطع مسافة أسرع بالمقارنة مع بقية مراكز الدفاع والوسط ، هذا ما يعكس حقيقة ما توصل إليه الباحث أن متطلبات المركز هي التي تؤثر في مستوى صفة السرعة.

جدول رقم (2) : بين الدراسة المقارنة بين مراكز اللاعبين في اختبار القفز العالي من الثبات

خط الهجوم		خط الوسط			خط الدفاع				الخطوط	
مهاجم	قلب	مهاجم	مهاجم	مهاجم	مدافع	الظهير	الظهير	الظهير	الظهير	المراكز
أيسر	الهجوم	أيمن	وسط	وسط	وسط	الحر	الوسط	الأيسر	الأيمن	(2)
(11)	(9)	(7)	(10)	(8)	(6)	(5)	(4)	(3)	(2)	
42.57	38.42	37.28	38.14	37.28	34	35.14	33.85	34.28	30.71	\bar{X}
4.29	4.89	6.33	4.46	5.30	2.87	7.74	4.90	4.37	2.75	δ
39.42		36.47			34.42				\bar{X}_2	
5.85		4.60			4.49				δ_2	
F=3.11*		F=1.08			F=3.46*					
		T=3.77			T=1.42					
		T=3.03*								

– هذا عند عتبة الأمان التي اخترناها (0.95) أي أثناء قبولنا هذا التأكيد ستواتينا 5% لكي نخطأ.
* : دال.

تعتبر صفة القوة من الصفات التي يتأسس عليها وصول اللاعب إلى أحسن البطولات الرياضية ،
وإستخدام الباحث اختبار القفز العالي من الثبات لقياس قوة الدفع للأطراف السفلية التي يستعملها اللاعب في
تنفيذ مختلف مهارات اللعبة.

وسجل الباحث بعد المقارنة بين مراكز كل خط إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مراكز لاعبي
خط الدفاع (f 0.05) حيث سجل المدافع الحر (رقم 5) أحسن نتيجة بمتوسط (35.14 ± 7.74 سم)
مما يعكس اختلاف المستوى بين مراكز خط الدفاع بينما لم يسجل أي دلالة إحصائية بين مراكز خط الوسط
والهجوم ، وعند الانتقال إلى المقارنة بين خطوة اللعب (الدفاع – الوسط – الهجوم) سجل الباحث فروقا
ذات دلالة إحصائية بين خطي الهجوم والدفاع لصالح خط الهجوم (39.42 ± 5.85 سم) يفسر الباحث هذا
الاختلاف إلى أن لاعبي خط الهجوم نتيجة المواقف المتكررة لمتطلبات وواجبات هذا الخط والطرق الحديثة في

زيادة سرعة اللعب خاصة للاعب المجهوم هي التي مكنت هذا الخط أن يكون الأحسن في صفة القوة المميزة بالسرعة (القفز) كما نشير هنا إلى دراسة الباحث (Cazorla) حيث طبق نفس الاختبار (القفز العالي من الثبات) على صنف الأكاير وتحصل على متوسط (65سم - 60سم) وتسجيل لاعبي خط المجهوم أحسن نتيجة.

جدول رقم (3): بين الدراسة المقارنة بين مراكز اللاعبين في اختبار كوبر (cooper) جري 12 دقيقة.

خط الهجوم			خط الوسط			خط الدفاع			الخطوط	
مهاجم	قلب	مهاجم	مهاجم	مهاجم	مدافع	الظهري	الظهري	الظهري	المراكز	
أيسر	الهجوم	أيمن	وسط	وسط	وسط	الحر	الوسط	الأيسر	الأيمن	
(11)	(9)	(7)	(10)	(8)	(6)	(5)	(4)	(3)	(2)	
2982	2968.	2830.	2990.	3101.	3237	2948	2848	2947.	2977.	-
	14	42	85	57				71	14	X
216.81	264.2	245.9	152.6	125.0	346.7	339.6	265.5	257.9	421.9	δ
	7	2	9	8	4	5	9	8	6	
2926.85			3109.81			2914.57			X ₂	
230.64			218.53			275.20			δ ₂	
1.88F=			12F=1.			1.84F=				
						2.57*T=				
2.48*T=										
			0.15T=							

هذا عند عتبة الأمان التي اخترناها (0.95) أي أثناء قبولنا هذا التأكيد ستواتينا 5% لكي نخطأ.

* = دال

إن صفة المطاولة في لعبة كرة القدم تزداد أهميتها نتيجة للتطور الذي تعرفه اللعبة الحديثة من حيث

زيادة سرعة اللعب نتيجة التطور الطرق التدريبية وخطط اللعب المعقدة التي تكلف اللاعب جهدا كبيرا ،
و جميع الأبحاث أكدت أهمية هذه الصفة في اللعبة وعليه قام الباحث بدراستها ومعرفة مدى اختلاف المطاولة بين مراكز اللاعبين.

وتوصل الباحث من خلال مقارنة مراكز كل خط إلى عدم وجود أي فروق دالة ($f 0.05$) بين مراكز اللاعبين ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن مرحلة الأواسط هي البداية التي يحدث فيها تقدم في قابلية تطور المطاولة ، أما الدراسة التي قام بها (G. Cazorla- Farhi) حول تحديد القدرات الفسيولوجية والبدنية للاعبين كرة القدم الأكبر سجل كل من لاعبي الوسط والظهريين الأيمن والأيسر أحسن نتيجة في صفة المطاولة ويليهم لاعبي الهجوم ، ويستنتج الباحث أن هذه المرحلة العمرية الأواسط ليست المرحلة الحاسمة في حدوث فروق ذات دلالة بين مراكز اللاعبين. بينما تكون واضحة عند صنف الأكبر. أما عملية المقارنة بين خطوط اللعب سجلت النتائج وجود فروق ذات دلالة بين خطي الدفاع و الوسط ($t 0.05$) لصالح خط الوسط ، و نفس النتيجة كانت بين خطي الوسط و الهجوم لصالح خط الوسط ، بينما سجلنا فروقا عشوائية بين خطي الدفاع و الهجوم.

جدول رقم (4) يبين الدراسة المقارنة بين مراكز اللاعبين في اختبار المرونة :

خط الهجوم		خط الوسط			خط الدفاع			الخطوط		
مهاجم قلب	مهاجم	مهاجم	مهاجم	مدافع	الظهري	الظهري	الظهري	المراكز		
أيسر	الهجوم	أيمن	وسط	وسط	الحر	الوسط	الأيسر	الأيمن		
(11)	(9)	(7)	(10)	(8)	(6)	(5)	(4)	(3)	(2)	
10.07	9.21	7.74	9.64	10.78	9.14	9.88	9.12	8.17	7.07	\bar{X}
4.31	1.05	1.85	2.43	3.04	2.96	3.40	4.46	2.22	3.02	δ
9.01		9.85			9.06			\bar{X}_2		
2.63		2.58			3.30			δ_2		
44F=3.		29F=1.			1.64F=					
		00T=1.								
1.00T=										
		0.05T=								

هذا عند عتبة الأمان التي اخترناها (0.95) أي أثناء قبولنا هذا التأكيد ستواتينا 5% لكي نخطأ.

* = دال

تعتبر صفة المرونة في لعبة كرة القدم من الأسس المهمة في رفع مستوى الإنجاز للاعب، كما تكون مع الصفات البدنية أسس بناء وإتقان الأداء لكافة المهارات.

وباعتبار أن صفة المرونة تحدد ببعض الإمكانيات (التشريحية والفسولوجية) وتتأثر بدرجة كبيرة بالأوتار والعضلات والأربطة على الاستطالة، وكذلك تتأثر إيجابيا بالممارسة المستمرة والمنظمة خاصة في لعبة كرة القدم حيث الموافق المتغيرة والمفاجئة وعليه يحاول الباحث أن يدرس هذه الصفة من حيث معرفة أثر المراكز على صفة المرونة.

فالدراصة التي أجريت على مراكز اللاعبين فلم يسجل الباحث أي اختلاف في صفة المرونة بين المراكز حيث كانت جميع الفروق غير دالة (فرق عشوائي) عند (F 0.05) هذا يعكس مدى تقارب هذه الصفة بين مراكز اللاعبين. أما عملية المقارنة بين خطوة اللعب (الدفاع - الوسط - الهجوم)، فسجل الباحث كذلك عدم وجود أي دلالة إحصائية بين الخطوط الثلاثة (T0.05) ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن هناك متغيرات أخرى تدخل في تحديد صفة المرونة (الأوتار - المفاصل - الأربطة- و العضلات) أما اختلاف المراكز فلم يؤثر في هذه الصفة. و يؤكد الباحث أن هذه النتائج كانت منتظرة حيث أن المرحلة العمرية ليست هي المرحلة التي تتطور فيها صفة المرونة و إنما تكون قبل هذه المرحلة إي في مرحلة الأشبال و خاصة الأصاغر و الأطفال ، حيث تعتبر صفة وراثية تولد مع الإنسان و تبدأ بالنقصان إذا لم نحافظ عليها ، و أن التدريب عليها يمكن أن يطورها و ينميها إلى درجة أعلى .

جدول رقم(5): يبين نتائج الدراسة المقارنة بين مراكز اللاعبين في اختبار الرشاقة:

خط الهجوم			خط الوسط			خط الدفاع				الخطوط
مهاجم أيسر (11)	قلب الهجوم (9)	مهاجم أيمن (7)	مهاجم وسط (10)	مهاجم وسط (8)	مدافع وسط (6)	الظهير الحر (5)	الظهير الوسط (4)	الظهير الأيمن (3)	الظهير الأيمن (2)	المراكز
11.74	11.35	11.51	11.64	11.62	11.60	11.48	11.59	11.91	11.50	\bar{X}
0.35	0.17	0.20	0.30	0.41	0.33	0.73	0.28	0.30	0.47	δ
11.61			11.62			11.66				\bar{X}_2
0.24			0.33			0.46				δ_2
F=1.46			F=2.04			F=1.22				
			T=0.10			T=0.31				
			T=0.43							

هذا عند عتبة الأمان التي اخترناها (0.95) أي أثناء قبولنا هذا التأكيد ستواتينا 5% لكي خطأ * = دال تعتبر صفة الرشاقة من الصفات المركبة وهي تلعب دور مهمة في المهارة المركبة كما تكون علاقة مع بقية الصفات البدنية (كالقوة والسرعة والمرونة) للرفع من الإنجاز العالي.

واختيار الباحث اختبار جري (2x5.5م و 2x16.5م) حيث يعتبر هذا الاختبار من الاختبارات الحديثة لقياس صفة الرشاقة وهو معتمد بدرجة كبيرة لدى الإتحاد الأوروبي لكرة القدم .

وبعد دراسة مدى ثبات وصدق هذا الاختبار (0,81) على عينة البحث قام الباحث بدراسة مقارنة بين مراكز اللاعبين حيث أظهرت الدراسة الإحصائية كما هو موضح في الجدول رقم (5) إلى عدم وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية يبين مراكز اللاعبين (F0.05) بالرغم من وجود فرق عشوائي بين المراكز.

والمقارنة التي كانت مخصصة لخطوط اللعب (الدفاع -الوسط - الهجوم) كذلك لم تظهر الدراسة الإحصائية أي اختلافات ذات دلالة معنوية وهذا ما تعكسه بعض المقارنات في صفات القوة والسرعة والمرونة حيث لم تسجل أي فروق ذات دلالة ، لأن صفة الرشاقة هي مركبة أصلا من هذه الصفات ، أي وجود تطابق في النتائج مما يؤكد صحة النتائج التي توصل إليها الباحث.

الاستنتاجات:

على ضوء نتائج البحث والمعالجات الإحصائية للاختبارات المستخدمة في البحث توصل الباحث إلى النتائج التالية :

- أتساع مجال الاختلاف في المتطلبات بين معظم مراكز اللعب في القدرات البدنية الأصلية القوة ، السرعة ، التحمل

— بلغت الفروق في المتوسطات البدنية بين خطوط اللعب الحد الإحصائي عند مستوى ($t 0.05$) في قدرة السرعة (الهجوم - الدفاع)، (الهجوم - الوسط) وفي قدرة القوة الانفجارية (الهجوم - الدفاع) ، (الوسط - الهجوم) و في قدرة التحمل (الدفاع - الوسط) ، (الوسط - الهجوم) ، بينما كانت الفروق عشوائية هي سمة الخطوط الأخرى في القدرات أعلاه .

— عدم بلوغ عملية المقارنة في صفة المرونة بين خطوط اللعب الثلاثة أية اختلافات تذكر و أن هذا الانخفاض (العشوائية) مرده العلاقة الضعيفة بين مرونة الجسم و بين اختبارات المرونة الخاصة بالجذع و الفخذ و الذي يتفق و الدراسات التي تؤيد تأثير الفروق بالمقاييس الجسمية من ناحية و توقف هذه الصفة على إطالة العضلات العاملة فوق المفصل موضوع البحث و الذي تحتاجه جميع الخطوط .

— عكست نتائج تصنيف المستويات المعيارية المستوى المقبول لجميع المتطلبات البدنية و الذي مرده عدم كفاية العمر التدريبي لعينة البحث من الأواسط لتحقيق المستويات القياسية

الخلاصة:

من أجل النهوض بلعبة كرة القدم في الجزائر يستوجب علينا الاهتمام بالأصناف الصغرى وإعدادهم إعدادا صحيحا مبنيا على الأسس العلمية للنهوض بالمستوى نحو الأفضل وانطلاقا من هذا النقص أخذنا الفضول العلمي للبحث في موضوع تقويم تأثير واجبات مراكز اللعب و خطوطه الدفاعية ، الوسط ، الهجومية في إحداث التباين في المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم باعتبار اللياقة البدنية أحد الوسائل المهمة التي تعمل على تحسين الأداء في اللعبة إذ لا يمكن اللعب بمستوى جيد أثناء وقت المباراة دون لياقة بدنية. وإن الطريقة التي يستعملها المدربون حاليا في تقويم مستويات لاعبيهم تعتمد أساسا على التقويم الذاتي دون اللجوء إلى التقويم الموضوعي والمتمثل في إجراء الاختبارات والقياسات المقننة التي تركز على الأسس العلمية .

وعلى ضوء النتائج والتحليل الإحصائية توصل الباحث إلى وجود فروقا معنوية وأخرى عشوائية بين مراكز اللاعبين لبعض العناصر من اللياقة البدنية ، حيث حققت مراكز خط الهجوم أحسن نتيجة في كل من صفة السرعة

(جري 30) متر وصفة القوة (القفز العالي من الثبات) وصفة الرشاقة (جري $5,5 \times 2 + 16 \times 52$ م) .

كما حققت مراكز خط الوسط أحسن نتيجة في كل من صفة المطاولة (جري 12 دقيقة Cooper) و صفة المرونة ثني الجذع إلى الأمام والقوة والرشاقة.

– التوصيات:

على ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث في هذا البحث نوصي بما يلي:

- 1- ضرورة زيادة الاهتمام بتطوير اللياقة البدنية التي أظهرت فيها المراكز ضعفا كبيرا (القوة – الرشاقة).
- 2- تعزيزا ودعم مستويات الأداء الجيدة التي حققتها المراكز حتى ترتفع إلى المستوى الجيد (الآلي).
- 3- التركيز في التدريب على صفة القوة خاصة القوة المميزة بالسرعة وبدون إهمال بقية الصفات الأخرى.
- 4- تدريب اللاعب حسب المراكز وهذا انطلاقا من واجبات وخصوصيات ومتطلبات كل مركز في الفريق.
- 5- زيادة المدى الحركي (مدى إضافي) أثناء التدريبات اليومية لكل مركز حتى يغطي أكبر مساحة من الملعب.
- 6- ضرورة تطبيق الاختبارات في بداية فترة الإعداد والتعرف على مستوى اللاعبين حتى يتمكن المدربون من وضع خطة للتدريب ، وكذلك تكرار إجراء الاختبارات بين فترة وأخرى للوقوف على مدى تطور مستوى اللاعبين حتى يتمكن المدربون من وضع خطة للتدريب ، وكذلك تكرار إجراء الاختبارات بين فترة وأخرى للوقوف على مدى تطور مستوى اللاعبين.
- 7- إن معظم الأصناف الصغرى يشرف على تدريبهم لاعبين قدامى. عليه يوصي الباحث الاعتماد على المدربين الحاصلين على شهادات في مجال الاختصاص الرياضي بما يؤهلهم علميا وتربويا لقيادة هذه الأصناف والتي تمثل القاعدة الأساسية لبناء المستوى الرياضي عند المتقدمين (الأكاير).
- 8- ضرورة إجراء دراسات وبحوث مشاهمة للفئة العمرية نفسها (الأواسط) على بقية البطولات الجهوية من الوطن.
- 9- ضرورة إجراء دراسات وبحوث مشاهمة على بقية الفئات العمرية الأخرى.

المراجع:

- 1- أحمد سليمان عودة . : القياس والتقويم في العملية التدريبية، الطبعة الأولى،الأردن - 1985
- 2- أريك باتي . : المتغيرات الحديثة وطرق تنفيذها في تدريب كرة القدم، ترجمة وليد طيرة ، دار القادسية للطباعة ، بغداد 1986 .
- 3- العزيز كونزة . : كرة القدم، ترجمة ماهر البياني وسليمان علي حسن، مؤسسة دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل .
- 4- إبراهيم أحمد سلامة . : الاختبارات والقياس في التربية البدنية ، دار المعارف - القاهرة ،
- 5- إبراهيم شعلان وعمران أبو المجد . : خطط الكرات الثابتة في كرة القدم، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى 1997، القاهرة .
- 6- بوداود عبد اليمين ، تأثير الوسائل السمعية البصرية (الفيديو) على تعلم المهارات التكتيكية الأساسية في المدارس الرياضية لكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجزائر 1989
- 7- بوداود عبد اليمين . : أثر الوسائل السمعية البصرية (فيديو) على تعلم المهارات الأساسية بمدارس كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة الجزائر ، 1996 .
- 8- تامر محسن / واثق ناجي ، التدريب الدائري لكرة القدم ، كلية التربية البدنية ، بغداد العراق ، 1989 .
- 9- جارلس هيوز . : كرة القدم الخطط والمهارات ، ترجمة موقف المولي ، تامر صدر / مطابع التعليم العالي ، العراق 1990 .
- 10- ريسان مجيد خريط . : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية الجزء الأول جامعة البصرة ، 1989 .
- 11- زهران السيد. : المهارات الفنية للبطولة العالمية في كرة القدم، توزيع منشأة المعارف الطبعة الأولى 2000-.
- 12- زهران السيد. : المهارات الفنية للبطولة العالمية في كرة القدم ، الطبعة الأولى 2000 الإسكندرية مصر ، شركة الجلال للطباعة .
- 13- زهران عبد الله . : أفضل خطة لعب في كرة القدم ، الطبعة الأولى ، 2005 الإسكندرية دار الكتب والوثائق القومية .
- 14- عادل عبد البصير علي وإيهاب عادل عبد البصير علي . : تدريب القوة العضلية التكامل بين النظرية والتطبيق ، المكتبة المصرية ، الإسكندرية ، 2004 .
- 15- عصام حلمي ومحمد جابر بريقع . : التدريب الرياضي، أسس ، مفاهيم ، اتجاهات مطابع القدس ، الإسكندرية 1997 .

- 16- عمور أبو المجد و إسماعيل الملي . : الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة في كرة القدم مركز الكتاب و النشر، الطبعة الأولى- القاهرة ، 2001 .
- 17- قاسم المندلأوي/ شاعل كامل . : الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية مطبعة التعليم العالي ، الموصل ، العراق ، 1989 .
- 18- قاسم حسن حسين- الفسيولوجية مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي- مطبعة النشر- جامعة بغداد . 1990 .
- 19- قحطان خليل الغراوي . : تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم، رسالة ماجستير ، العراق ، 1991 .
- 20- كورت مانيل . : التعلم الحركي، ترجمة عبد علي نصيف مطبعة الموصل، العراق . 1989 .

- 31 - Brikci . A & : Caractéristiques Physiologiques Du Footballeur Algérien Conférence du sport . I . S . T . S , Alger , 1999 .
- 32 - Akramov . R . Sélection et préparation des jeunes Footballeurs, O.P.U - Alger .
- 33 - Alain . G . Football L'art du dribble , Ed Chiron , - Paris , 1994 .
- 34 - Lain . M . Football , L'art du buteur , Ed chiron 1998 , Paris .
- 35 - Alain . M . Football. systemes de jeu , Ed Chiron , Paris , 1991 .
- 36 - Turpin . B .Préparation, Entraînement du Footballeur, Ed amphora , Paris 2002 .
- 37 - Bruggmann. B : Exercices et jeux de football, Ed Vigot , Paris , 1999 .
- 38 - Bruno . B . Leroux M . : Le football stes jeunes , Vigot , Paris , 1997 .
- 39 - Catt Ewoy . C. Français . G : Ecole de Football Eveil et Initition , - amphora Paris , Amphora , Paris , 2002 .
- 40 - Batty . E. Football :Entraînement à l'européenne , Ed Vigot , Paris 1981 .
- 41 - Francklle . G . : test Exercices En Football , Ed Vigot , Paris. 2001 .
- 42 - Gil . F et Guin. C . : Football, initiation et Perfectionnement des jeunes , Ed Amphora , Paris , 2001 .

أثر برنامج تدريبي على التوازن والاتزان في رياضة الجمباز (الفني) بحث تجريبي على جمبازيات الفريق الوطني

من إعداد : أ/ إدريس خوجة محمد رضا جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

الملخص:

تعتبر البرامج التدريبية أحد عناصر التدريب كما أنها أحد الأركان الأساسية له، وحتى تكتمل البنية الأساسية لعملية التدريب والتعليم والاعتماد على مبدأ التدريب الفعال لا بد من الاهتمام بتوظيف هذه البرامج كأسس علمية في عملية التدريب باعتبارها توفر ظروف جديدة ومختلفة حسب نوع وهدف البرنامج المستخدم، وتساهم بشكل كبير في خلق وإيجاد الواقع الذي يقود للتواصل إلى مجموعة من الأهداف لها علاقة بالأداء المهاري وجزء آخر له علاقة باتساع نطاق دور الجمبازية في كل برنامج من برامج التدريب فتكامل الجمبازية يأتي من تكامل شخصيتها التي تكون متزنة وحسن إعدادها وحتى تصل إلى الهدف يكون من الواجب إتباع طرق وأساليب علمية حديثة تؤدي إلى بلوغ الهدف، وعلى هذا جاءت هذه الرسالة، على التوازن والاتزان، تصنيفها ودورها في الإنجاز بالتحليل والشرح وكيف يتم تدريبهما، بعد دراسة أولية لواقع عملية التدريب للجمباز في بلادنا ومن ثمة بنينا مشكلة البحث، أما البرنامج التدريبي المقترح بالتحليل والشرح (للماكر وسيكل) (والميز وسيكل) "1" و"2" (والميكروسيكلات) "8" والوحدات التدريبية. وبغية التحقق من فروض البحث اعتمدنا في بحثنا على المنهج التجريبي، حيث طبقنا التجربة على عينة ذات مستوى عالٍ "منتمية إلى" الفريق الوطني "اختيرت بطريقة مقصودة وعددها "7" جمبازيات ناشئات وقد استخدمت المجموعة برنامج تدريبي مقترح على التوازن والاتزان دامت التجربة شهرين في قاعة تدريب الجمباز بسعيدة وتحت إشراف المدرب الوطني للإناث في الجمباز وعلى اثر هذه التجربة تم جمع النتائج، وبعد المعالجة الإحصائية وتحليل هذه النتائج استنتجنا أن استخدام برنامج تدريبي له أثر إيجابي في تحسين التوازن والاتزان وضرورة إدخالهما في الحصص التدريبية لضمان مستوى أفضل نظراً لأهميتها في الرفع من درجات الجمبازيات على مختلف الأجهزة

الكلمات الأساسية: التوازن، الاتزان، البرنامج التدريبي

L'impact du programme d'entrainement sur l'équilibre et l'acte d'équilibre dans le sport gymnastique « féminine »

Résumé:

L'utilisation du programme d'entrainement dans l'opération d'entrainement explique l'éloignement du travail aléatoire qui aide a comprendre l'opération d'entrainement et son influence sur l'opération d'apprentissage et dans le but d'utilisé des programme d'entrainement scientifique et ce choix du style adéquat dans la réalisation des performances d'entrainement il est judicieux d'avoir un aspect scientifique approprie aux développements récent afin d'atteindre un haut niveau dans une contre durée et moine d'efforts cette application doit être mené d'une étude analyse et de large connaissance et compréhension dans le domaine

L'étude se base sur avoir l'influence d'un programme d'entrainements sur l'équilibre et l'acte d'équilibre

A fin d'attendre les objectifs on contre dans notre travail sur la méthode experimenter et pratique d'expérience sur un échantillon d'un niveau élève parce que les deux facteurs influent directement sur la note finale du gymnaste dans tous les agrée

On a étudiés l'équilibre et l'acte de l'équilibre ainsi que son rôle dans la réalisation

Mots clé : programme d'entrainement . l'équilibre . acte de l'équilibre

مقدمة البحث :

إن الرياضة في العصر الحديث تسعى إلى النمو والتطور بصفة مستمرة وسبيلها في تحقيق هذا هو التخطيط, فالتخطيط عنصر هام وحيوي من عناصر الرياضة والتخطيط يسعى دائما وراء الأفضل ويلهث وراء الأفكار الجديدة ويحاول تحقيقها والاستفادة منها

1- ويرمي التخطيط إلى وضع أهداف مرئية بطريقة منطقية سواء كانت الأهداف عاجلة مثل الفوز في بطولة محلية أو أهداف متوسطة المدى مثل الاشتراك في دورة أولمبية وتحقيق مراكز متقدمة فيها أو أهداف بعيدة مثل الوصول بأحد ناشئين إلى المرتبة الدولية عموما هذه الأهداف هي التي تحدد ماذا يجب أن نفعل؟ وكيف نصل إليه؟ ومن الذي يفعل؟ وأين نتجه؟ ومتى نفعل؟

ويعرفه جورج تيري GEORGE TORRY بأنه :

وهو الاختيار المرتبط بالحقائق ووضع واستخدام الفروض المتعلقة بالمستقبل عند تصور وتكوين الأنشطة المقترحة التي يعتقد بضرورتها لتحقيق النتائج المنشودة¹

ولا نغالي إذا قلنا أنه في غياب البرنامج تغيب فاعلية وهدف الخطة وبالتالي التخطيط لها لتحقيق الهدف لأي خطة من الصعب أن يرى أن يرى النور في غياب البرنامج إن عملية تصميم البرامج التدريبية الرياضية ليست بالأمر السهل فهي عملية صعبة تتطلب وجود فرد على مستوى عال من الناحية العلمية والعملية ملما بالعديد من الجوانب لها علاقة بالتربية الرياضية والتدريب الرياضي في نفس الوقت الإمام التام بالعلوم التي لها اتصال

¹ عبد الكريم درويش وليلى تكلا: أصول التخطيط الرياضي مكتبة أنجلو المصرية القاهرة سنة 1988 ص 28

مباشر بعملية تصميم البرامج مثل علم الإدارة حيث أن البرامج جزء من العملية الإدارية وكذا علم التدريب الرياضي فهو قوام العملية الفنية في تصميم البرنامج فالعلاقة بين علم التدريب والبرامج علاقة مباشرة سواء كان ذلك في المحتوى أو التنظيم أو التنفيذ أو التقييم وبنفس الأهمية علم الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية

إشكالية البحث:

تعتبر رياضة الجمباز أحد الأنشطة الرياضية الفردية حيث تشترك الجمبازي بمفرده وبالتالي يعتمد على قدراته في انجاز الواجب المهاري على أجهزة الجمباز (أرضي , متوازي , حلق , حصان الحلق , حصان القفز عقله للرجال وأجهزة (المتوازيين مختلفي الارتفاع , العارضة , طاولة القفز,أرضي) للإناث أو ممارسة الجمباز الإيقاعي أو الأكروبات ومن خلال التدريب يتمكن الجمبازية مثلا أن يقارن أداءه بمستوى أداء جمبازية أخرى وعلى ذلك يكون تقويم النتائج في رياضة الجمباز من خلال المنافسات طبقا للبرامج الموضوعه .

وبناء على الخبرة العلمية في ميدان التدريب والملاحظات التي أخذناها حول [الأخطاء التي مازالت تعاني الجمبازية والتي لها علاقة مباشرة بدرجة النهائية على كل الأجهزة هي التوازن والاتزان كأكثر خطأ يقع فيه الجمبازية سواء المبتدأ أو المتقدم وهذا ما تؤكدته الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها ونظرا لأهمية الموضوع باعتبار أن المشكلة المحصورة في التوازن والاتزان القضاء عليها يعني بالدرجة الأولى ارتقاء مستوى الجمبازي في الجزائر إلى الأحسن على المستوى القاري والدولي ,ومقابلة شخصية مع مدربي الفريق الوطني¹ لهم كفاءة عالية في مجال التدريب في رياضة الجمباز الذين أكدوا

لنا أن التوازن والاتزان يختلف كل واحد منهما عن الآخر ولهما دور كبير في الرفع من مستوى الجمبازية إذا ما تحكمت فيهما

فلاحظنا من خلال المقابلات أنهم يجزمون على الاختلاف بين التوازن والاتزان لكنهم لا يستطيعون تشخيص كل واحد منهما وعلى هذا فهم يعتمدون في عملهم على خبرتهم العملية وأساليبهم التقليدية فلا يدرجون التوازن والاتزان في برامجهم التدريبية

وعلى هذا الضوء يطرح الباحث السؤال الرئيسي التالي :

ماهو أثر برنامج تدريبي مقترح على التوازن والاتزان والعلاقة بينهما في رياضة الجمباز الفني إناث وفي ضوء هذا السؤال الرئيسي نطرح جملة من الأسئلة الفرعية :

ماهو أثر برنامج تدريبي مقترح على التوازن والاتزان في رياضة الجمباز الفني (إناث)

ماهي العلاقة بين الاتزان والتوازن ؟

أسماء المدربين :براشدي الحاج أحمد :مستشار في الرياضة – مدرب الفريق الوطني جمباز فني إناث وحكم دولي¹
- بن جلول محمد تقني سامي في الرياضة – مدير منهجي وإداري جمباز فني وحكم وطني
- بن زاي أعمر: تقني سامي في الرياضة – مدير منهجي وتقني – حكم وطني

أهداف البحث:

مهدف من خلال البحث إلى مايلي :

المهدف الرئيسي:

معرفة أثر برنامج تدريبي مقترح على التوازن والاتزان والعلاقة بينهما في رياضة الجمباز الفني إناث ولتحقيق هذا

المهدف نظرح جملة من الأهداف الفرعية:

معرفة أثر برنامج تدريبي مقترح على الاتزان والتوازن في رياضة الجمباز الفني (إناث)

معرفة نوع العلاقة بين التوازن والاتزان

فرضيات البحث:

الفرضية الرئيسية: انطلاقا من طرحنا لمشكلة البحث يمكن صياغة الفرضية الرئيسية على النحو التالي

يؤثر البرنامج التدريبي المقترح ايجابيا على التوازن والاتزان كما أن العلاقة بينهما قوية في رياضة الجمباز الفني

إناث

ومن خلال هذه الفرضية نظرح الفرضيات الفرعية التالية:

يؤدي البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسين التوازن في رياضة الجمباز الفني إناث

العلاقة بين التوازن والاتزان هي علاقة طردية ايجابية قوية

أهمية البحث:

ضرورة استخدام البرامج التدريبية المقننة و المبنية على الأسس العلمية وذلك للابتعاد عن العشوائية لأن المهدف

الأساسي يكمن في الارتقاء بالمستوى وليس الاكتساب فقط أو محاولة المحافظة عليه كما ينص التدريب الحديث

بالإضافة إلى التشخيص الجيد للاتزان والتوازن وإدراجهما في البرامج التدريبية باستخدام حصص تدريبية مع

الأخذ بعين الاعتبار النواحي الفنية للأداء الحركي لأن التوازن والاتزان ارتبطتما بالأداء الحركي سواء في الفراغ

أو بوجود ارتكاز يؤثر مباشرة في الدرجة النهائية للجمبازي

مصطلحات البحث:

البرنامج التدريبي: هو عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلفا مابين ميعاد الابتداء

وميعاد الانتهاء لكل عملية تقرر تنفيذها وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات

لتحقيق أهداف الخطة .

التوازن: يعني أن يكون الفرد لديه القدرة على الاحتفاظ بوضع الجسم في الثبات أو الحركة وهذا يتطلب

سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والعصبية كما أنه يتطلب القدرة على الإحساس بالمكان

والأبعاد سواء كان ذلك باستخدام البصر أو بدونه عصبيا وذهنيا

الاتزان: يعني أنه قدرة الفرد على تحديد وضع الرأس بالنسبة للجسم وإيصال هذه الإشارة بسرعة إلى الجهاز

العصبي وبالتالي حركة الرأس يمكن ترجمتها إلى نبضات عصبية تتوجه إلى المخ

الخطة طويلة المدى :تعتبر الخطة طويلة المدى من القواعد الهامة لتطوير الجمبازي على مدى سنوات محددة أذناها 04 سنوات وهي تضم المدرب والجمبازي وطرق العمل لتحقيق الأهداف

الخطة السنوية :تعتبر المحور الأساسي لعمل المدرب وعلى هذا الأساس يكون تقسيم البرامج التدريبية السنوية الى دوائر ومراحل على النحو الآتي :

أ - مرحلة الإعداد العام

ب- مرحلة الإعداد الخاص (الأساسيات)

ج- مرحلة المنافسات

د- المرحلة الانتقالية

وبدورها الخطة السنوية تتكون من :

❖ الخطة المرحلية (السماكروسيكل) **macro – cycle**

يتكون من شهرين تدريب يفصل بينهما أسبوع للاسترجاع وغالبا ما يضم فترة الإعداد العام أو فترة الإعداد الخاص

❖ الخطة الجزئية (الشهرية) الميز وسيكل **méso –cycle**

هو تجمع لعدة أسابيع وعددها 04 لها أهداف مشتركة على الرياضي تحقيقها وهو تسلسل لأسبوعين أو ثلاثة أسابيع ذات أهداف متتابعة وأسبوع للاسترجاع

❖ الخطة الأسبوعية :الميكروسيكل " **micro – cycle**

تتمثل في تنظيم المثلة لعدة وحدات تدريبية بصفة منطقية ومرتبة وهذا التنظيم في الأزمنة يمكن أن يتكرر ليعطي خطة تدريبية تسمى الميز وسيكل (متوسط) أو ماكروسيكل (كبير) وتتراوح مدتها من مدتها من 4 أيام إلى 14 يوما ولكن المدة المعمول بها هي 07 أيام إلى 14 يوما ولكن المدة المعمول بها هي 07 أيام "أسبوع"

الدراسات المشابهة:

دراسة يحيى محمد أحمد الجمل¹ :أجريت هذه الدراسة بنادي التوفيقية الرياضي للجمباز الفني (ذكور) –القاهرة مصر –سنة 1979 موضوعها :تأثير برنامج تدريبي مقترح لتحسين وتنمية الاتزان لمهارة الوقوف على اليدين

في رياضة الجمباز

أهداف الدراسة : دراسة تأثير برنامج تدريبي مقترح لتحسين وتنمية الاتزان لمهارة الوقوف على اليدين في رياضة الجمباز

3 الدكتور يحيى محمد أحمد الجمل :كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ,جامعة حلوان 1979
4 ريسات مجيد خريبط :موسوعة القياس والاختبار في التربية البدنية والرياضية دار النشر جامعة البصرة ,ص 185

عينة الدراسة : جرت هذه الدراسة على عينة بلغت 6 جمبازيين "ذكور" الناشئين من نادي التوفيقية الرياضي بمصر.

أدوات الدراسة: استعملت ثلاث اختبارات الاتزان (بورتيسكفا , بريوك , الدحرجات)

منهج البحث: استخدم المنهج التجريبي للمجموعة الواحدة

تنفيذ تجربة دراسية: تمت إجراءات البرنامج التدريبي والقياسات بنادي التوفيقية الرياضي استغرقت مدة البرنامج 9 أسابيع من 1979/01/04 إلى 1979/03/15 ثلاث وحدات تدريبية استغرقت الوحدة التدريبية 25

دقيقة أجري قياس قبلي وآخر مرحلي بعد ثلاث أسابيع ثم أجري قياس بعدي في نهاية المدة

أهم نتائج البحث الدراسة: توصل الباحث إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الثاني (البعدي)

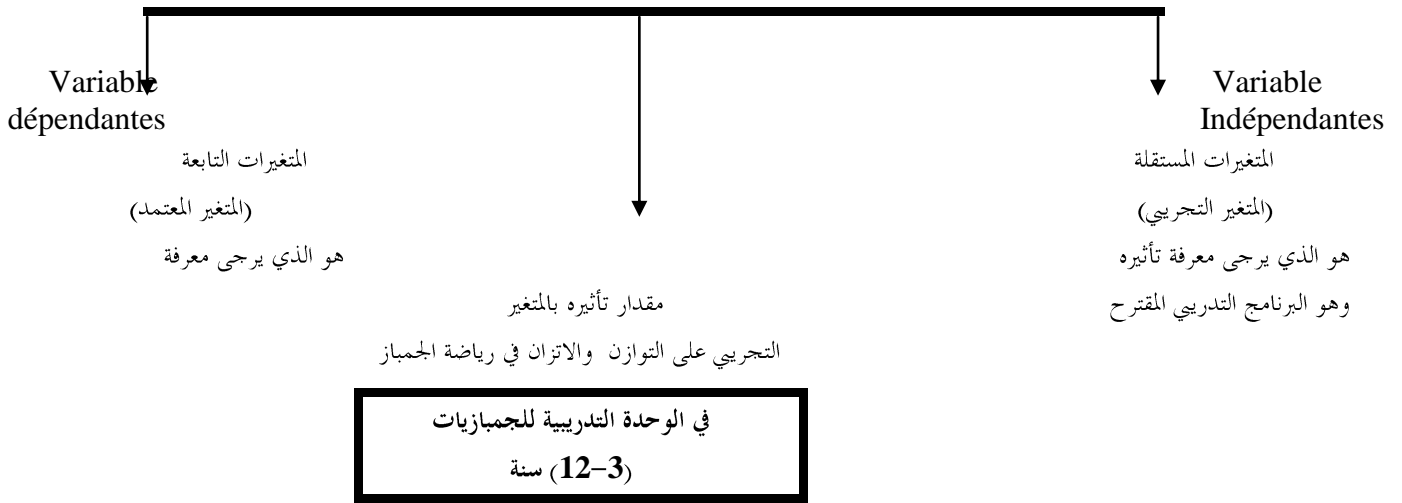
منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي هو الأكثر ملائمة

تم اختيار عينة البحث بطريقة مقصودة تكونت من الجمبازيات المنتميات الى نادي مولودية سعيدة , ويتقمنص الألوان الوطنية لهن مشاركات عربية وافريقية وبلغ عددهن 07 جمبازيات عينة متجانسة من حيث الطول والوزن والسن وعدد سنوات التدريب

أدوات البحث :

الملاحظة :

- المقابلات الشخصية :أستاذة ودكاترة ,الفريق المشرف على التدريب
- المصادر والمراجع :كتب مجلات ,أفلام تحليلية باللغتين العربية و الأجنبية
- الاختبارات : من أجل قياس التوازن والاتزان في الجمباز
- اختبارات الاتزان :بروتسكفا بريوك الدحرجات
- اختبارات التوازن :الشكل الثماني ,الوقوف بالقدم الطويلة ,التوازن المقلوب¹

متغيرات البحث

الأسس العلمية للاختبارات : حتى تكون الاختبارات التي وضعت ذات مصداقية ودلالة وتقيس ما وضعت من أجله ينبغي مراعاة الشروط والأسس العلمية التالية :

ثبات الاختبار :

قام الباحث باختبارات أولية وهذا من أجل حساب معامل الثبات لكل اختبار بطريقة (اختيار-إعادة اختيار) حيث طبقت الاختبارات على عينة من نادي مولودية سعيدة سن (09-12) سنة تم اختيارها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث عن طريق السحب وهذا حسب التواريخ التالية :

سبع 7 ناشئات من نادي مولودية سعيدة يوم 16 ديسمبر 2008
وأعيد الاختبار على نفس العينة بعد أسبوع أي يوم 23 ديسمبر 2008

الجدول رقم 1: يبين ثبات اختبارات الاتزان والتوازن

الاختبار(ر)	معامل ثبات	قيمة الحدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	الاختبارات
0.87	0.83	0.01	6	7	الاتزان	بروتسكفا
0.86						بريوك
0.90						الدحرجات
0.93						قدم يمني
0.91					قدم يسرى	الثابت
0.85					الأمام	الحركي
0.87					الخلف	
0.96						المقلوب

يعد حساب معامل الارتباط بيرسون وجد محصورا بين 0.87 و 0.96 وبعدها قمنا بالكشف في جدول دلالات الارتباط لمعرفة ثبات الاختبارات عند درجة الحرية (ن-1) وبمستوى دلالة 0.01 تبين لنا أن الاختبار يمتاز بدرجة عالية لأن معامل الثبات المحسوب أكبر من الجدولية والتي تساوي 0.83

صدق الاختبار :

صدق التمايز :قمنا بتطبيق الاختبارات على مجموعتين إحداهما ممارسة من الناشئات من نادي مولودية سعيدة وعددهن 07 وأخرى من الناشئات من نادي مولودية سعيدة مبتدئات في الجمناز وعددهن 07 من مجتمع البحث وأبعدن من العينة الأساسية وهذا من أجل التأكد من قدرة الاختبارات على التميز بين المستويات المختلفة

يشير الجدول على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 في جميع الاختبارات للاتزان والتوازن في رياضة الجمناز مما يؤكد على صلاحيتها للتطبيق نظرا لوضوح التمايز بين المجموعتين المتضادتين في المستوى مما يدل على صدق الاختبارات

الجدول رقم 02 ينقل الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة لصدق تمايز الاختبارات

نوع الفرق	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	عدد العينة	ناشئات ممارسات		مبتدئات غير ممارسات			
						ع	س	ع	س		
دال		2.68	0.01	12	14	5.30	18.63	4.00	17.71	بروتسكفا	الاتزان
دال	4.88					1.19	4.14	1.70	2.60	بريوك	
دال	3.31					2.35	4.68	1.21	1.00	الدحرجات	
دال	3.98					30.15	90.71	40.79	50.55	قدم يعني	
دال	3.34					33.18	87.11	40.13	48.23	قدم يسرى	الثابت
دال	3.73					1.21	1.42	3.29	0.25	الأمام	الحركي
دال	2.71					1.11	1.49	4.68	1.13	الخلف	
دال	2.79					15.80	71.83	7.46	56.28	المقلوب	
دال	4.42										

موضوعية الاختبارات: الموضوعية تعني عدم التأثر الاختبارات بتغيير المحكمين وأن الاختيار يعطي نفس النتائج مهما القائم بالتحكيم

ويذكر محمد صبحي حسانين¹: أن الثبات يعني موضوعية أي أن الفرد يحصل على نفس الدرجة لو اختلف المحكمين¹

إن مجموعة الاختبارات المستخدمة في بحثنا مفهومة وسهلة وواضحة خاصة أن المختبرين عينة البحث تلقوا شرحا شاملا لأهداف الاختبارات ومواصفاتها وشروطها كما أجبنا على كل التساؤلات التي أثارها المختبرون قبل تطبيق الاختبارات بالإضافة إلى أن الاختبارات واضحة غير غامضة بالنسبة للمقيم والمختبر هذا ما يجعلها غير قابلة للتأويل كما أن الباحث قد أشرف على الاختبارات بمساعدة فؤيق عمل ولهذا فان الاختبارات التي طبقناها تتميز بالموضوعية نتيجة لعدم تدخل المشرف في نتائجها

البرنامج التدريبي:

تم إجراء التجربة في الفترة الزمنية من 1 جانفي 2008 إلى غاية 30 أفريل 2008 وكان مايلي :

محمد صبحي حسانين : كرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية القاهرة 1987 ص 87¹

- الاختبار القبلي الأول يوم 1 جانفي 2008

- بداية العمل الميداني 1 مارس 2008

- الاختبار البعدي الثاني يوم 01 ماي 2008

وبناء على هذه الصواريخ التي تحددت بإشراف مدرب الفريق وهذا تماشيا مع برامج الفقيرة وطويلة المدى

وأهدافه وعليه تم تحديد الصواريخ المناسبة لبرامج عمله وبرمجة الاتحادية للبطولات الوطنية الجهوية الدولية

وبعد التشاور مع المشرف توصلنا إلى تحديد البرنامج التدريبي المقترح إلى شهرين من التدريب -2 méso

cycles بداية من يوم 1 مارس 2008 إلى غاية 30 أفريل 2008 وهي الفترة التي تزامن في البرنامج

التدريبي السنوي للمدرب فترة الإعداد البدني الخاص رقم 02 باعتبار أن شهر ماي هو شهر المنافسة 02

والتي تكون عادة البطولة الوطنية في نهاية الشهر وعليه كان البرنامج التدريبي المقترح يحتوي على مايلي :

فترة الإعداد البدني الخاص رقم 02	}	2 ميزوسيكل
PPS (2)		8 ميكروسيكل
من البرنامج السنوي المتبع من طرف المدرب		32 وحدة تدريبية

من 1 مارس 2008 إلى غاية 30 أفريل 2008

تمت التجربة في قاعة التدريب النادي للإناث الوحيدة على مستوى الولاية

تمت التجربة على سبع جمبازيات ينتمين إلى الفريق الوطني جمباز فني إناث

الجدول رقم 04 مقارنة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للاتزان والتوازن

الاختبار	القبلي		البعدي		عدد العينة	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع						
بروتسك فا	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	4.99	دال
	19.71	3.99	29.14	5.34						
بريوك	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	3.33	دال
	3.71	1.89	5.14	1.21						
الدحرجات	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	4.03	دال
	1.00	1.41	5.86	2.54						
شكل ثماني	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	2.85	دال
	4.29	1.89	3.43	1.27						
القدم الطويلة	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	2.83	دال
	0.29	0.76	1.34	1.40						
التوازن المقلوب	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	4.43	دال
	70.57	72.38	178.71	66.31						
التوازن المقلوب	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	3.73	دال
	178.43	105.79	271.41	63.15						
التوازن المقلوب	س	ع	س	ع	7	6	0.50	2.447	4.72	دال
	55.29	55.29	7.36	14.60						

الجدول الرابع يوضح مقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي عند مجموعة في اختبارات الاتزان والتوازن عند

جهازيات الفريق الوطني

إن الفرق بين الاختبارات الأولى والثانية هي فروق ذات دلالة إحصائية (معنوية) حيث بلغت

(ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (2.44) عند مستوى الدلالة (0.05)

ودرجة الحرية (6) مما يدل على أن الفرق بين الاختبارات دال إحصائياً وهو لصالح الاختبارات البعدية وعليه

يمكن أن نستنتج أن جميع المجموعة التي خضعت للبرنامج التدريبي حققت تقدماً وفروقاً ذات دلالة إحصائية في

كل الاختبارات

مناقشة الفرضيات :

مناقشة الفرضية الأولى :

إن نتائج التي توصلت إليها الدراسة تثبت صحة فرضية البحث الأولى ذلك أن الفروق بين المتوسطات

الحسابية لاختبار القبلي والاختبار البعدي هي فروق دالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي عند كل مجموعة

البحث التي أجريت عليها التجربة فاستخدام البرنامج التدريبي قد أثر إيجابياً في تحسين الاتزان والتوازن

عند الجمبازيات وخاصة الإناث وهذا نظرا لوجود جهاز من الأجهزة الأربعة هو جهاز عارضة التوازن والتي تتطلب جل مهارتها درجة كبيرة من التوازن في الأداء وبطبيعة الحال كذلك بعد الأداء فيرى الباحث ضرورة معرفة المدربين على الاحتفاظ بوضع الجسم في الثبات أو الحركة وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة أن يكون الفرد لديه القدرة على الاحتفاظ بوضع الجسم في الثبات أو الحركة وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والناحية العصبية¹ والتوازن يتطلب القدرة على الإحساس بالمكان والأبعاد وذلك باستخدام البصر أو بدونه عصبيا وذهنيا فالحركة التي تقوم بها الجمبازية من مشي وجري وثب.... الخ فوق عارضة التوازن أو الوقوف على مشط أحد القدمين بالإضافة إلى أو ضاع الارتكاز بمهارة الوقف على اليدين كلها تتطلب عملية تأثر كبيرة بين الجهاز العضلي والعصبي ومما سبق يتضح مدى ارتباط التوازن بالتوافق العضلي² والعصبي ولقد دلت العديد من الدراسات التي قام بها لافوز وسميث على أن التدريب يؤدي إلى تطوير التوازن بصورة ملموسة وله دور كبير في تنميته والأكثر من هذا أكد سينشر أن التوازن يتحسن بزيادة العمر بين 11 إلى 16 سنة³ إضافة إلى الإحساس بوضع الرأس وحركته يرجع ولو جزئيا إلى التنبيهات العصبية التي تتدفق مباشرة من أعضاء الاستقبال الدهليزية إلى المخ ويعتمد الاتزان على أحاسيس متعددة تصدر من الجلد والعضلات والعينين ومن جزء من الأذن الداخلية الجزء التيهي يسمى بالقنوات الهلالية وهي التي تساهم بجزء أكبر في الاتزان وعلى ذلك فإن دوران أو لف جسم الجمبازية السريع والمفاجئ حول المحور العرضي أو الطولي يساعد على خلق الشعور الزائد الناتج عن حركة السائل الأذن الداخلية ولكن باستمرار التدريب يضمحل هذا الشعور إضافة إلى عامل النظر على الأعلى سيساعد على الاتزان بعد الحركة المفاجئة وذلك عند تثبيته ويسهل السيطرة على أوضاع الجسم أثناء الأداء وبعد الأداء وهذه المفاهيم إذا استوعبها المدرب يستطيع توظيفها في برامجه التدريبية حتى يتمكن من تنمية وتحسين الاتزان والتوازن عليه الرفع من المستوى

مناقشة الفرضية الثانية

العلاقة بين التوازن والاتزان هي علاقة طردية ومن خلال الدراسة الإحصائية ثبت أنه هناك علاقة طردية بين التوازن والاتزان أي أنه كلما زاد التوازن زاد الاتزان عند الجمبازية والعكس صحيح ومما يتبين تظهر لنا جليا العلاقة الموجودة بين التوازن والاتزان ومن الأفضل أن تكون البرامج التدريبية التي يستخدمها المدربون في عملياتهم التدريبية تحتوي على التوازن والاتزان معا وهذا بالنظر إلى ارتباطهما الوثيق

¹ Jacques legnet. Action motrices en gymnastique sportive p 86

² ريسان مجيد خريبط : موسوعة القياس والاختبار . ص:185

³ Philipe, hostal, gymnastique aux agrès, entrainement primaire ; p102

والايجابي والذي يتجلى في أداء الجمبازيات للحركات الأرضية أو لعارضة التوازن أو لعارضتين مختلفتي الارتفاع وحصان الففز كل من هذه الأجهزة يتطلب توازن واترن في معظم المهارات إضافة إلى عاملي النظر والإحساس الحركي فمجدها مشتركين بين التوازن والاتزان لذا فارتباطهما ببعض وتحسينهما يؤدي حتما إلى أداء قياسي ممتاز على كل الأجهزة وهذا ما أثبتته دراسة سكوت Scott بوجود علاقة عالية بين التوازن والاتزان مما جعله يوصي بضرورة أن تتضمن أي بطارية حركية اختبارات للتوازن والاتزان

الاستنتاجات:

من خلال التجربة التي قمنا بها في ضوء النتائج التي تمت معالجتها إحصائيا ثم التوصل إلى مايلي :

- ❖ إن استخدام البرنامج التدريبي قد أثر ايجابيا في تحسين التوازن والاتزان عند جمبازيات
- ❖ إن الفرق بين الاختبارات القبليّة والبعدية دالة إحصائيا وهو لصالح البعدية عند كل جمبازيات
- ❖ والعلاقة الارتباطية بين التوازن والاتزان ونوع العلاقة كان طرديا ايجابيا أي كلما زاد التوازن زاد الاتزان والعكس صحيح
- ❖ إن البرنامج التدريبي له فعالية كبيرة في تحسين التوازن والاتزان وضرورة تشخيص كل منهما في عملية التدريب وهذا نظرا لأن الاتزان يمحصر في حركة الرأس ودوران الجسم في الفراغ أما التوازن فهو المحافظة على ثبات الجسم وارتباطهما في كل حركات الجمباز على الأجهزة الأربعة

التوصيات:

بغية الاستفادة في التغيير الضروري من واقع التدريب المعاش وتحسينه نريد إيراد التوصيات التالية

- ❖ ضرورة استخدام البرامج التدريبية لتحسين التوازن والاتزان في رياضة الجمباز
- ❖ استخدام حصص تدريبية في مختلف المراحل التدريبية للاتزان والتوازن مع الأخذ في الاعتبار النواحي الفنية للأداء الحركي
- ❖ ضرورة استعمال طرق تدريبية حديثة عند تعليم مهارات معقدة لأنه يعطي للجمبازية فرصه كبيرة لتحليل الحركة والقدرة على التركيز معها والتعامل مع تفاصيلها
- ❖ ضرورة اعتماد المدربين في تعليم المهارات على التنمية وتحسين التوازن والاتزان بشكل عام لارتباطهما بمستوى الأداء الحركي في معظم مهارات الجمباز
- ❖ يجب توفير الوسائل الحديثة والضرورية التي تتطلبها أساليب التدريب كوسائل الإيضاح الحية وكذلك الوسائل السمعية البصرية أثناء وحدات التدريب العلمية
- ❖ إجراء دورات تكوينية للمدربين المهنيين وندوات ومؤتمرات يشرف عليها أساتذة باحثون ومختصون وذلك لإبراز وتوضيح المستجدات في مجال التدريب تماشيا مع التطورات
- ❖ توفير المراجع والمصادر في مجال طرق تدريب في رياضة الجمباز خاصة في مختلف المكاتب

- ❖ تشجيع الطلبة والباحثين بالمدارس وأقسام التربية البدنية والرياضية بعمل بحوث خاصة على التوازن والاتزان لمعظم مهارات الجمباز على مختلف الأجهزة ذكور وإناث
- ❖ إجراء بحوث تجريبية مشابهة تتضمن العلاقة بين الاتزان والتوازن في مراحل سنوية متقدمة
- ❖ القيام ببحوث مشابهة وتأثير البرامج التدريبية في فعاليات أخرى وجوانب تطويرية

قائمة المصادر والمراجع:

قائمة المصادر باللغة العربية :

- أبو العلا عبد الفتاح/ التدريب الرياضي 2003 الطبعة الأولى -مدينة نصر الله
- أبو العلا عبد الفتاح ، زكية أحمد/ دراسات في اللسانيات التطبيقية حقل تعليمات اللغات -ديوان المطبوعات الجامعية
- أسامة مصطفى رياض /الطب الرياضي وإعداد المنتخبات 1998 المملكة العربية السعودية
- الزروق مصباح سنوسي/ تركيب جسم الإنسان ووظائفه ط 7 جامعة الفاتح 1991
- بهاء الدين ابراهيم سلامة/التمثيل الحيوي للطاقة في المجال الرياضي دار الفكر العربي القاهرة
- طاهر سعد الله/علاقة القدرة على التفكير الابتكاري الدراسي
- طلحت حسام الدين /ميكانيكا الحيوية الأسس النظرية والتطبيقية .دار الفكر العربي
- صلاح مصطفى الغول / مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية
- يوري فورلوف / العمل والمخ ترجمة شكري عازر
- د.يحيى محمد أحمد الحمل / كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة جامعة حلوان 1979
- 11 كارل كنيدي /أمراض الأسنان 2003 ترجمة أحمد حافظي موسى .أحمد فتحي الزيات .مركز كتب الشرق الأوسط
- كمال درويش .محمد عثمان / العمل البدني والتكيف مؤتمر دولي البحرين 1992
- محمد حسن العلوي/تدريب ومنافسات الطبعة السابعة.دار المعارف .القاهرة
- عادل عبد البصير /التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق دار الكاتب الحديث
- عبد الكريم درويش .ليلي تكلا /أصول التخطيط الرياضي مكتبة أنجلو مصرية القاهرة 1988
- عبد الحميد شرف /التخطيط في التربية الرياضية.ط1.مركز كتاب للنشر القاهرة 1997
- عمار بجوش .محمود ذنبيات /مناهج البحث العلمي وطرق البحث
- فاروق عبد الوهاب / التدريب في الجو الحار المركز العلمي الأولي العالمي القاهرة
- قاسم الحسن الحسين إيمان شاكر/ طرق البحث العلمي في التحليل الحركي كلية التربية البدنية
- حسن سيد معوض التقويم في التدريب الرياضي .دار المعارف مصر

- زكية أحمد فتحي / فسيولوجية التدريب الرياضي .جامعة حلوان
- زكية أحمد فتحي / مبادئ علم وظائف الأعضاء 2000 دار الفكر العربي .القاهرة

قائمة المراجع باللغة الفرنسية:

- 1 AKITOMO /gymnastique
- 2 Arthur .c.guyton / traite de physiologie médical. Département de physiologie et de biophysique .traduit par : j. gantier université de Montréal
- 3A.domrat/ nouveau Larousse médical .faculté de médecine. Paris
- 4 Claude piard/ fondements de la gymnastique année 2002
- 5 fédérations françaises de gymnastique mémento de l'entraîneur
- 6 James g-Hay /biomécanique des techniques sportives
- 7 Karl-koch /gymnastique à l'école primaire
- 8 lematné (g) psychologie social et expérimental .paris .1969 lemain (j-m)
- 9 Michel bourgeois/ gymnastique sportif
- 10 Philipe hostal/ gymnastique au agréé

استراتيجيات التخفيف من حدة الخجل في دروس التربية البدنية و الرياضية باستخدام الأسلوب التنافسي

د/بومسجد عبد القادر¹

-د/بن سي قدور حبيب²

ملخص البحث:

يرى الكثير من علماء النفس أن فترة المراهقة هي أهم فترات الحياة إطلاقاً، حيث الصحة الجسدية و النفسية للإنسان تتوقف على حد كبير في اجتياز هذه المرحلة بأمان و اطمئنان لذلك لابد من تحليل و دراسة الظواهر النفسية و السلوكية التي توجد في الكائن البشري أثناء هذه الفترة .
إذ يبدأ المراهق فيها بفرض المراقبة والتوجيه، والرغبة في إثبات الذات، كما يتعرض المراهق في هذه المرحلة إلى عدة حالات نفسية واضطرابات سلوكية، والتي نذكر منها الخجل، مما تؤثر على نموه النفسي بصورة سليمة.

ومن الأمور التي اتفق عليها علماء النفس أن ممارسة النشاط الرياضي بطريقة منظمة وعلمية يحدث أثراً إيجابياً على صحة الإنسان، وهذا الأمر هو الذي دفع الكثير من الدول إلى إنشاء نظام التربية البدنية والرياضية من أجل الحد من هذه الاضطرابات النفسية في مرحلة المراهقة بصفة خاصة والمراحل الأخرى بصفة عامة وأصرت على أن تكون التربية البدنية والرياضية إلزامية في المؤسسات التربوية وذلك من أجل إكمال العملية التربوية في التكوين السليم: بدنياً، اجتماعياً، خلقياً، وتكوين شخصية سوية.

فالتربية البدنية والرياضية جزء من نسيج المجتمع من المأمول أن تسهم ومجالاتها المتعددة المرتبطة في استخلاص سبل الوقاية و العلاج لهذه المشكلات وتحديد رؤى مستقبلية مشرقة حول هذا الإطار من خلال لعب الدور الإيجابي في تحقيق أهدافها ومبادئها السامية لدى المراهق.

ويتأتى ذلك من خلال عمليات التدريس لمادة التربية البدنية و الرياضية التي هي رسالة ذات أبعاد سامية و ذات أهداف نامية و ذات أساليب منهجية، حكمها في تخطيط كثير من المسؤولية و في إعداد الفطنة و المعرفة الواعية و في تنفيذ العمل بكل جدية و في النهاية تحقيق الكفاءات و الترقية. و منه فان المنطق التعليمي للمادة مبني على القدرات الذاتية الطبيعية، الذي يؤثر بضرورة إلى وضع إستراتيجية قاعدتها أهداف في صيغة كفاءات تجد امتدادها في الأنشطة البدنية و الرياضية مبنية على وضعيات إشكالية يفرضها الموقف موجهة إلى جميع التلاميذ، بحيث تتباين فيها مسالك التعلم و تراعي فيها استعداداتهم و رغباتهم.

وللوصول الى تحقيق هذا المبتغى و تجسيده تم تسطير الأهداف التالية:

1- قياس مستوى درجة الخجل عند أفراد عينة البحث.

¹ أستاذ محاضر(أ)-معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم-الجزائر.

² أستاذ محاضر(أ)-معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم-الجزائر.

- 2- تصميم برنامج مقترح قائم على استراتيجيات تهدف إلى تخفيف حدة الخجل في دروس التربية البدنية و الرياضية عند تلاميذ المرحلة الثانوية باستخدام الأسلوب التنافسي.
 - 3- الكشف عن طبيعة الفروق الموجودة في مستوى حدة الخجل بتطبيق البرنامج المقترح المعتمد على الأسلوب التنافسي.
 - 4- إيضاح طبيعة الفروق بين المستويات الدراسية في مشكلة الخجل.
 - 5- معرفة طبيعة الفروق الخاصة بالخجل بين الذكور و الإناث في دروس التربية البدنية و الرياضية.
- الكلمات المفتاحية: الاستراتيجيات - الخجل - درس التربية البدنية و الرياضية - الأسلوب التنافسي.

Stratégies visant à atténuer la honte dans les cours d'éducation physique et sportive à l'aide de la méthode compétitive

Résumé :

La période d'adolescence se caractérise par un changement global dans tous les aspects de la croissance. Il y'a la un changement des objectifs chez les adolescents dans les domaines de la maturité émotionnelle, l'intérêt pour le sexe, la maturité sociale, la tendance vers l'autonomie, la maturité mentale, le choix de l'occupation et l'utilisation du temps de loisirs, la philosophie de la vie et l'auto identification.

Il nous paraît évident que la réticence aux enseignements d'éducation physique et sportive de certains élèves participant avec leurs pairs aux activités entraînent des difficultés de communication des élèves évoqués.

Ces élèves qui sont en fin de compte timides sont plus sensibles que les élèves ordinaires et ont plus de stress en raison de leur sentiment d'infériorité, ce qui se traduit par de pessimisme et de prudence.

Ces craintes si elles viennent à se perpétuer peuvent nuire à leurs personnalités sur le plan psychologique à l'âge adulte et entraîner notamment l'isolement total, processus irrémédiable de désadaptation au milieu social.

En partant du principe que l'éducation physique et sportive est la seule matière en comparaison des autres matières enseignées, à favoriser l'intégration de l'adolescent dans toutes ses dimensions (appréhension de la timidité, création de liens psycho affectifs avec les autres,...) par le biais des séances dont les objectifs sont tout à la fois techniques, pédagogiques mais aussi psychologiques.

Il s'agira d'axer les séances d'éducation physique et sportive sur l'utilisation de plusieurs styles ont l'occurrence à remplir ce rôle, plus particulièrement le style concurrentiel basé sur la compétition entre les élèves.

De ces éclairages, nous nous sommes fixés les objectifs suivants :

- Mesurer le degré d'intensité de la honte chez l'adolescent concerné par cette étude.
- La conception d'un programme basé sur des stratégies pour diminuer le degré de honte à partir de leçons d'éducation physique et sportive à l'élève selon le style d'intervention.
- Détermination des différences de timidité entre les niveaux d'étude chez les élèves impliqués.
- Mise en valeur la nature des différences en ce qui concerne la honte entre les filles et les garçons dans les cours d'éducation physique et sportive.

مقدمة:

يرى الكثير من علماء النفس أن فترة المراهقة هي أهم فترات الحياة إطلاقاً، حيث الصحة الجسدية و النفسية للإنسان تتوقف على حد كبير في اجتياز هذه المرحلة بأمان و اطمئنان لذلك لابد من تحليل و دراسة الظواهر النفسية و السلوكية التي توجد في الكائن البشري أثناء هذه الفترة .

إذ يبدأ المراهق فيها بفرض المراقبة والتوجيه، والرغبة في إثبات الذات، كما يتعرض المراهق في هذه المرحلة إلى عدة حالات نفسية واضطرابات سلوكية، والتي نذكر منها الخجل، مما تؤثر على نموه النفسي بصورة سليمة.

و الخجل الذي قصده ذلك السلوك النفسي الذي يصدر من الشخص، و يمكن عريفه بأنه الشعور بالضيق أو الكبت بسبب مواقف شخصية مما يثني الشخص عن متابعة تحقيق أهدافه الشخصية أو العلمية، و الخجل شكل من أشكال التركيز المفرط على الذات و انشغال الشخص بأفكاره و أحاسيسه الخاصة.

و الخجول عادة يتحاشى الآخرين، و لا يثق بالغير و هو متردد في الإقدام و الالتزام و لا يميل إلى المشاركة في المواقف الاجتماعية مفضلاً البعد و الصمت أو الحديث المنخفض أو الانزواء و عادة ما يتلجلج و يحمر وجهه و يخنفي عند مجابهة الغرباء بالرغم من أنه طبيعي جدا بين ذوه في المنزل و الخجول يجتنب الألعاب و النشاطات الاجتماعية.

ومن الأمور التي اتفق عليها علماء النفس أن ممارسة النشاط الرياضي بطريقة منظمة وعلمية يحدث أثراً إيجابياً على صحة الإنسان، وهذا الأمر هو الذي دفع الكثير من الدول إلى إنشاء نظام التربية البدنية والرياضية من أجل الحد من هذه الاضطرابات النفسية في مرحلة المراهقة بصفة خاصة والمراحل الأخرى بصفة عامة وأصرت على أن تكون التربية البدنية والرياضية إلزامية في المؤسسات التربوية وذلك من أجل إكمال العملية التربوية في التكوين السليم: بدنياً، اجتماعياً، خلقياً، وتكوين شخصية سوية.

فالتربية البدنية والرياضية جزء من نسيج المجتمع من المأمول أن تسهم ومجالاتها المتعددة المرتبطة في استخلاص سبل الوقاية و العلاج لهذه المشكلات وتحديد رؤى مستقبلية مشرقة حول هذا الإطار من خلال لعب الدور الإيجابي في تحقيق أهدافها ومبادئها السامية لدى المراهق.

و يتأتى ذلك من خلال عمليات التدريس لمادة التربية البدنية و الرياضية التي هي رسالة ذات أبعاد سامية و ذات أهداف نامية و ذات أساليب منهجية، حكمها في تخطيط كثير من المسؤولية و في إعداد الفطنة و المعرفة الواعية و في تنفيذ العمل بكل جدية و في النهاية تحقيق الكفاءات و الترقية. و منه فان المنطق التعليمي للمادة مبني على القدرات الذاتية الطبيعية، الذي يؤثر بضرورة إلى وضع إستراتيجية قاعدتها أهداف في صيغة كفاءات تجدد امتدادها في الأنشطة البدنية و الرياضية مبنية على وضعيات إشكالية يفرضها الموقف موجهة إلى جميع التلاميذ، بحيث تتباين فيها مسالك التعلم و تراعي فيها استعداداتهم و رغباتهم.

وقد أكدت العديد من الأبحاث العلمية أن إحدى أهم الطرق المساهمة في التخفيف من الخجل هي ممارسة الرياضة، لأنها تعود بالعديد من الفوائد، فهي تبعد مشاعر القلق والتوتر وتساهم في الاسترخاء بما يعكس على الحالة الذهنية. كما أن الرياضة، خاصة الجماعية منها، تساعد على التفاعل مع الأقران، مما يبعد مشاعر الخجل.

وتحقق ممارسة الرياضة التوازن النفسي الذي يحمي الإنسان من الإصابة بالأمراض الصبية والأزمات النفسية وتحسن الدورة الدموية وتنشطها وتقوي العضلات والعظام وتساعد على النمو الجسماني.

-مشكلة البحث:

-إن تلميذ المرحلة الثانوية مراهق يتميز بما تتميز به هذه الفترة من خصائص معينة. ولقد حظيت هذه الفترة باهتمام كبير انعكس في الدراسات الكثيرة حولها. فهي عند "هول" فترة العواصف والضغوط الشديدة، وعند "يونج" فترة الميلاد النفسي المصحوب بتغيرات جسمية تبرز الأنا برغم جهل المراهق بها، وعند "سويف" فترة تنبيه الشعور بالذات. وتتميز هذه الفترة بأنها فترة تغير شامل في جميع جوانب النمو. ففيها يحدث تغير في أهداف المراهق في مجالات "النضج الانفعالي العام والاهتمام بالجنس الآخر والنضج الاجتماعي العام والتزوع نحو الاستقلال والنضج العقلي واختيار المهنة واستخدام أوقات الفراغ وفلسفة الحياة والتعرف على الذات، ومن ثم يضطرب اتزان الشخصية ويرتفع مستوى توترها بحيث تصبح معرضة للانفجارات الانفعالية المتتالية وتختل علاقاتها الاجتماعية بأعضاء الأسرة وأصدقاء المدرسة، فيصبح المراهق حساسا لصبغة خاصة لنقد زملائه، مستعدا لأن يتخذ اتجاهات متطرفة، خجولا ذا نزعات عدوانية، في صراع دائم بين الاتجاهات والقيم والمثل العليا وأساليب الحياة المختلفة¹. بحيث يمر المراهق بفترات عصبية وهزات انفعالية عنيفة، وتتخلل هذه المرحلة الصراعات المحتدمة، والميل إلى التطرف وكثرة الاندفاع، ويكون المراهق حساسا نحو ذاته، ومدفوعا إلى الاستقلال والتحرر والرغبة في إثبات الذات، ويتسم بعدم الثبات الانفعالي، وسرعة الغضب، والخوف من المواقف الاجتماعية خاصة، والحب، وتنتابه أحلام اليقظة، وعدم الأمن والحساسية الزائدة، والسأم والضجر السريعين... ولذا يرى البعض بأن المراهقة مرحلة عواصف وتوتر وشدة².

وبدا لنا ذلك واضحا في دروس التربية البدنية والرياضية في عزوف بعض التلاميذ مشاركة أقرانهم في أنشطتهم وتفاعلاتهم، مما يؤول بهم إلى الخمول الظاهري في تجنب التواصل والارتباط بصداقات خاصة عندما يجدون أقرانهم يتصرفون ويتكلمون ويلعبون بصورة طبيعية، فينفرون منهم أكثر وينفرون ممن يوجه إليهم أية ملاحظات تنم عن نقد لتصرفاتهم وبطبيعة الحال سوف يصبح على تصرفاتهم من المآخذ نتيجة نقص خبراتهم لدرجة يصبحون فيها عالة على أنفسهم وعلى بيئتهم المحيطة.

سيد خير الله: بحوث نفسية و تربوية (بيروت: دار النهضة العربية، 1981) ص 151.¹

حسن مصطفى عبد المعطي، هدى محمد فتاوى: علم نفس النمو(الجزء الثاني، القاهرة: دار قباء، 2000) ص 202.²

وفي هؤلاء أعني هنا التلاميذ الخجولين رأيت أهم أكثر حساسية من التلاميذ العاديين و أكثر عصبية نتيجة شعورهم بالنقص مما يقودهم إلى الاستشارة السريعة و كثير من التشاؤم والحذر، وان كان أحيانا يظهر عديمي المبالاة أو عدوانيين لأنفه الأسباب.

و الخوف كل الخوف من استمرارية الأمر مما يعوق نموهم النفسي عبر مرحلة الشباب، و يتفاهم الأمر إلى العزلة التامة التي يصعب معها التأقلم التي قد تبدو في الاضطراب التجنبي في إقامة علاقات تؤثر على دورهم الاجتماعي، و تبدو عليهم علامات الانسحاب الاجتماعي و الارتباك و الخجل في التفاعل و الاختلاط بالآخرين.

و لا يخشى من الخجل إن تمثل في سلوك متحفظ أو متردد نسبيا في مواجهة الموقف يعقبه مبادرة و اندماج مناسب، بمعنى تردد التلميذ قليلا قبل الاشتراك أو الرد على ما يجابهه، لأن ذلك ينطوي على رغبة في تعرف الجو الجديد الذي سوف يندمج فيه أو يدخله دون إخلال بالنواميس المتعارف عليها في المجتمع، و يكون في ذلك استحياء أكثر من كونه خجلا كما أن الخجل في حد ذاته ليس خطرا و لكن الخطر فيما ينجم عنه و ما يترتب عليه من عدم اندماج التلميذ في الحياة. و باعتبار درس التربية البدنية و الرياضية هو المتنفس الوحيد من ضمن المواد الأكاديمية المدرسة لتلميذ المرحلة الثانوية أين المتوقع من هذا الأخير أن يجد ضالته في مشاركة أقرانه و التمتع معهم متجاوزا بذلك بعض المشكلات النفسية على غرار الانسحاب و الانطواء و الخجل و غيرها من أنواع المشكلات التي يعرفها الكثير من المراهقين في هذه المرحلة، و ما دام أيضا أن درس التربية البدنية و الرياضية يخضع في إخراجها إلى توظيف أساليب عدة و لعله يأتي على رأس هذه الأساليب في مجابهة مشكلات من هذا النوع هو الأسلوب التنافسي، و انطلاقا من هذا كان لنا أن نطرح التساؤلات التالية:

- ماهي الاستراتيجيات (العملية الفعالة) المساعدة على التخفيف من حدة الخجل خلال دروس التربية البدنية و الرياضية باستخدام الأسلوب التنافسي؟

و ينبثق عن هذا التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية :

1- ماهو واقع درس التربية البدنية و الرياضية في بعض ثانويات مدينة مستغانم في ضوء أساليب التدريس الموظفة؟

2- ما دلالة الفروق في مستوى درجات الخجل بين تلاميذ العينة الضابطة التي ستدرس بتوظيف الأساليب المختلفة و تلاميذ العينة التجريبية التي ستخضع لتنفيذ مفردات برنامج مقترح يستند على استخدام الأسلوب التنافسي؟

3- ما دلالة الفروق في مستوى الخجل بين المستويات الدراسية في المرحلة الثانوية؟

4- هل توجد فروق بين الذكور و الإناث في مستوى درجة الخجل؟

فروض البحث:

- 1- إن واقع تدريس التربية البدنية و الرياضية في بعض ثانويات مدينة مستغانم بعيدا عن توظيف الأسلوب التنافسي يبقي على مستويات مؤثرة من الخجل.
- 2- توجد فروق دالة إحصائيا في القياس البعدي في مستوى درجة الخجل ما بين أفراد العينة الضابطة و العينة التجريبية لصالح أفراد العينة التجريبية.
- 3- توجد فروق جوهرية في مستوى الخجل بين المستويات الدراسية في المرحلة الثانوية.
- 4- توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور و الإناث في مستوى درجة الخجل لصالح الإناث.

أهداف البحث:

- 1- قياس مستوى درجة الخجل عند أفراد عينة البحث.
- 2- تصميم برنامج مقترح قائم على استراتيجيات تهدف إلى تخفيف حدة الخجل في دروس التربية البدنية و الرياضية عند تلاميذ المرحلة الثانوية باستخدام الأسلوب التنافسي.
- 3- الكشف عن طبيعة الفروق الموجودة في مستوى حدة الخجل بتطبيق البرنامج المقترح المعتمد على الأسلوب التنافسي.
- 4- إيضاح طبيعة الفروق بين المستويات الدراسية في مشكلة الخجل.
- 5- معرفة طبيعة الفروق الخاصة بالخجل بين الذكور و الإناث في دروس التربية البدنية و الرياضية.

مفاهيم البحث و تعريفاتها إجرائيا:**الاستراتيجيات البيداغوجية:**

و الذي نقصده هنا في بحثنا هو مجموعة الإجراءات و الوسائل التي ستستخدم لتخطيط البرامج المقترحة على أن تكون مبنية على أسس علمية من حيث تحديد الهدف المراد تحقيقه و الذي يتمثل في محاولة التخفيف من حدة الخجل عند هؤلاء التلاميذ الذين يعانون منه، و بناء المحتوى باختيار طرق و أساليب تنفيذية (الأسلوب التنافسي) بما يتناسب مع هذه المرحلة، و كذلك تحديد أساليب التقويم.

درس التربية البدنية و الرياضية:

هو أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل الطبيعة و الكيمياء و اللغة و لكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات و خبرات حركية و لكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان، ذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات و الألعاب المختلفة (الجماعية و الفردية) التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربيين أعدوا لهذا الغرض¹.

محمد عوض بسويو، فيصل ياسين الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية (ط 2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992) ص 94¹

- الخجل:

الخجل خوف أو رعب بسيط، و يوصف الشخص الخجول بأنه الشخص الذي من الصعب الاقتراب منه أو التحدث معه بسبب هذا الخوف و الحذر و انعدام الثقة بالنفس. فصاحبه حساس غير قادر على تأكيد ذاته¹. و نعي بكلمة خجل شعور بالنقص داخل الإنسان، فهو يشعر أنه أضعف من الآخرين وأنه لا يستطيع مواجهةهم حتى ولو لم يفعل شيئاً خطأ.

-تلميذ المرحلة الثانوية:

التلميذ، هو الشخص الذي يتلقى دروساً من المدرس بانتظام. أما المرحلة الثانوية هي مرحلة بين التعليم المتوسط و التعليم العالي، تدوم مدة التعليم فيها ثلاث سنوات و هي مهمة و رئيسية في المنظومة التربوية.

-المراهق:

و هو تلميذ المرحلة الثانوية الذي وصل سن البلوغ انتهاءً إلى مرحلة الرشد.

-المشكلة السلوكية:

هي سلوك سالب و اضطراب هدام، يهدد أمن الفرد و المجتمع.

-الأسلوب التنافسي:

هو أسلوب يستخدم لتنمية و استثارة الدافعية من خلال جو المنافسة بين التلاميذ و المجموعات في درس التربية البدنية و الرياضية لتقليل من حدة مستوى الخجل عند بعض المراهقين.

-الدراسات السابقة و البحوث المشابهة:**-دراسة زيمباردو، و بيلكونر**

قام العالمين زيمباردو، بيلكونر: بإجراء دراسة مسحية على طلاب الجامعة سنة 1979، و توصلوا إلى أن 51% منهم يعانون من الخجل في فترات معينة من حياتهم، في حين أدلى 44% أنهم يشعرون بالخجل في مدة لا تقل عن 50% من حياتهم، بينما عانى 5% من أفراد العينة من الخجل في معظم الوقت، و يعدون الخجل مشكلة مزمنة لها آثار سلبية.

وفي مسح قام به "زيمباردو" على عينات من أطفال مدارس الابتدائية والمتوسطة توصل إلى أن 50% من البنين و 60% من البنات يعانون من الخجل، وأن حوالي 40% من المراهقين والراشدين وصفوا أنفسهم أنهم يتصفون بالخجل.

- دراسة ماسية أحمد النيال و رمدحت عبد الحميد أبو زيد

عنوان الدراسة: الخجل و بعض أبعاده الشخصية-دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس و العمر و الثقافة.

عينة الدراسة كان عددها 508 فرداً، 261 ذكور و 247 إناث و قد اختيرت بطريقة عشوائية من عدة مدارس ابتدائية و إعدادية بمحافظتي الإسكندرية و القيوم.

-دراسات في الصحة النفسية : اعداد حسين علي فايد، تقدم محمود السيد أبو النيل(ط1، الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، 2001)، ص 5. ¹

أهداف الدراسة:

دراسة الخجل و بعدى شخصية الانبساط و العصائية بهدف اختبار الفروض، منها: مدى تأثير عامل الجنس، و مدى تأثير عامل العمر و مدى تأثير عامل الثقافة، و طبيعة العلاقة الارتباطية بين مقاييس الخجل، و طبيعة التركيب العاملي لمتغيرات الدراسة.

الأدوات:

- قاعة مراجعة أعراض الخجل أعدها الباحثان .
- مقياس الخجل الذاتي أعده الباحثان.
- مقياس الخجل الاجتماعي أعدها الباحثان.
- مقياس الخجل الجنسي أعدها الباحثان.
- مقياس الانبساط و العصبية.

النتائج:

- وجود تأثير جوهري لعامل الثقافة.
- وجود تأثير جوهري لتفاعل عامل الجنس X العمر
- وجود تأثير جوهري لتفاعل العوامل الثلاثة معا.
- الإناث الأطفال أكثر شعور بالإعراض الفيزيولوجية للخجل عن الذكور الأطفال.
- لا توجد فروق جوهرية أخرى بين المجموعات في هذا المتغير لتوضيح تفاعل الجنس X العمر.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

اعتمدنا في بحثنا هذا المنهج التجريبي و ذلك لملائمته لطبيعة الدراسة بواسطة التصميم القبلي البعدي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين.

ثانياً: عينة البحث:

تم اختيار العينة بالطريقة المقصودة من تلاميذ المرحلة الثانوية، و كان عدد التلاميذ الإجمالي 559 تلميذ.

جدول رقم (01) يوضح موصفات عينة البحث الأساسية (الضابطة)

مجموع التلاميذ	ثانوية زروقي الشيخ بن الدين			متقن أول نوفمبر			ثانوية خميسي السنوسي			
273	90			89			94			عدد التلاميذ بكل ثانوية
273	3س	2س	1س	3س	2س	1س	3س	2س	1س	عدد التلاميذ حسب المستوى الدراسي
	28	32	30	26	31	32	30	31	33	
144	15	17	16	12	17	18	16	16	17	عدد الذكور
129	13	15	14	14	14	14	14	15	16	عدد الإناث
95										مجموع تلاميذ السنة الأولى
94										مجموع تلاميذ السنة الثانية
84										مجموع تلاميذ السنة الثالثة

جدول رقم (02) يوضح موصفات عينة البحث الأساسية (التجريبية)

مجموع التلاميذ	ثانوية بن جيلالي الغالي			بن قلة التواتي			ثانوية إدريس سنوسي			
286	96			99			91			عدد التلاميذ بكل ثانوية
286	3س	2س	1س	3س	2س	1س	3س	2س	1س	عدد التلاميذ حسب المستوى الدراسي
	31	32	33	32	33	34	29	30	32	
140	15	16	17	17	15	18	12	16	14	عدد الذكور
146	16	16	16	15	18	16	17	14	18	عدد الإناث
99										مجموع تلاميذ السنة الأولى
95										مجموع تلاميذ السنة الثانية
92										مجموع تلاميذ السنة الثالثة

س1، س2، س3: سنة أولى، ثانية، ثالثة.

و قد تم دراسة مدى التجانس بين المجموعتين في بعض المتغيرات التي بالإمكان أن تؤثر على النتائج في حالة إهمالها مثل ما أوضحت بعض الدراسات و البحوث المشابهة، و الجدول رقم (03) يوضح مدى تجانس العينتين:

جدول رقم (03) يوضح مدى تجانس العينتين في السن و الجنس و مستوى الخجل

مستوى الدلالة %5	"ف" الجدولية	"ف" المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	العينة التجريبية ن=286		العينة الضابطة ن=273		وحدة القياس	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري
				2ع	2س	1ع	1س		
غير دال	1.32	1.30	0.25	03.51	16.83	04.01	16.58	بالسنة	السن
				140		144		ذكر	الجنس
غير دال	1.32	1.19	1.20	3.41	31.07	3.73	29.87	الدرجة	
				146		129		أنثى	

إن الجدول (03) يوضح أن قيمة "ف" غير دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في كل من السن و الخجل و هذا ما عبرت عنه قيم "ف" المحسوبة تبعاً لكل متغير، إذ كانت أقل من قيمة "ف" الجدولية 1.32 مما يشير إلى تجانس المجموعتين في هذه المتغيرات.

هذا، و يؤكد الباحث أنه بعد الإطلاع على سجلات تلاميذ العينة المبحوثة و جدهم منحدرين من أسر متقاربة اجتماعياً، ثقافياً و ذوات دخل متوسط على العموم.

جدول رقم (04) يبين مدى اعتدالية التوزيع التكراري لكل من عنتي البحث فيما يخص الدرجات الخام

لمستوى الخجل

معامل الالتواء	النوال	العينة التجريبية ن=286		معامل الالتواء	النوال	العينة الضابطة ن=273	
		2ع	2س			1ع	1س
2.36	23	3.41	31.07	2.10	22	3.73	29.87

انطلاقاً من الجدول (04) نلاحظ أن قيم معامل الالتواء المحسوبة تراوحت ما بين القيمة (2.10) و القيمة (2.36) و معروف أن التوزيع الاعتدالي يمتد من -3 إلى +3، و بذلك تصلح هذه المعطيات لحساب دلالة "ت"، لأن التوزيع التكراري لكل من عيني قريبي من التوزيع المعتدل.

-ثالثاً: أدوات البحث:

1- الملاحظة

2- المقابلة الشخصية

3- الاستبيان

4- مقياس الخجل

5- استراتيجيات تخطيط البرنامج المقترح:

1-الملاحظة:

الهدف من توظيف الملاحظة كأداة من أدوات البحث الحالي هو الوقوف على حقيقة مشكلة الخجل عند تلاميذ هذه المرحلة و على واقع سير دروس التربية البدنية والرياضية من خلال الزيارة الميدانية التي قادت الباحث لبعض الثانويات، للوقوف على أوجه القصور و الضعف بما تحتويه دروس ت.ب.ر و إليكم الإجراءات التي قام بها الباحث لضبط تتبع حصص التربية البدنية و الرياضية:

1-1-الإعداد للملاحظة:

و تضمن التخطيط المسبق لبطاقات ملاحظة، شملت الجوانب التالية:

-الإمكانات المتوفرة في الثانوية.

-الأنشطة الموظفة خلال درس ت.ب.ر.

-الأساليب المطبقة.

-مدى توظيف الوسائل التعليمية.

-مراحل سير الحصة.

-تنظيم البيئة التعليمية.

-تنظيم التلاميذ خلال الدرس.

-تنظيم المكان.

-تنظيم الوقت.

-زمن درس ت.ب.ر.

-المشكلات السلوكية التي يعاني منها تلميذ المرحلة الثانوية في درس ت.ب.ر.

1-2- زمن الملاحظة:

تم تحديد زمن الملاحظة خلال التوقيت الذي كانت تجري فيه دروس ت.ب.ر، بعدما حصل الباحث على جدول(استعمال) الزمن لبعض المدرسين الذين كانوا يشرفوا على التدريس في المرحلة الثانوية آتجاه مستويات مختلفة، و بعدما تتحصل الباحث كذلك على إذن بالموافقة من مديرية التربية لولاية مستغانم لمباشرة البحث . و كان يدوم زمن ملاحظة الحصة كاملة(من بدايتها حتى نهايتها).

1-3- المكان:

تمت الملاحظة في (غالبيتها) في ساحات المدارس أين كانت تجرى هذه الحصص، و في حالات نادرة داخل القاعات أين كانت تنفذ بعض الأنشطة.

1-4- عملية الملاحظة:

لضمان أكثر موضوعية اضطر الباحث لملاحظة أكثر من ثانوية و أكثر من مدرس أثناء دروس ت.ب.ر. و كل المستويات التعليمية ما دام أن المرحلة الثانوية تضم مستويات ثلاث: (السنة الأولى، الثانية و الثالثة)، بحيث بلغ عدد الثانويات التي تم زيارتها 06 ثانويات، أما عدد المدرسين الذين تم متابعتهم و هم ينفذون حصص التربية البدنية الرياضية فقد بلغ عددهم 12 مدرسا.

1-5- التسجيل:

حرص الباحث بالتسجيل الفوري للجوانب المذكورة أعلاه (الإمكانات المتوفرة في المدرسة، الأنشطة الموظفة خلال الحصص، الأساليب المطبقة، مدى توظيف الوسائل التعليمية، مراحل سير الحصص، تنظيم الأطفال خلال الحصص، توقيت الحصص، إضافة الى المشكلات السلوكية التي كان ييديها و يعاني منها تلميذ المرحلة الثانوية في درس ت.ب.ر) لتجنب عامل النسيان و التذكر.

و قد أجريت الملاحظة في الفترة الممتدة بين 2008/10/05 و 2009/12/17.

2- المقابلة الشخصية:

حيث قام الباحث بإجراء عدة مقابلات شخصية مع العديد من السادة الخبراء و المتخصصين من أجل تحديد محاور استمارة الاستبيان و التي تتناسب مع موضوع البحث.

3- الاستبيان:

تم تحضير استبيان يتكون من 15 سؤال، ثم تم تقديمها إلى نفس الأساتذة لمعرفة:

- مدى مناسبة الأسئلة.
- مدى ملائمة اللغة في الاستبيان بالنسبة للتلاميذ.
- قيمة التسلسل المنطقي للأسئلة.
- أن الاستبيان صالح لتوزيعه على العينة والوصول إلى الغرض المرجو منه.
- وبعد عملية التحليل تم إلغاء الأسئلة التي لم تحصل على موافقة 75% من الخبراء، وعليه أصبح الاستبيان في صورته النهائية يتكون من 11 سؤال.

4- مقياس الخجل:

يأتي هذا المقياس كمحاولة تشخيصية لهذا النوع من القلق الاجتماعي كما يحتوي هذا المقياس على 16 عبارة، وضعه الأستاذ "السيد يوسف" (الجمعية الدولية للمترجمين العرب)، ويتم الإجابة عنه في مستوى مقياس مدرج من ثلاث درجات، الحد الأقصى لدرجة القياس 48 درجة والحد الأدنى 16 درجة.

إذ اعتمد طريقة التقييم بإعطاء درجة:

- قليل جداً (1) درجة.

- أحياناً (2) درجة.

- نعم غالباً (3) درجات.

وتم تصنيف المختبرين إلى ثلاث مستويات كما يلي:

- درجة عادية (من 19 إلى 24).

- درجة متوسطة (من 24 إلى 32).

- درجة عالية (من 32 فما فوق).

4-1- دواعي اختيار مقياس الخجل للسيد يوسف:

- يصلح الاختبار لجميع الأفراد.

- يفيد في الوصول إلى فكرة سريعة عن خجل الفرد.

- يعد هذا الاختبار من الاختبارات الجماعية التي تصلح للتطبيق على مجموعة من الأفراد في وقت واحد وهو

يصلح لتقدير نسب الخجل عند الفرد.

- بسيط في تطبيقه.

- قريب من تناول عامة الناس، دون تعقيدات فنية كثيرة، أو مغالاة في طلب التعمق في الاختصاص.

- سهولة تفسير نتائجه خلافاً للكثير من الاختبارات.

- سهولة تقدير نتائجه و عملية تقييمها.

- تميزه بدرجة عالية من الصدق و الثبات، و هذا ما أكدته دراسات موسعة على خصائص هذا الاختبار.

- كل ما يحتاج إليه الاختبار هو: قلم وورقة إجابة.

5- استراتيجيات تخطيط البرنامج المقترح:

5-1- تحديد هدف البرنامج: يهدف البرنامج المقترح للاستراتيجيات البيداغوجية إلى:

- التخفيف من حدة الخجل لدى تلميذ المرحلة الثانوية.

- توظيف الأسلوب التنافسي في دروس ت.ب.ر.

5-2- تحديد العناصر المؤثرة في البرنامج:

عدد التلاميذ، متوسط أعمارهم، الفترة الزمنية الخاصة بتطبيق البرنامج، الإمكانيات المتاحة داخل الثانوية، زمن

درس التربية البدنية و الرياضية. و قد تم تحديد هذه العناصر من خلال:

- مقابلة المدرسين العاملين بالثانويات و عرض هدف البحث و الحصول على الموافقة لتطبيق الدراسة.

- التوجه باستمارات أسئلة للوقوف على حقيقة معاناة البعض منهم من مشكلة الخجل لإرساء قواعد التعامل

مع عينة الدراسة قبل تنفيذ البرنامج.

5-3- تحديد محتوى البرنامج.

قام الباحث بوضع محتوى برنامج التربية البدنية و الرياضية موظفا الأسلوب التنافسي و قد اشتمل البرنامج قيد البحث على الأنشطة الحركية التالية:

مجموعة من الألعاب-الأنشطة الاستكشافية-الأنشطة المشوقة الباعثة على المتعة و الترويح- و قد تم وضع هذه الأداءات (الأنشطة) في استمارة استبيان لاستطلاع لآراء الخبراء (15 خبير في تخصص التربية الرياضية) عن مدى ملائمة هذه الأنشطة لعينة الدراسة من حيث المرحلة السنية و المنهج الدراسي، و بعد عرض و تحليل الآراء و تحديد نسب الاتفاق أسفرت نتائج الاستبيان عن قبول مكونات محتوى البطاقات الفنية و الأهداف المسطرة بالنسبة لكل مرحلة إضافة الى مناسبة التمارين المختارة لأهداف الحصص التدريسية.

5-4- أسس وضع البرنامج:

- لتصميم البرنامج قام الباحث بمراعاة الأسس و المعايير التالية:
- أن يحقق البرنامج الهدف منه.
- أن يتناسب المحتوى مع هدف البرنامج.
- أن يكون البرنامج في مستوى قدرات التلاميذ.
- أن يتميز البرنامج بالتنوع و الفعالية.
- أن يتناسب المحتوى مع الإمكانيات الموجودة في المؤسسات التربوية.
- أن يسهم البرنامج في توفير عاملي المتعة و التشويق.
- يكون التدريس باستخدام الأسلوب التنافسي.
- تحقق محتويات البرنامج تكامل الشخصية حيث التخفيف من حدة الخجل عند تلميذ هذه المرحلة.
- أن يعمل البرنامج على استثارة دافعية التلميذ للمشاركة .

5-5- سير الوحدة التعليمية:

قبل الشروع في التنفيذ الدرس يقوم المدرس بإيضاح هدف النشاط و إبراز أهميته للتأثير الإيجابي على المطبق، ووفقا للأسس العلمية لتدريس التلاميذ في درس ت.ب.ر، سيتم تقسيم كل وحدة إلى ثلاثة أجزاء وفقا لنموذج التدريس بالكفاءات:

5-5-1- المرحلة التحضيرية:

ستتضمن تمارين إحماء لتهيئة الجسم و أجهزته المختلفة لتقبل الواجبات التي سيؤديها التلميذ.

5-5-2-مرحلة التعلم:

سيحتوي على تمارين محددة لغرض تحقيق الهدف المنتظر خلال الوحدة و من ثم تحقيق الأهداف الرئيسية من البرنامج. و عموما فسوف يتضمن هذا الجزء تمارين و حركات خاصة تخضع في تنفيذها على الأسلوب التنافسي.

5-5-3-مرحلة التقييم:

سيشتمل على بعض التمارين الاسترخائية و التنفس و الإطالة و التمديد و بعث المرح، ويعتبر هذا الجزء راحة إيجابية، يهدف إلى العودة بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية في وقت الراحة.

5-6-تجربة البرنامج:

تمت تجربة بعض الوحدات الخاصة بالبرنامج على عينة من مجتمع البحث و من خارج العينة الأصلية قوامها (27) تلميذ و تلميذة بثانوية صليحة ولد قابلية، لتحديد مدى مناسبة البرنامج لقدرات التلاميذ و اختبار صلاحية المحتوى و كذلك مدى تجاوب التلاميذ و ذلك في الفترة من 09/01/04 الى 09/01/29 و قد أسفرت نتائج تجربة البرنامج على ملائمته للتطبيق.

-القياس القبلي:

أجريت القياسات القبلية للبحث خلال بتاريخ 09/02/03 للوقوف على مستوى درجة الخجل عند التلاميذ قيد الدراسة.

-تنفيذ البرنامج:

تم تطبيق البرنامج المقترح على تلاميذ المجموعة التجريبية في الفترة من 09/02/07 حتى 09/05/14 و قد استغرق تطبيق البرنامج (12) أسبوع بواقع حصة أسبوعيا كما هو منصوص عليه في حضور التلميذ لدرس ت.ب.ر بحيث بلغ عدد الحصص 12 حصة لمدة ساعتين لكل حصة.

في حين بقيت العينة الضابطة تنفذ وحدات البرنامج القائم على توظيف مختلف الأساليب التدريسية

-القياسات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ مفردات البرنامج المقترح قام الباحث و الفريق المساعد له بإجراء القياسات البعدية ، بحيث تم ذلك في الفترة التالية:

-الدراسات الاستطلاعية:**1-الدراسة الأولى:**

تم التوجه باستبيان كأداة لجمع المعلومات و البيانات المختلفة حول المتغيرات التي تشكل موضوع البحث لغرض معرفة رأي المدرسين بالنسبة لمشكلة الخجل و مدى حجمها عند تلاميذ هذه المرحلة و طبيعة الاستراتيجيات البيداغوجية المنتهجة في دروس ت.ب.ر.

بحيث تم تحضير الاستبيان انطلاقاً من أهداف و فرضيات البحث و كان موجهاً لأساتذة المادة لجمع الحقائق المتصلة بموضوع البحث.

و قد أبانت نتائج الاستمارة من خلال إجابات المدرسين فعلاً بتصرفات بعض التلاميذ التي تنم عن الخجل في دروس ت.ب.ر و إخراج دروسهم القائم و بنسب متقدمة فاقت 57 بالمئة التدريس ببيداغوجية الأهداف، و توظيفهم لأسلوب المنافسة فقط خلال التقويم التشخيصي و البيئي و الختامي و أيضاً في آخر الحصص أي المرحلة الختامية (مرحلة التقييم)

2- الدراسة الثانية:

تم اختيار عينة من تلاميذ ثانوية ولد قابلية صليحة من مجتمع البحث و من خارج العينة الأساسية بهدف:

- تجربة محتوى البرنامج المقترح و التأكد من مدى ملائمته.
- التحقق من المعاملات العلمية (الصدق-الثبات) للمقياس الموظف.
- تشكيل الأحمال التدريبية.
- تقنين الأحمال التدريبية المقترحة وفقاً لهدف البرنامج المقترح.
- معرفة مدى سهولة ووضوح العبارات.
- معرفة رأي الخبراء في طريقة التقييم و حساب الدرجات.
- تفهم أفراد العينة للبرنامج المقترح محتوى الوحدة و كيفية تطبيقها.
- و من أجل دراسة صدق المحتوى والمضمون قمنا بتوزيع مقياس الخجل على عدد من الأساتذة و الدكاترة المختصين في علم النفس العام و علم النفس الرياضي وهذا بهدف:
- وقد كانت آراء الخبراء بالاتفاق 100% على مدى مناسبة المقياس وإمكانية تطبيقه.
- ومن ثم تم تطبيق مقياس الخجل على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بلغ عددهم 27 تلميذاً.
- و بعد أسبوع تم إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة في نفس الظروف بهدف دراسة الصدق والثبات، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (05).

جدول رقم (05): يوضح الثبات والصدق لمقياس الخجل

ن	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	القيمة المحسوبة لمعامل الثبات	القيمة المحسوبة لمعامل الصدق
27	26	0.05	0.433	0.73	0.85

يلاحظ من الجدول (05) أن معامل الثبات بلغ 0.73 والصدق 0.91، وتعتبر هذه النتائج مقبولة بالنسبة لهذا النوع من المقاييس، كما أن الموضوعية متوافرة لأن عبارات المقياس جاءت سهلة وواضحة وغير قابلة للتأويل، و طريقة التقييم جاءت معتمدة على الدرجات.

المعالجة الإحصائية:

استعان الباحث ببعض الأسس الإحصائية لمعالجة نتائج بحثه، و ما سيتوصل إليه من درجات خام تعبر عن أداء أفراد العينة في هذا البحث، و ستتضمن خطة المعالجة ما يلي:

1- حساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية

2- حساب معامل الارتباط البسيط (كارل بيرسون)¹:

3- التجانس (النسبة الفئوية) "ف"²:

5- معامل الإلتواء³:

6- النسبة المئوية⁴:

7- اختبار الدلالة الإحصائية "ت" ستودنت⁵:

النتائج وتفسيرها:

نتناول في هذا الجزء الفرض والتحقق من صحته و الطريقة الإحصائية لمعالجته، ونتأجه ثم تفسير لتلك النتائج:

أولاً: الفرض الأول:

" ان واقع تدريس التربية البدنية و الرياضية في بعض ثانويات مدينة مستغانم بعيدا عن توظيف الأسلوب التنافسي يبقي على مستويات مؤثرة من حدة الخجل عند هذه الفئة "

و للتحقق من صحة هذا الفرض استعان الباحث بتوظيف الملاحظة المقننة و قياس مستوى الخجل باستخدام مقياس الخجل.

1- نتائج الملاحظة:**1-1- نتائج الملاحظة للأدوات و الأجهزة خلال تنفيذ درس التربية البدنية و الرياضية:**

هذه البطاقة الفنية لجرد الأدوات و الأجهزة الملاحظة بكل مؤسسة سمحت لنا بأخذ فكرة أولية عن الظروف التي تجري فيها الحصّة.

و التي كانت لا تفي في الإخراج الجيد لدرس التربية البدنية و الرياضية في ظل العدد الكبير للتلاميذ بكل قسم.

1-2- نتائج بطاقة ملاحظة الأنشطة الموظفة خلال الحصّة:

الملاحظة مكنتنا من إدراك أن النسبة الغالبة للأنشطة الموظفة خلال الحصّة تمثلت في الأنشطة التعليمية الستاتيكية.

فؤاد أبو حطب أمال الصادق، مناهج البحث و طرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية و التربوية و الاجتماعية(ط 1، مكتبة الأنجلو المصرية، 1991م) ص254.¹

غريب سيد أحمد، الإحصاء و القياس في البحث الاجتماعي-المعالجات الإحصائية(ج 1، ط2، دار المعرفة الجامعية، 1995م) ص 283.²

1مصطفى حسين باهي، الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية و النفسية و الاجتماعية و الرياضية(ط 1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999م) ص83.

2 قيس ناجي عبد الجبار و كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية(العراق: جامعة بغداد، مطبعة الموصل، 1988م) ص43.

مصطفى حسين باهي: المرجع السابق، ص 149، 153.⁵

1-3- نتائج بطاقة ملاحظة الأساليب المطبقة خلال الحصة:

ما تم ملاحظته عموماً بالنسبة للأساليب المطبقة خلال الدروس هو انتهاج أسلوب الواجب (الأمري)، حيث لم نلاحظ اعتماد الأساليب الأخرى (أسلوب الاكتشاف الموجه، أسلوب حل المشكلة، الأسلوب الموجه، الأسلوب التنافسي، الأسلوب التبادلي، الأسلوب التدريبي، الأسلوب التضميني) إلا في مناسبات قليلة. و هنا لا بد من القول أنه كان على المدرس أن يأخذ في الاعتبار بقية الأساليب و بطريقة مرنة تبعاً لمواقف التدريس و لتحقيق الأهداف.

1-4- نتائج بطاقة ملاحظة مدى تطبيق الوسائل التعليمية:

الوسائل التعليمية التي لاحظها الباحث خلال الزيارة الميدانية يعمل المدرسيين على الاستعانة بها خلال حصص درس ت.ب.ر كانت شبه معدومة، مما قد يؤثر على تحقيق بعض الأهداف خاصة و نحن نعلم ما للوسائل التعليمية من أهمية بالغة في المجال التربوي (المعرفي، النفسي الحركي ...).

1-5- نتائج بطاقة ملاحظة كيفية تنظيم البيئة التعليمية:

أسفرت نتائج عملية الملاحظة لكيفية تنظيم البيئة التعليمية على تسجيل ما يلي:
أ/ تشكيلات التخطيط الجماعي و نظام المجموعات الصغيرة كان هو الأكثر شيوعاً في التنظيم و هذا أعتقد نتيجة معدل عدد التلاميذ الذي كان مرتفعاً مما يحتم اعتماد هذه التشكيلات في العمل، و تجنب النظام الفردي.

2- نتائج تطبيق مقياس الخجل في القياس القبلي

جدول رقم (06) يبين متوسط مستوى الخجل و نسبه المئوية عند العينة قيد الدراسة

النسبة المئوية	عدد التلاميذ	متوسط مستوى الخجل	قيمة متوسط درجة الخجل	طبيعة الخجل
68.33%	382	30.47	21.98	خجل عادي
28.08%	157		22.32	خجل متوسط
3.57%	20		41.12	خجل مرتفع

من خلال الجدول (6) يتبين أن مجموعة لا يستهان بها تقارب ثلث العينة الكلية (177 تلميذ) تعاني خجلاً بنوعيه متوسط و مرتفع بنسبة بلغت 31.65%، مما قد يؤدي إلى إعاقته في الاندماج و ممارسة درس التربية البدنية و الرياضية تبعاً لتوظيف تلك الأساليب التدريسية القائمة على الأمر و تنفيذ الواجبات الحركية لغرض التعليم و التعلم فقط.

و هذا ما يؤكد صدق الفرضية الأولى المصاغة بكون أن واقع تدريس التربية البدنية و الرياضية في بعض ثانويات مدينة مستغانم بعيداً عن توظيف الأسلوب التنافسي يبقى على مستويات مؤثرة من الخجل.

ثانيا: الفرض الثاني:

"توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في مستوى درجة الخجل ما بين أفراد العينة الضابطة و العينة التجريبية لصالح أفراد العينة التجريبية بعد تطبيق البرنامج المقترح القائم على استخدام الأسلوب التنافسي". و للتحقق من صدق الفرضية الثانية عمد الباحث الى عقد مقارنة ما بين القياس القبلي و القياس البعدي وعولجت النتائج باستخدام اختبار "ت" ستيودنت، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (07) يوضح دلالة الفروق بين القياسين القبلي و البعدي لمستوى الخجل عند العيتين الضابطة و التجريبية

معنى الدلالة	مستوى الدلالة	ت الجدولية	ت المحسوبة	الخطأ المعياري للفروق	درجة الحرية	القياس البعدي	القياس القبلي	
غير دال	0.05	!	0.86	3.15	272	27.16	29.87	العينة الضابطة ن=1=273
دال	0.05	!	2.94	2.89	285	22.54	31.07	العينة التجريبية ن=2=286

- و على ضوء النتائج المسجلة في الجدول رقم (07) نلاحظ أن قيمة "ت" ستيودنت المحسوبة جاءت أكبر من قيمة "ت" ستيودنت الجدولية مما يؤكد صحة الفرضية الثانية التي تقول أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي في مستوى درجة الخجل لعينة البحث لصالح القياس البعدي عند العينة التجريبية.

- أما نتائج العينة الضابطة حسب الجدول نفسه فقد أظهرت فيها المعالجة الإحصائية وفق "ت" ستيودنت أن قيمتها الجدولية كانت أقل من المحسوبة مما يبين أن الفرق بين القياس القبلي و القياس البعدي لمستوى الخجل عند هذه الأخيرة لم يكن جوهريا و هذا يعني أن تبني العينة للأساليب التدريسية الأخرى عدا الأسلوب التنافسي لم يسهم في التخفيف من حدة الخجل عندها و أبقى على درجات قريبة التماثل لما حصل في القياس القبلي.

و للتأكد من مدى فعالية استراتيجيات البرنامج المقترح القائم على توظيف الأسلوب التنافسي في دروس ت.ب.ر تم أيضا عقد مقارنة ما بين العينة الضابطة و العينة التجريبية لمستوى الخجل في القياس البعدي، و جاءت النتائج على النحو التالي:

جدول رقم(08) يوضح دلالة الفروق بين العينة الضابطة و التجريبية في القياس البعدي

معنى الدلالة	مستوى الدلالة	ت الجدولية	ت المحسوبة	الخطأ المعياري للفروق	درجة الحرية	ع تج ن=286	ع ض ن=273
دال	0.05	1.658	3.04	1.52	557	22.54	27.16

تبعاً للنتائج المدونة في الجدول (08) الدالة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في القياس البعدي حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة 3.04 أكبر من قيمة "ت" الجدولية 1.658 و هذا يدل على أن البرنامج و ما يحتويه من استراتيجيات اعتماداً على الأسلوب التنافسي بشكل محدد كان له أبلغ الأثر في خفض مستوى حدة الخجل لديه.

بخلاف العينة الضابطة التي بقيت عندها مستويات الخجل على حالهما الأولى في القياس القبلي، و يمكن أن يعزو ذلك إلى عدم تعرضها الى تطبيق الاستراتيجيات القائمة على توظيف الأسلوب التنافسي بشكل مستمر و هذا لم يكن له الأثر الفعال في التقليل من حدة الخجل عندها، و لهذا يمكن أن نعتبر نتائج المجموعة الضابطة تدعيماً لأهمية الاستراتيجيات البيداغوجية في خفض مستوى حدة الخجل لدى التلاميذ المرحلة الثانوية. و بذلك يتحقق صحة الفرض الثاني و الذي ينص على :

" تواجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي في مستوى درجة الخجل ما بين أفراد العينة الضابطة و العينة التجريبية لصالح أفراد العينة التجريبية".

ثالثاً: الفرض الثالث.

" توجد فروق جوهرية في مستوى الخجل بين المستويات الدراسية في المرحلة الثانوية".

جدول (09) يوضح طبيعة الفروق لمستوى درجة الخجل بين المستويات الدراسية الثلاث للعينة ككل في القياسين القبلي و البعدي

العينة الضابطة									
س م 1	ع 1	س م 2	ع 2	س م 3	ع 3	"ت" م 1-3م	"ت" م 1-3م	"ت" م 2-3م	
س م 1=95	ع 1=2	س م 2=94	ع 2=3	س م 3=84	ع 3=3	د.ح=176	د.ح=177	د.ح=176	
28.46	05.31	27.20	3.20	33.95	2.68	دال عند 0.05	دال عند 0.05	دال عند 0.05	القياس القبلي
25.63	3.65	26.36	2.13	29.49	2.41	دال عند 0.05	دال عند 0.05	دال عند 0.05	القياس البعدي

العينة التجريبية									
س م 1	ع 1	س م 2	ع 2	س م 3	ع 3	"ت" م 1-3م	"ت" م 1-3م	"ت" م 2-3م	
س م 1=99	ع 1=2	س م 2=95	ع 2=3	س م 3=92	ع 3=3	د.ح=185	د.ح=189	د.ح=185	
32.03	04.14	29.54	3.20	31.64	2.91	دال عند 0.05	غير دال عند 0.05	دال عند 0.05	القياس القبلي
23.87	2.57	22.21	1.98	21.54	2.06	دال عند 0.05	دال عند 0.05	دال عند 0.05	القياس البعدي

حيث: س م 1: يمثل تلاميذ مستوى السنة الأولى ثانوي.

س م 2: يمثل تلاميذ مستوى السنة الثانية ثانوي.

س م 3: يمثل تلاميذ مستوى السنة الثالثة ثانوي.

$$د.ح = 1ن + 2ن - 2$$

حسب الجدول رقم (09) فانه بالنسبة للعينة الضابطة فقد جاءت النتائج تؤكد أنه فيه اختلافات جوهرية في

مستوى درجة الخجل بين مستوى دراسي و آخر، إذ من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي لقيمة درجة

الخجل بين المستويات الدراسية المختلفة الخاصة بتلاميذ السنة الأولى و السنة الثانية و أيضا تلاميذ السنة الثالثة

ثانوي في ضوء اختبار "ت" أظهرت نتائج قيم "ت" المحسوبة أنها كانت أكبر من قيم "ت" الجدولية عند

مستوى دلالة 0.05 في القياسين القبلي و البعدي.

- أما فيما يخص أفراد العينة التجريبية هي الأخرى أظهرت النتائج المتوصل إليها في ضوء اختبار "ت" ستودنت

وجود فروقات معنوية ما بين جميع المستويات بالنسبة لمتوسط درجة الخجل عدا ما بين تلاميذ المستوى

الدراسي الأول و الثالث أين قدرت قيمة "ت" المحسوبة (0.75) و هي أقل من قيمة "ت" الجدولية عند درجة

حرية 189 في الاختبار القبلي.

و في هذا الصدد يمكن القول أن مستوى درجة الخجل تتغير بتغير العمر الزمني، و تتغير حدته تبعاً لتطور مراحل النمو، مثل ما تدل عليه دراسات كول L.Cole¹)

رابعاً: الفرض الرابع:

"توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث في مستوى درجة الخجل لصالح الإناث".

جدول رقم (10) يوضح دلالة الفروق لمستوى الخجل بين الذكور و الإناث في القياسين القبلي و البعدي

مستوى الدلالة	"ت" المحسوبة	د.ح	الإناث (ن=146)		الذكور (ن=140)		
			ع2	س2	ع1	س1	
دال عند 0.05	20.56	284	3.74	35.08	2.82	27.06	القياس القبلي
دال عند 0.05	7.61		3.08	23.72	2.13	21.36	القياس البعدي

في ضوء المقارنة التي أجريت ما بين المتوسطات الحسابية لمستوى الخجل عند كل من الذكور و الإناث في القياسين القبلي و البعدي أبانت النتائج وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية، حيث كانت قيم "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية و هذا ما يوضحه الجدول (10). و لعل الخجل يكون على نحو أكثر لدى الإناث منه لدى الذكور، و ذلك ليس غريباً في ظل تفسيرات عديدة قدمت في هذا الشأن، هذا مما لا بد الإشارة إليه هو أن كلا من الذكور و الإناث يخجلون و لكن دالة الخجل عند الإناث هي بخلاف الذكور، فالبنات أكثر خجلاً و هذا يبدو واضحاً في سلوكهن الروتيني فالمنظرون في مجال الخجل يرون أن الإناث بطبيعتهن يعبرن عن الكثير من انفعالاتهن عن طريق الخجل، الأمر الذي يعني أن البنات يتم تنشئتهن اجتماعياً للتعبير بطريقة غير صريحة تتفق و طبيعة الأنثى. و على النقيض فالذكور معظمهم يعبر عن انفعالاته بشكل صريح بدرجة تقود إلى تجاوز مستوى الخجل الذي نرى طبيعته عند البنات.

الخلاصة:

أبرزت النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية مجموعة من الاستنتاجات نجملها في الآتي:

- 1- أن واقع تدريس حصة التربية البدنية و الرياضية في بعض ثانويات مدينة مستغانم بعيداً عن توظيف الأسلوب التنافسي أبقى على مستويات مؤثرة لدرجة الخجل عند تلاميذ هذه الثانوية .
- 2- كشفت نتائج اختبار "ت" ستيودنت أن البرنامج المقترح القائم على استراتيجيات بيداغوجية في دروس التربية البدنية و الرياضية باستخدام الأسلوب التنافسي ساهم في التخفيف من حدة الخجل لدى تلاميذ عينة البحث.

3- طبيعة الفروق بين المستويات الدراسية في المرحلة الثانوية في مستوى الخجل كانت جوهرية .

3 وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في مستوى درجة الخجل.

4 -

المصادر و المراجع:

- 1 - أسامة كامل راتب (2004): النشاط البدني والاسترخاء- مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة- ط1- دار الفكر العربي- القاهرة.
- 2 - أكرم زكي خطايبية (1997): المناهج المعاصرة في التربية الرياضية- ط 1- دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع- عمان.
- 3 - أمين أنور الخولي- محمود عبد الفتاح- عدنان درويش حلوم (1998): التربية الرياضية المدرسية- دار الفكر العربي- القاهرة.
- 4 - أمين أنور الخولي (1996) : أصول التربية البدنية والرياضية- ط1- دار الفكر العربي- القاهرة.
- 5 - بوفلحة غياث: التربية ومتطلباتها- ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر 1989.
- 6 - جودت عزة عبد الهادي- سعيد حسني العزة: تعديل السلوك الإنساني- دار القاهرة للنشر والتوزيع- 2001.
- 7 - حامد زهران عبد السلام: علم النفس النمو- منشأة المعارف- مصر 2000.
- 8 - سعيد إسماعيل علي: مدخل إلى العلوم التربوية- عالم الكتاب- القاهرة 1992.
- 9 - عبد الرحمان العيسوي: علم النفس الفيزيولوجي في تغيير السلوك الإنساني- دار الفكر العربي- القاهرة 1993.
- 10 - عدنان درويش حلون: التربية البدنية والرياضية المدرسية- دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية- دار الفكر العربي- مصر 1994.
- 11 - عصام عبد الخالق: التدريس الرياضي- ط1- دار الفكر العربي- القاهرة 1992.
- 12 - علي سليمان: الوظيفة الاجتماعية للمدارس- دار الفكر العربي- بيروت 1996.
- 13 - مایسة أحمد النیال- مدحت عبد الحمید أبو زید: الخجل وبعض أبعاد الشخصية- دار المعرفة الجامعية- مصر 1999.
- 14 - المحامي الخولي: أسس بناء برنامج التربية البدنية والرياضية- دار الفكر العربي- القاهرة 1990.
- 15 - محمد حسن علاوي محمد نصر الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط 2، مصر، دار الفكر العربي، 2000.
- 16 - محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي- ط1- دار الفكر العربي- القاهرة 1989.
- 17 - محمد رفعت: الأمراض النفسية الإصابية- ط2- دار المعرفة والفكر- بيروت 1989.

- 18 محمد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية بين النظرية والتطبيق- دار الوفاء لدنيا الطباعة- الإسكندرية 1996.
- 19 محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية- ط 3- دار الفكر العربي- القاهرة 1995.
- 20 محمود عبد الحليم عبد الكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية- مركز الكتاب للنشر- القاهرة 2002.
- 21 مصطفى الفهمي: الصحة النفسية- ط2- مكتبة الغانجي- القاهرة 1987.
- 22 مصطفى السايح محمد: اتجاهات حديثة لتدريس التربية البدنية والرياضية- ط 1- مكتبة ومطبع الإشعاع الفنية- الإسكندرية 2001.
- 23 مصطفى حسين باهي، الإحصاء التطبيقي، ط1، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1999.
- 24 مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1993.
- 25 ميخائيل إبراهيم اسعد: المشكلة والمراهق- ط2- دار الأفاق الجديدة- بيروت 1991.

-المراجع باللغة الأجنبية:

- 41-BAYER. CLAUDE: L'enseignement des jeux sportifs collectifs. Ed. Vigot. Paris. 1986.
- 42-CAJA. J, MOURARET.M BENETA:Guide de préparation au brevet d'état d'éducateur sportif. 1^{er} degré. Tronc. Commun. 5^{ème} ed. Vigot. Paris. 1997.
- 43-CLEMENT. J. P, HERR. M:L'identité de l'éducation physique scolaire au XXe siècle entre l'école et le sport. Edition. A.F.R.A.P.S. France.1993.
- 44-DORNHORFF. M.H:L'éducation physique et sportives. Office des publications universitaire Alger. 1993.
- 45-HERVE. ST, HENRI. H: Memento de l'éducateur sportif. Ed. INSEP. Paris. 1994.
- 46-MICHEL. P. J:Sciences biologiques de l'enseignement sportif. Ed. DOIN. Paris. 1985.
- 47-PIASENTA. J : L'éducation athlétique, collection entraînement. INSEP. Paris. 1988.
- 48-PIFISTER. R : Activités physique et sportives- Efficience matrice et développement de la personne. Ed. AFRAPS. France. 1990.
- 49-XUAN. G. B, GLEYSE. J : Enseigner l'éducation physique et sportive- Préparation aux concours de recrutement des enseignants d'E.P.S. Ed. A.F.RA.P.S. France. 1994.

تأثير الضوابط الاجتماعية على الممارسات الأخلاقية

- دراسة ميدانية لطلبة معهد التربية البدنية -

من إعداد : قريصات الزهرة جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

ملخص بلغة البحث :

إن مهمة الثقافة أن تكون أسلوب حضارة تحرك الإنسان منطلقا من تكامل عوامل مهمة بما فيها المبدأ الأخلاقي بكل ما يحمله من معان واسعة الأفق ، الذوق الجمالي ، و المنطق العملي و عامل التقنية ، فليس من الصعب على الفرد أن يصوغ مقياسا نظريا يستخرج به نتائج من مقدمات محددة ، غير أنه من النادر جدا أن يعرف المنطق العملي و نحن إذ نتحدث عن الجامعة فنحن نتحدث عن النخبة التي من واجبها القدرة على إحداث التغيير للإيجابية من خلال وسائل عملية أهمها فهم هدف التغيير ووضع خطة للارتقاء بالمستوى الأخلاقي للطلبة على المستوى الشخصي و الاجتماعي و الدراسي و آداب السلوك العام ، خاصة و أن تخصص الرياضة و خصوصيتها تفتح مجالا أكبر للتغيير و الانفتاح الإيجابي؛ من خلال فريق فعال يدرك الأهداف و الوسائل و مقتنع بفكرة التغيير، بحيث لا يأخذ هذا التغيير بالتدرج بل العمل على تغيير أكبر عدد من الأفكار السلبية و بأسرع وقت دون فرض ذلك على الفاعلين المعنيين بل من خلال المشاركة و التواصل .

الكلمات المفتاحية الأساسية :

الممارسة الأخلاقية ، الضوابط الاجتماعية، التجمعات الطلابية ، الثقافة ، الممارسة السلوكية ، الفضاء الجامعي .

L'impact du contrôle social sur les pratiques éthique Etude pratique à l'institut de l'éducation physique et sportive

La mission de la culture doit être civilisationnelle et une plate forme d'intégration de principes et d'éthiques au sens propre du mot, au goût esthétique et la logique de l'opérationnel. Il n'est pas difficile à l'individu autant qu'humain de formuler des résultats purement théorique de ses résultats par des introductions spécifiques quoi qu'il est rare de connaître la logique opérationnelle, et quand on parle de l'élite qui est de son devoir d'avoir la capacité et le pouvoir du changement dans le sens positif par des outils parmi les plus importants, de sport avec comprendre l'objectif et la finalité du changement et superviser les étudiants toute la spécificité qui différencie cette spécialité ; avec un groupe efficace et conscient des objectifs et outils et convaincu par l'idée du changement et qui ne prend pas ce changement .graduellement et à plus grande échelle sans imposer aux acteurs impliqués

Mots clés :

Pratique éthique, le contrôle social, société étudiante, culture, pratique du comportement, espace universitaire.

مقدمة:

نحمت في السنوات الأخيرة و نتيجة الكثير من التغيرات التي مست المجتمع الجزائري مشكلات كبيرة تتعلق بالممارسات و السلوكيات الأخلاقية المختلفة أثرت على الشكل العام للعلاقات .

و باعتبار الجامعة مركزا للتنوير العلمي و الثقافي لكل المجتمعات ، و فيها بيني المتعلم و المثقف و تتكون إطرارات المستقبل و كذلك رجاله أيضا ، و في هذه المرحلة تتبين ملامح شخصية الطالب و قدرته على تحمل المسؤوليات الدراسية و الحياتية النفسية و الاجتماعية ، و تنمو قدرته على التمييز بين الخطأ و الصواب ، و كل هذا يستدعي مستوى من الملكات و القدرات لضمان تكيف أكبر مع هذا المحيط الهام جدا و الذي يلعب دورا هاما في بناء شخصية الطالب .

و ما يميز الحياة الجامعية هو الحرم الجامعي الذي يكفل التأطير العلمي و التربوي العلائقي ، خصوصا إذا عرجنا على معهد التربية البدنية الذي يسمح للطلاب الدخول في علاقات جديدة و متباينة نتيجة ما ينظمه من دورات تكوينية مفتوحة على مختلف جامعات الوطن ، حيث يكفل لهم حرية أكبر في المعاملات ، العلاقات و الحركة ، و كل هذه التغيرات تجعل الطالب في مواجهة مع ظروف عليه التكيف معها و تحقيق ذاته من خلالها من خلال أفكاره و سلوكياته و علاقاته مع الأشياء و الآخرين .

إن الطالب ينتقل من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية حاملا معه تراثا هاما من الأفكار، و القيم و المعتقدات ، و المشاعر ، و الأخلاقيات ، و السلوكيات تعلمها في مراحل مختلفة انطلقت من التنشئة المتلقاة في الأسرة ثم الشارع ثم المدرسة مرورا بالمرحلتين الإكاديمية و الثانوية ، هذه الأفكار قابلة للتغير ، و للتأثير و التأثير سلبا أو إيجابا .

إن هذا التغيير يصيب الجنسين على السواء تتدخل فيه عوامل النمو و المحيط و مدى قابلية الطالب للتأثير و التأثير ، كما يلاحظ هذا التغير في سلوكيات أخلاقية طبعت المحيط الجامعي بصفة عامة و معاهد التربية البدنية بصفة خاصة دخيلة على الثقافة الجزائرية و لا تعبر عن قيمنا و أخلاقياتنا و تراثنا ، هذه القيم و رغم معرفتنا بها نجد تقاعسا و قصورا في إمكانية تجسيدها في أرض الواقع ، و يلاحظ ذلك في مجمل سلوكيات الطلبة سواء في الأخلاق الفردية و الجماعية ، أو قواعد التأدب .

إن المفاهيم الأخلاقية التي يمتلكها الطالب في معهد التربية البدنية قد تتطابق مع ما يمارسه من سلوكيات ، و قد تتناقض أيضا ، و لا يمكن أن نجزم أن هذه السلوكيات إيجابية أو سلبية ، إلا أنها تخضع لحرية الاختيار و من الطبيعي أن تتطلب فاعلية تطبيق الثقافة المثالية مرونة للتكيف مع الواقع المستقل عن إرادتنا .

فالوجود الفيزيقي أو الجسدي للآخرين و المعرفة و الآراء التي ينقلونها إلينا و مشاعرنا في الجماعة التي تنتمي إليها تؤثر جميعها فينا من خلال العمليات الاجتماعية ، و يظهر التداخل جليا بين العمليات المعرفة - الفرد - و العمليات الاجتماعية أما أثرها فيظهر من خلال توظيف العمليات المعرفية في تفسير الممارسات الرياضية التي تنتمي إلى النشاطات الاجتماعية .

بالمقابل يتأثر الناس بمعرفتهم عن المعتقدات و الاتجاهات و السلوكيات أو الأفعال التي تناسبهم كأفراد في جماعتهم و لأنهم أعضاء جماعتنا التي أصبحنا نحن أيضا جزءا منها فإنهم يؤثرون فيها حتى عند غيابهم و منه فإن العمليات تشكل كل صور السلوك الاجتماعية بما في ذلك السلوكيات و الممارسات التي تحظى باهتمام كبير في عالم اليوم و نخص بذلك الممارسات الرياضية التي أصبح صيتها متداول عالميا تبنى على أساسها سياسات الدول بتوظيفها لاستغلال و كسب ود الشعوب و ما نشهده اليوم في رياضة كرة القدم إلا دليلا حيا على ذلك .

"إن الخطأ الذي وقع فيه الأخلاقيون هو أنهم أرادوا أن يبحثوا ما يجب أن يكون قبل معرفة ما هو كائن ، و لذلك كان مصير كل الفلاسفات الأخلاقية الفشل" ¹ . و نحن في دراستنا هذه حاولنا الإحاطة بالواقع الخاص بالطلبة من خلال المعيشة اليومية و الاحتكاك المباشر بالطلبة بمعهد التربية البدنية لنعرض واقع الممارسات الأخلاقية لدى الطلبة و مدى ارتباطه بالضوابط الاجتماعية المحيطة بهم و كيف يتأثرون بها و تؤثر فيهم ، و إلى أي مدى يستطيع الطلبة العمل على تغيير الممارسات السلبية إلى ممارسات إيجابية تساعد على تغيير الواقع الاجتماعي إلى الارتقاء بكل أخلاقياته ، من حيث أخلاقيات التعلم و الممارسة النبيلة التي تنص عليها قوانين التربية البدنية و الرياضية من أخلاقيات المعاملات و الأخلاقيات العامة في الحياة اليومية .

و منطلقا مما ذكرنا طرحنا الإشكالية التالية :

1_ الإشكالية :

__ إلى أي مدى تتوافق الممارسات الأخلاقية مع قواعد الضبط الاجتماعي في واقع التجمعات الطلابية بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم ؟

1 / أ_ إشكاليات فرعية :

- 1* هل هناك فروق دالة إحصائية بين الممارسات الأخلاقية بين الذكور و الإناث في علاقتها مع عوامل الضبط الاجتماعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية ؟
- 2* كيف ينظر الأستاذ للممارسات الأخلاقية الطلابية في مدى تطابقها مع قواعد الضبط الاجتماعي ، و مع انتظاراته من الطالب بمعهد التربية البدنية و الرياضية ؟
- 3* أي الشرائح الطلابية أكثر التزاما بالممارسات الأخلاقية المتوافقة مع قواعد الضبط الاجتماعي؟ و كيف ينظر العمال إلى هذه الممارسات بمعهد التربية البدنية و الرياضية ؟
- 4* ما نوع العلاقة بين الممارسات الأخلاقية و الضوابط الاجتماعية في التجمعات الطلابية بالمعهد ؟
- 5* كيف يسهم الواقع الجامعي في ترتيب أولويات علاقة الضوابط الاجتماعية بالممارسات الأخلاقية لدى الطالب الجامعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية ؟

¹ عبد الله شريط الفكر الأخلاقي عند ابن خلدون الشركة الوطنية للنشر و التوزيع ط 2 1975 ص119

أهداف البحث :

- إن الأخلاق هي نفس الشعوب وواجهتها تتجسد بإيجابية أو سلبية تعبر عن هوية هذا المجتمع ، و الطلبة هم إطارات و رجالات المستقبل ، لذلك كان لابد من :
- البحث في شخصية الطالب الجامعي و مدى إدراكه لمفاهيمه و ممارساته الأخلاقية، فمن خلال معاشتنا للطلبة في الحرم الجامعي بصفة عامة ، و بمعهد التربية البدنية و الرياضية بصفة خاصة تلاحظ تلك الممارسات المختلفة المنافية في أحيان كثيرة للآداب العامة في علاقتهم المختلفة .
- قياس مدى التناقض بين اكتساب الطالب للمفاهيم الأخلاقية، و مدى تطبيقها و تجسيدها كمارسات في الوسط الجامعي .
- الكشف عن الدوافع المادية و النفسية المعيقة لتفعيل المفاهيم الأخلاقية في الوسط الجامعي الرياضي.
- تحديد الأسباب الكامنة وراء تراجع الممارسات الإيجابية عند الطلبة، كتدني روح المسؤولية، تراجع الآداب العامة ، غياب الحوار و الانحلال الخلفي مقابل انتشار العنف و اللامبالاة.
- محاولة فهم الجانب غير السوي في الممارسات السلوكية للطلاب و مماثلتها بالممارسات الأخلاقية و ما يقابلها في العرف الاجتماعي في التظاهرات الرياضية .

2_ الفرضيات :

- فالممارسات الأخلاقية نسبية التوافق مع قواعد الضبط الاجتماعي ، تخضع لمتغيرات يفرضها واقع التجمعات الطلابية.
- و يمكننا صياغة الفرضيات التالية :
- *1 يتدخل الواقع الجامعي بشدة في ترتيب أولويات علاقة الضبط الاجتماعي بالممارسات الأخلاقية لدى الطالب الجامعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية.
 - *2 يهتم الأستاذ بأخلاقيات التعلم عند الطالب أكثر من اهتمامه بأخلاقيات الحياة اليومية .
 - *3 هناك علاقة عكسية بين الممارسات الأخلاقية و الضوابط الاجتماعية في التجمعات الطلابية بمعهد التربية البدنية و الرياضية .
 - *4 هناك فروق دالة إحصائية في تحديد الممارسات الأخلاقية بين الذكور و الإناث في علاقتها بعوامل الضبط الاجتماعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية .
 - *5 تظهر الممارسات الأخلاقية أكثر التزاما بقواعد الضبط الاجتماعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية لدى ذكور أكثر منه لدى الإناث .

3_ أسباب اختيار البحث :

جورج باستيد يصرح " أن الحومان حول الأخلاق سهل أما تأسيسها فهو الأمر الصعب بحق ، فلكي تستطيع المذاهب الأخلاقية أن تزدهر يجب أن تعتمد على اعتبارات مستخرجة من بنية الواقع سواء من السببية أو الغائية ، فهي تعطينا الأخلاقية الماورائية ، و في كلا الحالين يوجد جهل عميق بشروط الحياة الأخلاقية"¹ .

— الملاحظة المباشرة لحالة التغير الفوضوي التي يعيشها المجتمع على مستوى الممارسات السلوكية الأخلاقية خلال المناسبات و التظاهرات الرياضية .

— قلة الدراسات الأنثربولوجية في الوطن العربي . و اقتصرها على الدراسات السيكولوجية و الاجتماعية و الفلسفية في مجال الأخلاقيات .

4_ أهمية البحث :

ترتبط هذه الدراسة ارتباطا مباشرا بفئة الشباب الذي يعتبر في أي مجتمع عدته الأساسية نحو مستقبل أفضل ، و الفئة الهامة القادرة على إحداث التغيير الإيجابية إذا ما استغلت طاقاتها بالصورة الصحيحة و التي تضمن الفعالية و الارتقاء ، و في ضوء ما سبق تتبلور أهمية هذه الدراسة في جانبين ، أولهما نظري و ثانيها تطبيقي :

4*أ_ الأهمية النظرية :

- تكمن أهمية البحث في المساهمة بالقليل من الجهد في الكشف عن بعض الظواهر الأخلاقية المصاحبة للتظاهرات الرياضية ، خاصة و أن الأنثربولوجيا مجال جديد لم يحض باهتمام كبير في بلدان العالم الثالث على غرار أوروبا و أمريكا .
- توسيع نطاق الإنتاج الفكري ، النفسي ، و الأنثربولوجي الخاص بفئة الشباب في أوساط التجمعات الطلابية.
- توفير قاعدة من البيانات العلمية الدقيقة من مجمل الممارسات السلبية و الإيجابية داخل الأوساط الجامعية ، و أسبابها و مدى انتشارها و العوامل المساعدة على تصحيحها و تقويمها.
- التعرف على أهم الطرق و الوسائل ، و الحوافز التي يمكن توفيرها في معاهد التربية البدنية و الرياضية بهدف تجاوز الممارسات غير اللائقة.
- المساهمة في ايقاظ الاهتمام بالدراسات الأنثربولوجية لتحفيز الهمم المعرفية حول الأزمة الأخلاقية في الممارسات الرياضية .
- تحقيق الوحدة بين ثقافة الفكر و ثقافة السلوك من حيث المنهج و الواقع ، مع اختلاف الوسائل مما يثري الدراسات الأنثربولوجية .

4*ب_ الأهمية التطبيقية :

- تخطيط سياسة وقائية ضد الممارسات السلبية عن طريق مشروع تحسيبي علاجي على مستويين :

¹ عبد الله شريط : مرجع سابق ، ص 122

- أ* مستوى عام يتمثل في تعاون جهود كل مؤسسات المجتمع في توضيح مدى خطورة تردّي و انحلال ممارسات الطلبة و رجالات المستقبل .
- ب* محاولة تغيير اتجاهات الشباب انطلاقا من مدى فهمنا للدوافع و الحوافز التي يمكن أن تحدث هذا التغيير و تسير بالطلبة بمعهد التربية البدنية و الرياضية إلى الإيجابية.
- توصيات و اقتراحات نابعة من معايشة الوسط الجامعي .

5_ التعاريف الإجرائية :

أ*_ الممارسات الأخلاقية :

تعرف الممارسة الأخلاقية عند الطالب أنها مجموعة الأساليب و الوسائل الناتجة على مجموعة من المعارف المتعددة من الثقافة مجمع الطالب .
مجموعة من الصفات الخلقية و القيم الاجتماعية ، التي تؤثر في الفرد منذ و لادته و تصبح لا شعوريا العلاقة التي تربط سلوكه بأسلوب الحياة في الوسط الذي يعيش فيه (الجامعة و الحي الجامعي) .

ب_ الضبط الاجتماعي :

مجموعة القواعد التي تحدد الأطر العامة للممارسات في الواقع الجامعي و يمثلها القيم ، الدين ، القانون و العرف.

ج_ التجمعات الطلابية :

كل الأماكن التي يتواجد فيها الطلاب و يدخلون في علاقات تبادلية مع الأشياء و الأفكار و المجتمع بمعهد التربية البدنية و الرياضية.

د_ واقع التجمعات الطلابية :

دراسة الممارسات الأخلاقية منطلقا من المعاشية اليومية للطلبة في أماكن تواجدهم منطلقا من التفاعل معهم كعنصر فاعل .

6_ الدراسات السابقة :

1 - دراسة د : ابن زاهي منصور ١ - الشارب محمد الساسي قسم علم النفس جامعة ورقلة الجزائر (2006) . " دراسة مظاهر الاغتراب الاجتماعي لدى طلبة جامعة ورقلة " .

- الطالب المغترب هو الشخص الذي لا يحس بفعاليته و لا أهميته و لا وزنه في الحياة ، و يشعر أن اتساق القيم التي يخضع لتأثيرها أصبحت نسبية و متناقضة و غامضة و متغيرة باستمرار و بسرعة ، و أن علاقاته الاجتماعية لا تحقق له ذاته و تتجه تبعا لذلك إلى العزلة و النفور عن الذات .
- مستعملا المنهج الوصفي، تمت الدراسة على عينة من 105 طالب (88 طالبة - 17 طالب) مستخدما مقياس الاغتراب الاجتماعي الذي أعده جاسم يوسف الكندري و يتكون من 3 أبعاد و

من 35 بند للإجابة على : اللامعيارية 11 بند ، العزلة الاجتماعية 13 بند ، الشعور بالعجز 11 بند .

و قد توصل الباحثان إلى النتائج التالية :

- يعاني طلبة جامعة ورقلة الشعور بالاغتراب على مظاهر متباينة حيث كانت مرتفعة في مظهر الشعور بالعجز (4.15)، و متوسطة في مظهر اللامعيارية (2.73) في حين كانت درجاتهم منخفضة في مظهر العزلة الاجتماعية (01.83) . كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة ورقلة باختلاف الجنس . حيث تبين أن الذكور أكثر شعورا بالاغتراب . و وجود فروق دالة إحصائية بين الطلبة الذكور و الإناث في مظهر اللامعيارية . في حين لم تكن الفروق دالة إحصائية في مظهر العجز و العزلة الاجتماعية .

تعقيب : جاءت الدراسة تفصيلية لمظاهر الاغتراب عن طلبة جامعة ورقلة و تمحورت التوصيات حول إجراء دراسات مماثلة على عينات أخرى في حين كان الأحرى تعميق الدراسة لتعرف على الأسباب الحقيقية لمظاهر الاغتراب و كيفية تجاوزها أو بناء استراتيجيات طويلة المدى تساعد الطلبة على تغيير القيم و السلوكيات و التخفيف من مظاهر الاغتراب باعتبار الطلبة الطاقة التي تعتمد عليها الأمم في بناء صرحها .

2_دراسة د. عبد الحفيظ مقدم . أستاذ محاضر بمعهد علم النفس جامعة الجزائر 1982 دراسة حول القيم عند طلبة العلوم الاجتماعية :

_أهم الأهداف الرئيسية لهذا البحث هو الكشف عن القيم السائدة لدى طلبة العلوم الاجتماعية و قد جاء مصطلح القيم في البحث على أنه تلك التنظيمات المعقدة لأحكام عقلية انفعالية مهمة نحو الأشخاص، أو الأشياء، أو المعاني، و هي مجموعة من الأهداف التي يحاول الفرد أن يحققها ، و ينظم السلوك الاجتماعي فيما معينة تعتبر هي الإطار المرجعي لهذا السلوك كما تعتبر محصلة لكثير من عمليات الانتقاد و التعميم التي تتبع اتساقا طويل المدى و تنظيما في سلوك الفرد ، منطلقا من ثقافة أفراد المجتمع الحالية مصبوغة بعدة أنواع من القيم تتفاوت في مستوياتها بين فرد و آخر و في الفرد الواحد ، و يعتبر طلبة الجامعة من أكثر فئات الشباب تعرضا لعمليات التغيير الاجتماعي و الحضاري، بالإضافة إلى أن هذه الفئة تعتبر من الفئات المتعلمة القادرة على إحداث التغييرات التي تسير أو تحقق أهداف المجتمع .

_استخدم المؤلف اختبار القيم الذي أعده "البورث قبرنون" و "لندزي" و يتضمن 120 سؤال موزعة كالاتي:

- القيمة النظرية ، القيمة الاقتصادية ، القيمة الاجتماعية ، القيمة السياسية ، و القيمة الدينية.

طبقت الدراسة على عينة تتكون من 50 طالب من طلبة السنة الأولى في معهد العلوم الاجتماعية موزعة على فروع علم النفس و علم الاجتماع و التاريخ و الفلسفة . وخلص الباحث إلى أن السلوك الاجتماعي للفرد الجزائري يتأثر بـ 03 عوامل هي :

أولا : التأثير بعملية التنشئة الاجتماعية و التي مازالت متأثرة بالعادات و التقاليد و قي مقابل ذلك نجد الآباء يحاولون تنشئة أبنائهم حسب قيمهم .

ثانيا : التأثير بعملية التغيير الاجتماعي في المجتمع الجزائري المتمثلة في التغيرات السياسية الثقافية و الاقتصادية و عملية الحراك الاجتماعي .

ثالثا : التأثير بالمؤثرات الصادرة عن الغرب سواء الصادرة من الغرب من الناحية العلمية و الأدبية أو من الناحية التكنولوجية و التي تتضمن قيما مختلفة .

- تعقيب :

تبين النتائج تفوقا ضعيفا للطلبة على الطالبات في القيم النظرية و السياسية و الدينية ، لكن هذا الفرق ليس له دلالة إحصائية مما يبين تقارب القيم بين الطلبة و الطالبات ، و هذا يعود إلى الإطار الثقافي و إلى الأهداف المشتركة عموما .

3 - دراسة ل حمودي رواق : 2004 :

- انطلق الباحث من ملاحظته لعاملين مهمين أثرا مباشرة على وظيفة الجامعة في إتمام مهامها تربويا أو اجتماعيا .

- من جهة :الارتفاع التدريجي لعدد الطلبة .

- و من جهة أخرى تضييق لطاقت التدریس و التأطیر .

إذا أخذنا بعين الاعتبار أن التكوين التربوي للأساتذة ضروري من أجل ممارسة مهنة التدريس لا بد أن نشير أيضا إلى مبادرات الطلبة الضرورية بهدف تحقيق ذواتهم و المساهمة في تكوينهم الجامعي من خلال الاستقلالية و القدرة على التعليم ، التكوين الذاتي ، التقويم الذاتي أي أن الطلبة لهم باع كبير في تحقيق فعالية هذا التدريس و هذا ما دفعنا إلى دمج هذه الدراسة في الدراسات السابقة في موضوعنا . انطلق الباحث من الفرضية التالية إن اختيارات استراتيجيات التعلم للطلبة تتأثر بإدراكهم لخصوصية التربية لكل منهم و نوع التعليم المتلقي و نظام التقويم المفروض عليهم . و الهدف الأساسي كان تصنيف مدركات الطلبة لتكوينهم منطلقا من سلوكياتهم خلال المرحلة التعليمية، و سلوكيات الأساتذة خلال العمليات التربوية المختلفة .

اعتمد الباحث تقنية الاستمارة على 550 طالب في السنة الأخيرة من تكوين في التخصصات المختلفة بجامعة قسنطينة و خضعت إجابات الاستمارة للتفريغ و التحليل الإحصائي لبرنامج "Stat Box"Version 2.5 .

أهم النتائج المتوصل إليها:¹

أسفرت نتائج الاستمارة أن الطلبة راضون عن تكوينهم ، و هذا لا ينفي مجموعة الانتقادات المقدمة حول نوعية التكوين حيث يركز التكوين حول النظري أكثر من التطبيقي مما يوسع الهوة بين الطالب و ميدان العمل

¹- Sciences humaines – Université Mentouri constantine Algérie N° 22 Décembre 2004 P – 71 – 72

إن إعادة النظر في البرامج أو فترة التكوين و طبيعة الشهادة غير كافية لرفع المستوى، بل لابد من الاهتمام الفعلي بالأبعاد التربوية عند كل الفاعلين .

تعقيب :

كان لابد من الإشارة إلى الدور التكاملي لكل من الأستاذ و الطالب في تفعيل التكوين فكل منهما يؤثر على الآخر، فالتكوين الجيد للأساتذة و حرصهم على الانضباط و تحقيق الرقي للجامعة مرهون بإمكانيات و رغبات و مبادرات الطلبة في تحقيق ذواتهم في الإطار العلمي و الشخصي ، كل هذا ينطلق من توافق القيم بين الفاعلين بحيث تشترك أهداف الاتصال في تحقيق الارتقاء بالجامعة الجزائرية ، فالتكوين الجيد للأساتذ لا يؤدي وظيفته في ظل الانضباط و التسبب الملاحظ .

8-الدراسة النظرية:

لقد اشتمل البحث على ثلاثة فصول نظرية ، ركز الفصل الأول " الأخلاق بين النظرية و التطبيق " على أن التغيرات الاجتماعية التي أصابت المجتمع الجزائري أصابت أوساطا عديدة و حتى الجماعات التي تتحكم فيها النظم التقليدية و تبدأ هذه التغيرات أكثر وضوحا في المدن حيث يأخذ الشباب غالبية تمثلات حياتهم من النماذج الحديثة ، هذه التمثلات تفتح مجالا كبيرا لصراع القيم بين العرافة و التحديث ، بين المحظورات و الطموحات ، بين تحقيق ذات جديدة و الاحتفاظ بالقيم و الرموز القديمة المؤمنة لتوازي الأنا . إن ضرورة دراسة نظرية التحليل النفسي تعبر من الدينامية الداخلية لصراع القيم بحيث يعمل الشعور على تنظيم حركة التخلي عن القديم إلى الرغبة على التجديد الثقافي مما يسبب الإحساس بالذنب فيعمل الجهاز النفسي على تفعيل آليات الدفاع لتخفيف حدة الصراع و تحقيق التوازن البيثقاني . حيث تتوافق الإرادة الواعية مع الرغبة اللاواعية للحفاظ على المرجع التقليدي كضامن أو محدد للهوية الفردية و التميز الثقافي² .

إن التغير الذي حدث في الجزائر و الذي كان حتميا لضرورة التطور أدى إلى " أفراق القيم التقليدية بالقيم الغربية ، إن لم يكن إلى وضعية المأزم الثقافي فعلى الأقل إلى " الفوضوية " التي نستنتج منها أسباب هذا المعاش الثقافي في التقاطب النمطي³ .

في حين عبر الفصل الثاني " السلوك في ظل قواعد الضبط الاجتماعي " على أنه لا يخلو مجتمع إنساني من وسائل الضبط الاجتماعي لأن وجوده هو تلك القوة الفعالة في تنظيم السلوك الاجتماعي و الثقافي ، و هذه الوسائل تتوقف إلى حد كبير على طبيعة المجتمع نفسه و ظروفه الخاصة به ، و مدى تعقده، أو ببساطته و نوع الثقافة السائدة فيه .

² نور الدين طوالي الطقوس و الدين و التغيرات ، ترجمة و جيه البعيني ، منشورات عويدات ، بيروت ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ط

1 1983 ص 85

³ نور الدين طوالي المرجع نفسه ص 86

تتأثر إدراكاتنا و ذاكرتنا و عواطفنا و دوافعنا و تصورنا للعالم المحيط بنا و العمليات المعرفية من خلال ما نمارسه من نشاط يعكس تأثرنا بالآخرين و بالبيئة الاجتماعية المحيطة بنا ، في حين تتعلق العمليات الاجتماعية بما تفرضه علينا الجماعات التي ننتمي إليها و علاقتنا الشخصية و تعاليم آباءنا و ثقافتنا .

بالمقابل يتأثر الناس بمعرفتهم عن المعتقدات و الاتجاهات و السلوكيات أو الأفعال التي تناسبهم كأفراد في جماعتهم و لأنهم أعضاء جماعتنا التي أصبحنا نحن أيضا جزءا منها فإنهم يؤثرون فيها حتى عند غيابهم² ، و منه فإن العمليات تشكل كل صور السلوك الاجتماعية بما في ذلك السلوكيات و الممارسات التي تحظى باهتمام كبير في عالم اليوم .

أما الفصل الثالث فخصص لـ "الجامعة و معايير الجودة" بحيث إن تطبيق معايير الجودة في التعليم العالي يتطلب مجموعة من الخصائص التي تعبر بدقة و شمولية عن كفاءة أداء منظومة التعليم الجامعي بكل أبعادها من مدخلات و عمليات و مخرجات و تغذية راجعة بالإضافة إلى التفاعلات البيئية بما يحقق أهداف التنمية. إن ضمان تحقيق الجودة في الجامعة الجزائرية يكون من خلال اهتمام بمتطلبات تحقيق الجامعات لمستويات أداء متميز في المجالات الحيوية المختلفة ، و من خلال القدرة على تخطيط و تنفيذ برامج تعليمية تشبع حاجات و توقعات المستفيدين ، و تعديل وظائف الجامعة و نظم الدراسة بها ، و تنسيق الجهود بين كل العاملين بالجامعة ، و إتباع كل فرد للأهداف الموجهة للأداء الجامعي و جعل الجودة على رأس أولويات الإدارة الجامعية مع الاهتمام بالتغذية الراجعة لتصحيح الإجراءات بصورة دورية.

أُنجزت الدراسة الميدانية في ثلاث فصول تتحرك في الحدود التالية :

*حدود الدراسة :

تتحرك هذه الدراسة في إطار الحدود التالية :

أ_ أهداف الدراسة :

- قياس مدى التناقض بين اكتساب الطالب للمفاهيم الأخلاقية، و مدى تطبيقها و تجسيدها
- كممارسات في الوسط الاجتماعي انطلاقا من الممارسات اليومية بمعهد التربية البدنية و الرياضية .
- الكشف عن المعايير العامة التي تحكم الممارسات الأخلاقية في الوسط الجامعي .
- الكشف عن الدوافع المادية و النفسية المعيقة لتفعيل المفاهيم الأخلاقية في الوسط الجامعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية .
- تحديد الأسباب الكامنة وراء تراجع الممارسات الإيجابية عند الطلبة، كتدني روح المسؤولية، تراجع الآداب العامة ، غياب الحوار و الانحلال الخلقي و انتشار مظاهر العنف .
- محاولة فهم الجانب غير السوي في الممارسات السلوكية للطلاب و مماثلتها بالممارسات الأخلاقية و ما يقابلها في العرف الاجتماعي .

² د.محمد السيد عبد الرحمان مرجع سابق ص 15

ب_ من حيث ميدان الدراسة :

يتم إجراء هذه الدراسة في رحاب جامعة " عبد الحميد بن باديس مستغانم .معهد التربية البدنية و الرياضية " ، و من ثم تتحدد إمكانية تعميم النتائج في إطار الجامعات المشابهة من حيث النشأة و الظروف .

— ملاحظة الممارسات اليومية للطلبة في الوسط الجامعي ، و في علاقاتهم مع الفاعلين في محيطهم ، مع التأكيد على الابتعاد عن الأحكام القيمية .

— التأكيد على الملاحظة المباشرة .

— توخي الموضوعية في الأحكام .

ج_ من حيث وسائل جمع البيانات :

تعتمد هذه الدراسة على جمع البيانات بواسطة استمارات توزع على الأساتذة ، العمال و الطلبة بالإضافة إلى شبكة مقابلة حضرت خصيصا لدعم استمارة الطلبة .

د_ من حيث تحليل البيانات :

يعتمد تحليل البيانات على استخدام النسبة المئوية لمعدلات تكرار الاستجابات مع التوسع في المعالجة الإحصائية بهدف إضفاء طابع البحث الأكاديمي على الدراسة و تعميقها .

• من حيث عينة الدراسة : تمت الدراسة على :

1_ الطلبة :

مست الدراسة الكليات التالية : كلية التربية البدنية و الرياضية ، بتعداد طلبة قدر بـ 94 طالبا .

1* أ_ أداة الدراسة :

جاءت الاستمارة تشتمل على 04 محاور يشتمل كل منها على أسئلة معينة ، و يمثل الجدول المحاور التي تشكل نوعية الضابط و الممارسات التي ترتبط به و التي جاءت في الاستمارة بشكل غير منظم ندرجها في الجدول كل ضابط حسب الممارسات المعبرة عنه .

و لقد تم مناقشة الاستمارة مع عدد من أساتذة الجامعة ، و عمداء الكليات، و تم تعديل بعض الأسئلة فيها ، و كما تم حذف 10 أسئلة منطلقا من الملاحظات المقدمة . و قد جاءت الاستمارة في 4 محاور : القانون ، الدين ، الأعراف و العادات ، الضوابط الدراسية .

محاور الاستمارة الخاصة بالطلبة

• تم توزيع الإستمارة على طلبة كلية التربية البدنية و الرياضية ، و بلغ عدد ما وزع منه عليها 115 و رد منها 94 إستمارة أي بنسبة 81,73 % ، لذلك كان لابد من إعادة الطبع بهدف الوصول إلى العدد المطلوب و تمت متابعتها ، و اقترح في آخر الاستمارة سؤال مفتوح لتترك الحرية للطلاب للتعبير عما بداخله و ما لم تتحه الأسئلة المغلقة ، و تم تحديد جداول لتفريغها عن طريق وضع مفاتيح للإجابة بهدف تكميم الإجابات حتى يتم تجنب الارتجالية في التحليل ، و هذه المفاتيح مثلت كلمة تصب فيها

إجابات مختلفة تصب في نفس السياق ، و قسمت شبكة المقابلة بالشكل التالي : الممارسات السلبية و الايجابية ، سبب التناقض بين الضوابط و الممارسة ، عوامل التغيير .

2*الأساتذة :

تم توزيع الاستمارة على 20 أستاذا بمعهد التربية البدنية و الرياضية و قد جاءت استمارة الأساتذة بهدف التعرف على نظرة الأساتذة كأهم الفاعلين في الواقع الجامعي للممارسات الأخلاقية للطلبة ، كما أن التفاعل المباشر بين الأساتذة و الطلبة يجعل أحكامهم صادقة و لو نسبيا ، و كانت محاور الاستمارة بالشكل التالي: الممارسات السلبية و الايجابية في الوسط الجامعي ، انتظارات الأستاذ من الطالب ، عوامل التغيير .

ملخص النتائج:

لم يظهر التناقض في أجوبة استمارة الطلبة إلا بنسبة 08,06% أي أن الذكور و الإناث لديهم قيم متوافقة و السلوكات الممارسة في الحياة اليومية للطلبة فالجنس لا يؤثر في الممارسات الأخلاقية ، و تظهر النتائج 45,23% من السلوكات غير متوافقة مع القيم لأسباب تتعلق بتأثير المحيط الخاص بالطالب و تظهر أكثر وضوحا في ضابط الدين بحيث لا يربط الطلبة بين العقيدة و ما يوافقها من سلوكات في الحياة اليومية ، و كذا فيما يخص الضوابط الدراسية فحيث يتواجد الطالب بالجامعة لتحصيل العلم تتنافى الكثير من ممارساته مع هذه الغاية السامية من تكاسل و تقصير أو فوضى و إتلاف ، يظهر التوافق بنسبة أكبر فيما بين القيم و السلوك و علاقتها بالعادات و الأعراف فالطالب يراقب ممارساته أكثر ليوائم بينها و بين العادات و الأعراف .

1_تحليل النتائج الخاصة بعمال المعهد و الحرم الجامعي :

إن الدور المنوط بمؤلاء العمال لنرى أن ما تقدمه الخدمات الجامعية و ما هو موجود حقا يدور في جو مختلف تماما عما يجب أن يكون ، إن الخدمات التي تقدم في المعهد بعيدة عن معايير الخدمة الاجتماعية بل تقتصر على الأمن و سلامة الممتلكات ، و يدخل فيها الطلبة و العمال في شبكة من العلاقات غير المنظمة ، تخضع لمعايير خاصة من صنع الأفراد بداخل المؤسسة في الجامعة ، و تفتقد هذه التجمعات إلى وجود أخصائين اجتماعيين و نفسانيين رغم أن التركيبة البشرية بهذه التجمعات بحاجة إلى هذا النوع من المساعدة للتكيف مع الحياة الجديدة ، و الاستمرار فيها دون عوائق أو تدليل هذه العوائق، و من خلال الاستمارة و الملاحظة المباشرة من خلال الزيارات المتكررة للكلية تعرفنا بصورة قريبة على ما يحدث داخلها من تجاوزات مدركة و غير مدركة .

2_الممارسات السلبية و الايجابية عند طلبة الكلية منطوقا من رأي العمال :

من خلال ما تقدم بين العمال أن أغلب المشاكل التي يعانها الطلبة هي مشاكل أخلاقية تظهر بنسب كبيرة في الكلية في مقابل المشاكل البيداغوجية التي تظهر بنسب أكبر عند عمال الجامعة و يرجع العمال ذلك إلى أن عوامل الضبط بالجامعة لا ترقى إلى المستوى المنشود ، حيث كانوا شديدي التحامل على الطلبة من حيث المشاكل الأخلاقية تمس الجهاز القيمي و تعمل على تصدع جهاز الضوابط الاجتماعية الذي يحفظ للمجتمع تماسكه و استقراره أيضا من خلال ممارسات أكثر عمقا و نخرا في تماسك المجتمع .

3_ معطيات التغيير :

إن الطلبة بحاجة ماسة و فورية لصيغة شروط الالتحاق و شروط استمرار المداومة و هذه الشروط تحفظ قيم الطالب و تحميه من التشويش الفكري الذي يعانیه نتيجة رفقاء السوء ، و نتيجة فوضى الممارسات المحيطة به ، ليس التغيير مستحيلا في أي مجال و لكن المستحيل هو أن نكون غير قادرين على إيجاد حلول لمشاكل شبابنا و طلبتنا ، فالطالب هو من ينتج ثقافة الجامعة ، و هو في نفس الوقت نتاج لثقافتها ، فإذا عملنا على تغيير أفكاره نحو الإيجابية و توجيه طاقاته نحو الفعالية في إطار خطط قصيرة المدى تعتمد على الحلول الفورية و المتابعة ، و خطط بعيدة المدى نعمل من خلالها على بنا ثقافة جامعية جديدة رائدة بمعاهد التربية البدنية و الرياضية ، و من خلال عمل جماعي يشارك فيه كل الفاعلين فالعلاقات الاجتماعية تكون فاسدة عندما يختفي العمل الجماعي و تصبح المنافسة في تحقيق الذات الفردية و ليس البحث في إيجاد حلول للمشكلات المختلفة ، فتنمية القيم الخلقية في العلاقات جوهر تجاوز العضلات المختلفة.

***مناقشة النتائج:**

من أول واجباتنا هو تصفية ثقافتنا بما فيها الإطار الخلقية الاجتماعي مما فيه من عوامل كاذبة و معيقة حتى نفسح الطريق أمام العوامل الفعالة ، من خلال فكر متجدد يجعل الأخلاق فعلية في السلوك و ليس في المعرفة فقط . و قد حاولنا من خلال اختيارنا للعينة أن نجيب على التساؤلات في اشكاليتنا السابقة ، و قد أسفرت النتائج عما يلي :

بالنسبة للفرضية الأولى نلاحظ أن الواقع الجامعي يتدخل بشدة في ترتيب أولويات علاقة الضبط الاجتماعي بالممارسات الأخلاقية لدى الطالب الجامعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية ، فالطالب ينتقل من الثانوية إلى الجامعة بطاقة مهولة يكون قد كونها و صقلها من خلال تجربته مع شهادة البكالوريا التي تعتبر بالنسبة له مفتاح الحياة الجديدة ، و لكن بمجرد وصوله إلى الجامعة يصطدم بثقافة جديدة من التعلم الحر ، و يكون الطالب غير مهياً لا معرفياً و لا نفسياً لتحقيق ذاته في مجال للمعرفة يجمع بين الحرية و تحقيق الذات ، فعليه أن يدرب نفسه على الالتزام دون تدخل الوالدين و دون ضوابط المرحلة الثانوية ، و يتحتم عليه التكيف مع متطلبات المرحلة الآنية فيبحث عن جماعة مرجعية تحقق له الإشباع النفسي و الثقافي ، فيتبنى قيمها و مبادئها و يجد نفسه منقادا لما تفرضه هذه الجماعة و ثقافتها ، هذه الثقافة التي تتمحور عناصرها حول الاتكالية و التسبب في غالب الأحيان تحول الطالب من تلميذ بذل كل الجهد لتحقيق شهادة البكالوريا إلى طالب يريد تحصيل السنة بأقل التكاليف .

الطالب و منذ وصوله إلى المعهد يدخل في عملية من التكيف ، و التكيف هو السلوكيات التي يمارسها الفرد في محاولته التغلب على الصعوبات و العوائق بهدف تحقيق التوازن مع الظروف البيئية التي يعيش فيها (و هو

يتضمن تغيرات في السلوك الإنساني تنسم بالمرونة في مواجهة مطالب و ظروف المجتمع المتغيرة)¹ بطريقة تخفف حدة الصراع بين الفرد و المحيط فعندما يجد الطالب نفسه محاصرا بمحيط تغلب عليه السلبية و الاتكالية عليه أن يتقاد ليتجنب هذا الصراع ، هذا لا ينفي أن طبيعة بعض تخصص الرياضة البدنية و طرق تفريغ الطاقة بطرق صحية و منظمة تفرض معايير و قيما أخرى من الجدية و المثابرة ؛و عدم التكيف معها أيضا يسبب صراعا لمن لديهم قيما مناقضة ، فتقافة المحيط الجامعي سواء كانت إيجابية أو سلبية تتدخل في ترتيب أولويات الطالب في علاقته بمعطيات الضبط الاجتماعي ، و بذلك فالطالب في معهد التربية البدنية و الرياضية يتكيف مع البيئة بإحداث التغيير و من خلال التغيير للسلب أو الإيجاب من خلال ثقافة المحيط الذي ينتمي إليه ، فهو يستطيع تجنب الصراع ، و التوافق و التوازن فيما بعد سواء مع ذاته أو في تفاعله مع الآخرين .

ليس هناك فروق دالة إحصائية بين الممارسات الأخلاقية بين الذكور و الإناث في علاقتها بعوامل الضبط الاجتماعي .فالتوافق واضح عند كلا الجنسين في تعاملهما مع قواعد الضبط الاجتماعي و التي سبق حصرها في القانون ، الدين ، العادات و الأعراف ، و الضوابط الدراسية .

فالذكور و الإناث يتوافقون في القيم و الممارسات في ظل قواعد الضبط الاجتماعي فيظهرون احتراماً أكبر للقانون خوفاً من العقاب الفوري و لكنهم يميزون بين القوانين ذات المصدقية فيتعاملون اتجاهها بحدية أكبر ، أما تلك القوانين التي تحدث فيها التجاوزات و تفقد مصداقيتها فهم قادرون على تجاوزها و عدم الامتثال لها ، أي أن الممارسات الأخلاقية غير مرهونة بالجنس بل هي مرهونة أكثر بمصدقية و فعالية القوانين من عدمها ، و العمل على جعل الضابط القانوني أكثر قابلية للمتابعة و البعد عن المحسوبية يجعل وقعه على الممارسات مهما بهدف إحداث التغيير، لأن التناقض حاضر بين أفكار الطلبة اتجاه القوانين و التمرد عليها في نفس الوقت .

كما يعتبر الدين ضابطاً قويا و لكنه حاضر في أفكار الطلبة أكثر منه في سلوكياتهم ، و يرتبط بشكل كبير بالعبادات، أما تلك الأفكار المرتبطة بأن هذا الدين هو منهج متكامل للحياة ، و أن الحياة الدراسية أيضا جزء من تطبيق الدين فهذه الأفكار تظهر قاصرة و غير ناضجة عند الطلبة ، إن هذه الأفكار البناءة في الدين غير حاضرة بنضج عند الطلبة مما يجعل ممارستها صعبة فالسلوك أصله الفكرة ، و الفكرة هنا مشوشة تؤثر على السياق السلوكي عند الطالب منطلقا من الضابط الديني ، و منه فنحن و من خلال النتائج المتوصل إليها نجد أن الممارسات الأخلاقية المرتبطة بالدين و الخاصة بالحياة الدراسية للطالب ترجع في الحقيقة إلى الفقر في الأفكار و شحها في هذا الجانب .

تظهر العادات و الأعراف ذات أثر واضح في حياة الطلبة و ممارساتهم اليومية فهم يتبعون ثقافة المحيط دون تمسك للمعايير السلبية و الإيجابية ، و هذا يعني العمل على بناء ثقافة جديدة من الأفكار و العادات الإبداعية التي

¹ د. إمتانوس ميخائيل : التوافق و الصحة النفسية أستاذ في قسم الصحة النفسي منشورات جامعة دمشق كلية التربية ج 2 2005 -

تناسب و طبيعة تخصص التربية البدنية و الرياضية و الذي يضمن للطالب التوازن الجسمي و الصحي مما يساعد الولوج إلى التوازن في السلوك الانفعالي .

تظهر النتائج أن الضوابط الدراسية مفهومة في ذهن الطالب ، غير مدركة الغايات و المعالم ففكر الطالب ينحصر عند تحصيل السنة بمعدل 10 ، إن النجاح في عقل الطالب غير مرتبط بالتميز ، التفرد و التفوق بل طموحاته تقتصر على تحصيل شهادة في مدة زمنية معينة ، أما عن بناء خطة دراسية و مهنية مستقبلية فلا نجد إلا عند القليل من الطلبة ، فالطالب يدرس دون تصور شامل لهذه المرحلة الهامة من حياته ، أما تحقيق التفرد فهو مرتبط بشخصية الطالب منطلقا من قناعاته الذاتية و ليس من ثقافة الوسط الجامعي ، بل نجد هذا التميز يظهر عند جماعة من الأساتذة يحاولون بوسائلهم و إمكانياتهم الخاصة _ و ليس في إطار إستراتيجية متكاملة لتحقيق التغيير _ تغيير الواقع الجامعي إلى واقع مفعم بالبحث و الروح العلمية الحادين .

كما نلاحظ في الإجابة على التساؤلات الخاصة بالأساتذة أن الأستاذ يهتم بأخلاقيات التعلم عند الطالب أكثر من اهتمامه بأخلاقيات الحياة اليومية ، فمن خلال ما جاء في الدراسة الميدانية وجدنا أن الأساتذة أكثر حرصا على أن يكون الطالب جادا و مثابرا ، و أن تتغير ممارساته اتجاه أهدافه بالجامعة من غش و تحايل و خنوع و لا مبالاة ، و أن يكون قادرا على رسم مسار دراسي و مهني يتلاءم مع إمكانياته و مع متطلبات الأوضاع الراهنة في ميدان العمل ، ورغم ما يلاحظ من ترددي في الممارسات الأخلاقية للطلبة يرى الأساتذة أنهم غير مسئولون عن هذا الترددي و يرجعونه لمراحل سابقة ، خاصة بالتنشئة الاجتماعية و غياب الأهداف الأخلاقية في المناهج التربوية ، فالتدريس له قواعد معينة كما أنه يستند إلى نتائج العديد و الجديد من نتائج البحث العلمي سواء في دراسة الطبيعة الإنسانية و استراتيجيات التعلم المناسب عند الفرد، أو في مجال دراسة استراتيجيات التعليم و أساليب تنمية القيم و الاتجاهات و المهارات.

تنحصر الممارسات الأخلاقية أكثر التزاما بقواعد الضبط الاجتماعي بمعهد التربية البدنية و الرياضية منه في الجامعة ككل ، و لدى الذكور أكثر منه لدى الإناث و يمكن أن يعزى ذلك إلى طبيعة التخصص بشكل رئيسي.

أما من خلال الإجابات الخاصة باستمارة العمال فنجد أن الأنثى مازالت تمثل ذلك المقدس الذي لا يجب أن يندس في ضمير الرجل العربي و الجزائري ، و هذا ما ظهر من خلال استجابات العمال اتجاه الممارسات الأخلاقية، في حين تظهر الممارسات المرفوضة لدى الذكور تخص العنف اللفظي و الجسدي، أما المعهد فيركز عماله على الممارسات الخاصة بسوء الآداب العامة ، إن مبدأ التقبل يهين جوا مناسبا من الثقة و التفاهم يقوم على تقبل العامل للطلبة ، و تقبل الطلبة للعامل في علاقة تبنى على الاعتدال و عدم المبالغة ، و السرية التي تعتبر مكسبا أخلاقيا و مهنيا هاما ، فالعامل بالجامعة لا بد أن يكون مكونا تكويننا خاصا يساعد الأفراد على التمسك بقيود المجتمع الذي يعيش فيه " و بقيود المؤسسة و أن يمثل إلى شروطها و قوانينها و فلسفتها و في حدود هذه القيود ، فخدمة الفرد على تدعيم قيم التضامن الاجتماعي و الإحساس بالأمن من الأفراد بما تقدمه

مؤسسات خدمة الفرد الحكومية من خدمات تشعر حتى غير المحتاجين بالاستقرار الذي ينعكس بطريقة غير مباشرة في زيادة ارتباطهم بالمجتمع و ولائهم كما أن خدمة الفرد تعمل على تنمية القدرات و الطاقات و القيم الدينية و الأخلاقية للعملاء . و هذا ما افتقدناه في تعاملنا مع العمال في الأحياء الجامعية و المعهد.

خاتمة

إذ نتحدث عن الجامعة فنحن نتحدث عن النخبة التي من واجبها القدرة على إحداث التغيير للإيجابية ووضع خطة للارتقاء بالمستوى الأخلاقي للطلبة على المستوى الشخصي و الاجتماعي و الدراسي و آداب السلوك العام من خلال وسائل عملية أهمها فهم هدف التغيير ، و تهيئة المحيط لإحداث التغيير في مؤسسات الجامعة المختلفة من معاهد و مدارس من خلال فريق فعال يدرك الأهداف و الوسائل ، بحيث لا يأخذ هذا التغيير في الممارسات و السلوكيات بالتدرج بل العمل على تغيير أكبر عدد من الأفكار السلبية و بأسرع وقت دون فرض ذلك على الفاعلين المعنيين بل من خلال المشاركة و التواصل ، و الحرص على أن تكون الخطوات الأولى ثابتة نحو الهدف المنشود حتى لا تضع الطاقات سدى آخذين بعين الاعتبار أن للتغيير تكلفته و اضطراباته و معارضيته .

المصادر و المراجع :

المراجع باللغة العربية :

- 1- أبو بكر الجزائري : منهاج المسلم ، عقائد و آداب و أخلاق و عبادات و معاملات مكتبة العلوم و الحكم المدينة المنورة توزيع المكتبة العصرية بيروت 1999
- 2 - أحمد زكي بدوي معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية ، بيروت ، مكتبة لبنان 1993 .
- 3 -د. أحمد الأنصاري : الأخلاق الاجتماعية عند برتراند رسل ، الجمعية الفلسفية المصرية - 2 - ط 1 2003
- 4- أحمد فاروق محفوظ " إدارة الجودة الشاملة و الاعتماد للجامعة و مؤسسات التعليم العالي " المؤتمر الوطني المستوى الحادي عشر جامعة عين شمس 2004
- 5- أميل دور كايم : التربية الأخلاقية - ترجمة د/ السيد بدوي مراجعة د/علي عبد الواحد وافي مكتبة مصر
- 6- أبو حامد الغزالي : احياء علوم الدين ، دار احياء الكتب ، القاهرة ج 3
- 7- د. أحمد بن تعمان سمات الشخصية الجزائرية من منظور الأثرولوجيا النفسية المؤسسة الوطنية للكتاب 1988
- 8- د. أحمد محمد الطيب : الإحصاء في التربية و علم النفس ن المكتب الجامعي الحديث ن الإسكندرية ، ط 1 1999

- 9_ إخلاص محمد عبد الحفيظ :، د. مصطفى حسين باهي :طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي في المجالات النفسية و التربوية و الرياضية مركز الكتاب للنشر 2000
- 10_إسماعيل محمد عماد الدين : الشخصية و العلاج النفسي ، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1959
- 11_ د. آمال صادق، د. فؤاد أبو حطب : مناهج البحث و طرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية و التربوية و الاجتماعية ، مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة 1991
- 12- حيدر حميد الدهوي : العولمة و القيم ، رسالة في الطريق إلى ما بعد العولمة و قيمها ، دار علاء الدين ط 1 2004
- 13_ حسن الساعاتي : علم الاجتماع القانوني ، دار المعرفة ، الطبعة الثانية ، القاهرة 1960
- 14- حسين عبد الحميد أحمد رشوان مشكلات المدينة دراسة في غلم الاجتماع الحضري مؤسسة شباب الجامعة 2005
- 15_حسن محمد الشرقاوي نحو علم نفس اسلامي مؤسسة شباب الجامعة 1984
- 16_ عبد الله شريط : الفكر الأخلاقي عند ابن خلدون الشركة الوطنية للنشر و التوزيع ط 02 1975
- 17_ د. مجدي أحمد عبد الله : السلوك الإجتماعي و دينامياته "محاولة تفسيرية" ، جامعة الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، 2003
- 18- موريس أنجرس منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية تدريبات علمية دار القصة للنشر ترجمة بوزيد صحراوي و آخرون 2004
- 19_د. نور الدين طوالي : الدين و الطقوس و التغيرات ، ترجمة وجيه البعيني ، منشورات عويدات ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ط 1 1988
- المراجع باللغة الفرنسية :

- 1-H .Bergson « Les deux sources de la morale et de la religion . Paris P.U.F 1948 58° éd.
- 2- Anne-Marie ARBORIO Pierre FOURNIER L'enquête et ses méthodes « L'observation directe » 2° éd ARMAND COLIN 2005
- 3- Anne-Marie ARBORIO Pierre FOURNIER L'enquête et ses méthodes « Le questionnaire » 2° éd ARMAND COLIN 2005
- 4- Anne-Marie ARBORIO Pierre FOURNIER L'enquête et ses méthodes « L'entretien collectif » 2° éd ARMAND COLIN 2005
- 5-MEBARKI Med ,Sauver l'université, Editions DAR EL GHARB ORAN 2003
- 6-GURRID Djamel, L'université aujourd'hui (acte de séminaire) édition CRASC, Mai 1998
- 7-LAOUISSET Djamel eddine : L'université :contraintes pédagogiques et impératifs de recherche ;Editions HOUMA Alger 2003
- 8- Benmeziane Thaalbi : L'identité au Maghreb –Casbah Algérie 2000
- 9-Bruyne J ,Hernane – Dynamique de la recherche en sciences sociales – Maison de Schouthete 1974

دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

من إعداد الأستاذ: زيوش احمد

جامعة الجلفة

ملخص باللغة العربية .

ليس في شك أن استثارة وتنمية التفكير الناقد جانب هام وقدرة عقلية مهمة للتغيير المعرفي و الانفعالي والسلوكي الذي نريده لتلاميذنا أن يحققوا فيه مستوى رفيعا ، حيث تزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من العمليات العقلية العليا، كالتذكر والتخيل والتعلم و التفكير بأنواعه و خاصة التفكير الناقد الذي تعد تنمية مهاراته من الأهداف التربوية التي تعمد الأنظمة التربوية إلى تطويرها لدى المتعلمين ويرجع الاهتمام به كونه يساعد التلاميذ المراهقين على التكيف مع الأوضاع المتغيرة ، وكذلك تنمية واستجلاء العلاقة بين القدرات العقلية و النشاط البدني الرياضي التربوي ، قد يساعدنا في تخطيط الخبرات التعليمية و التربوية.

ولقد أردنا من خلال هذه الدراسة المقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي في القدرة على التفكير الناقد بغية التعرف على مدى فاعلية النشاط البدني الرياضي في تنمية القدرات العقلية، والعمليات الذهنية، و استثارة التفكير الناقد، وكذا تعلم مهارته و الاستفادة منها في تطوير قدرات التلاميذ في مرحلة الثانوي في العملية التعليمية والتعلمية ومنه تحقيق الأهداف التربوية العامة.

وخلصت الدراسة إلى أن التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة الرياضية بشكل منتظم هم الأفضل في اختبارات التفكير الناقد ، و هنا الذكور أفضل من الإناث .

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني الرياضي، التفكير ، التفكير الناقد ، تلاميذ الثانوي.

Rôle de l'activité physique sportive dans le développement de certaines capacités de la pensée critique chez les élèves du secondaire.

Résumée :

Pas de doute qu'une consultation et un développement de la pensée critique est un aspect important et une capacité mentale importante de changement cognitif , affectif et comportemental, que nous voulons pour nos élèves à atteindre un niveau élevé, où la capacité de l' adolescent augmente à faire des opérations beaucoup plus mentale, comme la mémorisation, l'imagination, l'apprentissage et de types de réflexion, en particulier la pensée critique laquelle le développement de ses compétences représente des objectifs éducatifs des systèmes éducatifs pour les développer délibérément chez les apprenants, son intérêt revient du fait qu'il aide les élèves adolescents de s'adapter aux conditions diverses, ainsi que le développement et la clarification de la relation entre la capacité mentale et l'activité physique sportive, éducatif, peut nous aider dans la planification des expériences d'enseignement et d'éducation.

Nous voulons à travers cette étude comparative entre les praticiens et les non praticiens de l'activité physique sportive dans la capacité de penser de manière critique afin d'identifier l'efficacité de l'activité physique sportive à développer les capacités mentales, les processus mentaux et stimuler la réflexion critique, et acquérir ses compétences et l'utiliser pour développer la capacité des élèves de l'enseignement secondaire dans le processus d'enseignement et d'instruction, ainsi d'atteindre les objectifs pédagogiques globale.

Comme nous le désir de maintenir en place avec les exigences actuelles, nous avons voulu étudier le rôle joué par l'activité physique sportive dans le développement de la pensée critique pour les lycéens, et de connaître quelques importantes variations qui lui sont associés, car il est du devoir de l'école de développer les qualifications du sens critique des élèves scolarisés dans le secondaire et l'exploitation de toute matière académique travaillant à percuter les capacités mentales des élèves en générale et la réflexion critique en particulier. Parmi les conclusions obtenues comme suit:

L'étude actuelle a révélé que les élèves pratiquant l'activité physique sportive ont excellé sur les non-pratiquants dans la capacité de la pensée critique et possédant la capacité mentale meilleure que les non-praticiens, et c'est ce que nous avons observé à travers les différences entre les scores moyens pour chacune les praticiens et les non-praticiens dans tous les cinq axes pour tester la réflexion critique et ainsi que le degré total de l'essai.

L'étude a conclu que les élèves qui se livrent à des activités sportives de façon régulière sont les meilleurs dans les tests de pensée critique

Mot clé : Activité Physique Sportive. Capacités . La pensée Critique

مقدمة :

لقد ساد الاعتقاد في الأوساط التربوية أن تنمية التفكير الناقد تتم فقط في سياق المواد المدرسية الأكاديمية التقليدية ولا مجال لتنميته في سياق المواد ذات الأبعاد النفس -حركية التي هي النشاطات التي تستخدم العضلات الكبيرة و الصغيرة المتأزرة كالتربية البدنية و الرياضية رغم أنها تقدم إسهاما جديرا

بالاهتمام في توجيه الطلاب نحو الميل باتجاه التفكير بطريقة فعالة ، بالتعاون والرغبة بتحمل المسؤولية والعقلية المفتوحة، كلها سمات تدعم وتوجه عملية التفكير الناقد .

ومن الأفكار التي يدور الجدل حولها بين واضعي المناهج الدراسية ،هل يؤدي تنظيم مادة دراسية معينة إلى تنمية التفكير عند التلاميذ على نحو أجدى من مادة أخرى (جابر عبد الحميد جابر ، 1979 ، 188)، ولقد اخترنا النشاط البدني الرياضي لما له من مواقف تعليمية ومواقف نفس-حركية تعمل على استثارة التفكير الناقد لدى التلاميذ.

و يدخل هذا النوع من التفكير (التفكير الناقد) في الكثير من الأنشطة الإنسانية في المجالات السياسية والعسكرية و العلمية و الاجتماعية والفنية والأدبية والتربوية، حيث أهميته تبتدى في إثراء حياة الإنسان ومساعدته على تغيير الأوضاع نحو الأفضل ، و الارتباط الايجابي بما يحدث حوله من علاقات اجتماعية وظروف مادية و عوامل ثقافية (عماد عبد الرحيم الزغول، 2002، 297).

ولقد أردنا من خلال هذه الدراسة المقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي في القدرة على التفكير الناقد بغية التعرف على مدى فاعلية النشاط البدني الرياضي في تنمية القدرات العقلية، والعمليات الذهنية ،و استثارة التفكير الناقد ،وكذا تعلم مهارته و الاستفادة منها في تطوير قدرات التلاميذ في مرحلة الثانوي في العملية التعليمية والتعلمية ومنه تحقيق الأهداف التربوية العامة.

المشكلة:

إن الحياة العصرية اليوم وما تشهده من تغييرات وتحولات سريعة مست جميع قطاعات الحياة، الشيء الذي طرح إشكالية الإنسان النوعي أو الإنسان الذي يملك أفضل الكفاءات و القدرات العقلية التي تمكنه من التكيف و التأقلم مع مواقف الحداثة و الحياة العصرية ، خصوصا أن التربية ظلت إلى زمن غير بعيد عملية نقل لأنماط الحياة من جيل إلى جيل آخر.

و المتعلم اليوم لم يتعلم كيف يعمل كيف يفكر ، كيف يحلل ، يناقش ويستخلص المعلومات و المعارف، لم يتعلم كيف يهيكل تفكيره لفهم المشكلات التي تعترضه لأجل اتخاذ القرارات فيها ، وبكلمة واحدة لم يتعلم كيف يكون مفكرا ناقدا هذه الخاصية التي أصبحت اليوم شرطا من شروط التفوق و الريادة والإبداع . و تحتل عملية التفكير منزلة كبيرة في العمل المدرسي ، ومن خلال عملية التعليم و التعلم يمكن تنمية التفكير لدى النشء ، و استخدام طرق مختلفة لذلك ، و يجب إدراك أن أفضل ما يكتسبه المتعلمون هو التفكير العلمي المنظم الذي يؤسس على الملاحظة و المشاهدة الدقيقة ، و الواقع أن تطور العلم و التقدم الحضاري الذي نلمسه اليوم في مختلف أساليب حياتنا إنما يعود إلى الطريقة العلمية في التفكير .

وهذا الذي جعلنا اليوم نفكر كيف نمي القدرات العقلية عامة و التفكير الناقد خاصة و البحث عن أي نشاط تربوي يعمل على استثارة وتنمية التفكير الناقد واستقصاء المواقف و الطرائق التي يمكن أن تسهم في تنميته ضمن إطار النشاط البدني الرياضي لأنه يزخر بالعديد من الفرص التي يمكن استغلالها في استثارة التفكير

الناقد، وإن الاهتمام بتنميته في إطار حصص النشاط البدني الرياضي يمثل مدخلا هاما لتحقيق تكامل المنهاج المدرسي من خلال اكتشاف المزيد من الروابط بين المواد التدريسية خاصة و بين المواد الأكاديمية وبين المواد ذات الأبعاد النفس-حركية (النشاط البدني الرياضي)، رغم هذا كله إن تلميذ اليوم كثير ما ينتظر الغير ليفكر له فيعتمد على نتائج تفكيره، وما نلاحظه كذلك هو تقبل التلميذ لكل شيء بدون نقد و تفكير في عواقب الأمور ، بحيث انه لم يصبح مستقلا بل تابعا لغيره من الأشخاص ، متقبلا لكل شيء مهما كان نوعه ودرجته سواء كان معقدا أو سهلا ، لهذا كان لزاما علينا أن نكون جيلا يستطيع أن يدرس المواقف وأن ينقدها ويعطي حلولها لها.

وبالرغم من أن النشاط البدني الرياضي يعتبر من أهم الأنشطة والمقررات التي نجد فيها كما هائلا من القدرات والمواقف التي يعالجها ، ويعمل على تنميتها بحكم مركباته الأساسية (النفسية) – الحركية – الاجتماعية – المهارية – البدنية) غير انه لا بد من دراسة تقييميه لما هو موجود في الميدان حتى نستطيع تحديد نقاط الضعف لعلاجها، وكشف نقاط القوة لتدعيمها . وعليه اتجهنا إلى مرحلة حساسة وهامة وأساسية وهي التعليم الثانوي لإجراء هذه الدراسة محاولة منا في كشف الواقع والدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي في تنمية القدرة على التفكير الناقد عند تلاميذ المرحلة الثانوية، وعلى هذا الأساس جاء التساؤل الرئيس على النحو التالي:

- ما هو دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ المرحلة الثانوية؟ ومنه نطرح جملة من الأسئلة الفرعية على النحو التالي:
- ما هو دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي حسب متغير الممارسة (ممارسين ، غير ممارسين)؟
- ما هو دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي حسب متغير الجنس (ذكور / إناث)؟

فرضيات البحث:

الفرض الرئيس:

- للنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفروض الفرعية:

- للنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي عند الممارسين عكس غير ممارسين).
- للنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي عند الذكور و الإناث .

أهداف البحث:الهدف الرئيس:

معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

الأهداف الفرعية:

- معرفة ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ المرحلة الثانوية حسب متغير الممارسة (ممارسين ، غير ممارسين).
- معرفة ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ المرحلة الثانوية حسب متغير الجنس (ذكور / إناث).
- وهناك بعض الأهداف الأخرى نوجزها في ما يلي:
- معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية القدرات العقلية و منها التفكير .
- محاولة الكشف و التعرف على القدرات و المهارات المشكلة للتفكير الناقد .
- القياس الميداني لقدرات التفكير الناقد لتلاميذ السنة الأولى ثانوي .
- إثبات نمو التفكير الناقد — بتأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي — إحصائيا.
- إبراز الدور الايجابي للنشاطات البدنية الرياضية في تنمية القدرة على التفكير الناقد .
- الرغبة في إثراء المكتبة بمواضيع جديدة , و توضيح أهمية النشاط البدني الرياضي في المنهاج المدرسي ككل ، و توضيح مساهمة هذا النشاط في العملية التعليمية / التعلمية.

أهمية و أسباب اختيار الموضوع:

إن العملية التعليمية التعليمية لا زالت محل اهتمام الباحثين و التربويين , التي تتم كل يوم والتي ركز فيها العلماء في مجال التربية في دراساتهم على القدرات العقلية للمتعلم و كيفية تنميتها و هذا ما أدى إلى تغيرات و إصلاحات متعاقبة في المناهج التربوية و طرائق التدريس و ظهور تخصصات التعليم المختلفة . و تعد تنمية التفكير الناقد لدى الأفراد احد التوجهات الحديثة للأنظمة التربوية نظرا للحاجة الماسة لتطوير قدرات الفرد على مواجهة المواقف و الأوضاع الحياتية المتغيرة ، و مساعدتهم على اكتساب المعارف و المهارات التي تمكنهم من الاختيار السليم و اتخاذ القرارات المناسبة و إيجاد أفضل الحلول للمشاكل المختلفة التي يواجهونها (عماد عبد الرحيم الزغول، 297) .

إن البحث عن المواد الدراسية و النشاطات التربوية التي تنمي التفكير الناقد عند التلاميذ أصبح هم كل المنظرين التربويين و الباحثين في مجال علم النفس التربوي هذا للوصول إلى الإنسان النوعي الذي هو هدف العملية التربوية ككل ، و لعل النشاط البدني الرياضي هو من بين النشاطات التربوية التي تستثير و تنمي القدرات العقلية للفرد عامة و التفكير الناقد خاصة .

و كل ما سبق يعد من أسباب اختيارنا لهذا البحث أما الأسباب العملية فنوجزها في ما يلي:

— تقديم خدمة لقطاع التربية و التعليم و المساهمة فيما يطرأ من إصلاحات مختلفة مبرزين أهمية النشاط البدني الرياضي كنشأت تربوي تعليمي يعمل على استثارة القدرات العقلية للمتعلم .

— أسفر استقصائنا الأولي على ندرة البحوث في مجال التربية البدنية و الرياضية و التي تربط بين النشاط البدني الرياضي و القدرات العقلية ،خصوصا التفكير الناقد كقدرة عقلية مهمة وربطها بالنشاط البدني الرياضي،بدليل إننا لم نجد أي دراسة في هذا المجال رغم أن التربية البدنية والرياضية أصبحت مادة أكاديمية و إلزامية في جميع المراحل التعليمية ،لما لها من تأثير ايجابي على الجسم والعقل معا .

— يعتقد الكثيرون من المربين أن دور النشاط البدني و الرياضي مقتصر فقط على الجانب البدني وعلى تنمية المهارات الحركية و الحسية مهملين الجوانب العقلية .

تحديد مصطلحات البحث:

مفهوم التفكير :

التفكير عملية ملازمة للإنسان , فهو دائم التفكير فيما يحيط به من مشكلات و قضايا سياسية و اجتماعية و اقتصادية و علمية بحثا عن الحلول المناسبة لها .

و يمكن تعريف التفكير بأنه " العملية التي ينظم بها العقل خبراته بطريقة جديدة لحل مشكلة معينة ، أو هو إدراك علاقة جديدة بين موضوعين , أو بين عدة موضوعات ، بغض النظر عن نوع هذه العلاقة (احمد زكي صالح،504،1988).

التفكير الناقد:

الحديث عن تعريف محدد للتفكير الناقد معقد في ارتباطه بعدد غير محدود من السلوكيات في عدد غير محدد من الوضعيات إضافة إلى تداخله مع مفاهيم أخرى:

الشخص الناقد ,المجتمع الناقد النظرية النقدية ...

هذا التداخل و الارتباط جعل الكثير من الباحثين يعتقدون أن التفكير الناقد مكافئ لمعادلة حل المشكلة . لو صح هذا فانه سيكون بمقدور المعلم أن يدرس التلاميذ التفكير الناقد، وهذا بتعليمهم حل المشكلات . إذن فالفرق بين المفهومين واضح فمقاربة حل المشكلة تبدأ بملاحظة المشكل ثم التساؤل عن الكيفية التي يحل بها ،بينما تبدأ مقاربة التفكير الناقد بالأخذ بعين الاعتبار ما عرف وما هو مؤسس ومنطقي . ولها فقد اختلفت التعاريف باختلاف الباحثين واختلاف مشاربهم الفكرية ، وانقسموا في ذلك إلى تيارين : تيار انطلق في تحديد المفهوم منطلقا عاما الى درجة أنه أضفى عليه طابعا فلسفيا محضا ، حيث نجد من بينهم (HARVEY) (SEIGEL) الذي عرف التفكير الناقد على أنه : " تفكير مناسب مدفوع بمبررات " (212 ، PAUL) (RICHARD 1989)

وهذا تعريف يميزه من العمومية ما لا يسمح باتخاذ تعريف لهذه القدرة ,فهو فقط يعكس أوجه الاختلاف بين ميل العقل إلى الدقة في التفكير و الاعتقاد ومظاهر أخرى غير المبررات

الموضوعية : كالرغبات ، المخاوف، الثواب ، و العقاب ، إلى غير ذلك . أما MATTHEW SLIPMAN فإنه يعرف التفكير الناقد على انه :

"تفكير بارع مسؤول يفضي إلى أحكام , ذلك لأنه يعتمد على معايير لدى الشخص, وتصحيح ذاتي وحساسية للمحتوى " (PAUL RICHARD 1989 ، 212) .

وفي نفس السياق يقول PAUL RICHARD في تعريفه للتفكير الناقد :

"انه توجيه ذاتي للعقل يستهدف التحكم في التفكير المتعمق بنمط أو ميدان تفكيري خاص , يكون عادة في شكلين : إما أن يوجه إلى خدمة أفراد , أو حماية مقابل إقصاء

أخرى, وإما أن يوجه إلى خدمة الصالح العام " (PAUL RICHARD 1989 ، 214)

ونجد من البارزين في هذا التيار (WATSON. GLACER (1964) اللذين عرفا التفكير الناقد على انه مجموعة من القدرات تتمثل فيما يلي (نبيل بحري ، 1996، 7) :

- القدرة على تحديد وتعريف المشكلة

- القدرة على اختيار (انتقاء) المعلومات الملائمة لحل المشكلة

- القدرة على إدراك الافتراضات المحددة والضمنية

- القدرة على الانتقاء و الصياغة المناسبة (الملائمة) للفرضيات

- القدرة على استخلاص النتائج و الحكم على قيمة الاستدلال

ان هذا التحديد الإجرائي للتفكير مكن الباحثان من بناء اختبار يقيس التفكير الناقد كقدرة عقلية -يشمل ميادين مختلفة :

1- الاستدلال 2 - التعرف - الاستنتاج 4- التأويل (التفسير)

تعريف عبد السلام عبد الغفار (1971) :

: عرف التفكير الناقد على انه " القدرة التي من خلالها نحاول إخضاع المعلومات التي لدينا لعملية فرز

و تمحيص لنرى مدى ملاءمتها لما لدينا من معلومات أخرى ، و مدى اتساقها مع القواعد المنطقية التي

اصطلحنا عليها " (محمد أنور إبراهيم ، 2006، 70) .

- تعريف سيد عثمان و فؤاد أبو حطب (1978)

:يعرفان التفكير الناقد بأنه " يقوم على الاستدلال ،هو يعبر على مجموعة من مهارات التفكير المنطقي و

المعرفة بمبادئ المنطق و بعض سيمات الشخصية مثل حب الاستطلاع و الاتجاه العلمي ،هذا فضلا عن الطبيعة

التقويمية لعملية التفكير الناقد " (محمد أنور إبراهيم ، 2006، 70)

النشاط البدني الرياضي :

هو ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق، من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني، الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام " (محمد عوض بسيوني، 1992، 9).

الدراسات السابقة ذات العلاقة :

تعتبر خطوة مراجعة الدراسات السابقة من أهم المراحل المعينة على حل مشكلة البحث لما لها من إسهامات في التوجيه أو التخطيط أو ضبط المتغيرات كما أن الباحث يمكن أن يوظفها في الحكم و المقارنة ، أو الإثبات و النفي .

وعلى الرغم من ما يمكن أن يجني من الدراسات السابقة ذات العلاقة إلا أننا لم نعر على العديد من الدراسات — في حدود مقدرتنا — التي تناولت بوجه الخصوص دور ممارسة النشاط البدني الرياضي باعتباره المتغير المستقل في بحثنا و تنمية قدرات التفكير الناقد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية التغير التابع ، و لكن بالرغم من ذلك استطعنا الحصول على بعض الدراسات السابقة ذات العلاقة ، نحاول ذكرها و إبراز أهم النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسات.

الدراسة الأولى :

دراسة مقارنة بين الممارسين و غير الممارسين للأنشطة الرياضية . بعنوان اثر التمرينات على الأداء الدراسي . دراسة "إنجيلا بلد ينج" والتي أجريت في القرن الحادي والعشرين على 14000 تلميذ تتراوح أعمارهم بين 8 إلى 12 سنة في دراسة تبين اثر التمرينات البدنية على الأداء الدراسي .

وخلصت الدراسة إلى أن التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة الرياضية بشكل منتظم هم الأفضل في المهارات التعليمية الثلاث القراءة والكتابة والحساب ، فالذين يمارسون النشاط البدني الرياضي ثلاث مرات أسبوعياً حققوا نتائج جيدة في الاختبارات . (توني بوزان ، 2007 ، 193)

من خلال هذه الدراسة اتضح أن هناك علاقة بين النشاط البدني الرياضي و التحصيل الدراسي

الدراسة الثانية :

تؤكد دراستنا ما توصلت إليه الدراسة التي أجريت في جامعة "إلينوى" في عام 2004 "أجريت هذه الدراسة في جامعة "إلينوى" في عام 2004 أن الأشخاص ذوي المستويات العالية من اللياقة البدنية اظهروا نشاطا أكبر في مناطق المخ الرئيسية أثناء أداء مهام معرفية ، مقارنة بأقرانهم الأقل لياقة . و رأى الباحثون أن اللياقة القلبية الوعائية تؤدي إلى زيادة كثافة المشابك و زيادة تدفق الدم لمناطق المخ النشطة . وقد تكون هذه التأثيرات نافعة لوظيفة المخ و تلطيف الأثر النمطي لكبر السن" (ارن بي نيلسن، 2007 ،

(87

الدراسة الثالثة :

دراسة ميدانية لبعض المتغيرات المرتبطة بالتفكير الناقد عند طالبات المرحلة الثانوية للدكتور جابر عبد الحميد جابر ، د يحي حامد هندام ، 1971/1970 أجريت هذه الدراسة على عينة من التلميذات شملت 130 تلميذة من المرحلة الثانوية من أربعة فصول من مدرستين هما مصر الجديدة النموذجية الثانوية للبنات و مصر الجديدة العامة الثانوية للبنات .

و قد عالجت الإشكالية التالية :

1. ما الأثر النسبي لكل من الرياضيات الحديثة و الرياضيات التقليدية على التفكير الناقد ؟

2. ما هي العلاقة بين التفكير الناقد و الذكاء ؟

3. ما هي العلاقة بين التفكير الناقد و بين المستوى العام للتحصيل ؟

و توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

أولاً — على الرغم من أن الفروق بين تحسن مجموعة التلميذات التي درست رياضيات حديثة ، و تلك التي درست رياضيات تقليدية ليست ذات دلالة إحصائية، إلا أنها تستوجب التأمل و التفكير ، حيث توقع الباحثان ان يحدث التحسن بدرجة اكبر في التفكير الناقد في مجموعتي التلميذات اللتين درستنا الرياضيات الحديثة .

ثانياً — لقد اتضح من هذه الدراسة صدق ما ظهر من نتائج في دراسات أجنبية سابقة ، و أن هناك علاقة ارتباطيه بين الذكاء و التفكير الناقد .

ثالثاً — من خلال الدراسة اتضح أن هناك علاقة بين التفكير الناقد و التحصيل الدراسي ، فقد تراوحت معاملات الارتباط بين هذين المتغيرين درجات عالية ، و منه يمكن الاستفادة من اختبار التفكير الناقد في مساعدتنا على التنبؤ باستعداد التلاميذ الدراسي .

من خلال هاتين الدراستين اتضح أن هناك علاقة بين النشاط البدني الرياضي و التحصيل الدراسي ، و هناك علاقة بين التفكير الناقد و التحصيل الدراسي ، و هذه العلاقة تفيدنا في إيجاد العلاقة بين النشاط البدني الرياضي و التفكير الناقد (جابر عبد الحميد جابر ، 1979 ، 187)

2- الجانب النظري:**النشاط البدني الرياضي :**

لقد ارتقت مختلف العلوم نتيجة لجهود الباحثين والعلماء ونشأت العلوم الحديثة للتربية، حيث أن تطور هذه العلوم كشف عن مدى أهمية كثير من العلوم والمعارف في ميدان التربية ومن هذه العلوم النشاط البدني الرياضي، الذي أصبح في صورته التربوية الجديدة ونظمه وقواعده السليمة وبألوانه المتعددة، ميدانا هاما من ميادين التربية، وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح، وتزويده بخبرات ومهارات واسعة، تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادرا على أن يشكل حياته وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره ونموه.

إن الإنسان يتربى وينمو من خلال النشاط البدني الرياضي باعتباره أحد الحاجات الأساسية والضرورية للإنسان. فحب البقاء مع الاحتفاظ بصحة جيدة تتضمن الحالة النفسية والفسولوجية والاجتماعية والعقلية التي ينميها النشاط البدني الرياضي لما له من أوجه نشاط متعددة و مواقف نفسو — حركية تستطيع تنمية القدرات العقلية و السمات الاجتماعية والخلقية والصحية للفرد وفي نفس الوقت تؤكد الخصائص الضرورية لحياة الجماعة.

إن تطور ونمو النشاط البدني الرياضي لم يكن وليد الصدفة إنما لعبت التربية الحديثة من خلال العلوم التربوية والمفاهيم الحديثة للتربية والتي غدتها مختلف العلوم الإنسانية والاجتماعية كعلم النفس بفروعه وعلم الاجتماع وغيرها بالعلوم والمعارف والنظريات والتي خرجت بنتيجة أن النشاط البدني الرياضي هو " تربية للجسم عن طريق النشاط الحركي " التفكير الناقد:

"يعد التفكير الناقد نمطا من أشكال التفكير الهامة يلجأ إليه الفرد في تعامله مع الكثير من المواقف والمثيرات المتعددة، فهو لا يقل أهمية عن أنماط التفكير الأخرى كحل المشكلة والتفكير الابتكاري، لأن الأفراد في الكثير من الحالات يواجهون مواقف ومشكلات تتطلب الفهم والتقييم واتخاذ القرارات المناسبة حيالها (مايرز، 1993) .

ويدخل هذا النوع من التفكير في الكثير من الأنشطة الإنسانية في المجالات السياسية والعسكرية والعلمية والاجتماعية والفنية والأدبية والتربوية، حيث أن أهميته تتبدى في إثراء حياة الإنسان ومساعدته على تغيير الأوضاع نحو الأفضل، والارتباط الايجابي بما يحدث حوله من علاقات اجتماعية وظروف مادية وعوامل ثقافية .

وتعد عملية تنمية التفكير الناقد لدى الأفراد أحد التوجهات الحديثة للأنظمة التربوية نظرا للحاجة الماسة لتطوير قدرات الأفراد على مواجهة المواقف والأوضاع الحياتية المتغيرة، ومساعدتهم على اكتساب المعارف والمهارات التي تمكنهم من الاختيار السليم واتخاذ القرارات المناسبة وإيجاد أفضل الحلول للمشاكل المختلفة التي يواجهونها .

1-2 . التفكير الناقد في مجال النشاط البدني الرياضي :

وفي مجال النشاط البدني الرياضي عرف التفكير الناقد بأنه " التفكير المعقول المدعم الذي يمتلك القدرة على الدفاع عن نفسه وعن القرارات التي يتخذها وكذلك المهام والتحديات الحركية التي يواجهها الفرد . وقد اقترح كل من "تيشمان" و" باركيتز" تعريفا للتفكير الناقد بأنه " التفكير الذي يوجه عقولنا لأحداث نتائج ابتكاريه، قرارات، حلول لمشاكل، خطط و سياسات " وقد دافعا عن هذا التعريف بالقول بأنه يعطي التفكير الناقد معنى أوسع مرتبط بالحياة اليومية وجميع مستويات القدرات من خلال ما يلي:

- التفكير الناقد لا يسלט الضوء على وجه الخصوص في الأنواع الخفية من التفكير مثل القياس المعقد أو الاستدلال الاستنباطي الافتراضي و هي نماذج لها أهميتها ولكن في غالبية الأوقات فإن التفكير الناقد يتعلق بإدارة الأمور العادية جدا من التفكير مثل القرارات اليومية وحل المشكلات .

- التفكير الناقد لا يتطلب قدرا عاليا من الذكاء ،فأي شخص باستطاعته تعلم اكتشاف العديد من الخيارات أثناء عملية اتخاذ القرارات أو النظر بطريقة أوسع إلى الأمور من عدة جوانب وليس من جانب واحد فقط .

3- الجانب التطبيقي :

3-1 - منهجية البحث والإجراءات الميدانية

إن هدف الدراسة الحالية هو محاولة التعرف على الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي في استشارة و تنمية بعض مهارات التفكير الناقد و ذلك لتحقيق النمو الشامل والمتزن من الناحية الجسمية و العقلية معا ،فإنه من الأهمية القيام بالإجراءات المنهجية للدراسة و التي تضمنت الخطوات التالية :

منهج البحث :

استخدمنا المنهج الوصفي بدراسة مسحية مقارنة

مجتمع و عينة البحث :

مجتمع البحث هو تلاميذ المرحلة الثانوية ذكور و إناث بلغ عددهم 684 حيث ضمت السنة الأولى ثانوي 223 تلميذ و تلميذة في حين كان عدد تلاميذ السنة الثانية 220 و السنة الثالثة 241 تلميذا خلال الموسم الدراسي 2009/2008 و بما ان الدراسة تمت على تلاميذ السنة الأولى فإن المجتمع الصالح للدراسة أصبح يتكون من 223 تلميذ و تلميذة .

عينة البحث : تم اختيار العينة بطريقة مقصودة (عمديه)

اختيار عينة البحث :

عينة الممارسين للنشاط البدني الرياضي :

الغرض منها هو معرفة دور ممارسة النشاط البدني في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد و قد بلغ عددهم 20 تلميذاً و تلميذة موزعين إلى 10 ذكور و 10 إناث

عينة غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي :

الغرض من توظيفها في البحث هو المقارنة بين نتائج الممارسين للنشاط البدني الرياضي في اختبار التفكير الناقد و بين غير الممارسين في هذا الاختبار و تكونت من 20 تلميذا و تلميذة موزعين إلى 10 ذكور و 10 إناث .

إن توزيع التلاميذ على العينتين تم بطريقة مقصودة (عمديه) و هذا من اجل تثبيت بعض العوامل التي نرى ان لها تأثير على المتغير المستقل ، و هذا جاء بعد عملية أولية اعتمدها و المعروفة بالمزاوجة و طريقة الأزواج المتناظرة و التي تستخدم لزيادة دقة التكافؤ بين المجموعتين و التي يتم المقارنة بينهما .

مجالات البحث :

المجال الزماني :

استغرقت الدراسة مدة ثمانية أشهر حيث انطلقت في شهر سبتمبر من سنة 2008 م و انتهت في شهر مارس 2009 م ، حيث أجريت الدراسة الاستطلاعية في شهر أكتوبر 2008 م و تم تطبيق الاختبار في شهر فيفري 2009 .

المجال المكاني :

تم إجراء البحث في جانبه الميداني في ثانوية أبي مزراق المقراني ببوسعادة ولاية المسيلة . و قد اختيرت هذه الثانوية لموقعها في وسط المدينة و كذا وجود الممارسين للنشاط البدني الرياضي و غير الممارسين فيها ، و التسهيلات التي منحت لنا من إدارتها و مساعدة الطاقم التربوي لنا أثناء القيام بالاختبار، كما أننا استطعنا ضبط معظم المتغيرات الإجرائية للبحث لان تلاميذ العينة كلهم يقطنون بجانب الثانوية .

المجال البشري :

شملت الدراسة تلاميذ و تلميذات ثانوية أبي مزراق بالمسيلة والذي بلغ عددهم 40 تلميذا منهم 20 ممارسين 10 ذكور و 10 إناث و 20 غير ممارسين 10 ذكور و 10 إناث.

أداة البحث:

على ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة ولأجل اختبار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها قمنا بتطبيق اختبار التفكير الناقد للدكتور سعيد عبد الله لافي.

وصف أداة القياس: يشمل اختبار التفكير الناقد للدكتور سعيد عبد الله لافي على خمس مهارات رئيسية تقيس مدى القدرة على التفكير الناقد، و هي الاستنتاج ، و معرفة المسلمات أو الافتراضات ، و التفسير ، و الاستنباط ، و تقويم الحجج .

الضبط الإجرائي للمتغيرات :

اعتمدنا في التوزيع على التناظر في المجموعتين.

وتم ضبط التحصيل، الحالة الأسرية أو التربوية للعينة ، عامل السن ، عامل الجنس ، عامل الذكاء ن المستوى الدراسي ، و كذا المتغيرات المرتبطة بمجتمع البحث .

الخصائص السيكومترية لأداة القياس :

صدق الاتساق الداخلي :

حساب الاتساق الداخلي بين درجات كل المحاور (05) والدرجة الكلية لاختبار التفكير الناقد

جدول (01): الاتساق الداخلي بين درجات كل محور والدرجة الكلية للاختبار.

الرقم	المحاور	معامل الارتباط	مستوى الدلالة (0.01)
1	الاستنتاج	0.52**	دال
2	معرفة المسلمات أو الافتراضات	0.59**	دال
3	الاستنباط	0.65**	دال
4	التفسير	0.61**	دال
5	تقويم الحجج	0.73**	دال

. ثبات الأداة: بلغ ثبات اختبار التفكير الناقد $\text{Alpha} = 0.73$.

4- عرض وتحليل ومناقشة والنتائج

1-4. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى :

تم استخدام اختبار "ت" لدراسة دلالة الفروق بين متوسطات عينة الدراسة، وبين الجدول رقم (10)، المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الممارسين وغير الممارسين على الاختبارات الفرعية الخمسة لاختبار التفكير الناقد

اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين على المحاور الخمسة للاختبار الكلي:

جدول رقم (02): اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين على المحاور الخمسة للاختبار

الكلي

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الممارسين	
				المحاور	المحاور
*0.01	2.61	1.65	10.10	ممارس	محور الاستنتاج
				غير ممارس	
0.16	1.43	1.51	10.75	ممارس	محور معرفة المسلمات والافتراضات
				غير ممارس	
**0.001	3.57	0.97	12.30	ممارس	محور الاستنباط
				غير ممارس	
**0.002	3.28	1.08	12.35	ممارس	محور التفسير
				غير ممارس	
**0.00	5.34	1.63	8.55	ممارس	محور تقويم الحجج
				غير ممارس	
**0.00	7.05	2.80	54.05	ممارس	الاختبار الكلي
				غير ممارس	

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05

الاستنتاجات الخاصة بالفرضية الأولى :

على العموم يمكن القول :

لنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية قدرة الاستنتاج لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .
لنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية قدرة معرفة المسلمات و الافتراضات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي رغم الفروق الطفيفة بين الممارسين وغير الممارسين .
لنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية قدرة الاستنباط لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .
لنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية قدرة التفسير لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .
لنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية قدرة تقويم الحجج لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .
و عليه : هناك دور ايجابي لممارسة النشاط البدني الرياضي في تنمية قدرات التفكير الناقد لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .

و منه :

ممارسة النشاط البدني الرياضي تحتم على الفرد التعرف على الأبعاد المعرفية للنشاط الرياضي الممارس ، فهي تنمي و تحفز العمليات الذهنية كالذكاء و التفكير ، و هذه كلها عوامل تعمل على استشارة التفكير الناقد لدى التلميذ.

فالألعاب الجماعية بتنوع خططها التكتيكية تحفز العمليات الذهنية عند التلميذ من أجل إدراك مكانه في اللعب ومكان زملائه، ما يحتم عليه كذلك وجوب معرفة القوانين والخطط وطرق اللعب وتاريخ اللعبة والأرقام المسجلة ، فهذه الجوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط ، فهذه الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي الفرد المعرفة والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعد على التصور والإبداع .

- النشاط البدني الرياضي يكسب الفرد لياقة بدنية عالية و هذه اللياقة البدنية تمنح الممارس قدرات و

مهارات ذهنية عالية و هذا ما أكدته كثير من الأبحاث و الدراسات و منها :

- تؤكد كل أبحاث واكتشافات الصحة الطبية و النفسية أن الشخص الصحيح بدنيا يحقق نتائج أفضل

بشكل عام في كل اختبارات المهارات الذهنية عن الأشخاص الذين يفتقرون إلى اللياقة البدنية . أنت إن اختبرت مهاراتك الذهنية عندما تكون غير لائق بدنيا ؛ ثم قمت باختبارها ثانية بعد أن تصبح أكثر لياقة فسوف تجد أنك قد أحرزت تحسنا عاما كبيرا" و من بين أهم أهداف النشاط البدني الرياضي هو اكتساب اللياقة البدنية العالية .

- تؤكد دراستنا ما توصلت إليه "أنجيلا بلينج" من حيث أن ممارسة التمرينات البدنية الرياضية تكسب

التلاميذ المهارات الذهنية و تنمي القدرات العقلية و منها التفكير باعتباره ارقى أنواع القدرات العقلية من خلال التفوق في التحصيل الدراسي .

- تؤكد دراستنا ما توصلت إليه الأبحاث سنة 2001 "جيمس ماثال" و زملائه في مركز طب جامعة "ديوك" في إنجلترا و في "نورث كارولينا"

أكدت الأبحاث المثيرة و الجديدة التي نشرت في يناير عام 2001 و الأبحاث الممتدة التي أجريت في وقت سابق و جود علاقة إيجابية تجمع بين التدريبات البدنية و الكفاءة الذهنية "جيمس ماثال" و زملائه في مركز طب جامعة "ديوك" في إنجلترا في "نورث كارولينا" في الولايات المتحدة الأمريكية، إلى أن ممارسة اللياقة البدنية على مدى نصف ساعة ثلاث مرات أسبوعياً يعتبر كافياً لتحقيق زيادة ملحوظة في القدرة الذهنية . و قد تأكد من خلال التجربة أن مثل هذه التدريبات يمكن أن تحفز الذاكرة كذلك .

فاستخدام التلميذ لقدرات التفكير الناقد يعتمد كذلك على قوة الذاكرة و هذا ما أكدته هذه الدراسة تؤكد دراستنا ما توصلت إليه الدراسة التي أجريت في جامعة "إلينوى" في عام 2004

"أجريت هذه الدراسة في جامعة "إلينوى" في عام 2004 أن الأشخاص ذوي المستويات العالية من اللياقة البدنية اظهروا نشاطاً أكبر في مناطق المخ الرئيسية أثناء أداء مهام معرفية ، مقارنة بأقرانهم الأقل لياقة. ورأى الباحثون أن اللياقة القلبية الوعائية تؤدي إلى زيادة كثافة المشابك و زيادة تدفق الدم لمناطق المخ النشطة. وقد تكون هذه التأثيرات نافعة لوظيفة المخ و تلطيف الأثر النمطي لكبر السن"

أما لماذا يؤثر النشاط البدني الرياضي في صحة المخ و الوظيفة العقلية و المعرفية فان الباحثين في جامعة "إلينوى" يعتقدون أن هذه الصلة تتوقف على عوامل عديدة ، كلها بقدرة النشاط البدني الرياضي على زيادة مرونة المخ؛ بزيادة نمو الشعيرات الدموية حول العصبونات مما يمددها بالأكسجين المحمول على الدم وكذا بالمواد الغذائية، و زيادة كثافة المشابك، مما أدى إلى استهلاك الأوكسجين في خلايا المخ بنسبة 20% إلى 40% من الأوكسجين المستهلك و هذا الذي جعل الممارسين للنشاط البدني الرياضي أكثر نشاطاً من الناحية الذهنية و القدرات العقلية و أكثر وظيفية من الناحية المعرفية .

كما يقول أيضاً وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد :

"التفكير تجربة ذهنية تشمل كل نشاط عقلي يستخدم الرموز مثل الصور الذهنية و المعاني و الألفاظ والأرقام و الذكريات و الإشارات و التعبيرات و الإيحاءات المختلفة ، والتي تحل محل الأشياء والأفراد والمواقف والأحداث المختلفة التي يفكر فيها الفرد بهدف فهم موضوع أو موقف معين، و يعد التفكير كقدرة عقلية من العناصر المؤثرة في أداء اللاعبين مما يجعل اللاعب في حالة تفكير دائم لمواجهة المواقف المتغيرة"

ما نستنتجه من هذا أن النشاط البدني الرياضي في مواقف التدريب و التنافسية ينشط القدرات العقلية و هذا للوصول إلى "الإعداد الذهني للاعب كالإدراك ، الملاحظة ، التفكير ، القدرة على الاستنتاج، سرعة التصرف، تركيز الانتباه"، و هذه كلها تنمي التفكير بصفة عامة، و لها دور إيجابي في تنمية التفكير الناقد للرياضي.

ومنه تتحقق الفرضية الأولى القائلة : للنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .

4-2 . عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية :

- النتائج المتعلقة بالإجابة عن سؤال الإشكالية الثاني و هو :

ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي حسب متغير الجنس (ذكور / إناث)؟
تم استخدام اختبار "ت" لدراسة دلالة الفروق بين متوسطات عينة الدراسة، وبين الجدول رقم (16)، المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الممارسين عند الذكور والإناث على الاختبار الكلي.

الجدول رقم (03): نتائج الاختبار الكلي للتفكير الناقد عند الممارسين (ذكور، إناث)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الممارسين	
				الذكور	الإناث
0.18	1.38	1.07	10.60	ذكور	محور الاستنتاج
		2.01	9.60	إناث	
0.88	0.14	1.61	10.80	ذكور	محور معرفة المسلمات والافتراضات
		1.49	10.70	إناث	
0.17	1.40	0.84	12.60	ذكور	محور الاستنباط
		1.05	12.00	إناث	
0.55	0.60	0.97	12.50	ذكور	محور التفسير
		1.22	12.20	إناث	
0.07*	1.89	1.13	9.20	ذكور	محور تقويم الحجج
		1.85	7.90	إناث	
0.005**	3.22	2.16	55.70	ذكور	الاختبار الكلي
		2.41	52.40	إناث	

** دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01

• دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05

الاستنتاجات الخاصة بالفرضية الثانية :

للنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي للذكور و الإناث.

توجد فروق بين البنين والبنات في خصائص النمو الحركي والجسمي لهذه الفئة العمرية (المراهقة) وهذا ما يؤكد هنداوي(2001) أن من أبرز مظاهر النمو الحركي زيادة قدرة المراهق على اكتساب المهارات الحركية

التي تحتاج إلى دقة وتآزر حركي مثل بعض المهارات المتخصصة في الألعاب الرياضية ويظهر الذكور أسرع في الأعمال اليدوية من الإناث، وأن الذكور يحسنون التآزر البصري اليدوي أكثر من الإناث، أما فيما يتعلق بالقوة العضلية خلال فترة المراهقة فيشير كل من الهنداوي (2001)، الزعبي (2001) أن الذكور أقوى في البنية الجسمية من الإناث حيث تنمو عضلاتهم بصورة أسرع مما هو عليه عند الإناث (حسن عمر سعيد السوطري، 2007) ، وهذا يدل على أن الذكور أفضل لياقة بدنية من الإناث و بالتالي الذكور أفضل في القدرات العقلية من الإناث .

ممارسة النشاط البدني الرياضي بشكل منتظم هو الذي يحقق التنمية البدنية و العقلية للممارسين ، و هذا متاح للذكور أكثر من الإناث خاصة في المناطق المحافضة و التي لا تسمح للبنات بالخروج لممارسة النشاط البدني الرياضي باستمرار .

و منه تتحقق الفرضية الثانية القائلة :

- للنشاط البدني الرياضي دور ايجابي في تنمية بعض قدرات التفكير الناقد عند تلاميذ السنة الأولى ثانوي للذكور و الإناث.

5. الاقتراحات :

- إعطاء النشاط البدني الرياضي الحجم الساعي الكافي ضمن المنهاج الدراسي ، نظرا لدوره المهم في تنمية القدرات البدنية و العقلية.

- إعادة النظر في منهاج التربية البدنية و الرياضية بالمرحلة الثانوية ، وفقا لأهداف النشاط البدني الرياضي والتي تحقق التنمية البدنية و النفسية و الاجتماعية و العقلية و التركيز على قدرات التفكير باعتباره أرقى أنواع القدرات العقلية .

- ضرورة الاهتمام بالنشاط البدني الرياضي المدرسي لأنه يوفر العديد من الفرص الخاصة لتنمية التفكير الناقد للتلميذ و كذا ميدان واقعي غني بالمواقف النفس حركية التي تظهر بها الحاجة للتفكير الناقد.

- القيام بدراسات و بحوث تبرز العلاقة بين التفكير الناقد و النشاط البدني الرياضي باعتباره يمثل ميدان من ميادين التربية و يستحق الدراسة و البحث على هذا الصعيد.

المراجع باللغة العربية :

1. سعيد عبد الله لافي (2006)، القراءة و تنمية التفكير ، عالم الكتب ، القاهرة ، ط 1.
2. عدنان درويش ، أمين أنور الخولي، محمد عبد الفتاح عدنان (1994)، التربية الرياضية المدرسية ، دليل المعلم والطالب، التربية العملية ، دار الفكر ط 3.
3. توني بوزان (2007)، العقل القوي، كيف تصبح لائقا بدنيا و ذهنيا ، مكتبة جرير ، ط 1 ، الرياض ، السعودية .
4. ارن بي نيلسن (2007) ،الحصول على ذاكرة مثالية، ترجمة مكتبة جرير، ط 1 الرياض، السعودية سنة.
5. وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد ،الاسس العلمية للتدريب الرياضي ،دار الهدى للنشر و التوزيع ،المنيا ، مصر .
6. حسن عمر سعيد السوطري (2007) ،أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية،رسالة دكتوراه غير منشور.
7. جابر عبد الحميد جابر (1979) دراسات في علم النفس التربوي، عالم الكتب ، ط 1 القاهرة.
8. عماد عبد الرحيم الزغول (2002) ، مبادئ علم النفس التربوي ، دار الكتاب الجامعي نط 2 .
9. احمد زكي صالح ،علم النفس التربوي، مكتبة النهضة المصرية ،القاهرة ، ط 1 ، 1988.
10. نبيل بحري (1996)، رسالة ماجستير ، التفكير الناقد عند تلميذ المدرسة الاساسية دراسة ميدانية
11. محمد أنور إبراهيم (2006) ،التفكير الناقد و قضايا المجتمع المعاصر ،مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة، ط 1 .

المراجع باللغة الأجنبية:

6. McBride, R. E. (1991). Critical thinking: An overview with implications for physical education. Journal of Teaching in Physical Education,p112
7. Tishman, S. & Perkins, D. (1995) Critical Thinking and Physical Education. Journal of Physical Education, Recreation and Dance, August v66 PP. 24.

الثقافة التدريبية عند مدربي كرة القدم الجزائرية ومدى انعكاسها على مقومات العملية التدريبية

من اعداد :

- د. بن قاصد علي الحاج محمد جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.
د. بن دحمان محمد نصر الدين جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

ملخص البحث:

ان نجاح العملية التدريبية مقرون بمدى كفاءة المدرب المشرف على هذه العملية لان فن التدريب مرتبط بعدة اعتبارات ومعرفة عدة عناصر من المعلومات و المعطيات والعلوم التي تساهم في تكوين القدرات المعرفية وتنمية وتطوير الثقافة التدريبية والتي تعطي للمدرب قدرات للاشراف على العملية التدريبية وبالتالي اتخاذ جملة من القرارات الحاسمة والتي تكون هي المحك الفاصل في الحصول على النتائج الرياضية العالية. ان هذه الدراسة تهدف الى تسليط الضوء على ضرورة رفع القدرات المعرفية وتنمية الثقافة التدريبية للمدرب حيث بينت النتائج مدى ضعف عينة البحث (34 مدرب) في هذا المجال مما يستدعي التدخل من اجل تجنب هذه المشكلة خدمتا للحركة الرياضية الوطنية ومستوى كرة القدم الجزائرية.

الكلمات الاساسية:

الثقافة التدريبية-مقومات العملية التدريبية-المدرب.

Résumé

La réussite du processus d'entraînement est tributaire de l'expérience et des qualités , de l'anticipation ,et du savoir faire de l'entraîneur. La gestion de l'entraînement sportif ,avec l'application des méthodes modernes d'entraînement et les différents types de préparations intégrées sont une condition sinequanon de réussite en incluant la préparation mentale .Cette étude a pour objectif d'évaluer le niveau et la qualité de l'entraînement au niveau des structures d'entraînement sportifs. L'échantillon est composée de 34 entraîneurs

Mots clés : culture sportive, les principes d'entraînement, entraîneur

1. مقدمة ومشكلة البحث:

ان المتبع لتاريخ كرة القدم العالمية يلاحظ مدى التطور الهائل والسريع لهذه اللعبة في شتى الميادين سواء ان كانت من ناحية المنشآت والهيكل والمرافق الرياضية والوسائل البيداغوجية للتدريب او من ناحية الطرق التدريبية الحديثة, والتي ساهمت بلا شك في هذا التطور ضيف الى ذلك مدى اعتماد المشرفين على العملية التدريبية على جملة من العلوم والتكنولوجيا كعلوم الطب الرياضي, علوم الحركة, علوم الفسيولوجيا الرياضية والجهد البدني, علوم اسس ومبادئ وطرق التدريب الرياضي الحديث والعلوم الانسانية(علم النفس – علم الاجتماع) و التكنولوجيا الحديثة (التحليل السنمائي) وغيرها من العلوم التي ساهمت في تطوير لعبة كرة القدم والتي اعطت لها صبغة علمية.

لكن ورغم هذا التطور العالمي لهذه اللعبة الا ان المتبع للحركة الرياضية الوطنية عامة وكرة القدم الجزائرية خاصة يلاحظ منذ الوهلة الاولى تذبذب في مستواها وخير دليل على ذلك المشاركات للفرق الوطنية في المحافل الدولية. واكثر من ذلك فاننا نلاحظ التركيبة الاساسية للفريق الوطني الاول معظمهم ان لم نقل كلهم هم لاعبين البطولة الأوروبية بتكوين من مدارس اوروبية رغم ما يتوفره المجتمع الجزائري من قاعدة عريضة من الشباب الممارسين لهذه اللعبة ونوادي ومدارس لكرة القدم. وهذا الواقع يفرض علينا طرة تساؤلات هامة عن معرفة ماي الاسباب التي ادت الى هذه الوضعية الخارجة. وامانا منا ان المدرب هو العمود الفقري لنجاح او فشل العملية التدريبية وله مكانة هامة وحساسة في هذه العملية ووجب علينا معرفة مستوى الثقافة التدريبية وماهي الوسائل الضرورية اللازمة لرفع من مستوى مقومات العملية التدريبية للمدرب الجزائري.

2. هدف البحث: يهدف البحث الى:

الكشف والوقوف على مستوى الثقافة التدريبية ومدى انعكاسها على العملية التدريبية لمدربي كرة القدم الجزائرية تحت 20 سنة.

3. فرضية البحث: يفترض الباحث ان:

ان الثقافة التدريبية تنعكس ايجابا على فعالية العملية التدريبية وان مدربي كرة القدم الجزائرية تحت 20 سنة تنقصهم هذه الثقافة مما يعكس تدني مستوى كرة القدم الجزائرية.

4. ماهية واهمية البحث:

ان البحث هذا هو دراسة مسحية لواقع العملية التدريبية في بعض مدارس كرة القدم الجزائرية اين حاولنا فيه تسليط الضوء ومعرفة قدرات وثقافة القائمية والمشرفين على العملية التدريبية وبلا شك او الوقف والكشف على الحقائق تعطينا القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة والحكيمة التي من شأنها ان تساهم في تطوير هذه اللعبة والتي تعتبر اللعبة الاكثر اقبالا من طرف شريحة عريضة من المجتمع وبالتالي تحقيق النتائج الرياضية العالمية.

5. الدراسة الميدانية:

1.5. منهج البحث: استخدم الباحث المنهج المسحي لملائمته لطبيعة البحث وتحقيقا لاهدافه.

2.5. مجتمع وعينة البحث: انجزت تجربة البحث على مجتمع يضم 46 فريق من فرق كرة القدم تحت 20 سنة بدولة الجزائر. وزعت الاستمارة الاستبائية على جميع المدربين الذين ينشطون هذه الفرق اي بمعدل 100 % من مجتمع الاصل ثم جمعها خلال المدة المحددة و كانت بنسبة مؤوية تقدر ب 73.91 % اي 34 مدرب.

3.5. مجالات البحث:

اولا: المجال الزمني: اجريت هذه الدراسة بين 2010/02/10 الى غاية 2010/04/15 وفيها تم اخضاع الاستمارة الاستبائية على محكمين وخبراء لتقويمها وابداء ما فيها من عيوب ولا تخدم موضوع البحث. وكذا تقديمها على المستجوبين وجمعها وتفرغها.

ثانيا: المجال البشري: اجريت تجربة البحث على 34 مدرب اي بمعدل 73.91 % من مجتمع الاصل لمدرسي مدارس كرة القدم الجزائرية تحت 20 سنة .

ثالثا: المجال المكاني: قدمت الاستمارة الاستبائية في مقر عمل المدربين.

4.5. تقويم الاستمارة الاستبائية:

1.4.5. صدق الاستمارة (صدق المحكمين): لقد تم عرض الاستمارة في صورتها الاولية بمحاورها و بنودها على خبراء متخصصين في مجال التربية الرياضية والتدريب الرياضي وذلك من خلال المقابلات الشخصية لكل خبير على حدة لابداء رايه لحذف او اضافة ما يروونه مناسباً من حيث مدى مناسبة محاور الاستمارة للاهداف الموضوعية, مدى ارتباط كل محور المضمون من حيث تغطية الجوانب المراد التعرف عليها وكذا طريقة عرض الاستمارة والتحقق من صدق محتواها وفعاليتها عباراتها.

وكان من اهم نتائجها اتفاق آراء 95 % من الخبراء على صلاحية عبارات الاستمارة.

2.4.5. ثبات الاستمارة: تم الفصل بين عرض الاستمارة بين التطبيق الاول والثاني بفواصل زمني مقداره 10 ايام وقد بلغ معامل الثبات الاستمارة 0.92 بين التطبيقين وهي اكبر من القيمة الجدولية والتي تقدر ب 0.49 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 14 وهذا يدل على مدى ثبات الاستمارة.

5.5. التجربة الرئيسية:

بعد تحديد المحاور الرئيسية للاستمارة الاستبائية التي تم التأكد من صدقها وثباتها تم تقديمها الى عينة البحث المراد دراستها وتم ضبط جميع المتغيرات التي من شأنها اعاققة السير الحسن لتجربة البحث (نفس الضرووق- اخبار المدربين بتاريخ الحضور -توفير نفس التوقيت الزمني لجمع الاستمارة- طرح الاسئلة- المتابعة الميدانية-المقابلة الشخصية) وتم الاستعانة بفرؤيق بحث متكون من زملاء الاساتذة وبعض طلبة ما بعد التدرج كما تم الاستعانة بجملة من المصادر والمراجع في تخصص التدريب الرياضي في تحليل وفهم وتفرغ الاستمارة باستخدام جملة من الوسائل الاحصائية وعليه وبعد تفرغ محتوى هذه الاستمارة تم التوصل الى النتائج التالية

6. عرض النتائج ومناقشتها:

الجدول رقم (01) يبين النسب المئوية لإجابة المدربين حول الثقافة التدريبية.

لا		الى حد ما		نعم		العبارات
%	عدد	%	عدد	%	عدد	
17.64	06	47.05	16	35.29	12	1- على معرفة بالنواحي الفسيولوجية للاعب.
17.64	06	47.05	16	35.29	12	2- على معرفة بالنواحي التشريحية للحركة.
17.64	06	47.05	16	35.29	12	3- على معرفة بالنواحي الميكانيكية للحركة.
17.64	06	47.05	16	35.29	12	4- يمكنه تطبيق مختلف طرق التدريب.
17.64	06	47.05	16	35.29	12	5- يمكنه تطبيق مختلف أشكال أحمال التدريب بكفاءة.
17.64	06	47.05	16	35.29	12	6- يعرف خصائص ومميزات النمو من الناحية البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية لهذه الفئة.
-	-	64.70	22	35.29	12	7- لديه معرفة بأسس تنمية عناصر الصفات البدنية.
-	-	64.70	22	35.29	12	8- لديه معرفة الكاملة بطرق وأساليب تعلم المهارات الأساسية للاعبين.
-	-	64.70	22	35.29	12	9- لديه معرفة بأسس تطوير الأداء الخططي.
-	-	70.58	24	29.41	10	10- على دراية بالسمات الشخصية المميزة لمرحلة سنية اصغر.
35.29	12	44.11	15	20.58	07	11- يمكنه اجراء المحاضرات النظرية بشكل دوري ومتواصل خلال الموسم الرياضي.
23.52	08	50	17	26.47	09	12- يعرف العادات الغذائية المناسبة.
23.52	08	50	17	26.47	09	13- لديه معرفة بالعادات الصحية العامة.

ومن خلال الجدول رقم (01) الخاص بالثقافة التدريبية يتضح ان:

- نسبة المدربين الذين لهم معرفة بالنواحي الفسيولوجية للاعب كرة القدم كانت (35.29%)، أما بالنسبة لمعرفة المدرب بالنواحي التشريحية للحركة كانت بنسبة (35.29%)، وبالنسبة لمعرفة المدرب بالنواحي الميكانيكية للحركة كانت بنسبة (35.29%)، أما بالنسبة لإمكانية المدرب في تطبيق مختلف طرق التدريب فكانت بنسبة (35.29%)، في حين وبالنسبة لإمكانية المدرب في تطبيق مختلف أشكال أحمال التدريب بكفاءة (35.29%)، بينما كانت نسبة معرف المدرب لخصائص ومميزات النمو من الناحية البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية لفئة الأثبات فكانت بنسبة (35.29%)، أما بالنسبة لمعرفة المدرب بأسس تنمية عناصر الصفات البدنية فكانت النسبة (35.29%)، في حين كانت نسبة لمعرفة المدرب بطرق وأساليب تعلم المهارات الأساسية للاعبين (35.29%)، وبالنسبة لمعرفة المدربين بأسس تطوير الأداء الخططي كانت بنسبة (35.29%)، أما بالنسبة لمعرفة المدرب بالسمات الشخصية المميزة لكل مرحلة سنية فكانت بنسبة (29.41%)، وبالنسبة لإمكانية المدرب في اجراء المحاضرات النظرية بشكل دوري ومتواصل خلال الموسم

الرياضي (20.58%). بينما كانت معرفته بالعادات الغذائية المناسبة للاعبين (26.47%). في حين وبالنسبة لمعرفة المدربين بالعادات الصحية العامة فكانت بنسبة (26.47%). ومن خلال عرض نتائج الجدول رقم (01) تبين لنا مدى ضعف مستوى المدربين لهذه المرحلة في التعامل مع مختلف أوجه مقومات العملية التدريبية. وهي متعارضة على ما يجب ان تكون عليه, وما أكدتها المصادر والمراجع المتعلقة بالتدريب الرياضي الحديث(مفتي ابراهيم حمادة. 1998). وعليه يرى الباحث ضرورة المام المدربين بالمبادئ الأساسية للتدريب الرياضي الحديث, والعلوم المرتبطة بها, كما يجب على كل مدرب ان يكون خلفية علمية والمتعلقة بالعادات الصحية والتغذية السليمة حتى يتسنى له وضع البرامج الغذائية المناسبة للمراحل العمرية التي يعمل معها. ولتأكيد الباحث على ضعف المدربين في هذا المحور الخاص بالإعداد المهني, قام بعرض جملة من الأسئلة التي تهدف من ورائها الوقوف على المستوى المعرفي في بعض مقومات العملية التدريبية والتي تؤكدها وتدعمها جملة من المصادر والمراجع والبحوث في هذا الميدان وكانت كالتالي:

* اولاً: فيما يخص السؤال المتعلق بمدى معرفة المدرب (عينة البحث) بالصفات البدنية, المهارية, الخططية, والإرادية للاعب كرة القدم, فقد أفرز هذا السؤال النتائج التالية:

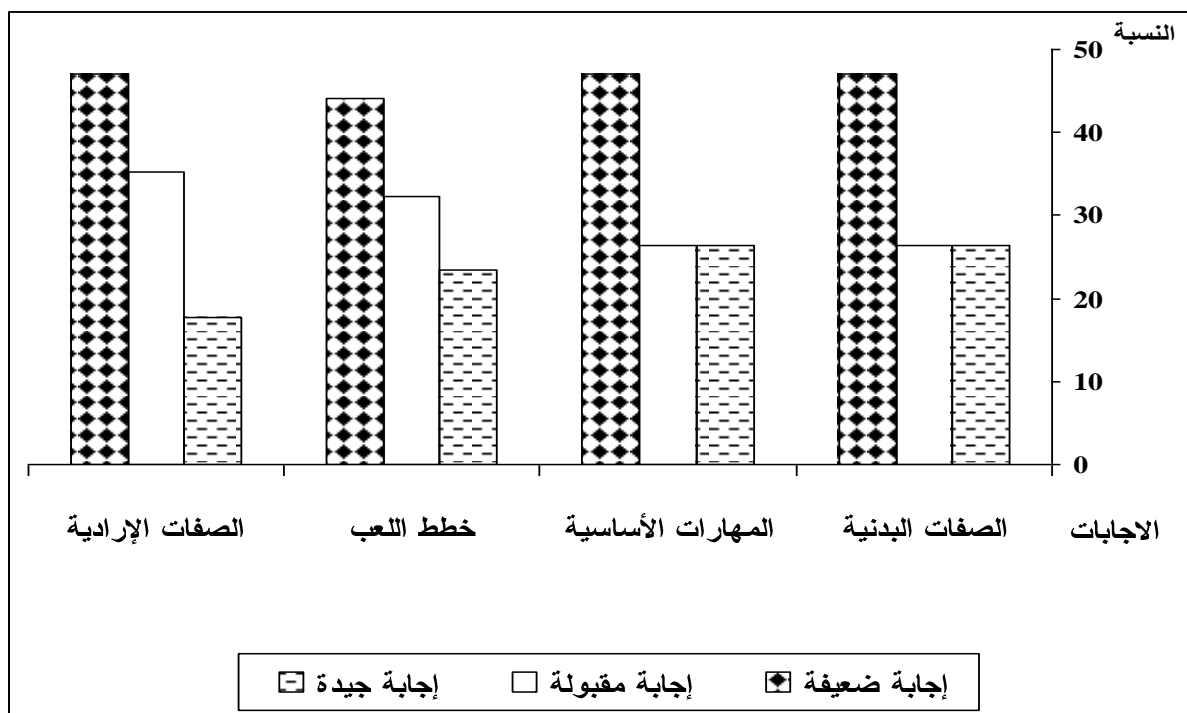
الجدول رقم (02): يوضح النسب المئوية لإجابة المدربين على الصفات البدنية، المهارية، الخططية و الإرادية الخاصة بلاعبي كرة القدم.

إجابة ضعيفة	إجابة مقبولة	إجابة جيدة	العدد	
16	09	09		الصفات البدنية
47.05	26.47	26.47	%	
16	09	09	العدد	المهارات الأساسية
47.05	26.47	26.47	%	
15	11	08	العدد	خطط اللعب
44.11	32.35	23.52	%	
16	12	06	العدد	الصفات الإرادية
47.05	35.29	17.64	%	

من خلال الجدول رقم (02)، وفيما يخص الصفات البدنية فإن نسب المدربين الذين أجابوا إجابات جيدة (26.47%)، وأجابوا إجابات مقبولة (26.47%) في حين إجاباتهم خاطئة (47.05%). أما الصفات المهارية فإجابات المدربين الجيدة كانت بنسبة مئوية مقدارها (26.47%)، والإجابات المقبولة (26.74%)، في حين الإجابات الضعيفة كانت بنسبة مئوية (47.05%). أما الإجابات حول خطط اللعب فإجابات المدربين الجيدة كانت بنسبة مئوية مقدارها (23.52%)، والإجابات المقبولة (32.35%)، في حين الإجابات الضعيفة كانت بنسبة مئوية (44.11%). أما الصفات

الإرادية الخاصة للاعبي كرة القدم فكانت بنسب مختلفة. الإجابات الجيدة كانت بنسبة مئوية (17.64%)، الإجابات المقبولة (35.29%)، والإجابات الضعيفة (47.05%).

و هذا ما يؤكد الشكل البياني رقم (01) إن نسبة كبيرة من المدربين مستواهم المعرفي في مجال التدريب في تحديد الصفات البدنية، المهارة، الخططية و الإرادية الضرورية للاعبي كرة القدم محدود إن لم نقل ضعيفا.



الشكل البياني رقم (01): يوضح النسب المئوية لإجابة المدربين على الصفات البدنية، المهارات الأساسية، الخططية والصفات الإرادية الضرورية للاعبي كرة القدم.

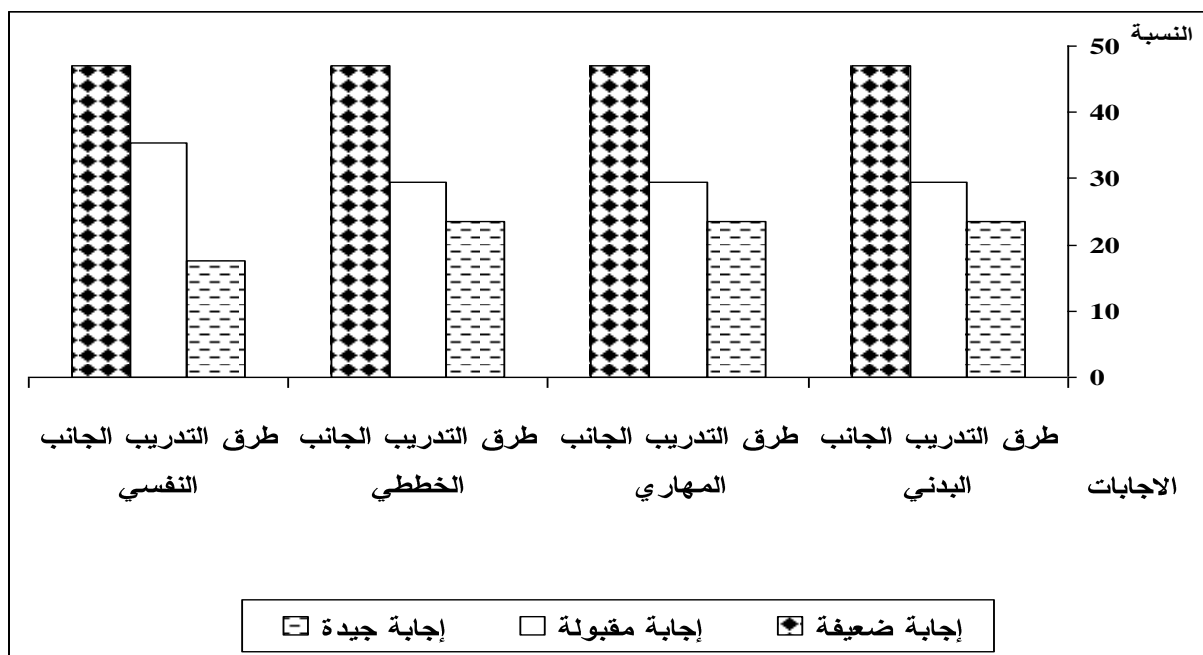
* ثانياً: أفرز السؤال والغرض منه معرفة الطرق التدريبية المستخدمة من قبل المدربين لتطوير الجانب البدني، المهاري، الخططي و النفسي على النتائج التالية:

الجدول رقم (03) يبين النسب المئوية لاجابة المدربين حول الطرق التدريبية في تنمية الصفات البدنية والمهارات الاساسية والخطط اللعب والصفات الارادية للاعب كرة القدم.

إجابة ضعيفة	إجابة مقبولة	إجابة جيدة	العدد	طرق التدريب
16	10	08	%	الجانب البدني
47.05	29.41	23.52		
16	10	08	العدد	طرق التدريب
47.05	29.41	23.52	%	الجانب المهاري
16	10	08	العدد	طرق التدريب
47.05	29.41	23.52	%	الجانب الخططي
16	12	06	العدد	طرق التدريب
47.05	35.29	17.64	%	الجانب النفسي

ومن خلال الجدول رقم (03)، يتضح أنه و فيما يخص طرق التدريب الجانب البدني كانت إجابات المدربين بنسب مختلفة. إجابات جيدة بنسب مئوية (23.52%)، إجابات مقبولة بنسبة مئوية (29.41%)، وإجابات ضعيفة بنسبة مئوية (47.05%). أما الإجابات الخاصة بطرق التدريب الجانب المهاري فكانت الإجابات الجيدة بنسبة مئوية (23.52%)، الإجابات المقبولة (29.41%)، والإجابات الضعيفة (47.05%). في حين إجابات المدربين حول طرق التدريب الجانب الخططي فكانت الإجابات الجيدة بنسبة مئوية مقدارها (23.52%)، وإجابات مقبولة (29.41%)، والإجابات الضعيفة (47.05%). أما إجابات المدربين بطرق التدريب الجانب النفسي فكانت الإجابات الجيدة (17.64%)، والإجابات المقبولة (35.29%)، والإجابات الضعيفة (47.05%).

وهذا ما يؤكد الشكل البياني رقم (02) ان نسبة كبيرة من المدربين مستواهم المعرفي في مجال تحديد الطرق التدريبية المستخدمة لتنمية الجانب البدني، المهاري، الخططي والنفسي للاعب كرة القدم محدود.



الجدول رقم (02) يوضح النسب المئوية لإجابة المدربين على الطرق التدريبية المستخدمة لتنمية الجانب البدني، المهاري، الخططي والنفسي للاعبين كرة القدم.

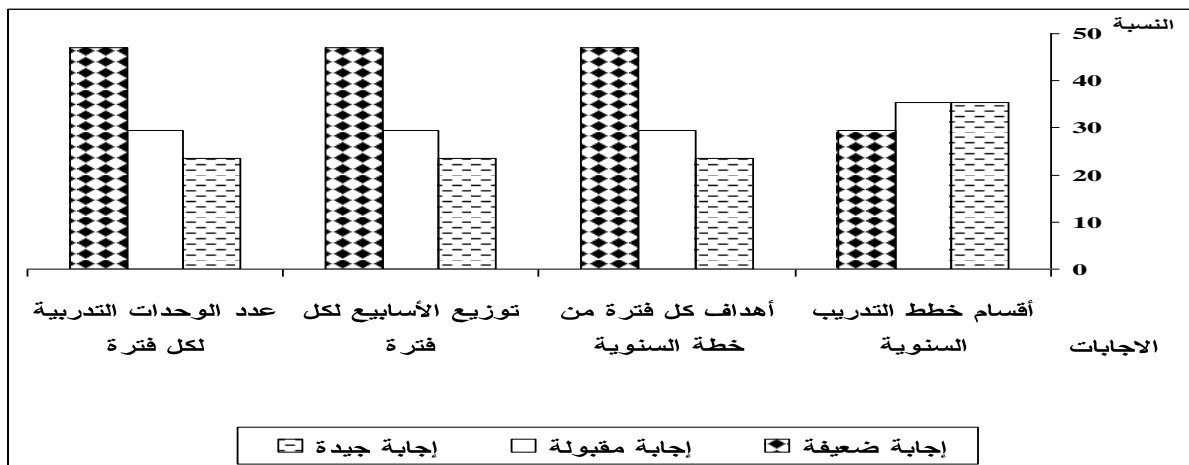
ثالثاً: افرت نتائج السؤال المتعلق بعدد الفترات التدريبية في الخطة السنوية، واهداف كل فترة، والتوزيع عدد الأسابيع فيها وعدد الوحدات التدريبية على ما يلي:

الجدول رقم (04) يبين النسب المئوية لإجابة المدربين حول عدد الفترات التدريبية في الخطة السنوية

إجابة ضعيفة	إجابة مقبولة	إجابة جيدة	العدد	اقسام خطة التدريب السنوية
10	12	12	%	
29.41	35.29	35.29		
16	10	08	العدد	اهداف كل فترة من فترات الخطة السنوية
47.05	29.41	23.52	%	
16	10	08	العدد	التوزيع الزمني (عدد الاسابيع لكل فترة)
47.05	29.41	23.52	%	
16	10	08	العدد	عدد الوحدات التدريبية في كل فترة
47.05	29.41	23.52	%	

ومن خلال الجدول رقم (04) يتبين أنه وفيما يخص اقسام خطة التدريب السنوية كانت إجابات المدربين بنسب مختلفة. إجابات جيدة بنسب مئوية (35.29%)، إجابات مقبولة بنسبة مئوية (35.29%)، وإجابات ضعيفة بنسبة مئوية (29.41%). أما الإجابات الخاصة باهداف كل فترة من فترات الخطة السنوية

فكانت الإجابات الجيدة بنسبة مئوية (23.52%)، الإجابات المقبولة (29.41%)، والإجابات الضعيفة(47.05%). في حين إجابات المدربين حول التوزيع الزمني (عدد الاسبوع لكل فترة) فكانت الإجابات الجيدة بنسبة مئوية مقدارها(23.52%)، وإجابات مقبولة (29.41%)، والإجابات الضعيفة(47.05%). أما إجابات المدربين حول عدد الوحدات التدريبية في كل فترة فكانت الإجابات الجيدة(23.52%)، والإجابات المقبولة(29.41%)، والإجابات الضعيفة(47.05%). وهذا ما يبينه الشكل البياني رقم (03) الذي يبين مدى قصور مستوى المعرفي للمدربين في تحديد عدد الفترات التدريبية في الخطة السنوية، واهداف كل فترة، والتوزيع عدد الأسابيع فيها وعدد الوحدات التدريبية.



الشكل البياني رقم (03) يوضح النسب المئوية لإجابة المدربين على عدد الفترات التدريبية في الخطة السنوية

الجدول رقم (05) يبين النسب المتوية لإجابة المدربين حول اسس ومبادئ التخطيط و بناء البرنامج.

لا		الى حد ما		نعم		العبارات
%	عدد	%	عدد	%	عدد	
41.17	14	29.41	10	29.41	10	1- هل هناك خطة تدريبية زمنية مكتوبة محددة المعالم وتحقق اهداف البرنامج ؟
41.17	14	29.41	10	29.41	10	2- هل هناك جداول زمنية لتنفيذ محتوى اهداف كل جزء من الخطة الموضوع ؟
41.17	14	29.41	10	29.41	10	3- هل عدد الأسابيع المحددة لكل فترة تدريبية ملائمة لتحقيق اهداف البرنامج ؟
11.76	04	52.94	18	35.29	12	4- هل تتصف الوحدات التدريبية بالشمولية في تحقيق اهداف البرنامج ؟
41.17	14	29.41	10	29.41	10	5- هل عدد الوحدات الأسبوعية كافية لتحقيق اهداف البرنامج ؟
11.76	04	52.94	18	29.41	10	6- هل زمن الوحدة التدريبية مناسب لتحقيق الاهداف الموضوع ؟
41.17	14	29.41	10	29.41	10	7- هل يراعى توزيع نسب الإعداد البدني-المهاري-الخططي-النفسي ؟
41.17	14	29.41	10	29.41	10	8- هل توزيع نسب الإعداد البدني-المهاري-الخططي-النفسي ملائم للمرحلة السنوية والأدوات والإمكانات المتوفرة ؟
82.35	28	-	-	17.64	06	9- هل يشتمل البرنامج على محاضرات توعية حول الجوانب الصحية والتغذية ؟
						10- من يقوم بوضع البرنامج:
				00	00	* لجنة مكونة من خبراء في النادي.
				11.76	04	* المدير الفني بالتعاون مع المدرب.
				88.23	30	* المدرب بمفرده.

من خلال الجدول رقم (05) الخاص بتخطيط البرامج يتضح ان: بالنسبة لوجود خطة تدريبية مكتوبة محددة المعالم كانت بنسبة (29.41%). بينما بالنسبة لوجود جداول زمنية لتنفيذ محتوى وأهداف كل جزء من الخطة الموضوع فكانت بنسبة (29.41%). في حين بالنسبة لعدد الأسابيع المحددة لكل فترة تدريبية ملائمة لتحقيق اهداف البرنامج كانت بنسبة (29.41%). وبالنسبة لشمولية الوحدات التدريبية في تحقيق اهداف البرنامج فكانت بنسبة (35.29%). بينما بالنسبة لمناسبة عدد الوحدات الأسبوعية لتحقيق اهداف البرنامج كانت بنسبة (29.41%). في حين وبالنسبة لملائمة زمن الوحدة التدريبية لتحقيق الاهداف الموضوع في البرنامج فكانت بنسبة (29.41%). وبالنسبة لمناسبة توزيع نسب الإعداد البدني-المهاري-الخططي-النفسي في التخطيط لبرنامج فكانت بنسبة (29.41%). بينما كان توزيع نسب الإعداد البدني-المهاري-الخططي-

النفسي ملائم للمرحلة السنوية والأدوات والإمكانات المتوفرة بنسبة (29.41%)، وبالنسبة لمحاضرات التوعية حول الجوانب الصحية فكانت النسبة تقدر بـ(17.64%)، وبالنسبة لمن يقوم بوضع البرنامج فكانت بالنسبة للتعاون بين المدير الفني والمدرّب بنسبة (11.76%)، في حين المدرّب بمفرده فكانت بنسبة (88.23%).

ومن خلال عرضنا لنتائج الجدول رقم (05) الخاص تخطيط البرامج تبين لنا على مدى ضعف مدرّبينا في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبيّة. حيث لوحظ قلة وجود خطط باهداف واضحة في جداول زمنية محددة. كما تبين عدم ملائمة عدد وزمن ومحتوى الوحدات التدريبيّة في تحقيق الاهداف الموضوعية. كما لاحظ الباحث ان معظم المدرّبين ينقصهم معارف نظرية خاصة بعملية تفنين وبناء الحمل التدريبي وأقسام مختلف الإعدادات التدريبيّة. كما لوحظ عدم ادراج وتخطيط المحاضرات كجزء لا يتجزأ من البرامج التدريبيّة. وعليه يرى الباحث على ضروري بناء خطط تدريبيّة واضحة المعالم بأسس علمية صحيحة في مجال التدريب الرياضي الحديث يتم من خلالها تحقيق الأهداف الموضوعية، وان تتناسب مع الإمكانيات المتاحة. وهذا يتماشى مع ما ذكره "محمد ابو العينين ومفتي ابراهيم" في ان التخطيط في كرة القدم يعني ان تكون خطة تتماشى والإمكانات المادية والبشرية المتوفرة ويجب لهذا التخطيط أهداف وأغراض محددة يسعى المدرّب الى تحقيقها (محمد ابو العينين، مفتي ابراهيم. 1985). كما يرى الباحث على ضرورة قيام لجنة من خبراء التدريب بتخطيط وتنظيم برامج تدريبيّة يتم تنفيذها من خلال مدربي الأندية، مع ضرورة وجود تعاون مستمر بين تلك اللجنة ومدرّبين.

جدول رقم (06) يبين النسب المتوية لإجابة المدرسين حول اسلوب التدريب.

لا		الى حد ما		نعم		العبارات
%	عدد	%	عدد	%	عدد	
						أ/ الشرح اللفظي:
-	-	70.58	24	29.41	10	1- هل يقوم بشرح المهارة ؟
-	-	70.58	24	29.41	10	2- هل يتحدث الى اللاعبين بأسلوب لائق ؟
17.64	06	52.94	18	29.41	10	3- هل يستمع الى اسئلة اللاعبين ويجيبهم ؟
17.64	06	47.05	16	35.29	12	4- هل يطيل الشرح اللفظي وغير مجدي ؟
						ب/ النموذج:
17.64	06	52.94	18	29.41	10	1- هل يؤدي النموذج بنفسه ؟
23.52	08	47.05	16	29.41	10	2- هل يقف اللاعبين في تشكيل مناسب ؟
23.52	08	47.05	16	29.41	10	3- هل يتأكد بعد كل خطوة ان اللاعبين أدو المهارة بنجاح ؟
23.52	08	47.05	16	29.41	10	4- هل يقوم بتصحيح الاخطاء بمجرد ظهورها؟
						ج/ التفاعل مع اللاعبين:
41.17	14	35.29	12	23.52	08	1- هل يراقب اللاعبين بنفس الدرجة ؟
23.52	08	47.05	16	29.41	10	2- هل يقلل من جو الخوف والفشل ؟
23.52	08	47.05	16	29.41	10	3- هل يقوم بتشجيع اللاعبين على الاداء وتحسين المستوى ؟
41.17	14	41.17	14	17.64	06	4- هل عدد اللاعبين ملائم لمساحة الملعب؟
						د/ اعداد البيئة التدريبية:
64.07	22	17.64	06	17.64	06	1- هل يستخدم الادوات المساعدة في الشرح؟
-	-	41.17	14	58.82	20	2- هل يرتدى الملابس الرياضية المناسبة ؟
29.41	10	41.17	14	29.41	10	3- هل يهتم باجراء الاحماء في بداية التدريب؟
29.41	10	41.17	14	29.41	10	4- هل يتم باجراء التهدئة في نهاية التدريب؟
-	-	58.82	20	41.17	14	5- هل يقوم بتجهيز الملعب قبل التدريب؟

من خلال الجدول رقم (06) الخاص بأسلوب التدريب يتضح ان:

أ/ الشرح اللفظي:

- بالنسبة لقيام المدرب بشرح المهارة كانت بنسبة (29.41%).
- اما بالنسبة للتحدث الى اللاعبين بأسلوب لائق فكانت بنسبة (29.41%)
- وبالنسبة الى استماع الى أسئلة اللاعبين والإجابة عليها كانت (29.41%).
- وبالنسبة لمراعاة المدرب التناسب الزمني بين الشرح والأداء المهاري كانت بنسبة (35.29%).

ب/ النموذج:

- بالنسبة لاداء المدرب النموذج بنفسه كان بنسبة (29.41%).
- وبالنسبة لوقوف اللاعبين في تشكيل مناسب كان بنسبة (29.41%).

- وبالنسبة لتأكد المدرب بعد كل خطوة من ان اللاعبين أدو المهارة بنجاح كان بنسبة (29.41%).
- بينما قيام المدرب بتصحيح الأخطاء بمجرد ظهورها كان بنسبة (29.41%).

ج/ التفاعل مع اللاعبين:

- بالنسبة لمراقبة المدرب لكل اللاعبين بنفس الدرجة كانت (23.52%).
- وبالنسبة لقدرة المدرب على تقليل عاملي الخوف والفضل كانت (29.41%).
- كما كان قيام المدرب بتشجيع اللاعبين على الاداء وتحسين المستوى بنسبة (29.41%).
- بينما كان ملائمة عدد اللاعبين لمساحة الملعب بنسبة (17.64%).

د/ اعداد البيئة التدريبية:

- بالنسبة لاستخدام المدرب للأدوات المساعدة للشرح كالصبورة والفيديو فكانت بنسبة (17.64%).
 - وبالنسبة لارتداء الملابس الرياضية المناسبة كان بنسبة (58.82%).
 - بينما بالنسبة لاهتمام المدرب باجراء الاحماء في بداية الوحدة التدريبية والمناسب مع هدفها فكانت النسبة (29.41%).
 - وبالنسبة لاهتمام المدرب باجراء التهدئة في نهاية التدريب كان (29.41%).
 - وبالنسبة لقيام المدرب بتجهيز الملعب قبل التدريب كان بنسبة (41.17%).
- وعليه يتضح من خلال عرض نتائج الجدول رقم (46) والخاص بأسلوب التدريب ان هناك ضعف وقصور المدربين في هذه الجانب.

فلقد لوحظ ضعف مدربين في عنصر الشرح اللفظي, طريقة استخدام النماذج, التفاعل مع اللاعبين, وعملية اعداد البيئة التدريبية. وعليه يرى الباحث على ضرورة استخدام الشرح اللفظي في عملية تعليم المهارات الأساسية, او التدريب على خطط اللعب المختلفة بأسلوب علمي, والوقوف على اهم الأخطاء للأداء الحركي وتصحيحه, وضرورة التقليل من عامل الخوف اثناء الأنجاز, مع مراعاة الفروق الفردية في ذلك, وهذا مع توفير الملعب بمساحة مناسبة مع عدد اللاعبين لان ذلك يزيد في تحسن مقدرة اللاعب على الأداء بأكثر دقة وفعالية وكذلك زيادة قدرة المدرب على الملاحظة والتوجيه. كما يرى البحث على ضرورة إجراء الإحماء المناسب مع هدف الحصص وكذا إجراء تمارين الاسترخاء والتهدئة. وهذا ما أكدته الدراسات المشاهدة والمصادر والمراجع العلمية

الجدول رقم (07) يبين النسب المتوية لإجابة المدربين حول الصفات الشخصية.

لا		الى حد ما		نعم		العبارات
%	عدد	%	عدد	%	عدد	
-	-	35.29	12	64.70	22	1- يكون قدوة للاعبين في قوله وعمله ومظهره.
5.88	02	41.17	14	52.94	18	2- شغوف في عمله في المرحلة السنوية التي يتولى تدريبها.
5.88	02	41.17	14	52.94	18	3- لديه اتجاهات ايجابية وحماس شخصي.
11.76	04	47.05	16	41.17	14	4- لديه ثبات انفعالي وسيطرة على النفس.
5.88	02	41.17	14	52.94	18	5- لديه القدرة على بث الحماس وخلق الدافعية في اللاعبين.
5.88	02	47.05	16	47.05	16	6- لديه القدرة على اداء المهارات بشكل نموذجي.
-	-	11.76	04	88.23	30	7- يهتم بنظافته الشخصية.
23.52	08	41.17	14	35.29	12	8- يمتلك لياقة بدنية عالية.
-	-	47.05	16	52.94	18	9- لديه قدرة التعاون مع مختلف الأفراد.
-	-	58.82	20	41.17	14	10- يهتم بقراءة كل ما هو جديد في مجال تخصصه.
-	-	41.17	14	58.82	20	11- لديه الثقة بما يفعله، ومتى وكيف بكفاءة.
-	-	41.17	14	58.82	20	12- يمتلك فلسفة متميزة في الحياة وفي عمله التدريبي بصورة خاصة.
70.58	24	-	-	29.41	10	1- اشترك في الدراسات المرتبطة بعلوم التدريب الرياضي.
70.58	24	-	-	29.41	10	2- اشترك في الدراسات المرتبطة بعلوم الفسيولوجية والطب الرياضي.
70.58	24	-	-	29.41	10	3- اشترك في الدراسات المرتبطة بعلم النفس والعلاقات الانسانية.

من الجدول رقم (07) الخاص بالصفات الشخصية تضح لنا ان:

- نسبة المدربين الذين يكونون قدوة للاعبين في قولهم ومظهرهم (64.70%). وبالنسبة لكون المدرب شغوف في عمله للمرحلة العمرية أواسط التي يدرها كانت (52.94%). اما نسبة المدربين الذين لديهم اتجاهات ايجابية وحماس شخصي كانت (52.94%). ونسبة المدربين الذين لديهم ثبات انفعالي وسيطرة على النفس كانت (41.17%). اما نسبة المدرب في القدرة على بث الحماس وخلق الدافعية في اللاعبين كانت (52.94%).

- ونسبة قدرة المدرب على اداء المهارات بشكل نموذجي (47.05%). اما بالنسبة لاهتمام المدرب بنظافته الشخصية كانت بنسبة (88.23%). ونسبة امتلاك المدرب اللياقة البدنية العالية (35.29%).

- اما بالنسبة الى قدرة المدرب على التعاون مع مختلف الأفراد كانت بنسبة (52.94%). ونسبة اهتمام المدرب بقراءة كل ما هو جديد في مجال تخصصه (41.17%). اما نسبة المدربين الذين لديهم الثقة بما يفعلون, ومتى وكيف بكفاءة فكانت (58.82%). كما نجد ان نسبة امتلاك المدرب فلسفة متميزة في الحياة بصورة عامة وفي عمله التدريبي بصورة خاصة كانت (58.82%). وبالنسبة لمشاركة المدربين في الدراسات المرتبطة بعلوم التدريب كانت بنسبة (29.41%), وهي نفس النسبة بالنسبة لمشاركة المدربين في الدراسات المرتبطة بالطب الرياضي وعلم النفس والتي كانت (29.41%).

في ضوء ما سبق يتبين لنا ان هناك قصور في الإعداد المهني للمدرب فنسبة كبيرة من المدربين مشركاتهم في تطوير مستواهم ضعيف و محدود ولا تسمح بالإشراف على العملية التدريبية. فلقد أكدت الكثير من البحوث والمصادر على ضرورة توفر عدة شروط من بينها الاعداد المهني للمدرب لأنه اصبح اليوم المحك الرئيسي في نجاح العملية التدريبية. ومن خلال ما تم عرضه حول مقومات شخصية المدرب تبين لنا ان هناك عدم ضبط مكونات شخصية المدرب فبالرغم من انه يعتبر نفسه القدوة الا اننا لاحظنا ان هناك تناقضات في مكونات شخصيته التدريبية فهناك اختلال في ثبات انفعالي وسيطرة على النفس, نقص في مستوى تنفيذ النماذج واللياقة البدنية وكذا عدم اهتمام المدرب بالقراءة و تثقيف الذات. كل هذه المعطيات تدل على ان الهيئة التدريبية على فئة الواسط لا تتمتع بمقومات أساسية في مكونات شخصية المدرب والتي يمكن بواسطتها الإشراف الفعال والمؤثر في العملية التدريبية, وبالتالي فان عدم اكتمال نضج شخصية المدرب لا تسمح بتطوير واعداد لاعبي كرة القدم خاصة في هذه المرحلة العمرية الحساسة.

وعليه يرى الباحث على ضرورة تطوير شخصية المدرب وهذا من خلال تزويد المعارف والمعطيات النظرية لتنمية صفة الثقة بالنفس. دف الى ذلك تطوير القدرات النفسية والتي عن طريقها يمكن ان نمي شخصية المدرب في ضبط سلوكياته وانفعالاته والتي تكون هي المؤثرة في التعامل مع اللاعبين لان شخصية المدرب شخصية مؤثرة وجب الاعتناء بها لتكون خير قدوة للاعبين ونجاح العملية التدريبية.

الجدول رقم (08) يبين النسب المتوقعة لإجابة المدربين حول العلاقات الانسانية.

لا		الى حد ما		نعم		العبارات
%	عدد	%	عدد	%	عدد	
-	-	41.17	14	58.82	20	1- لديه الخبرة في كيفية التعامل ومواجهة المواقف الصعبة.
5.88	02	47.05	16	47.05	16	2- لديه القدرة على مواجهة المشاكل وايجاد الحلول لها.
-	-	47.05	16	52.94	18	3- لديه القدرة على بناء العلاقات الانسانية والاجتماعية مع الآخرين ويحافظ على العلاقة الايجابية بين لاعبيه.
-	-	52.94	18	47.05	16	4- لديه القدرة على التعرف على الظروف الخاصة باللاعبين وحل مشاكلهم والتفاعل معهم.
17.64	06	52.94	18	29.41	10	5- لديه الصبر والقدرة على مواجهة النتيجة الرياضية.
11.76	04	52.94	18	35.29	12	6- يراعي الفروق الفردية بين اللاعبين.

ومن خلال الجدول رقم (08) يتضح ان:

- ان بالنسبة لخبرة المدرب في كيفية التعامل ومواجهة المواقف الصعبة كانت بنسبة (58.82%) في حين ان نسبة قدرة المدرب على مواجهة المشاكل وايجاد الحلول لها (47.05%). وكانت نسبة قدرة المدرب على بناء العلاقات الانسانية والاجتماعية مع الآخرين ويحافظ على العلاقة الايجابية بين لاعبيه (52.94%). اما بالنسبة قدرة المدرب على التعرف على الظروف الخاصة باللاعبين وحل مشاكلهم والتفاعل معهم كانت بنسبة (47.05%). وكانت نسبة قدرة المدرب على الصبر والقدرة على مواجهة النتيجة الرياضية (29.41%). اما نسبة مدى مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين فكانت (35.29%).

ومن خلال ما تم عرضه سابقا اتضح لنا ان هناك تناقض في بناء العلاقات الإنسانية. حيث كيف تفسر النتائج المتحصل عليها التي بينت ان نسبة كبيرة من المدربين لديهم القدرة على بناء علاقات إنسانية واجتماعية مع الآخرين وفي نفس الوقت لا يتمتع المدرب بالقدرة على الصبر ومواجهة النتيجة. ضف الى ذلك كيف ان المدرب يؤكد على ان له القدرة في التعرف على الظروف الخاصة باللاعبين وحل مشاكلهم والتفاعل معهم في حين لا يراعي الفروق الفردية للاعبيه والتي يعتبرها الباحث أساس نجاح العملية التدريبية. لان كل فرد من افراد الفريق له شخصيته التي يتميز بها عن غيره, وعليه يجب ان يعمل المدرب على فهم كل شخصية والتعامل معها وبناء علاقات إنسانية مع مختلف اللاعبين.

وعليه يرى الباحث على ضرورة العمل في هذا الاتجاه وذلك ببناء علاقات انسانية بين مختلف الأطراف الفاعلة في العملية التدريبية ونزع كل التناقضات الحاصلة والتي تم التعرض لها سابقا.

7. الاستنتاجات والتوصيات:

اسفرت هذه الدراسة على النتائج التالية:

1- ضعف الاعداد المهني للمدربين (عدم اهتمام المدربين بالاشتراك في دراسات تدريبية مرتبطة بالتدريب الرياضي- نقص في معرفة المدربين بالعلوم المرتبطة بعلم التدريب- عدم الاهتمام بالمحاضرات النظرية في البرامج التدريبية).

2- نقص في الثقافة التدريبية للمدربين وعدم احترام المقومات الاساسية للعملية التدريبية وهذا من خلال عدم فهم وتحديد اهم الصفات البدنية-المهارية-الخططية-النفسية للاعب كرة القدم وطرق تنميتها والاسس العلمية في بناء وتصميم وتطبيق البرامج التدريبية حيث لاحظنا عدم وجود اهداف واضحة لبرامج التدريبية لناشئين وكذا خطط واضحة لبرامج التدريبية كما ان عدد الوحدات التدريبية لا تكفي ولا تتماشى مع تحقيق الاهداف ولا مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين ولا وجود فترات للتقويم خلال المواسم الرياضية لجميع الفئات. كما اننا لاحظنا عدم ملائمة التمارين البدنية-المهارية- الخططية- مع مختلف المرحل العمرية. وعليه يوصي الباحث مايلي:

1. ضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي, وهذا عن طريق إسهامهم في المنتقيات العلمية, والدورات التدريبية, والأيام الدراسية تحت إشراف إطارات متخصصة.
- 2- نوصي بضرورة وضع معايير مقننة مع توفر الأسلوب العلمي في اختيار مدربي الناشئين.
- 3- نوصي التأكيد على المدربين بضرورة الاطلاع على كل ما هو جديد في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة.
- 4- نوصي بالاهتمام بعملية التقويم كجزء لا يتجزأ من العملية التدريبية.
- 6- نوصي بضرورة اهتمام النوادي بالفئات الصغرى (اصاغر-اشبال-اواسط) مع توفير الامكانيات اللازمة للتدريب, وهذا من خلال وضع ميزانية تكفي للصرف على اوجه النشاط والقدرة على تحقيق الاهداف الموضوعية.
- 7- نوصي الاتحاد الجزائري لكرة القدم بضرورة قيام لجان من اساتذة دكاترة وخبراء في مجال التدريب الرياضي من كليات ومعاهد التربية الرياضية بتخطيط برامج تدريبية مقننة للناشئين.
- 8- نوصي الاتحاد الجزائري لكرة القدم ان يقوم بوضع برامج اعداد دورات تدريبية ولا يتم قبول أي مدرب مهما بلغ من المستوى كلاعب دون النجاح الحقيقي في تلك الدورات التدريبية.

8. المصادر والمراجع:

- 1- حنفي محمود مختار (1988):مدرب كرة القدم,دار الفكر العربي,القاهرة.
- 2- عصام الدين عبد الخالق(2000):التدريب الرياضي (نظريات,تطبيقا),الطبعة السادسة,دار المعارف,الاسكندرية,مصر.
- 3- عويس الجبالي (2001):التدريب الرياضي –النظرية والتطبيق–,دار النشر والتوزيع G.M.C,لقاهرة.
- 4- محمد الحماحي,امين الخولي (2000):اسس بناء برامج التربية الرياضية,دار الفكر العربي,القاهرة.
- 5- محمد ابو العينين, مفتي ابراهيم (2002):تخطيط برامج اعداد لاعبي كرة القدم,دار الفكر العربي,القاهرة.
- 6- مفتي ابراهيم حمادة (2004):البرامج التدريبية المخططه لفرق كرة القدم,مركز الكتاب للنشر,القاهرة.
- 7- مفتي ابراهيم حمادة(1998):الهجوم في كرة القدم,دار الفكر العربي,القاهرة.
- 8- Jurgon Weineck(2002) : Manuel entraînement,édition vigot,
- 9- Kacani et Horosky(2000):Entraînement du football,Édition Brakel,Belgique.
- 10- TUPIN BERNARD (2000): préparation et entraînement du footballeur .Edition Amphora paris .

اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية للأطفال وانعكاسه على الجوانب النفسية

والاجتماعية لفئة المراهقين.

جامعة ورقلة.

من إعداد: أ/ بلقاسم دودو

ملخص الدراسة :

تلعب الأسرة دور مهم في مشاركة أبنائها للأنشطة الرياضية من عدمها، فهي من أهم المؤسسات التي تُسهم في التنشئة الاجتماعية، لما تُحدثه من تأثير في سلوك الأفراد. من هذا المنطلق بُنيت إشكالية دراستنا التي تهدف إلى تحديد طبيعة العلاقة بين الاتجاهات الايجابية (الاهتمام، التشجيع) للوالدين نحو الممارسة الرياضية للأطفال ووبعض أبعاد الصحة النفسية للأطفال.

واستخدمنا في الدراسة المنهج الوصفي الذي رأينا انه مناسب لطبيعة دراستنا، كما استعملنا الأدوات: اختبار الشخصية للمرحلة الثانوية والمتوسطة، لـ عطية هنا (د،ت) ، واستمارتي استبانة موجهة لكل من الأبناء والآباء تقيس الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو الممارسة الرياضية بالوسط المدرسي ، و استمارة استبانة تقيس المستوى الاقتصادي والتعليمي لأسر مفردات العينة، واستمارة معلومات أولية كلها من إعدادنا. عينة البحث من الفئة العمرية (15-18) و المتمدرسة بالمرحلة الثانوية من مدينة الجلفة، بلغت 98 مفردة ذكور و إناث، وراعينا في انتقائها قدر الإمكان على التجانس من خلال محاولة عزل العوامل المؤثرة في المتغير التابع -أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي-، وتحددت دراستنا بالجال الزمني أكتوبر 2007 و جوان 2008. كما استعملنا الأدوات الإحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، واختبار "ت" T test. من أهم نتائج الدراسة :

1. عدم وجود فرق بين الذكور والإناث في مدى تأثير اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية للأطفال على الجوانب النفسية والاجتماعية قيد الدراسة.
2. وجود علاقة ارتباطية بين اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية والجوانب النفسية الاجتماعية قيد الدراسة وذلك على عينة البحث المقصودة .

الكلمات الدالة : الاهتمام والتشجيع، الممارسة الرياضية ، الوالدين ، الأبناء ، الجوانب النفسية والاجتماعية.

Abstract**subject :**

parental interest and encouragement of children in the practice of sports : Impact on the psychological and sociological aspects of adolescents .

Family plays an Important role in the participation of their children to sport activities , it is one of the most Important institution which contribute to the social upbringing of the child in that it influences this behavior.

Our present research is essentially motivated by the preoccupation to determine the nature of the relationship existing between the positive (interest and encouragement) of the parents toward the practice of sports activities by their children and the dimension of their psychological health.

In the present research we applied the descriptive model we thought best adapted to the nature of our study. The tools we used were : personality testing t the secondary and intermediate levels of school (attia hanah) , and tow questionnaires were submitted to parents and children to measure the parental interest and encouragement for the practice of sports at school, a questionnaire to measure the parental the material and intellectual welfare of the study, a primary questionnaire our conception. The age of the elements of our sample ranged between (15-18) all of them secondary school pupils, 98 in number, male and female. We made sure to select our sample free from the variable of the dimension of psycho-social correspondence. We limited study to the period extending from October 2007 to June 2008. We also used the statistic tools: the calculating mean, the model deviation and the T test.

Some of the main conclusions:

- 1- The absence of difference between males in the influence of parental interest and encouragement on the psychological and social sides during their scholarity .
- 2- There is a tight relationships between the parental interest and encouragement to practice sports activities and the psychological and social sides of the sample of our study.

Key words: caring and encouraging , sport practice , parents ,children , psycho-social sides.

مقدمة :

يعتبر التحفيز والتعزيز موضوعاً مهماً في ميدان النشاط البدني الرياضي التربوي لما له من أهمية في تحقيق أهداف هذا الأخير, ونجد أن العديد من المربين لجؤوا إلى اعتماد إجراءات تحفيزية لدفع المشاركين لبذل الجهود الكافية للتعلم, اعتقاداً منهم أن العلة في الطريقة التقليدية المنتهجة, ولكن رغم استعمال الطرق الحديثة يبقى المشكل قائماً في كثير من الأحيان.

ومن جهة أخرى "تعتبر الأسرة المجتمع الإنساني الأول الذي يعيش فيه الفرد, والتي تنفرد في تشكيل شخصية الطفل لسنوات عديدة من حياته تعتبر حاسمة في بناء شخصيته , وترجع المؤسسات الأخرى كلها مُجمعة فيما تغرسه الأسرة في الطفل باعتبارها الجماعة الإنسانية الأولى, التي يتعامل معها, ويعيش معها السنوات التشكيلية الأولى". (1)

(1) - هدى محمد قناوي , الطفل تنشئته وحاجاته . مصر: مكتبة الانجلو المصرية , ط3, 1991م , ص 58.

و"علاقة الوالدين بالطفل وكيفية معاملته, تلعب دوراً هاماً في تكوين شخصيته, فالطفل الذي تقوم علاقته بأبويه على أساس قدر من الإشباع المناسب للحاجات البيولوجية والنفسية, نتوقع له شخصية مستقلة سليمة, تتوافر لها دعائم الاتزان الانفعالي والقدرة على التوافق والتعاون". (1)

فالأبناء يمارسون أولى علاقاتهم الإنسانية مع والديهم منذ ولادتهم, مما يجعل لهذا التفاعل أثراً كبيراً على سلوكياتهم, وتعتبر سلامة هذه العلاقة وصحتها, شرطاً ضرورياً من شروط توافق الطفل الشخصي والاجتماعي, وتلبية استقراره النفسي.

لذلك رأينا أنه من المهم والمفيد أن ينصب موضوع بحثنا, على دراسة طبيعة التعامل من الوالدين نحو ممارسة الأبناء – فئة المراهقين – لنشاطهم الرياضي و مدى انعكاس ذلك على بعض الجوانب النفسية والاجتماعية للمراهقين من كلا الجنسين. سواء كانت طبيعة التعامل هذه ايجابية, والتي يمكن وصفها بالاهتمام والتشجيع نحو الممارسة الرياضية, أو سلبية وذلك من خلال عدم الاهتمام والتشيط.

إشكالية البحث :

يرى نبراس يونس محمد المراد*, أن الانفعالات في النشاط الرياضي شأن كل المظاهر النفسية , هي انعكاس ذاتي للواقع الموضوعي .وبما أن كل إنسان يعيش في مجتمع محدد ملموس هو على تعامل متبادل دائم معه, فإنه من الطبيعي أن تكون انفعالاته مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بأشكال المجتمع الأساسية ونمط حياته ونشاطه. "إن مشكلة التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي تواجه الكثير من العوائل تجعل الشباب يحمل القيم السلبية إزاء التربية الرياضية وأنشطتها. ذلك أن معظم العوائل تطلب من أبنائها التركيز على الدراسة والتحصيل العلمي وعدم الاهتمام بالرياضة لأن الرياضة حسب أفكار ومعتقدات وقيم هذه العوائل تشغل الطالب عن الدراسة وتؤدي إلى رسوبه وتخلف مسيرته العلمية. وعندما يكتسب الابن مثل هذه الأفكار والمعتقدات من عائلته ومجتمعه المحلي يميل إلى التوجه نحو الدراسة والعمل و يُهمل الرياضة على الرغم من فوائدها الجسمية والنفسية والاجتماعية والترويحية للفرد والجماعة والمجتمع". (2)

لذلك فالأسرة لها دور كبير في مشاركة أبنائها الأنشطة الرياضية من عدمها, فهي من أهم المؤسسات التي تسهم في عملية التنشئة الاجتماعية لما تحدثه من تأثير في الأفراد, فهي تمثل المؤسسة الاجتماعية الأولى التي يبدأ الطفل فيها حياته. "وقد ذكر ويلك (Welk 1999) أشكالاً مختلفة لتأثير الوالدين على ممارسة أبنائهم للأنشطة الرياضية, ومشاركة الوالدين في أداء الأنشطة الرياضية كالمشي, والجري, وغيرهما من المشاركات الرياضية, وتوفير الأدوات الرياضية اللازمة للمشاركة الرياضية يساعد على ممارسة الأبناء للأنشطة الرياضية" (3)

(1)- عبد الفتاح محمد دويدار, علم النفس الاجتماعي أصوله ومبادئه . مصر: دار المعرفة الجامعية, 2006م, ص 79.

* د. نبراس يونس محمد مراد أستاذ محاضر علم النفس الرياضي , جامعة الموصل , العراق.

(2)- إحسان محمد الحسن , علم الاجتماع الرياضي . الأردن : دار وائل للنشر والتوزيع, الطبعة الأولى, 2005م, ص 177.

(3) - Welk , G .j. Promoting physical activity in children :Parental influences. ERIC Clearinghouse on teaching and Teacher Education , Washington DC, 1999.

وفي الاتجاه المغاير " ينظر بعض أولياء الأمور نظرة خاطئة إلى النشاط. فهم يرون أنه مضيعة للوقت الذي يجب أن يصرفه الطالب في الدراسة خارج الفصل استعداداً لتأدية الامتحان في المواد الدراسية " (1).

إنه ومن خلال الملاحظات الميدانية للممارسة الرياضية في المرحلة الثانوية لاحظت وجود بعض الآباء يرفضون مداومة أبنائهم على ممارسة النشاط الرياضي التربوي خارج الدوام الدراسي، في المقابل وجود البعض الآخر من الآباء يحرص على مداومة أبنائه بحضور حصص التدريب والاستفسار عن نتائج أبنائهم الرياضية، هذا ما أثار لدينا مجموعة من التساؤلات حول متطلبات المشاركة النشطة لفعاليات التربية الرياضية، ومردودها على الجانب النفسي الاجتماعي للممارسين في ظل طبيعة اتجاهات الوالدين (المتباينة) نحو الممارسة الرياضية لأبنائهم. هذا ما دفعنا إلى طرح إشكالية البحث في التساؤل الرئيسي التالي:

• هل لاهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي له انعكاساته على الجوانب النفسية والاجتماعية عند هذه الفئة؟

وعلى ضوء هذا السؤال الرئيسي نطرح الأسئلة الفرعية التالية :

- هل توجد علاقة ارتباطية بين اهتمام وتشجيع الوالدين لممارسة الأبناء النشاط الرياضي وأبعاد التوافق النفسي والاجتماعي عندهم، تبعاً لمتغير الجنس. أي أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في ارتباط اهتمام وتشجيع الوالدين الجوانب النفسية الاجتماعية للأبناء.
- هل يوجد فرق بين مجموعة الأبناء الذين يلقون الاهتمام والتشجيع من بالوالدين و زملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع، نحو ممارسة نشاطهم الرياضي على أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي لديهم * ؟.

أهداف البحث :

المهدف الرئيسي:

معرفة دور اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي و ومدى انعكاسه على الجوانب النفسية والاجتماعية عند هذه الفئة.

الأهداف الفرعية:

- محاولة فهم وتحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين الاهتمام والتشجيع من الوالدين لممارسة الأبناء النشاط الرياضي و الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق.
- معرفة الفرق بين مجموعة الأبناء الذين يلقون الاهتمام والتشجيع من الوالدين و زملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع، نحو نشاطهم الرياضي على أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي.

(1) - حسن شحاته , النشاط المدرسي , مفهومه ووظائفه ومجالات تطبيقه . القاهرة : الدار المصرية اللبنانية , ط6 , 2000م, ص 19.

• أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي التي ندرسها تتمثل في: - الشعور بالانتماء - الثقة بالنفس - الشعور بالحرية - علاقة الابن بأسرته - وعلاقة الابن بالمدرسة - علاقة الابن بالبيئة المحيطة به.

فرضيات البحث :**فرضية رئيسية :**

للاهتمام والتشجيع من الوالدين للأبناء نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي اثر ايجابي وعلاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائيا على الجوانب النفسية والاجتماعية لهم.

فرضيات فرعية :

-توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الاهتمام والتشجيع من الوالدين لممارسة الأبناء النشاط الرياضي والجوانب النفسية والاجتماعية عندهم، وهذا تبعا لمتغير الجنس.

-توجد فروق دالة إحصائيا، بين مجموعة الأبناء الذين يلقون الاهتمام والتشجيع من الوالدين وزملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع نحو ممارسة النشاط الرياضي وذلك لصالح الفئة الأولى في كل أبعاد التوافق النفسي قيد الدراسة.

-توجد فروق دالة إحصائيا، بين مجموعة الأبناء الذين يلقون الاهتمام والتشجيع من الوالدين وزملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع نحو ممارسة النشاط الرياضي وذلك لصالح الفئة الأولى في كل أبعاد التوافق الاجتماعي قيد الدراسة.

التحديد الإجرائي لمفاهيم البحث :**الاهتمام :**

هو " ميل وتوجه الفرد نحو سلوكيات تتعلق، بشكل عام، بابتكار أو إنجاز مهمة ترويجية أو نفعية. وقد تتعلق بالاستهلاك أو المشاركة"، وهو " استعداد الفرد للاختيار بطريقة معينة، بين احتمالات محددة، ويكون اختياره ذا بُعد فردي وشخصي مثل الاهتمام بمادة دراسية ما، أو بمهنة أو بنشاط ترويجي أو ترفيهي معين" (1)

التشجيع :

التشجيع هو عبارة عن كل قول أو فعل أو إشارة تدفع الإنسان إلى سلوك أفضل أو تعمل على

استمراره فيه.

الممارسة :

"عملية تنفيذ معطيات نظرية ونقلها إلى أرض الواقع ، وتشتمل على مستوى تربوي عملية ممارسة المبادئ والمقاربات والتقنيات البيداغوجية المتصورة" (2). تعتبر الممارسة شرطا هاما من شروط التعلم، فلا تعلم بدون ممارسة الاستجابات التي تحقق اكتساب المهارة المطلوبة سواء كانت مهارة حركية أو لفظية أو عقلية.

(1)- عبد اللطيف الفاربي وآخرون، معجم علوم التربية، مصطلحات البيداغوجيا والديداكتيك، دار الخطابي للطباعة والنشر ، ط 1 ، 1994م ص

189.

(2)- عبد اللطيف الفاربي وآخرون، مصدر سابق الذكر ، ص271.

النشاط البدني الرياضي التربوي:

ونقصد بالنشاط البدني الرياضي التربوي في دراستنا الأنشطة الصفية واللاصفية التي تجرى في الإطار

المدرسي والمتمثلة في:

- حصة التربية البدنية والرياضة.
- النشاط البدني الرياضي الداخلي (خارج أوقات الدوام الدراسي).
- الرياضة المدرسية.

التوافق النفسي :

يُعرف إجرائيا في هذه الدراسة بأنه درجة الانسجام والمواءمة الكلية مع النفس والتي يظهرها المفحوص كما يقيسها اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية لـ: عطية هنا(د,ت) في عدد من الأبعاد تشمل: الإحساس بالقيمة الذاتية, الشعور بالانتماء , الشعور بالحرية.

التوافق الاجتماعي :

وتُحدد الدراسة هذا المفهوم إجرائيا على أنه درجة الانسجام والمواءمة مع المجتمع والتي يظهرها المفحوص كما يقيسها اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية لـ: عطية هنا(د,ت) في عدد من الأبعاد تشمل: العلاقات في الأسرة , والعلاقات في المدرسة , والعلاقات في البيئة المحلية.

الدراسات السابقة :

إنه وفي حدود الإمكانيات المتوفرة, , لم تتمكن من الحصول على الدراسات السابقة التي تناولت موضوع بحثنا بنفس المتغيرات التي طرحنا, وتحصلنا على بعض الدراسات الأجنبية والعربية ذات الصلة غير المباشرة. بموضوع بحثنا , وتمثلت هذه الدراسات في :

- دراسة بحثية قام بها (سنايدر وسيرتر), حول تأثير تشجيع كل من الأصدقاء والمدرسين في المشاركة في النشاطات الرياضية, وكذلك العوامل الاجتماعية والنفسية المؤثرة في تصور عينة البحث للقبالية الرياضية واتجاه الفرد نحو جسمه.

عينة البحث تألفت من 230 طالبة, مثلن أنشطة كرة السلة , الجمباز وألعاب القوى, وشكل الباحث مجموعة ضابطة من الصديقات غير الرياضيات.

أشارت نتائج البحث إلى أن والدي الطالبات الرياضيات كانوا على درجة ما مهتمين أكثر من والدي المجموعة الضابطة, وأيضا بجانب الطالبات الرياضيات يلقين تشجيع أكثر من المجموعة الضابطة وبالأخص من الوالدين, علما أن الأمهات كن يُقدمن تشجيعاً ضعيفاً إلى بناتهن المشاركات في كرة السلة قياسا بالمشاركات في الجمباز وألعاب القوى. مُحصلة هذه الدراسة أشارت إلى أن الرياضيات من عينة البحث اللاتي يلقين الاهتمام والتشجيع, لديهن اتجاهات ايجابية نحو أنفسهن أفضل من غير الرياضيات. (1)

(1)- إياد عبد الكريم العزاوي, و مروان, عبد المجيد إبراهيم, علم الاجتماع التربوي الرياضي. الأردن:الدار العلمية الدولية للنشر و دار الثقافة للنشر والتوزيع, ط3, 2002م , ص

- وفي دراسة بحثية قام بها (لوك وجريندورفر), لاختبار العلاقة بين تأثير الأصدقاء وتأثير العائلة في نوع المشاركة في الرياضة. شاركت في الدراسة 558 رياضية شاركن في بطولة جامعية.

أشارت النتائج إلى عدم الاختلاف بين تأثير الأصدقاء وتأثير العائلة, ولكن وجد أن الأصدقاء يمتلكون تأثيراً كبيراً على مدار حياة الفرد الرياضي, ووجد أن المدرسين والمدرسين يؤثران بشكل أكبر خلال فترة المراهقة (1).

- وفي دراسة بعنوان (دور توجيه الأسرة في الممارسات الترويحية لدى الأبناء, دراسة على طلاب الصف الثالث ثانوي بالرياض, السعودية): (2)

هدفت هذه الدراسة للتعرف على دور توجيه الأسرة في الممارسات الترويحية لدى الشباب , وخصت الذكور فقط.

عينة الدراسة بلغت 1082 طالباً, يُمثلون 11% من مجموع الطلبة, استخدم الباحث فيها المنهج الوصفي السببي المقارن, وانتهت الدراسة إلى:

التأكيد على الدور المهم الذي يلعبه الوالدان في مجال الترويح, وإن تفوقت الأمهات (74.6%) , على الآباء (64.3%).

وأظهرت الدراسة أنه كلما زاد توجيه الآباء لأبنائهم في مجال قضاء وقت الفراغ -الترويح- اتجه الأبناء نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الايجابية وقل اتجاههم نحو الأنشطة الترويحية السلبية , وأكدت الدراسة أن وجود الأبوين على قيد الحياة له تأثير إيجابي في حياة الشاب الترويحية.

الدراسة النظرية :

شملت الدراسة النظرية أربعة فصول

الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي التربوي

تناولنا في هذا الفصل أهم مظاهر هذا النشاط وأسسها انطلاقاً من مدخله الشامل : التربية البدنية كوسيلة تربوية مهمة في تنمية أبعاد الشخصية للمراهق, مروراً إلى أشكاله المتعددة التعليمية والتنافسية, بتناول أهميتها وأهدافها كلاً على حدا, وصولاً في النهاية إلى دور أستاذ التربية البدنية والرياضية وأهميته في تفعيل هذا النشاط و كذلك علاقته البيداغوجية بالتلميذ المراهق.

الفصل الثاني : الأسرة ودورها

تناولنا في هذا الفصل مفهوم الأسرة والتنشئة الأسرية , و وظائف الأسرة وأنواعها, وكذلك إلى مفهوم المعاملة الوالدية وتناولنا أنواعها بإيجاز , وركزنا في النهاية على دور الأسرة في مشاركة الأبناء للفعاليات

(1)- إياد عبد الكريم العزاوي, و مروان, عبد المجيد إبراهيم, مرجع سابق الذكر, ص123.

(2)- عبد الله بن ناصر بن عبد الله السدحان, دور توجيه الأسرة في الممارسات الترويحية لدى الأبناء. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية, السعودية . المجلد 15, العدد 2 يوليو, 2003م.

الرياضية , لنختتم الفصل بأهم المؤشرات على اهتمام وتشجيع الوالدين للمشاركة الرياضية للأبناء , والمهام التي يمكن أن تضطلع بها الأسرة لدفع الأبناء نحو المشاركة الجادة (الفعلية) في الألعاب والأنشطة الرياضية.

الفصل الثالث : التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالنشاط البدني الرياضي.

تناولنا في هذا الفصل التوافق النفسي الاجتماعي لما يمثله من معيار عالي القيمة يعكس الجوانب النفسية والاجتماعية لطلبة المرحلة الثانوية , وتطرقنا إلى أهم النظريات المفسرة للتوافق وكذا العوامل المؤثرة فيه ومعايير قياسه , لتناول بعد ذلك علاقة التوافق بالأنشطة الرياضية من خلال البحوث العلمية في هذا الاتجاه.

الفصل الرابع : مرحلة المراهقة.

ونظراً لخصوصية وتميز العلاقة بين مرحلة المراهقة والاستقرار النفسي الاجتماعي للمراهق, تطرقنا في هذا الفصل إلى مفهوم المراهقة وأماتها المختلفة, ثم الوقوف عند أهم مظاهر النمو لهذه المرحلة بمختلف مستوياتها , وحاجات المراهق لنختتم الفصل بعلاقة المراهق بالمؤسسات الاجتماعية : المدرسة , الأسرة والصحة.

المنهجية وطرق البحث :

المنهج المتبع : يستند اختيار الباحث لمنهج معين دون غيره على طبيعة الموضوع الذي يختاره , وفي دراستنا هذه ونظراً لطبيعة المشكلة المطروحة, نرى أن المنهج الوصفي المنهج المناسب, وهذا الاختيار يعود أساساً إلى كون هذا المنهج يُساعد على الحصول على المعلومات الشاملة حول متغيرات المشكلة.

تحديد المتغيرات :

المتغير المستقل : اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية للأبناء

المتغير التابع : الجوانب النفسية والاجتماعية (أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي قيد الدراسة كما يقيسها اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية).

الدراسة الاستطلاعية :

" هي عبارة عن دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحته بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته " (1). واكتست دراستنا الاستطلاعية أهمية كبيرة لأن بواسطتها تمكنا من التوصل إلى تحديد العينة المقصودة بالبحث , وتحقيق ذلك من خلال توزيع استمارتي استبانة على الأبناء والآباء تقدر اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة على عينة أولية عشوائية شملت طلبة السنة الثانية ثانوي بكل مستوياتها وذلك بأربع ثانويات , بمدينة الجلفة, وتم مراعاة المستوى التعليمي والاقتصادي للأسرة من استمارة المعلومات الأولية.

وقبل ذلك سمحت الدراسة الاستطلاعية بقياس صدق وثبات أدوات البحث من خلال عرضها على محكمين مختصين وتم الأخذ بعين الاعتبار كل الاقتراحات والتوجيهات , كما تم تطبيق هذه الأدوات على عينة استطلاعية قوامها 20 طالب وطالبة وذلك لقياس مدى ثبات هذه الأدوات.

(1) - معجم علم النفس والتربية, مجمع اللغة العربية . القاهرة :الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية, ط1, 1984م, ص79.

عينه البحث :

عينه البحث عينه قصديه (مقصوده) , توصلنا إلى تحديدها من خلال معاينه وتحليل بيانات نتائج الدرسة الاستطلاعيه -استمارتي الاستبانة - , وشملت 98 طالب وطالبة , موزعه على مجموعتين مختلفتين في اتجاه الوالدين نحو ممارسة النشاط الرياضي (الاهتمام والتشجيع) , وكل مجموعه ممثله بـ 49 طالب , وحرصنا قد الإمكان على التجانس في عينه البحث من مراعاة العوامل التي يُمكنها أن تؤثر في المتغير التابع (الجوانب النفسيه والاجتماعيه) .

حدود الدرسة :

شملت طلبة السنه الثانيه الثانويه بتخصصاتها المختلفه , وتحددت الدرسة زمنياً في السنه 2007-2008 م , وجغرافيا شملت الدرسة أربع ثانويات بولاية الجلفه (مدينه الجلفه).

أدوات البحث :

استماره معلومات أوليه : سمحت لنا هذه الأداة بتقدير الوضع التعليمي والاقتصادي للأسره .

استماره استبيان موجه للأبناء :

يضم 32 عباره مُقسمة على مُحورين , محور خاص بالاهتمام وآخر خاص بالتشجيع نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي (الملحق 1). وقد قمنا بقياس صدق الاستبيان من خلال عرضه على 6 مختصين في مجال البحث العلمي في التربيه البدنيه والرياضيه وكانت ايجابيه إلى حد كبير , كما جاءت نتائج ثباته مقبوله من خلال تطبيقه وإعادة تطبيقه بعد 18 يوماً (معامل ارتباط بيرسون 0.833 عند مستوى الدلاله 0.01)

استماره استبيان موجه للآباء :

يضم 28 عباره مُقسمة على مُحورين , محور خاص بالاهتمام وآخر خاص بالتشجيع نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي (الملحق 2). وقد قمنا بقياس صدق الاستبيان من خلال عرضه على 6 مختصين في مجال البحث العلمي في التربيه البدنيه والرياضيه وكانت ايجابيه إلى حد كبير , كما جاءت نتائج ثباته مقبوله من خلال تطبيقه وإعادة تطبيقه بعد 18 يوماً (معامل ارتباط بيرسون 0.728 عند مستوى الدلاله 0.01)

وكانت النتائج كما هي مبينه في الجدول التالي :

الجدول 01: يُوضح معاملات الثبات لمُحاور الاستبانة الموجهه للأبناء (التلاميذ) :

المحاور	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلاله عند 0.01
اهتمام الوالدين	0.734	دال
تشجيع الولدين	0.841	دال
الأداة ككل	0.833	دال

الجدول 02: يُوضح معاملات الثبات لمخاور الاستبانة الموجهة للآباء:

مستوى الدلالة عند 0.01	معامل ارتباط بيرسون	المخاور
دال	0.607	اهتمام الوالدين
دال	0.743	تشجيع الوالدين
دال	0.728	الأداة ككل

اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية:

من إعداد عطية محمد هنا , ويشتمل الاختبار على 120 سؤال مُقسمة على 12 بند كل بند يضم 15 سؤال , وقد وقع الاختيار على 6 بنود (تقيس أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي قيد الدراسة) , وقد قمنا بقياس ثبات الاختبار من خلال تطبيقه على عينة أولية 20 طالب وطالبة , وجاءت النتائج مقبولة بدرجة كبيرة (مُعامل ارتباط بيرسون 0.925 عند مستوى الدلالة 0.01).

9- الأساليب والأدوات الإحصائية:

كما هو معروف لكل باحث أنه لا يمكن الاستغناء عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة , وفي دراستنا اعتمدنا على الحاسوب الآلي من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS (Statistical Package for Social Siences) وتم اعتماد الأدوات الإحصائية التالية: النسبة المئوية - معامل ارتباط بيرسون - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار "ت" T test.

عرض ومناقشة أهم النتائج :**جدول رقم 03:**

يوضح هذا الجدول القيم الإحصائية المُحصل عليها للطلبة الذين يلقون الاهتمام والتشجيع الوالدي نحو الممارسة وذلك تبعاً لمتغير الجنس, فيما يخص أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

اتجاهات الفروق		قيمة "T"			المجموعة "أ": تلقى الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو ممارسة النشاط الرياضي التربوي				
اتجاهات الفروق	مستوى الدلالة عند 0.05 لصالح:	قيمة "T" المجدولة	قيمة "T" الحسوبة	درجة الحرية	الإناث: 24		الذكور: 25		عدد العينة "N"
					الانحراف المعياري "إن"	المتوسط الحسابي "إن"	الانحراف المعياري "ذ"	المتوسط الحسابي "ذ"	القيم الإحصائية المتغيرات
/	غير دالة	2.013	0.136	47	4.231	37.083	5.719	37.280	التوافق النفسي
/	غير دالة	2.013	0.682	47	4.615	31.541	4.601	32.440	التوافق الاجتماعي
/	غير دالة	2.013	0.470	47	7.699	68.625	8.566	69.72	أ، التوافق النفسي الاجتماعي

تحليل ومناقشة النتائج :

يتبين من الجدول أعلاه وجود فرق بين المتوسط الحسابي للجنسين لفئة الطلبة التي تلقى الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو الممارسة الرياضية، وذلك بفارق قدره 1.099 لصالح الذكور في مجموع أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

كما أن الاختبار التائي بين الجنسين للفروق بين الجنسين جاء غير دال , من خلال قيمة "ت" المحسوبة والمقدرة بـ: 0.470 الأقل من قيمة "ت" المجدولة والمقدرة بـ: 2.013 وذلك عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 47، وهذا معناه عدم وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في تأثير الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو الممارسة.

من خلال هذه النتائج المرفقة بالتحليل الإحصائي نُسلم بعدم وجود علاقة قوية وموجبة بين الاهتمام والتشجيع الوالدي نحو الممارسة الرياضية ومجموع الأبعاد النفسية والاجتماعية قيد الدراسة تبعاً لمتغير الجنس، بمعنى آخر لا يوجد فرق بين الجنسين في تأثير الوالدين من خلال التشجيع والاهتمام نحو الممارسة على أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي قيد الدراسة، وهذا يصبو في اتجاه معاكس للفرضية الأولى التي توقعنا فيها أن تكون هناك فروق تبعاً لمتغير الجنس.

جدول رقم 04

يوضح هذا الجدول القيم الإحصائية المُحصل عليها للطلبة الذين يلقون الاهتمام والتشجيع الوالدي نحو الممارسة وزملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع، لمجموع الجنسين، فيما أبعاد التوافق النفسي.

اتجاهات		قيمة "T"			مجموعة "ب": لا تلقى		مجموعة "أ": تلقى		عدد العينة "N"
الفروق					الاهتمام والتشجيع		الاهتمام والتشجيع		
اتجاهات	مستوى الدلالة عند 0.05	قيمة "T"	قيمة "T"	درجة	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	القيم الإحصائية
الفروق	لصالح :	المجدولة	المحسوبة	الحرية	المعياري "ب"	الحسابي "ب"	المعياري "أ"	الحسابي "أ"	المتغيرات
مج "أ"	دالة	1.998	5.462	96	2.652	9.612	1.999	12.204	الثقة بالنفس
مج "أ"	دالة	1.998	5.679	96	2.687	10.775	1.728	13.367	الشعور بالانتماء
مج "أ"	دالة	1.998	4.922	96	3.153	8.816	2.422	11.612	الشعور بالحرية
مج "أ"	دالة	1.998	6.799	96	6.522	29.204	4.994	37.184	أ، التوافق النفسي

تحليل ومناقشة النتائج :

يُظهر الجدول (13) وجود فرق بين المتوسط الحسابي لمجموع أبعاد التوافق النفسي قيد الدراسة للمجموعة "أ" والمجموعة "ب" التي لا تلقى اهتمام وتشجيع الوالدين بفارق قدره 7.980 لصالح المجموعة "أ". كما جاء الاختبار التائي للفروق بين المجموعتين دال, فقيمة "ت" المحسوبة مقدرة بـ: 6.799 أكبر من قيمة "ت" المجدولة المقدرة بـ: 1.998 , وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ولصالح المجموعة "أ" التي تلقى اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة وذلك عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 96.

وتُفسر هذه النتائج التي أكدت الأثر الإيجابي لاهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي التربوي في كل أبعاد التوافق النفسي قيد الدراسة, من خلال الفروق الجوهرية بين المجموعتين , إلى الدور الأساسي للعلاقة الوجدانية بين الوالدين و الأبناء القائم على التقبل والعطف , وإشباع لحاجات ورغبات الأبناء , و ذلك انعكس إيجابا على الممارسة النشطة (الفعالة) للنشاط الرياضي التربوي وكذا زيادة مستوى التوقع من الممارسة الرياضية لدى هذه الفئة.

جدول رقم 05 :

يوضح هذا الجدول القيم الإحصائية المُحصل عليها للطلبة الذين يلقون الاهتمام والتشجيع الوالدي نحو الممارسة وزملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع , لمجموع الجنسين , فيما أبعاد يخص التوافق الاجتماعي.

اتجاهات الفروق		قيمة "T"			مجموعة "ب": لا تلقى الاهتمام والتشجيع		مجموعة "أ": تلقى الاهتمام والتشجيع		عدد العينة "N"
اتجاهات	مستوى الدلالة عند 0.05	قيمة "T"	قيمة "T"	درجة الحرية	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
الفروق	لصالح :	المجدولة	المحسوبة	المعيارية	الحسابي	المعاري	الحسابي	المعاري	القيم الإحصائية المتغيرات
					"ب"	"ب"	"أ"	"أ"	
علاقته بالأسرة	دالة	1.998	7.304	96	3.278	9.143	1.664	12.979	
علاقته بالمدرسة	دالة	1.998	5.041	96	1.987	7.265	2.138	9.367	
ع- بالبيئة المحلية	دالة	1.998	3.414	96	2.527	7.836	2.735	9.653	
أ- ت- الاجتماعي	دالة	1.998	7.961	96	5.368	24.245	4.582	32.000	

تحليل ومناقشة النتائج :

يُتلخص الجدول (5) مجموع أبعاد التوافق الاجتماعي التي قمنا بدراستها , وفي مجموع هذه الأبعاد نلاحظ وجود فرق بين المتوسط الحسابي لكل من المجموعتين ولصالح المجموعة التي تلقى اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية وذلك بفارق قدره 7.755.

كما سبق وتأكد لنا, نلاحظ أنه في مجموع الأبعاد للتوافق الاجتماعي كان الاختبار التائي دال , وذلك من خلال قيمة "ت" المحسوبة المقدرة بـ: 7.691 الأكبر من قيمة "ت" المجدولة والمقدرة بـ: 1.998 وهذا ما يدفعنا إلى تأكيد وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين المجموعتين من الجنسين ولصالح المجموعة التي تلقى اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 96. إن الاتجاه الإيجابي للوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي التربوي يزيد من فرص الكفاءة الاجتماعية للأبناء , بتوجيه الأبناء لتركيزهم نحو السلوك المقبول أسريا و اجتماعيا وذلك من خلال العلاقة الوطيدة بين الأبناء والوالدين القائم على التقبل والتشجيع.

أهم ما توصلت إليه الدراسة :

من خلال تطبيق أدوات البحث السالفة الذكر , تبين وبشكل واضح وجود فرق في جميع أبعاد الجوانب النفسية والاجتماعية قيد الدراسة كما يقيسها اختبار الشخصية لطلاب المرحلة الثانوية والمتوسطة لـ: عطية هنا , بين مجموعة الطلاب التي تلقى الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو ممارسة النشاط البدني

الرياضي التربوي ونظيرتها التي لا تلقى الاهتمام والتشجيع, وذلك من خلال الاختبارات الإحصائية التي كانت ايجابية في هذا الاتجاه وفي ما يلي نتائج اختبار الفرضيات الفرعية التي توقعناه كحلول مؤقتة لإشكالية بحثنا:

فيما يخص الفرضية الأولى التي توقعنا فيها وجود علاقة موجبة وقوية بين الاهتمام والتشجيع الوالدي نحو الممارسة الرياضية على الجوانب النفسية والاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس, بمعنى آخر وجود فرق بين الذكور والإناث في مدى تأثير الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو الممارسة الرياضية على الجوانب النفسية والاجتماعية, وجاءت نتائج اختبار هذه الفرضية الأولى. عكس ما توقعناه من خلال نتيجة الاختبار الإحصائي للفروق (الجدول 03), وهذا ما يؤكد عدم وجود فرق بين الذكور والإناث في مدى تأثير اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية على الجوانب النفسية والاجتماعية.

أما الفرضية الثانية التي توقعنا فيها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الطلاب الذين يلقون الاهتمام والتشجيع من الوالدين نحو الممارسة الرياضية بالوسط المدرسي, ونظيرتها من الطلاب الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع على مستوى أبعاد التوافق النفسي للعينة المدروسة ولصالح المجموعة الأولى, جاءت نتيجة الاختبارات الإحصائية (الجدول 04) دالة وموجبة لصالح مجموعة الطلاب الذين يلقون اهتمام وتشجيع الوالدين لأبنائهم نحو الممارسة الرياضية, وعليه نُسلم بوجود علاقة ارتباطية بين اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي التربوي والجوانب النفسية قيد الدراسة لعينة البحث. أما الفرضية الثالثة التي توقعنا فيها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التي تلقى اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي ونظيرتها التي لا تلقى اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي التربوي على مستوى أبعاد التوافق الاجتماعي قيد الدراسة لعينة البحث, جاءت نتائج الاختبارات الإحصائية (الجدول 05) لهذه الفرضية دالة إيجابياً, وعليه نُسلم بوجود علاقة ارتباطية بين اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي التربوي والجوانب الاجتماعية قيد الدراسة لعينة البحث.

مما سبق أكدت دراستنا الميدانية وجود علاقة ارتباطية بين اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط الرياضي التربوي و الجوانب النفسية والاجتماعية لهذه الفئة, وهذا ما يتوافق مع الدراسات السابقة لا سيما منها الدراسة التي قام بها عبد الحليم محمود السيد 1972م التي أكدت أن الاتجاه الإيجابي للوالدين نحو حاجات ورغبات الأبناء يُكسبهم الثقة بأنفسهم والشجاعة وينعكس ذلك إيجاباً على الإبداع لديهم, كما جاءت نتائج بحثنا متفقة مع الدراسة التي قام بها الباحث صحراوي مراد (1997-1998م) التي أكدت على أن المعاملة بشكلها العام التي تتميز بالتقبل من الوالدين والاندماج مع الأبناء لها ارتباط موجب باتجاهات الأبناء نحو التربية البدنية والرياضية, كما أكدت دراستنا أن هذه العلاقة لا ترتبط

بمتغير الجنس وذلك لعدم وجود فرق بين الجنسين في هذا تأثير الوالدين من خلال الاهتمام والتشجيع نحو الممارسة الرياضية على أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي قيد الدراسة.

خلاصة دراستنا أن نتائج اختبار أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية صبت في اتجاه الفرضية العامة لبحثنا التي إقترحناها كحل مؤقت لإشكالية بحثنا التي تُشير إلى الأثر الإيجابي لاهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي على الجوانب النفسية والاجتماعية لهذه الفئة.

بعض المراجع والمصادر المعتمدة في الدراسة :

المراجع باللغة العربية :

1. إبراهيم محمد محاسنة , تعليم التربية الرياضية .الأردن: دار جرير للنشر والتوزيع, ط1, 2006م.
2. إحسان محمد الحسن , علم الاجتماع الرياضي . الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع , ط1, 2005م.
3. إخلاص محمد عبد الحفيظ , و مصطفى حسين باهي , طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي . مصر: مركز الكتاب للنشر, 2000م.
4. إخلاص محمد عبد الحفيظ , و مصطفى حسين باهي, الاجتماع الرياضي : مركز الكتاب للنشر, الطبعة الأولى, 2001م.
5. أسامة كامل راتب , علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات).مصر: دار الفكر العربي , 2000م.
6. أشرف محمد عبد الغنى شريت , الصحة النفسية بين الإطار النظري والتطبيقات الإجرائية. الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع, 2006م.
7. السيد رمضان , مدخل في رعاية الأسرة والطفولة . الإسكندرية : مكتبة الحرم لخدمة الاجتماعية , بدون سنة.
8. أمين أنور الخولي, الرياضة والمجتمع . سلسلة عالم المعرفة (يُصدرها المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب) الكويت , العدد216, 1996م.
9. إياد عبد الكريم العزاوي, و مروان عبد المجيد إبراهيم, علم الاجتماع التربوي الرياضي .الأردن: الدار العلمية الدولية للنشر و دار الثقافة للنشر والتوزيع, ط1 , 2002م.
10. بهاء الدين إبراهيم سلامة , الصحة والتربية الصحية. القاهرة: دار الفكر العربي, 2007م.
11. حسن شحاته , النشاط المدرسي , مفهومه ووظائفه ومجالات تطبيقه . القاهرة : الدار المصرية اللبنانية , الطبعة السادسة, 2000م.
12. ريتشارد بيلي , دليل التدريس التربية الرياضية في المدارس. مصر: دار الفاروق للنشر, 2003م.

13. زيد الهويدي, الألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير. العين(الإمارات العربية المتحدة): دار الكتاب الجامعي, الطبعة الأولى, 2002م.
14. صلاح الدين شروخ. علم الاجتماع التربوي. الجزائر: دار العلوم للنشر والتوزيع, بدون سنة .
15. عبد الفتاح محمد دويدار, علم النفس الاجتماعي أصوله ومبادئه . مصر: دار المعرفة الجامعية, 2006م.
16. عبد اللطيف مدحت عبد الحميد, الصحة النفسية والتوافق الدراسي. الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية , 1993م.
17. عطا الله أحمد, أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية, 2006م.
18. علاء الدين كفاي , الارتقاء النفسي للمراهق . مصر: دار المعرفة الجامعية , 2006م.
19. عمار بوحوش, و محمد محمود الذنيبات , مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية , الطبعة الثالثة منقحة, 2001م.
20. فؤاد البهى السيد , و سعد عبد الرحمن, علم النفس الاجتماعي رؤية معاصرة . القاهرة : دار الفكر العربي, 2006م.
21. فاطمة المنتصر الكتاني, الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بمخاوف الذات لدى الأطفال, عمان: دار الشروق, الطبعة الأولى, 2000م.
22. محمد مصطفى, دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام . جدة(السعودية): دار الشروق.
23. مراد زعيمي , مؤسسة التنشئة الاجتماعية . الجزائر: دار قرطبة للنشر والتوزيع, الطبعة الأولى, 2007م.
24. مروان عبد المجيد إبراهيم , الرياضة للجميع. عمان: مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع, الطبعة الأولى, 2004م.
25. مزيان محمد , مبادئ البحث النفسي والتربوي . الجزائر: دار الغرب للنشر والتوزيع , الطبعة الثانية, 2006م.
26. مصطفى الخشاب , دراسات في علم الاجتماع العائلي . بيروت: دار النهضة العربية , 1981م.
27. مصطفى السايح محمد , أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية. الإسكندرية: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية, ط1, 2003م
28. مصطفى حسين باهي , وهناء عبد الوهاب حسن , حسين أحمد حشمت , الصحة النفسية في المجال الرياضي نظريات – تطبيقات . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية , 2002م.

29. موريس أنجرس, (ترجمة: بوزيد صحراوي , وكمال بوشرف , و سعيد سبعون), منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية. الجزائر: دار القصة للنشر, الطبعة 2 منقحة, 2006م.
30. نبيل عبد الهادي, سيكولوجية اللعب وأثرها في تعلم الأطفال. الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع, 2003م.
31. هدى محمد فناوي , الطفل تنشئته وحاجاته . مصر: مكتبة الانجلو المصرية, ط3, 1991م.

المراجع باللغة الأجنبية:

32. Missoum G, Psycho Pédagogie des activités du corps .Ed vigot, Paris, 1986.
33. Nash Jay. B, Physical Education , interpretation and objective, N Y,1948, A,S Barnes and CO.
34. Welk , G .j.Promoting physical activity in children :Parental influences. ERIC Clearinghouse on teaching and Teacher Education , Washington DC, 1999.
35. Bogatay, L.Motivation and participation in same sex physical education at the middle school level , master of art in teaching degree, Southern Oregon university,USA , 2002.
36. Griesinger L. Edward ,Parenting styles and Family Environment characteristics as predictors of the Mother perceived social competence of elementary school children (single mothers), University of Kentucky,1999.
37. I. Brophy, Motivating Students To Learn. Boston,U.S.A:MC.Graw- Hill,1998.

المعاجم والقواميس :

- 84 . ابن منظور, جمال الدين محمد بن مكرم, لسان العرب. دار الفكر, المجلد الأول.
- 85 . أحمد زكي بدوي, معجم العلوم الاجتماعية. لبنان: مكتب لبنان, 1978م.
- 86 . عبد اللطيف الفاربي وآخرون, معجم علوم التربية, مصطلحات البيداغوجيا والديداكتيك:دار الخطابي للطباعة والنشر , الطبعة الأولى , 1994م .
- 87 . معجم علم النفس والتربية, مجمع اللغة العربية . القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية, الطبعة الأولى, 1984م.
- 88 . Sillamy ,Nobert, dictionnaire usuel de psychologie, Ed Bordas,paris, 1983.

المجلات العلمية :

- 89 . دسوقي رواية محمود حسين , الحرمان الأبوي وعلاقته بكل من التوافق النفسي ومفهوم الذات والاكتمال لدى طلبة الجامعة . مجلة علم النفس:الهيئة المصرية العلمية للكتاب , 1997م.
- 90 . عبد الله بن ناصر بن عبد الله السدحان, دور توجيه الأسرة في الممارسات الترويحية لدى الأبناء. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية, السعودية , المجلد15, العدد2, يوليو, 2003م.
- 91 . عيد محمد عيد كنعان, دراسة العوامل المؤثرة في مشاركة وأداء طلبة المرحلة الأساسية العليا بمحافظة إربد لبرنامج التربية الرياضية المدرسية. مجلة العلوم النفسية والتربوية, مجلد6, العدد2 , يونيو2005م.

تأثير بعض أساليب التغذية الراجعة باستعمال الفيديو في تعلم بعض مهارات السباحة الحرة عند المبتدئين سن 6-9 سنوات ذكور.

جامعة وهران.

من إعداد: قاسمي بشير

الملخص:

أردنا من خلال هذه الدراسة التعرف على تأثير بعض أساليب التغذية الراجعة في تعلم بعض مهارات السباحة الحرة عند المبتدئين، وقد اخترنا كل من التغذية الراجعة (المتزامنة، الفورية المدعمة، و المرجأة المدعمة) وكذا للتعرف على أحسنها تأثيرا لدى المبتدئين سن 06-09 سنوات بولاية وهران (الجزائر). تم اختيار العينة بالطريقة المقصودة حيث بلغ قوامها (48) سباحا مبتدئا، وزعوا بالتساوي وعشوائيا إلى ثلاث مجموعات تجريبية هي (التغذية الراجعة المتزامنة 12 سباح، المجموعة الثانية: التغذية الراجعة الفورية المدعمة 12 سباح، المجموعة الثالثة: التغذية الراجعة المرجأة و المدعمة 12 سباح، كما ضمت المجموعة الضابطة أيضا 12 سباح، استخدمنا اختبارات مقننة لمهارات السباحة، وهي متكونة من اختبار أول (الطفو) و اختبار ثاني (الانزلاق الأمامي فوق سطح الماء) اختبار ثالث (الانزلاق الأمامي مع حركة الرجلين). بعد حساب الأسس العلمية مجددا، قمنا بالتجريب على مجموعات البحث لمدة شهرين، بواقع حصتين في الأسبوع (مدة الحصة التعليمية الواحدة ساعة و 15 دقيقة)، استعنا في تحليل النتائج على المعادلات الإحصائية التي تسمح لنا بالإجابة على الأسئلة المطروحة والتأكد من الفرضيات ولهذا الغرض استخدمنا اختبار(ت) للعينات غير المستقلة، وأيضا اختبار التحليل التباين الأحادي، وكذلك اختبار توكي للمقارنات البعدية لتتوصل إلى النتائج الآتية:

- تفوق القياسات البعدية على القياسات القبلية في جميع المجموعات التجريبية بما في ذلك المجموعة الضابطة.
- استخدام أساليب مختلفة من التغذية الراجعة أثرت إيجابا على تعلم بعض المهارات في السباحة الحرة.
- استخدام أسلوب التغذية الراجعة المدعمة هو الأفضل في تعلم هذه المهارات.
- استخدام أسلوب التغذية الراجعة الفورية المدعمة هو الأفضل في تعلم هذه المهارات.

الكلمات المفتاحية:

- التغذية الراجعة المتزامنة، الفورية، المرجأة، الفيديو، التعلم، السباحة.

Résumé

Le but de cette étude est de connaître l'influence de quelques styles de feed-back avec l'utilisation de la vidéo sur l'enseignement de quelques habilités en natation chez les débutants, on choisi parmi le feed-back:

- Feed-back en parallèle
- Feed-back Immédiat
- Feed-back retarder

Pour savoir laquelle qui a une influence chez les débutants (6-9) ans dans la willaya d'ORAN. Notre échantillon se compose de quarante huit garçons débutants en natation, repartis en quatre groupes, trois groupes expérimentaux et un groupe témoin.

- 12 nageurs de 1^{er} groupe su busent le style de feed-back retarder
- 12 nageurs de 2eme groupe su busent le style de feed-back immédiat
- 12 nageurs de 3eme groupe su busent le style de feed-back en parallèle

On a utilise le teste standard d'habilité en natation de l'union américaine de sport et de la santé se composent de teste de flottement, teste de glissement avant sur l'eau, le teste de glissement en avant avec mouvement des jambes.

Notre expérimentation à durée deux mois à raison à raison de deux séances par semaine, la durée de la séance 1h 15mn.

Après l'étude statistique en se basent sur le (T) student, l'analyse de variance et le teste de touky, on a obtenus les résultats:

- les résultats de poste teste s'améliorent chez les quatre groupes
- l'utilisation de quelques styles de feed-back influence positivement sur l'enseignement en natation.
- l'utilisation de feed-back immédiat est le plus préférè dans l'enseignement

Mots clés :

- feed-back en parallèle, - Feed-back retarde, - Feed-back Immédiat
- vidéo, l'apprentissage, natation

مقدمة وأهمية البحث:

إن السباحة هي إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستخدم الوسط المائي كأساس التقدم من خلال محصلة القوى الناتجة عن الحركات (الشد بالذراعين وضربات الرجلين) وحيث أن هذا الوسط يختلف عن سائر الأنشطة الرياضية الأخرى ، فيواجه المتعلم العديد من الصعوبات عند تعلم رياضة السباحة أهمها التنسيق العصبي العضلي ، وكذا بعض المعوقات في تعليم بعض المهارات كالتنفس و التوافق في الأداء المهاري . (فيصل رشيد العياش، 1998م، 53) و لهذا كان لزاما على المدرب أو المعلم لهذا النوع من الرياضات أن يكون ملما بمختلف الطرائق و الأساليب العلمية الخاصة بعملية التعلم و أن تكون له القدرة على إختيار أنسبها و أنجعها من أجل تعليم و تطوير المهارات الحركية لدى السباحين حتى يتسنى له تحقيق أهدافه و بلوغ أعلى مستويات العملية التعليمية.

إن ما يتميز به التعلم الحركي من تنوع وشمولية ، يتوجب استخدام أنواع عديدة من الوسائل التعليمية التي تؤثر تأثيرا مباشرا في العملية التعليمية وفق أساليب تنظيمية ، الغاية منها تحقيق الهدف الذي تسعى إليه هذه العملية وهو الوصول بالمتعلم إلى إلى أفضل مستوى ،والعملية التعليمية الفعالة تعتمد على مدى الاتصال بين

المتعلم والمعلم، وإن وسيلة الاتصال تلعب دورا هاما و كبيرا في إتقان الأداء المهاري المراد تعلمه وبصورة سريعة، إذ كلما كانت وسيلة الاتصال مناسبة فإن عملية التعلم تتم بصورة أسرع و أفضل و باقتصاد كبير في الجهد و الوقت .

وتعد التغذية الراجعة إحدى الوسائل التعليمية المهمة التي لها تأثير مباشر وحاسم في عملية التعلم، فهي العملية التي يتم فيها تزويد المتعلم بمعلومات عن طبيعة أدائه خلال محاولاته المتكررة، التي يقوم بها لتعلم المهارة المطلوبة، وليتعرف من خلال هذه المعلومات على مدى التقدم الذي أحرزه أثناء وبعد الأداء، وإن أي إخفاق في توفر مثل هذه المعلومات للمتعلم سوف يعيق عملية التعلم ككل.

وعلى هذا الأساس فإن التغذية الراجعة - المرتدة - تلعب دورا هاما و فعالا في تعلم هذه المهارات إذ أنها تعد من أهم المصادر التي تزود الفرد المتعلم بالمعلومات التي تعمل على تصحيح الأخطاء التي يقع فيها عند الأداء، واختيار الوقت المناسب و الملائم لإعطاء المعلومات بحيث تكون تدخلات عقلانية في وقتها، فغياب مثل هذه الأساسيات و الوضعيات المهمة لدى المدرب تؤدي لا محالة إلى انخفاض ملحوظ في مستوى الأداء وضعفه من جهة، وبطئه من جهة أخرى. وكذا التدخلات العشوائية تتسبب في إعاقة تقدم العملية التعليمية لهذه الرياضة، ومنه وضع أنسب الحلول لتجاوزها.

و تشير عفاف عبد الكريم، 1990م، 28: إلى أن عند تدريس المهارات الحركية يجب أن يتعرف مدرس التربية الرياضية على أهم الوسائل الحسية التي تؤدي لنجاح أداء المهارة و خاصة عند التقديم الأول للعمل أو عند إعطاء تغذية راجعة للتلاميذ نتيجة أدائهم. و لأن أغلب إخطارات التوصيل و الأداء متاحة عن طريق و سائل بصرية و سمعية و حس حركية³ فيجب أن نتعرف على الوسيلة الأكثر تأثيرا و التي تعطي أنسب الإخطارات عن المهارة المقدمة. و عموما فإن الوسائل البصرية مثل العروض العملية و الأفلام³ توضح المهارة بأكملها³ و تقدم للتلميذ صورة عامة عنها كما أن رؤية الأداء(بالفيديو) تتيح للتلميذ الفرصة ليقارن أدائه بنموذج مثالي و يمكن استخدام الوسيلة اللفظية بفاعلية لإعطاء أدلة لعنصرين أو أكثر أثناء الأداء بحيث تكون مرتبطة بالعروض البصرية.

- مشكلة البحث:

إن التطور الكبير الذي يشهده العالم في مختلف المجالات و الميادين و لاسيما في المجال الرياضي و بالأخص تعليم و تعلم المهارات المختلفة ليس وليد الصدفة، لكنه ثمرة جهود و دراسات علمية ميدانية كان محور العملية فيها هو المتعلم من أجل إيجاد أنجع السبل و أفضل الطرق و كذا الإستخدام الأمثل للوسائل العلمية و التعليمية المؤدية إلى تحقيق أحسن النتائج على جميع الأصعدة، فأين نحن من هذا كله عندما نتبع العمل الذي يقوم به معظم المدربين المشرفين على رياضة السباحة في الفرق و الأندية الرياضية، حيث نلاحظ أن معظم التدخلات يغلب عليها طابع العشوائية و الإرتجالية في تصحيح أداء السباحين، وكذا اختلاف أنواع التغذية الراجعة المستعملة في تدخلاتهم سواء من حيث توقيتها أو من حيث طبيعتها عند السباحين، ولتبيان أهمية التغذية

الراجعة في عملية التعلم وكذلك الوسائل التعليمية الحديثة أردنا القيام بهذا البحث لمعرفة أثر كل أسلوب من هذه الأساليب في عملية التعلم في المجال الرياضي وخاصة في رياضة السباحة، وعليه طرحنا التساؤلات التالية:

- ماهو تأثير استخدام بعض أساليب التغذية الراجعة في تعلم بعض مهارات السباحة الحرة عند المبتدئين سن 06-09 سنوات ذكور؟

- ماهو أفضل أسلوب للتغذية الراجعة في تعلم بعض مهارات السباحة الحرة عند المبتدئين سن 06-09 سنوات ذكور؟

أهداف البحث:

يهدف الباحث من خلال هذا البحث إلى ما يلي :

- معرفة تأثير استخدام بعض الأساليب من التغذية الراجعة في تعلم بعض مهارات السباحة عند المبتدئين سن 06-09 سنوات.

- معرفة أفضل أنواع التغذية الراجعة المستعملة في تعلم بعض المهارات في السباحة عند المبتدئين سن 06-09 سنوات.

- معرفة دور الوسائل السمعية البصرية في تدعيم التغذية الراجعة

- فروض البحث :

- يؤثر استخدام بعض أساليب التغذية الراجعة ايجابيا في تعلم بعض المهارات في السباحة عند المبتدئين سن 06-09 سنوات.

- أفضل أسلوب التغذية الراجعة المستعملة في تعلم بعض المهارات في السباحة عند المبتدئين هي التغذية الراجعة الفورية المدعمة.

مصطلحات البحث:

- التغذية الراجعة:

يشير (عطاء الله احمد، 2006م، 16) إلى أن التغذية الراجعة هي جميع المعلومات التي يمكن أن يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة (داخلي ، خارجي أو كليهما معا)، قبل أو أثناء أو بعد العمل، لتعديل سلوك أو عند حدوث إستجابة مرادة. كما أنها مهمة في عملية التعلم، و هي لا تتوقف عند حد معين، أو عند الوصول إلى الإنجاز المرغوب فيه، بل تتبع المتعلم خلال جميع مراحل التعلم و تسير معه، و هذه المعلومات تتغير تبعا لهدف، و نوع الإنجاز (الإستجابة)، حيث تكون المعلومات ملائمة لمستوى المتعلم و مرحلة التعلم.

التغذية الراجعة الفورية :

تظهر من خلال تسميتها بأنها تكون بعد نهاية العمل مباشرة (المحاولة مباشرة).

يذكر (عطاء الله أحمد، 2006م، 19) بأنها تكون بعد نهاية العمل مباشرة (المحاولة مباشرة)، و أنها تسمح لنا بإعطاء التصحيحات خلال نهاية العمل مباشرة، و لتدعيم و لتحفيز على العمل بعد الإنتهاء منه،

حتى لا نعطي وقتا يمكن من خلاله أن ننسى العمل ، و بالتالي فإن، التغذية الراجعة الفورية تأتي مباشرة بعد الإنتهاء من المحاولة. و هي تتطلب من المدرس القدرة على الملاحظة، و التحليل، و أخذ القرار بسرعة حتى يعطي الإجابة الفورية للمتعلم حول العمل الذي يقوم به.

يقول (مفتي إبراهيم حماد، 2002م، 183) "التغذية الراجعة سريعة بعد الأداء مباشرة، تتم بعد إنهاء إحدى المهارات الحركية ، كالتغذية الراجعة من جانب المدرب " .

وطبقا لمصدر توقيت استخدامها، فهي تكون بعد نهاية العمل، وتكون خارجية. والتغذية الراجعة النهائية تتصل وتعقب السلوك الملاحظ مباشرة، وتزود المتعلم بالمعلومات، أو التوجيهات والإرشادات اللازمة لتعزيز السلوك، أو تطويره أو تصحيحه.

-التغذية الراجعة المتزامنة:

يشير (عطا الله، 2006م، 20) إلى أنها المعلومات التي يتلقاها المتعلم حول إجابته الصحيحة، وهي تزويد المتعلم بالمعلومات بشكل متزامن مع الحركة.

-التغذية الراجعة المضخمة:

التغذية الراجعة المرجأة "المؤجلة": هي التي تعطى للمتعلم بعد مرور فترة زمنية على إنجاز المهمة أو الأداء و قد تطول أو تقصر حسب الظروف.

يشير كذلك (عطا الله أحمد، 2006م، 20) تعني تلقي المتعلم لمعلومات حول استجاباته أو حول عمله في نهاية الحصة.

- الفيديو:

و يشير (إلياس عبد الرحمن، 1999م، 238): إلى أن مسجل الفيديو جهاز يقوم بتسجيل الصوت و الصورة معا على أشرطة خاصة تشبه أشرطة تسجيل الصوت إلى حد كبير، و كما هو الحال في المسجلات الصوتية التي يمكن استخدامها في سماع المادة المسجلة صوتيا، فإن مسجلات الفيديو تمكننا من عرض المادة المسجلة فنستطيع أن نرى الصورة و نسمع الصوت المسجلين على شريط الفيديو و ذلك من خلال توصيل الفيديو بوحدة عرض مرئي (تلفزيون) بطريقة خاصة.

تذكر (ماجدة السيد، 2000م، 242) أن بداية استخدام الفيديو كانت في التعليم المصغر و تدريب المدرسين أما اليوم يعتبر الفيديو من الأجهزة المستخدمة في تقنيات التعليم لما له من صفات عديدة فهو إلى جانب قدرته على العرض للصوت و الصورة و الحركة يمتاز بصفة الحفظ و التخزين للمعلومات الصوتية و الحركية فهو جهاز سمعي و بصري يعرض المواد المسجلة في أوقات متفاوتة حسب رغبة الشخص المستفيد و بذلك فهو يخالف التلفزيون في صفة الفورية في العرض إذ أنها تعتبر من نواحي القصور في التلفزيون.

-التعلم:

يؤكد (بجي مصطفى و مجدى أبو زيد ،2004م، 12) بأن التعلم عملية أساسية لكل فرد حيث يكتسب الفرد خلال تعلمه أساليب السلوك التي يعيش بها.

كما يشير (أحمد خاطر و عصام حلمي ، 1990م، 87) بأن التعلم يسود كل أنواع النشاط الإنساني و لابد أن نعرف كيف يتعلم الفرد و كيف يتحدد إطار التوجيه من أجل تحسين و تطوير موقف الممارسة.

و يرى (مهدي محمود سالم ،2002م، 14) بأن نتائج التعلم تظهر لدى الفرد من خلال ألوان النشاط الذي يقوم به.

و ترى (عفاف عبد الكريم ،1995م، 18) أن التعلم يحدث نتيجة وجود الفرد في موقف تعليمي معين كما أن عملية التعلم لا تخضع للملاحظة المباشرة و إنما يستدل عليها من خلال التغييرات الطارئة على السلوك.

و يذكر (عطاء الله أحمد 2006م، 27) أن التعلم هو عملية تغيير مستمر في سلوك الفرد، نتيجة إكتسابه المعارف و العادات و المهارات، تحت شروط الممارسة و من خلال التعايش المستمر و التفاعل مع الآخرين في الحياة العامة.

و يؤكد (احمد زكي صالح، 1995م، 11) أن التعلم بمعناه العام في الحياة اليومية هو محصلة تفاعلات الفرد مع بيئته ، كذلك ينظر الناس على التعلم على أساس أنه العامل الذي يحدده أداء الفرد في لحظة من لحظات الحياة و في أي موقف ، أما التعلم من الناحية العلمية فهو عملية فرضية مثلها في ذلك مثل أي عملية في العلوم الطبيعية ، كالكهرباء أو الحرارة أو المغنطيسية أو القوى ، لهذه كلها عمليات فرضية لا نلاحظها مباشرة ، عندما نستدل عليها عن طريق آثارها أو النتائج المترتبة عليها.

من خلال ما سبق نرى أن التعلم هو عملية تغير شبه دائم في سلوك الفرد ينشأ نتيجة الممارسة و يظهر في نتائج الأداء لدى الكائن الحي ، أي أن التغير في الأداء لدى الكائن الحي هو الأساس في الاستدلال على التعلم.

-التعلم الحركي:

و يرى كذلك(محمد يوسف،1981م، 13) أن التعلم الحركي هو ميدان يختص بوصف كيف يتعلم الأفراد المهارات الحركية ، و دراسته كانت منذ زمن بعيد ، مجالاً للبحث من جانب المهتمين بعملية تنمية المهارات البدنية لأنها هدف عام للتربية البدنية و اكتساب تلك المهارات أمر أساسي لتخطيط و ضبط خبرات التربية البدنية.

كما يذكر (عصام الدين متولي عبد الله، 2006م، 77) أن التعلم الحركي هو ضبطاً للسلوك الحركي كردود أفعال للبيئة المحيطة بمتغيراتها المتعددة و لعل في هذا إشارة واضحة إلى أن التعلم الحركي ، لا يرتبط بانقباضات العضلات أو حركة الجسم إلى الأعضاء فقط و إنما ترتبط هذه الحركة ، و ذلك التعلم بجوانب عقلية معرفية و أسس ميكانيكية و فسيولوجية و نفسية و اجتماعية تشكل أسساً علمياً للتعلم الحركي.

كما يشير (أحمد أمين فوزي، 2003م، 07) بأن التعلم الحركي هو نوع من أنواع التعلم الذي يتم من خلاله تغير و تعديل للأداء الحركي للفرد من أجل التكيف البدني و الحركي مع متغيرات البيئة المادية و الإجتماعية.

وقد أوضح (محمد إبراهيم شحاته، 2001م 16) بأن دراسة التطور الحركي هو نتاج ملاحظة التطور المستمر في مستوى الأداء المهاري مع تطور العمر حيث تلعب الخصائص الفسيولوجية والعصبية و النفسية دورا هاما في إكتساب المهارات الحركية.

كما يوضح (محمد حسن علاوي، 1996م، 67) التعلم الحركي بأنه عملية تحسين التوافق الحركي ويهدف إلى إكتساب المهارات الحركية و القدرات البدنية و السلوك الحركي المناسب للموقف. و يرى (عصام الدين عبد الخالق، 2000م، 187) أن التعلم الحركي هو عملية إكتساب و إتقان وتثبيت المهارات الرياضية خلال الإعداد التكنيكي و تتطلب هذه العملية مساهمة الرياضي الإيجابية في تنفيذ الأهداف المحددة.

و يعرف (مفتي حماد، 1996م، 130) التعلم الحركي بأنه هو مجموعة من العمليات التي تحدث خلال المهارات أو الخبرات و التي تؤدي إلى تغير ثابت في مهارة الأداء. و يوضح ذلك (إبراهيم خليفة، 1999م، 189) إلى أن التعلم الحركي هو ذلك التغير الذي يطرأ على سلوك المتعلم خلال أي نشاط رياضي يدرس ، و هو مجموعة الخطوات التي تجعل المتعلم يقترب من الأداء الصحيح للمهارة الرياضية.

وتشير (عفاف عبد الكريم، 1994م، 14) على أن اكتساب المهارات الحركية هدف عام للتربية البدنية والتعرف على كيفية اكتساب المهارات الحركية أمر أساسي لتخطيط و ضبط خبرات التربية البدنية وهو ميدان يختص بوصف كيف يتعلم الأفراد المهارات الحركية.

- المهارة:

المهارة هي قدرة الفرد على القيام بأعمال محددة و بكفاءة عالية، وبدون النظر والانتباه الكامل لمجريات الأمور والمسارات الحركية، أي أن تكون العملية التي يقوم بها الرياضي وفق نظام ذاتي بحت، حيث تشارك في العمل العضلات العاملة المقصودة من الحركة فقط، دون عضلات أخرى، وبأكثر اقتصاد للوقت و الجهد.

- المهارة الحركية:

الحركة تعطي للمشاهد الانطباع حول نوعية اللعبة، و حول نوعية الأداء، و كذلك " تعطي للمشاهد أن أداء الحركة بسيط، مكتسب من خلال العمل العضلي " (وجيه محجوب، 1987). و "المهارة هي توقيت عال للجهاز العصبي، الذي ينظم عمل العضلات مع الحواس والإحساس الداخلي للتعجيل منه، ومستقبلات حسية ذاتية، و تكون إحساس حركي الذي هو بالأساس استجابة للمثير الذاتي، أو إدراك للتغير في أي وضع.

- السباحة :

هي إحدى الأنشطة التي تمارس في الوسط المائي , يمكن لكلا الجنسين ممارستها و على مختلف أعمارهم، كما أنها تكسب ممارسيها القوة والحوية والنشاط.

يعرفها (فيصل رشيد عياش، 1992م، 86) " أنها رياضة مائية شعبية ذات أهمية كبيرة على بناء جوانب متعددة من حياة الفرد (الإنسانية والاجتماعية و الصحية)، وهي إحدى الفعاليات الرياضية التي تنفرد بحالة خاصة عن بقية الألعاب الرياضية وهي إمكانية ممارستها من قبل كلا الجنسين وعلى مختلف الأعمار".

* منهجية البحث والإجراءات الميدانية:

- منهج البحث:

اعتمدنا المنهج التجريبي لملائمته للبحث.

- العينة :

48 ذكر موزعين على أربعة (04) مجموعات كل مجموعة متكونة من 12 مبتدئ. تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية أو مقصودة من المجتمع الأصلي الذي قدر بـ 165 تلميذ المتدربين بمدارس وسط مدينة وهران حيث قدرة نسبتها بـ 33.63 % .

- المجموعة الضابطة: تتكون من 12 سباح مبتدئ ذكر.

- المجموعات التجريبية: 36 ذكر. موزعين على النحو التالي:

- المجموعة الأولى: التغذية الراجعة المتزامنة 12 سباح مبتدئ. المجموعة الثانية: التغذية الراجعة النهائية

12 سباح مبتدئ - المجموعة الثالثة: التغذية الراجعة المضخمة 12 سباح مبتدئ.

- متغيرات البحث:

- المتغيرات المستقلة: (المتغير التجريبي) Variables Independents هي التي يرجح معرفة تأثيرها وهي في دراستنا متمثلة في: التغذية الراجعة المتزامنة ، و التغذية الراجعة النهائية، التغذية الراجعة المضخمة.

- المتغيرات التابعة: (المتغير المعتمد) Variables Dependants هي التي يرجح معرفة مقدار تأثيرها بالمتغير التجريبي، وهي في دراستنا متمثلة في: تعلم بعض المهارات في السباحة.

- المتغيرات الدخيلة (المشوشة أو المخرجة): Variables parasites هناك العديد من المتغيرات المخرجة التي نريد ضبطها على النحو التالي:

1- المتغيرات المرتبطة بمجتمع البحث:

- السن : لقد اعتمدنا في اختبارنا للعينة على أطفال يدرسون بمؤسسة تربوية واحدة.

- الحالة الجسمية: إن العينة المختارة عينة من الأطفال الأسوياء (لا توجد لديهم إعاقة).

2- المتغيرات المرتبطة بالإجراءات التجريبية: إن الإجراءات التجريبية التي قمنا بضبطها كانت على النحو

التالي:

- تجانس العينة من الناحية المهارية والجسمية:

- قمنا بضبط العامل المهاري والجسمي عن طريق حساب قيمة فيشر (F) لمعرفة تجانس العينة .
- كافة المجموعات تعطى توقيتاً واحداً في حجم العمل، والمقدر بساعة واحدة ونصف لكل حصة، وثلاثة حصص أسبوعياً.
- تقوم كافة المجموعات بالعمل في مسبح واحد وبوسائل واحدة.
- ضبط الاختبار القبلي والاختبار البعدي حيث أن القياس يكون في وقت واحد لكافة المجموعات سواء التجريبية أو الضابطة.
- المجموعة الضابطة تتبع الطريقة التي يعطيها لها المعلم كما كان متعوداً على ذلك.

3- المتغيرات الخارجية:

- لقد حرصنا قدر الإمكان على توحيد جميع الظروف المرتبطة بالتجربة من مسبح وعتاد وتوقيت.
- مجالات البحث:

- 1- المجال المكاني: تمت هذه الدراسة بالمسبح البلدي لبلدية وهران .
- 2- المجال البشري: تمت هذه الدراسة على عينة من المتدئين قدر عددهم ب 48 طفلاً.
- 3- المجال الزماني: أجريت هذه الدراسة ما بين 05 /10/ 2009 إلى غاية 18 /12/ 2009م.

- الأسس العلمية للاختبارات:

- ثبات الاختبار:

قمنا بإجراء اختبارات أولية وهذا من أجل حساب معامل ثبات اختبارات المطبقة بطريقة (الاختبار، وإعادة الاختبار)، وأجري الاختبار على عينة مكونة من 8 مبتدئين، ولمعالجة النتائج إحصائياً استخدمنا معامل الارتباط البسيط الذي يعرف باسم ارتباط بيرسون، وهذا بعد إيجاد القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط عند مستوى الدلالة 0.01 و 0.05 ودرجة الحرية (ن-2) أي (8-2).

الجدول رقم (1): ثبات اختبارات في بعض المهارات المقترحة.

الاختبار	حجم العينة	درجة الحرية	مستوي الدلالة عند 0.05	معامل الثبات
الطفو	8	6	0.707	0.89
الانزلاق الأمامي				0.76
الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين				0.78

من خلال الجدول رقم (1) يتضح أن الاختبارات المذكور تتميز بدرجة ثبات عالية.

– **صدق الاختبار: صدق التمييز:** قمنا بتطبيق اختبار على مجموعتين إحداهما ممارسين على مستوى الأندية، وعددهم 12 سباحا من الذكور، وأخرى من غير الممارسين وعددهم 12 ذكور ومن نفس السن، وهذا من أجل التأكد من قدرة الاختبار على التمييز بين المستويات المختلفة.

الجدول رقم(2): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة لصدق تمايز الاختبارات

الاختبار	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية عند 0.05	نوع الفرق
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
الطفو	0.08	0.29	4.83	1.59	29.33	1.72	دال
الانزلاق الأمامي	0.08	0.29	4.83	1.59	29.33		دال
الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين	0.08	0.29	4.83	1.59	29.33		دال

يشير الجدول رقم(2) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية مما يؤكد على صلاحيتها للتطبيق نظراً لوضوح التمايز بين المجموعتين المتضادتين في المستوى مما يدل على صدق الاختبار. موضوعية الاختبار: إن الاختبار المطبق لا يتدخل فيه الذاتية، حيث أن الباحث لا يتدخل في عملية التقييم لكن النتيجة المحققة هي التي تعطي للمختبر.

– **أدوات البحث:**

– **الاختبارات المطبقة**

الإختبار الأول :

– **الطفو :**

الهدف : تعلم مهارة الطفو المتكرر فوق سطح الماء و قدرة المتعلم على البقاء فوق الماء.
الإجراءات: وضع الوقوف، بأخذ المتعلم شهيق عميق ويحاول كتمه ، عندما يبدأ بالغطس للأسفل، يساعد كتم الهواء في الرئتين على الطفو فوق سطح الماء وبشكل متكرر، مع ملاحظة فتح العينين و شد عضلات الجسم بشكل بسيط .

يُحسب الوقت للمتعلم شرط أن يكون الجسم فوق سطح الماء ، من البدء و حتى الانتهاء من أداء الفعالية (عند بداية انغمار الرجلين في الماء) .

الأدوات: ساعة توقيت + صافرة.

الإختبار الثاني :

– الإنزلاق الأمامي فوق سطح الماء :

الهدف: محاولة معرفة المسافة التي يستطيع المتعلم إنجازها أثناء الإنزلاق الأمامي ، بدون حركة الرجلين و الذراعين.

الإجراءات: يقف على رجل واحدة ، و يستند بالآخري على الجدار و ظهره مواجهها جدار الحوض، والذراعين مرفوعة إلى الأعلى .

يأخذ المتعلم شهيق عميق ، ثم يبدأ بالإنزلاق الأمامي من خلال دفع جدار الحوض ، يشكل الجسم وضعاً أفقياً فوق سطح الماء (النظر إلى الأمام ، الأسفل) و عند نهاية الإنزلاق يحاول المتعلم الوقوف على قاع الحوض تحسب له المسافة التي أنجزها بالمتري.

الأدوات: شريط قياس + صافرة

الإختبار الثالث :

– الإنزلاق الأمامي مع حركة الرجلين :

الهدف: التأكد من قابلية الإنزلاق بواسطة حركة الرجلين.

الإجراءات: الوقوف جنب الجدار على رجل واحدة و الأخرى يضعها على الحوض، ماسكا لوحة الطفو بالذراعين ، وعند الإشارة يأخذ شهيقاً عميقاً ، ويميل بجسمه إلى الأمام دافعاً جدار الحوض ليتزلق الجسم فوق سطح الماء ، محاولاً قطع مسافة حسب كفاءته . تحسب له المسافة التي أنجزها.

الأدوات: شريط قياس + صافرة + لوح الطفو.

– خطوات تطبيق الوحدات التعليمية:

إن البرنامج المتبع تم تطبيقه بمراعاة الشروط التالية:

- أن يكون نفس المشرف لإجراء الوحدات التعليمية بالنسبة للمجموعات قيد الدراسة ، على أن يستعمل مع كل مجموعة تجريبية الأسلوب المبرمج من التغذية الراجعة المخصص لها .
- الاعتماد على تطبيق الوحدات.
- وحدتين في الأسبوع.
- كل وحدة تعليمية تدوم ساعة واحدة و 15 دقيقة (75 دقيقة).

ونحن نسعى من خلال هذا للوصول إلى:

- إيصال المعلومات الأساسية إلى الطالب حول أصول السباحة.
- محاولة تثبيت بعض المهارات الأساسية في السباحة.
- محاولة الوصول إلى الأداء الجيد للمهارة.

إن الوحدات التعليمية تم تقسيمها حسب الشروط السابقة إلى:

المرحلة الأولى: يتم فيها تعليم المهارات الأساسية للوصول إلى الأداء الجيد تحت ظروف سهلة والتي يتجنب فيها مبدأ القوة والسرعة.

المرحلة الثانية: يتم فيها تطوير المهارة وتثبيتها عن طريق:

- الارتقاء التدريجي بسرعة الأداء.
- زيادة مناسبة لاستخدام القوة والسرعة أثناء الأداء .

تغيير الظروف الخارجية وهذا تبعاً لنوع المهارة وشروطها.

وقد تم تقسيم الوحدة إلى الأقسام التالية:

القسم الإعدادي: يتكون هذا القسم من جزأين:

أولاً: جزء إداري يتم فيه التنظيم وال ضبط.

ثانياً: جزء يحمل تمارين عامة وخاصة يكون الإحماء شامل، عن طريق تهيئة أجهزة الجسم المختلفة للعمل والتدرج في الحمل للوقاية من حدوث إصابات مختلفة.

بينما الخطوة الأخيرة فهي إثارة وإيقاظ قابليات السباحين المبتدئين على العمل والأداء الجيد مع ضرورة التدرج في الحمل .

وفي هذا القسم يتم تقديم تمارين عامة وخاصة خارج المسبح، أما المرحلة الثانية من التعلم فقد تم إدخال تمارين وتكون خاصة لخدمة أداء المهارات الأساسية المقترحة في بحثنا.

- القسم الرئيسي:

وتم تقسيمه أيضاً إلى جزئين هما:

أولاً: الناحية التعليمية، فيها يتم التأكيد على تعليم المهارات بالأسلوب والطريقة الصحيحتين لكي تحقق الهدف الأساسي.

ثانياً: الناحية التطبيقية، وفيها يتم تطبيق ما تعلمه السباح المبتدئ من أنشطة، والعمل على زيادة الجهد بما ينسجم والمستوى البدني والمهاري، كما تعتبر هذه المرحلة من أهم الخصوصيات التي يعالجها البحث، ولهذا

يجب أن نكون حريصين كل الحرص على التعامل مع هذا الجزء من القسم الرئيسي، وهنا يتم إتباع التصحيحات المناسبة حسب كل نوع أي إعطاء التغذية الراجعة المناسبة حسب كل مجموعة من مجموعات البحث.

وهنا ركزنا عملنا في المجموعات على إعطاء التغذية الراجعة في هذا الجزء بالذات لأنه الجانب التطبيقي وهذا على حسب كل مجموعة، حيث أن المجموعة الضابطة تركناها تعمل مع المشرف أو المعلم كما كانت متعوده عليه، أما المجموعة الثانية فقمنا بإعطائها التغذية الراجعة المتزامنة ، المجموعة الثالثة والتي تتلقي التغذية الراجعة النهائية فقد ركزنا على إعطاء المبتدئ التغذية الراجعة فوراً بعد نهاية الحركة. أما المجموعة الرابعة فقد تلقت التغذية الراجعة المضخمة.

القسم النهائي:

كان علينا هنا أن نتأقلم حسب الحالة التي يكون عليها المبتدئ.

وفيمايلي التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي للحصص التطبيقية :

التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي باستخدام بعض أساليب التغذية الراجعة في تعلم بعض مهارات السباحة (الزحف على البطن).

عدد الأسابيع	عشرة (10) أسابيع
عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع	وحدتان (02)
زمن الوحدة التعليمية	خمسة و سبعون (75) دقيقة

الزمن الكلي للبرنامج : $10 \times 2 \times 75 = 1500$ دقيقة .

النسبة المتوية للتعلم

إعداد بدني	%45	$675 = 100 \div (45 \times 1500)$
إعداد مهاري	%55	$825 = 100 \div (55 \times 1500)$

نسب المهارات الأساسية في البرنامج التعليمي

المهارة	النسبة المتوية
التعود على الماء	%10
الطفو	%20
الإنزلاق	%25
ضربات الرجلين	%35
التنفس	%10
المجموع	%100

الدراسة الإحصائية:

بعد جمع بيانات نتائج تم إدخالها في الحاسب الآلي لتجميعها وتحليلها إحصائيا مستخدمين في ذلك برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

كما استخدمنا في هذه الدراسة مجموعة من العمليات الإحصائية بهدف الإجابة على تساؤلات الدراسة وهذه العمليات هي:

- 1- المتوسط الحسابي (م) والهدف منه الحصول على متوسط المفحوصين في الاختبار.
- 2- الانحراف المعياري (ع) يبين لنا مدى ابتعاد درجة المفحوصين عن النقطة المركزية.
- 3- معامل الارتباط: والهدف منه معرفة مدى العلاقة الارتباطية بين الاختبارين وذلك من أجل معرفة معامل الثبات الاختبار.
- 4- تحليل التباين (F): الهدف منه قياس تجانس العينات.
- 5- اختبار T-test لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة.
- 6- تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA).

*** عرض وتحليل نتائج الدراسة:****1- عرض النتائج:****1.1-الفرضية الأولى:**

- يؤثر استخدام بعض الأنواع من التغذية الراجعة ايجابيا في تعلم بعض المهارات في السباحة الحرة عند المبتدئين سن 06-09 سنوات.

وللتحقق من هذا الفرض قمنا بإجراء مقارنات بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمهارات المقترحة في كل نوع من أنواع التغذية الراجعة المنتهجة في البحث، وهذا باستخدام اختبار (ت) ستودنت، وكانت النتائج على النحو التالي:

الجدول رقم (3): المقارنة بين الاختبار القبلي و البعدي عند المجموعة الضابطة و المجموعات التجريبية في اختبار مهارة الطفو.

نوع الفرق	قيمة ت الجدولية عند مستوي 0.05	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		درجة الحرية	العدد	الاختبار
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
دال إحصائيا	1.76	6.0	2.03	7.1	1.47	3.2	14	12	المجموعة الضابطة
دال إحصائيا		11.9	5.90	21.2	0.9	2.3			مج ت ر النهائية المدعمة
دال إحصائيا		13.1	2.63	11.9	0.9	1.5			مج ت المتزامنة
دال إحصائيا		9.7	1.33	4.2	0.6	2.5			مج ت ر المضخمة المدعمة

*ملاحظة: مج (نعني بها المجموعة)، و ت (نعني بها التغذية)، و ر (نعني بها الراجعة)، وهذا في كافة جداول البحث. نستنتج أن جميع المجموعات التجريبية، وكذا المجموعة الضابطة قد حققت تقدماً وفوقاً ذات دلالة إحصائية (معنوية) في تعلم المهارة الطفو فوق سطح الماء، وهو لصالح القياسات البعدية.

نوع الفرق	قيمة ت الجدولية عند مستوي 0.05	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		درجة الحرية	العدد	الاختبار
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
دال إحصائيا	1.76	0.9	0.9	6.5	0.6	2.2	14	12	المجموعة الضابطة
دال إحصائيا		0.5	0.6	8.9	0.4	2.3			مج ت ر النهائية المدعمة
دال إحصائيا		0.5	0.5	6.4	0.4	2.4			مج ت المتزامنة
دال إحصائيا		0.6	0.8	5.6	0.1	1.9			مج ت ر المضخمة المدعمة

الجدول رقم (4): المقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي عند المجموعة الضابطة و المجموعات التجريبية في اختبار مهارة الانزلاق الأمامي الثابت بالمتز.

نستنتج أننا نوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات الاختبار القبلي وقياسات الاختبار البعدي وهي لصالح القياسات البعدية في المجموعات التجريبية والمجموعة الضابطة.

المجدول رقم (5): المقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي عند المجموعة الضابطة والمجموعات التجريبية في اختبار مهارة الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين بالمتري.

الاختبار	العدد	درجة الحرية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية عند مستوي 0.05	نوع الفرق
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
المجموعة الضابطة	12	14	1.3	0.7	5.8	0.8	8.500	1.76	دال إحصائيا
مجات النهائية المدعمة			1.0	0.4	12.9	0.9			دال إحصائيا
مجات المتزامنة			1.2	0.6	8.6	0.6			دال إحصائيا
مجات المضخمة المدعمة			0.7	0.5	6.8	0.9			دال إحصائيا

نستنتج أننا نوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات الاختبار القبلي وقياسات الاختبار البعدي ولصالح القياسات البعدية في المجموعات التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارة الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين.

2.1- الفرضية الثانية:

- أفضل أنواع التغذية الراجعة المستخدمة في تعلم بعض المهارات في السباحة عند المبتدئين هي التغذية الراجعة النهائية وهذا في مختلف المهارات.

وللتحقق من هذا الفرض قمنا بإجراء مقارنة بين قياسات الاختبارات البعدية للمهارة المقترحة وهي الطفو، الانزلاق على الماء، ضربات الرجلين، بين كافة المجموعات التجريبية والضابطة، باستعمال اختبار التحليل التباين الأحادي، وفي حالة وجود اختلافات دالة إحصائية نعود إلى اختبار (Tukey Test) لمعرفة أحسن مجموعة أو أفضل تأثير.

الجدول رقم (6): تحليل التباين الأحادي لنتائج التلاميذ المجموعة الضابطة و تلاميذ المجموعات التجريبية في مختلف المهارات.

المهارة	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	قيمة ف الجدولية عند 0.05	نوع الفرق		
الطفو على الماء	بين المجموعات	2476,93 3	3	825,64 4	69,216	2.78	دال إحصائيا		
	داخل المجموعات	668	56	11,929					
الانزلاق الأمامي ا	بين المجموعات	736,133	3	245,37 8	116,188		2.78	دال إحصائيا	
	داخل المجموعات	118,267	56	2,112					
الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين	بين المجموعات	558,183	3	186,06 1	89,514			2.78	دال إحصائيا
	داخل المجموعات	116,4	56	2,079					

من خلال الجدول يتضح أن قيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوي الدلالة ($0,05 \geq \alpha$) ويعني ذلك أن الفروق حقيقية، أي أنها غير راجعة للصدفة، عند وبين كافة المجموعات، وعند مختلف المهارات المدروسة، ولذلك يجب معرفة نتائج المقارنات بين المجموعات لمعرفة أحسن نوع من بين الأنواع المقترحة في تعلم، ولذلك استخدمنا اختبار تيوكي أقل فرق معنوي HSD لمعرفة أي المجموعات تختلف جوهريا عن الأخرى، كما يوضحه الجدول الموالي:

الجدول رقم (7): نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية لتحديد مصادر الفروق بين متوسطات في مهارة اختبار الطفو.

المهارة	المجموعات	فرق المتوسطات	الدلالة	الدلالة لصالح
الطفو على الماء	ضابطة - مع ت ر النهائية	14.06667(*)	4.60	دال للثانية
	ضابطة - مع ت ر المتزامنة	4.80000(*)		دال للثانية
	ضابطة - مع ت ر المضخمة	2.86667		غير دال
	مع ت ر النهائية- مع ر المتزامنة	9.26667(*)		دال للأولى
	مع ت ر النهائية- مع ر المضخمة	16.93333(*)		دال للأولى
	مع ر المتزامنة - مع ر المضخمة	7.66667(*)		دال للأولى

يتبين من الجدول رقم (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات البحث تعزى لنوع التغذية الراجعة المتبعة في الدراسة، مقارنة بالتغذية الراجعة التي يقوم بها المدرب عادة والتي عبرنا عنها في المجموعة الضابطة ماعدا المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المضخمة والتي تظهر النتائج عدم وجود فروق دالة بينها وبين المجموعة الضابطة في مهارة الطفو على الماء.

- يظهر الجدول تفوق المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة النهائية مقارنة بالمجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المتزامنة، وكذا المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المضخمة في مهارة الطفو على الماء.
- وقد تفوقت المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المتزامنة على المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المضخمة.

الجدول رقم (8): نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية لتحديد مصادر الفروق بين متوسطات في مهارة

الانزلاق الأمامي الثابت

المهارة	المجموعات	فرق المتوسطات	الدلالة	الدلالة لصالح
الانزلاق الأمامي	ضابطة - مع ت ر نهائية	8.60000(*)	4.60	دال للثانية
	ضابطة - مع ت ر متزامنة	3.33333(*)		دال للثانية
	ضابطة - مع ت ر مضخمة	0.06667		غير دال
	مع ت ر نهائية- مع ر متزامنة	5.26667(*)		دال للأولى
	مع ت ر نهائية- مع ر مضخمة	8.53333(*)		دال للأولى
	مع ر متزامنة - مع ر مضخمة	3.26667(*)		دال للأولى

- يتبين من الجدول رقم (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات البحث تعزى لنوع التغذية الراجعة المستعملة في الدراسة، مقارنة بالتغذية الراجعة التي استخدمت مع المجموعة الضابطة، والتغذية الراجعة النهائية.
- يظهر الجدول رقم (8) كذلك تفوق المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة النهائية مقارنة بالمجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المتزامنة.
- هذا وتفوقت المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المتزامنة على المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المضخمة.

الجدول رقم (9): نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية لتحديد مصادر الفروق بين متوسطات في مهارة

الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين

المهارة	المجموعات	فرق المتوسطات	الدلالة	الدلالة لصالح
الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين	ضابطة - مع ت ر النهائية	0.66667	4.60	غير دال
	ضابطة - مع ت ر المتزامنة	3.86667(*)		دال للأول
	ضابطة - مع ت ر المضخمة	6.86667(*)		دال للأول
	مع ت ر نهائية- مع ر المتزامنة	4.53333(*)		دال للأول
	مع ت ر نهائية- مع ر المضخمة	7.53333(*)		دال للأول
	مع ر ف المتزامنة- مع ر المضخمة	3.00000(*)		دال للأول

- يتبين من الجدول رقم (9) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات البحث تعزى لنوع التغذية الراجعة المستعملة في الدراسة، مقارنة بالتغذية الراجعة التي استخدمت مع المجموعة الضابطة. - يظهر الجدول رقم (9) كذلك تفوق المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المتزامنة والمضخمة مقارنة بالمجموعة التي تلقت التغذية الراجعة النهائية، والضابطة ، وكذا المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المضخمة على المجموعة التي تلقت التغذية الراجعة المتزامنة.

2- تفسير النتائج:

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

إن النتائج التي توصلت إليها الدراسة تثبت صحة الفرضية الأولى ذلك أن الفروق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلي و البعدية هي فروق دالة إحصائياً ولصالح الاختبارات البعدية عند مجموعات البحث التجريبية وكذا الضابطة. استخدام التغذية الراجعة الفورية المدعمة أثر إيجابياً على تعلم مهارة الطفو، الانزلاق ، وضربات الرجلين، حيث أن استخدام التغذية الراجعة النهائية المدعمة أثر إيجابياً على تعلم هذه المهارات، وكذلك الأمر عند استخدام التغذية الراجعة المتزامنة والمضخمة المدعمة، وبالرجوع إلى الدراسات السابقة والمشابهة التي تناولت موضوع البحث وخاصة بالتغذية الراجعة نجد أنها تؤكد التأثير الإيجابي لاستخدام هذه الأساليب في التعلم، وفي مختلف الرياضات، وتعدد المهارات، وعند فئات مختلفة أيضاً، وهنا تتفق مع العديد من الدراسات التجريبية التي تناولت موضوع التغذية الراجعة سواء في التدريس أو التدريب (عطاء الله، 2006) (تحيات عبد الفتاح، 2002) (نوال ابراهيم شلتوت، 2002م، 13 .

إن استخدام التغذية الراجعة النهائية المدعمة في الرياضة يساعد في بناء وتطوير الفرد المتعلم، لذا على المدرب أن يسعى جاهدا لاستخدام أفضل أنواع التغذية الراجعة التي تساعد المتعلم على تعلم أفضل، وتفاعل ومشاركة إيجابية من خلال منح أكبر عدد من المحاولات له بما يؤدي في الأخير إلى اكتساب المهارات في الألعاب الرياضية المختلفة.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

إن النتيجة التي توصلت إليها هذه الدراسة توحي بان فرضية البحث تحققت في مهارتين كل المهارات: الطفو ، ومهارة الانزلاق الأمامي ، و مهارة الانزلاق الأمامي مع ضربات الرجلين لان التغذية الراجعة هي: " الوسيلة التي يتعرف بها المرسل على التأثير المقصود وغير المقصود للرسالة التي قام ببنائها للمستقبل، وقد تكون هذه التغذية الراجعة إيجابية أو سلبية. فالإيجابية، تؤكد أنه تم تحقيق الكفاءة والتأثير المقصود، أما السلبية فإنها توفر المعلومات حول عناصر نظام الاتصال التي لم تعمل بكفاءة، وانحراف تأثير الاتصال عما يقصده المرسل". إن الدراسات التي تناولت موضوع التغذية الراجعة لم تتناول هذه الأنواع بالدراسة حسب ما توفر لنا من دراسات حول موضوع البحث غير أنها أكدت الضرورة القصوى والأهمية البالغة للتغذية الراجعة في عملية

التعلم. وعموماً يمكن القول أن كل أسلوب من هذه الأساليب له دور هام في العملية التعليمية، كما لا يوجد من بينها نوع واحد بإمكانه تحقيق جميع الأهداف، لأن لكل نوع القدرة على تحقيق قدر معين منها إذا ما استخدم لفترة معينة من الزمن تماشياً مع المواقف التعليمية التي يتطلبها، بالإضافة إلى أن لكل نوع دور خاص في نمو اللاعبين من الناحية المهارية، هذا ولخصائص الأفراد أيضاً تأثير في هذا الشأن، فأساليب التغذية الراجعة التي تصلح مع هؤلاء ليس بالضرورة أن تعطي نفس النتائج مع آخرين.

– الاستنتاجات :

- ضرورة التنوع في استخدام التغذية الراجعة في الحصص التعليمية لأنها تجعل من العملية مضبوطة ومنهجية.
- استخدام التغذية الراجعة النهائية المدعمة في تعلم المهارات الحركية لمختلف الأنشطة الرياضية .
- التركيز في هذه المرحلة العمرية أو السنية 06-09 سنوات على التغذية الراجعة النهائية المدعمة.
- تزويد المدرب للمتعلم بالتغذية الراجعة يعتبر شيء مهم جداً لكن الأهم هو أن يتحكم هو فيها أولاً.
- إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول أساليب موستن وعلاقتها بالكثير من المتغيرات

المراجع:

العربية:

- 1- أبو العلا عبد الفتاح (1997) : فيسيولوجيا و مورفولوجيا الرياضي و طرق القياس و التقويم ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 2- إبراهيم بسيوني عميرة، فتحي الذيب(1994): تدريس العلوم والتربية العلمية. القاهرة.
- 3- إلياس عبد الرحمن قنديل (1999): الوسائل التعليمية و تكنولوجيا المضمون ، العلاقة و التصنيف. دار النشر الدولي للنشر و التوزيع. الطبعة الثانية
- 4- بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد (2009) : المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر
- 5- وجيه محبوب(1987): التحليل الحركي. جامعة بغداد.
- 6- وجيه محبوب(1989): علم الحركة والتعلم الحركي. ط2. جامعة بغداد.
- 7- كوتر حسين كوجك(1997): اتجاهات حديثة في المناهج وطرائق التدريس. علم الكتاب. ط2
- 8- محمد حسن علاوي (1991) : علم النفس الرياضي ، الجزء الثاني ، دار المعارف
- 9- محمد علي القط (2002) : فيسيولوجيا الرياضة و تدريب السباحة ، الجزء الأول ، المركز العربي للنشر.
- 10- ماجدة السيد عبيد (2000): الوسائل التعليمية في التربية الخاصة. دار الصفاء للنشر و التوزيع. الطبعة الأولى. عمان

- 11- مفتي إبراهيم حمادة(2002): المهارات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة.
- 12- مروان عبد المجيد إبراهيم(2002): النمو البدني و التعلم الحركي ، ط1 ،الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع و دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 13- مهدي محمود سالم (2002): تقنيات و وسائل التعليم ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 14- عفاف عبد الكريم(1998): طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية. المعارف.
- 15- عطاء الله احمد(2006): أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية . ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- 16- عطايات خطاب(1992): تمرينات البنات ، ط7 ، دار الفكر العربي.
- 17- فيصل رشيد العياش(1998): رياضة السباحة ، بيت الحكمة ، بغداد.
- 18- فيصل رشيد العياش(1991): المهارات الأساسية لرياضة السباحة ، مطبعة دار الحكمة بغداد.
- 19- ريسان مجيد خريبط (1988): موسوعة القياسات والاختبارات في التربية الرياضية، وزارة التعليم العالي جامعة البصرة العراق، الجزء الاول.

الأجنبية:

- 17- Bire Zia. R(1982): La pédagogie du succès. E.D. P.U.F Paris
- 18- Brik ci Abderahman(1995): Croissance physique de l'enfant et pratique sportive.
- 19-Antoni Girod. (2005) :pédagogie et communication éditions Amphora.
- 20 - CATTEAU .R et GAROFF.G 1986: l'enseignement de la natation ; 3em édition . VIGOT . PARIS ..
- 21 - dubois Claude et Robin Jean Pierre : NATATION ; édition Revue – EPS- PARIS .1985
- 22kelvin juba(2001). : swiming for fitness . ABLACK . london

مواقع من شبكة المعلومات :

23 -www.bafree.net
www.geocities.com24 -

المعوقات العملية لتطبيق منهج التربية البدنية و الرياضية وفق المقاربة بالكفاءات

من إعداد: أ/ كروم محمد جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

ملخص البحث:

تعد المقاربة بالكفاءات من أهم مقومات تدريس التربية البدنية والرياضية في كل المؤسسات والرفع من مستواها التعليمي وانتهاجها ضرورة حتمية في إصلاح مناهجها التربوية وتعزيز كفاءات وقدرات المدرسين في هذا الميدان ، والتحويلات الحالية لا بد أن تمس كل التركيبة البيداغوجية ، الطرائق التربوية ، أساليب الإنجاز بالإضافة إلى التقييم الذي يعد أحد ركائز العملية التربوية .

وانطلاقا من مجموعة من النقاط أهمها التدريس والتدريس وفق المقاربة بالكفاءات المبني على التقييم الصحيح للمنهاج وضبط مصطلحات الممارسة البيداغوجية قصد التخلص من بعض العراقيل التي تعيق التطبيق وكذا الوصول إلى غايات منظومتنا التربوية. وتم تحديد مشكلة البحث في معرفة أهم المعوقات التي تقف دون الارتقاء بمستوى التربية البدنية والرياضية في تحقيق التدريس بالمقاربة بالكفاءات .

وعليه تمت الدراسة على مستوى خمس ولايات بحيث شملت 327 أستاذا ، أين اعتمدنا عملية المسح كأحد أنماط المنهج الوصفي ، مستخدمين في ذلك الاستبيان والمقابلة الشخصية ، وبعد التحليل والمناقشة توصلنا إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها :

- ضرورة توحيد مصطلحات المنهاج ضمن التدريس بالمقاربة بالكفاءات .
- اعتماد الرسكلة المستدامة لأساتذة التربية البدنية والرياضية .
- اعتماد التقييم المستمر للوقوف على المستوى للمتمرسين .

الكلمات المفتاحية : المعوقات العملية ، منهج التربية البدنية والرياضية، المقاربة بالكفاءات.

Les handicapes opérationnel pour l'application du programme d'E.P.S selon l'approche par compétence.

Résumé :

L'approche par compétence, et l'une des principaux axes de l'enseignement d'E.P.S dans nos établissements, afin d'améliorer son niveau d'apprentissage, par conséquent les exigences des réformes dans nos programmes, reste une obligation considérable. Cet important changement et appelé à prendre en considération tout les composant pédagogique – tel-que les méthodes, les styles de réalisation des contenus des programmes, ainsi que la manière de la pensée de l'enseignant et l'enseigne vis-à-vis de la matière pédagogique et l'évaluation qui demeure l'un des facteurs primordial dans le système éducatif.

A partir de plusieurs points : les plus importants, sont l'enseignement par approche par compétences base sur l'évaluation réelle des programmes et détermine les termes d'utilisation pédagogique afin d'éviter toutes obstacles, qui peuvent gêner l'application exacte des programmes pour atteindre les finalités de notre système éducatif.

Nous avons limité la problématique dans l'étude de quelques obstacles qui ne permet pas l'avancement de notre système a travers l'approche par compétence.

L'échantillon est constitué de 327 enseignants, nous avons pris comme appui la méthode descriptive, utilisant pour cela la démonstration et la confrontation personnelle comme outil de la recherche.

Après analyse et discussion, nous sommes arrivés à plusieurs conclusions, les importantes sont :

- La pratique d'une terminologie dans l'enseignement d'E.P.S demeure une obligation.
- Un recyclage périodique et continu pour les enseignants d'E.P.S.
- Prendre l'évaluation continue comme l'une des réformes impérative dans l'enseignement.

Mots clés : Les handicapes opérationnel. programme d'E.P.S . l'approche par compétence.

مقدمة:

لاشك أن التقدم الذي بلغه ميدان التربية البدنية والرياضية كان له الأثر الأكبر في تطوير العمل التربوي والنظام التعليمي الهادف من خلال تطوير محتوى المادة والنهوض ببرامجها التدريسية، لإعداد المتعلم والمدرس وتزويده بمقررات حول تكنولوجيا التدريس والبرمجة التعليمية ، حيث يرى (جون ديوي) بأنه على نظام التربية أن يعمل على غربلة الأشخاص واكتشاف ما يصلحون له من أعمال وإعداد الوسائل التي تعين لكل فرد العمل الذي تؤهله له طبيعته في الحياة، وإن إعداد هذا العنصر إعدادا هاما ، نافعا وشاملا يضاعف لاشك من المعرفة العلمية ، والتطور السريع للتكنولوجيا المعرفية والمعلوماتية ، والدفع بزيادة وفعالية العملية التعليمية/العلمية .

ونظرا للتطور العلمي الكبير في هذا المجال ، والدخول في العولمة المعرفية أو العلمية وما أفرزته هذه الحركة فإن التغيير في برامجنا التربوية والإصلاحات على مستوى الأنظمة التعليمية في منظومتنا التربوية ، أضحت أمرا لا مفر منه لتحديث مقاصد وغايات التعلم أو التدريس نجعلها أكثر انسجاما مع حاجات الفرد والمجتمع . وهذا فعلا ما شرعت فيه وزارة التربية الوطنية بداية من السنة الدراسية 2003-2004 (عمير عبد العزيز 2005-12) لإحداث تغييرات في المناهج .

وما الدراسات الميدانية الحالية التي يقوم بها الباحثون في حقل التدريس إلا دليل على التغييرات التي تحدث في تصاميم محتوى مناهجنا التعليمية لتصبح أكثر شمولية وهادفة قادرة على تحويل المعارف وتجسيدها في خدمة الفرد والمجتمع، بحيث تنمي كفاءات تسمح لهم بالتلاؤم مع الواقع المعاش مثلما يراه (محمد دريج) " بأن الهدف التربوي هو كل ما يمكن للتلميذ إنجازَه قولاً أو فعلاً بعد الانتهاء من حصة دراسية " (محمد دريج ، 2004 ، 88)

كما يجب إعادة النظر في إعداد القائمين على هذه العملية بداية من الأستاذ الذي يعتبر المسؤول الرئيسي على تحويل هذه التخطيطات إلى وقائع وحقائق ميدانية منسوخة في عقول أبناء مجتمعنا عبر النظام الجديد الذي يسعى إلى التدريس القائم على المقاربة بالكفاءات كإستراتيجية تستمد جذورها من علم النفس السلوكي الذي تكون فيه نتائج التعلم تمثل أهدافا تعليمية عامة محددة في المناهج المدرسية بصيغة كفاءات تترجم في صور أفعال سلوكية جديدة لها تأثير على الفرد (عطاء الله وآخرون 2007 ، 63) . والمقصود من هذا هو القفزة النوعية للتعليم من المدرسة السلوكية إلى المدرسة البنائية التي يكون فيها التدريس أكثر النماذج تطورا في المجال التربوي الرياضي ، لما تشكله من مشاركة نوعية فكرية في النشاط التعليمي بحيث يحدث تعلمًا ذو معنا قائما على فهم المحتوى (الخليلي خليل يوسف ، 1996،438) كما تعمل على تحويل مواضيع التقويم للمعارف إلى تقويم الكفاءات ونقل وسائل القياس من اختبارات المعارف إلى الوضعيات التعليمية المستهدفة والإدماجية ، التي تجعل من المتدريس العنصر المفكر والمبدع الفعال في العملية التعليمية/التعلمية . رغم أن المقاربة بالكفاءات طريقة تربوية قديمة بالنسبة للتداول المعرفي والنظري، إلا أنها حديثة التواصل في المناهج التربوية الجزائرية الذي ظل حبيس نمط التدريس بالأهداف المعتمد أساسا على الكم والتراكم وحشو المتعلم بأكبر قدر ممكن من المعارف بطريقة شبه آلية ، وبظهور هذه المنهجية الجديدة أعطت بعدا تربويا وتصورا جديدا لقضايا التربية ، التي تصر على تكوين مواطن كفاء اجتماعيا بشكل ديناميكي يجيد تحويل مستويات التعلم إلى ممارسات سلوكية بناءة يمكن تحقيقها بالانتقال من المعرفة غير الوظيفية إلى المعرفة النفعية ، مثلما يؤكده (Duffit.M.Janassen.1991-12) أن نموذج التعلم البنائي يتيح الفرصة أمام المتعلمين للتفكير في أكبر عدد ممكن من الحلول للمشكلة الواحدة ، مما يقودها إلى استخدام التفكير الإبتكاري .

أهمية الدراسة :

إن إستراتيجية التدريس في مادة التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات أضحت محل اهتمام كل المجتمعات المتطلعة إلى آفاق مستقبلية واعدة تأخذ بعدها الديناميكي من مفهومها لكفاءات أفرادها وقدراتهم على توظيف معارفهم النفعية واستثمارها في النهوض بمستوياتهم العلمية والاجتماعية معا . وفي دراستنا هذه نسعى إلى التعرف على مجموعة المواقف العملية ، والخطوات المنهجية التي يواجهها المدرس في تعامله لتطبيق المنهاج الدراسي ، وبالتالي توضيح الرؤى للمشرفين القائمين في حقل التدريس على الفرق بين

التدريس بالأهداف التدريس ضمن المقاربة بالكفاءات وتحديد الآليات الفعالة في دفع عجلة التدريس إلى الأمام والارتقاء بمستوى العملية التربوية إلى أسمى درجاتها امن النضج التعليمي .

ولأجل تحقيق الممارسة التربوية الناجعة ، تضمنت المقاربة التربوية الجديدة نقطة أساسية كثيرا ما سقطت عن الممارسة اليومية وهي " البيداغوجية الفارقية " والتي تعني تربويا ، تكييف الوضعيات التربوية المختلفة مع الإمكانيات المتفاوتة للمتمدرسين ، وكذا مقتضيات التصور العام للعملية التربوية والتي ترتب حسب القدرات العقلية، والمهارات الفردية ، والمميزات الشخصية للمتعلم أو المتمدرس وتبدأ المقاربة بالكفاءات هنا بالضبط مع نقطة الخصائص الفردية أي "الكفاءات" التي يحتاج الأمر إلى رصدها لتمكين كل تلميذ من ممارسة كفاءاته تعبيرا منه عن وجود ميول معين لصالح نشاط معين ، وهنا نجد أنفسنا قد حققنا بصورة تلقائية مبدأ البيداغوجية الفارقية" ، وإعطاء فرص التواجد كحلول لا تضيع حق الضعيف الذي يحتاج إلى الكثير من العناية والوصاية ، ولا نستهلك نصيب المتفوق الذي يتخطى المراحل التربوية والمعارف جريا .

الإشكالية:

في ظل التفاعلات الدراسية الجارية، في الميدان التربوي أصبح التدريس محل تهديدات إخفاقية من جميع الجوانب ، مما دفع بالقائمين على المنظومة التربوية في الدولة الجزائرية إلى استحداث تغييرات جذرية في البيداغوجية التربوية ، والقفزة النوعية بالانتقال من البرنامج التعليمي الذي يعتمد على المقاربة بالأهداف حسب تصنيفات بلوم (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية 2005- ص 101) ومستوياتها والتلقين للمادة التعليمية للتلميذ، دون أي مساهمة فعلية منه، إلى التدريس بالكفاءات الذي يعتمد على المنهاج الذي جعل من المدرس العنصر الموجه والمشرف على تفعيل المشكلات والوضعيات المستهدفة لدى المتمدرس، الطرف الثاني والأساسي الفعال في العملية التدريسية ، وبالتالي تنمية مواهبه الإبداعية والإبتكارية وتطوير أساليبه في المعالجة الفكرية لحل مشكلاته التدريسية ، وترك له الحرية في نقل أهدافه من الواقع الحي الذي يعالج الأفكار البناءة التي تجعل من هذا الأخير يساهم بديناميكية في البناء الفكري والحركي والنفسي. بحض إرادته وتقييمه لذاته ، وعمله من تلقاء نفسه في منهاج تربوي ديناميكي يبدأ بالكفاءات القاعدية منتهيا بالكفاءات النهائية ، راسما بذلك صورة حية وواقعية لعملية تربوية متكاملة وديناميكية تجعل من المجتمع الذي ينتشف مجتمعا لا يموت أبدا ، مثلما يراه (البصيص خالد، 2004، 89-90) انه لا بد من استقلالية المتعلم بتكوينه لمواجهة المعرفة الفكرية ، لتجعل منه أداة للتصرف . ولعل ما دفع بنا إلى معالجة هذا الموضوع، هو ما لمسناه من وجود خلط في المصطلحات وإصطدامات منهجية وفكرية وبيداغوجية في التعامل مع هذا المنهاج، سواء عند المدرس أو عند المتمدرس في إعداد الوحدة التعليمية في حصة التربية البدنية والرياضية ، وكيفية تجسيد تلك الكفاءات حتى تصبح قاعدة تدريسية ناجعة ومجدية في منظومتنا التربوية .

وبما أن معالجة هذه المواضيع ظلت ضعيفة في مجال البحوث التربوية العلمية ومتطلبات التغييرات الجارية لدى القائمين على إعداد المناهج، وما لمسناه من غموض في مضمون المنهاج الوزاري من حيث التداخل في مفاهيم المصطلحات وصعوبة التعامل معها، وكذا أساليب الممارسة أو المعالجة سواء نظرية كانت أو عملية خلال فترة تجربتنا بالتعليم الثانوي، بالإضافة إلى انعدام توحيد الممارسة عند الأساتذة في مهامهم الإدارية أو التربوية في إعداد الوحدة التعليمية، وأثناء إشرافنا على الطلبة الجامعيين المتربصين، حاولنا تسليط الضوء على الممارسة الميدانية لهذا المنهاج عبر بعض ولايات الغرب الجزائري، ومعرفة أسباب هذا الغموض من المدرسين، وبالتالي يمكننا طرح السؤال التالي:

هل يمكن التعرف على المشكلات التربوية التي تصعب من تطبيق المنهاج الوزاري وفق المقاربة بالكفاءات وكيف يمكن بعث آليات التقويم لدى المتعلمين؟
سؤال فرعي:

هل يوجد تباين في توظيف مصطلحات منهاج تدريس التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات عند العينة المستهدفة؟
الهدف:

معرفة التباين الموجود في توظيف مصطلحات منهاج تدريس التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات
الفرضية:

وجود تباين في توظيف مصطلحات منهاج تدريس التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة بالكفاءات بين مختلف عينات الولايات.

المصطلحات الإجرائية:

المعوقات العملية: وهي المشكلات التي يجدها أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجانب النظري والتطبيقي من أجل إخراج حصته، وتحقيق أهدافه.

منهاج التربية البدنية والرياضية: هو كتيب يحمل خطة مصمم من قبل هيئة مشرفة تتمثل في وزارة التربية الوطنية، يحمل في مضمونه، مجموعة من الأنشطة التربوية ذات طابع رياضي ترفيهي، هدفها خدمة الجوانب التربوية المتعارف عليها.

المقاربة بالكفاءات: هي صياغة جديدة للأهداف التربوية، تركز على كفاءة المتعلمين في بناء الهدف و المعروف بالسلوكيات التعليمية.

- **منهج البحث:** استخدمنا المنهج الوصفي دراسة مسحية.

- **عينة البحث:**

شملت عينة البحث الأساتذة المشرفين على تدريس مادة التربية البدنية والرياضية بالمدارس الثانوية على مستوى بعض ولايات الغرب الجزائري موزعين كالاتي:

جدول (01): يوضح عدد أفراد العينة وتوزيعها حسب أهداف الدراسة

الولاية	عدد أفراد العينة
مستغانم	56
سيدي بلعباس	56
غليزان	66
وهران	89
معسكر	60
المجموع	327

- مجالات البحث:

1- المجال البشري:

- الأساتذة المشرفين على عملية تدريس التربية البدنية والرياضية بالثانوي.

2- المجال المكاني:

- (05) خمسة ولايات : ولاية مستغانم-سيدي بلعباس- غليزان -وهران - معسكر.

3- المجال الزمني:

لقد تم إنجاز هذا البحث في مجال زمني ينحصر بين بداية الموسم الدراسي 2008-2009 إلى نهاية الموسم

الدراسي 2009-2010، وفيما يلي توضيح لأهم المراحل الزمنية:

- تم جمع المعطيات الأولية والأساسية من خلال أهم المصادر العلمية والدراسات السابقة والمرتبطة بالمجال خلال الموسم الدراسي (2009-2010).

- تم تطبيق المقابلات الشخصية بصورة غير رسمية على مدار الموسم الدراسي 2008-2009 بهدف استطلاع الرأي العام حول أهم جوانب التدريس بالمقاربة بالكفاءات في المجال الرياضي وكذا القدرات الشخصية للتلميذ لتقبل هذا التوجه الجديد.

- تم وضع الخطة النهائية لاختيار وتحديد الاستمارة الإستبائية الموجهة للأساتذة في بداية السنة الدراسية 2009-2010 .

- تم تقديم الاستمارة القبليّة بتاريخ: 2010/02/14 وجمعت في تاريخ: 2010/02/28.

- تم تقديم الاستمارة البعديّة بتاريخ: 2010/03/09 و أرجعت بتاريخ: 2010/03/18

طرق ووسائل البحث:

1- جمع و تحليل المادة الخبرية: وهي عملية سرد وتحليل المعطيات النظرية التي ترتبط ارتباطا مباشرا بموضوع البحث، وتتناسب مع أهدافه، حيث اعتمدنا على المصادر والمراجع بمختلف أنواعها سواء عربية أو أجنبية، إضافة إلى الدراسات السابقة والمرتبطة.

2- الاستبيان: وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة ترتبط بأهداف وفرضيات البحث، تستعمل في جمع المعلومات المتعلقة بالظاهرة موضوع الدراسة، وقد تم استعمال الأسئلة المغلقة ومتعددة الأجوبة.

تصميم مقياس:

لقد تم تحضير هذا المقياس بالاعتماد على طريقة آراء الخبراء، متبعين في ذلك الخطوات التالية:

أولا: تحديد محاور الاختبار: وقد اعتمدنا في ذلك على المصادر التالية:

- الكتب والمراجع العلمية العربية والأجنبية التي تعرضت بالكتابة عن تدريس التربية البدنية والرياضية وطريقة المقاربة بالكفاءات.
- الدراسات والبحوث السابقة والمرتبطة.
- استطلاع الرأي العام حول التدريس بالمقاربة بالكفاءات

جدول(02): يوضح عينة استطلاع الرأي العام حول التدريس بالمقاربة بالكفاءات

ملاحظات	العدد	العينة
- خلال بعض اللقاءات الولاية	04	أساتذة البيداغوجيا التطبيقية بالمعهد
- زيارات ميدانية.	04	مفتشي التربية والتكوين للمادة
	30	أساتذة التعليم الثانوي
	40	تلاميذ المرحلة الثانوية
	78	المجموع

وبعد جمع وترتيب المحاور التي تم استخلاصها من المصادر السابق ذكرها، تم عرضها على بعض أساتذة

التربية البدنية والرياضية بالمعهد ممن لهم خبرة تدريس لا تقل عن خمس سنوات بالتعليم الثانوي وكذا بعض

مفتشي التربية والتكوين للمادة، وهذا بهدف التعرف على مدى ارتباط المحاور المقترحة بالهدف من البحث،

حيث شمل المقياس على ثلاث محاور، وكان العائد منها 15 استمارة. وقد تحصلت المحاور الثلاث على نسبة

مئوية عالية تراوحت بين 75% و100%،

جدول (03): يوضح النسبة المئوية والتكرار النسبي لمحاور وبنود المقياس.

الترتيب النسبي	التكرار النسبي	النسبة المئوية	البنود	المحاور
01	13,76%	100%	تكوين فكرة عن المنهاج الجديد عند تحديد الأهداف وفق المقاربة بالكفاءات	دراية الأستاذ بمحتوى المنهاج ومدى اعتماده عليه في تحقيق أهداف وحداته التعليمية
02	13,76%	100%	دراسة التداخل بين الكفاءات والأهداف التعليمية والإجرائية	
03	13,76%	100%	إمكانية استعمال الطرائق المعروفة عامة في تطبيق المنهاج بالمقاربة بالكفاءات	مدى مناسبة طرق التدريس المتبعة في إخراج الدرس بالمقاربة بالكفاءات
04	13,76%	100%	التقويم أساس نجاح التدريس بالمقاربة والكفاءات	
05	11,01%	80%	توفير محتوى المنهاج حسب الإمكانيات المتوفرة في المؤسسة	العراقيل التي تصعب من مهمة الأستاذ في العملية التربوية
06	10,09%	75%	إدماج المتدريس في سير الوحدة التعليمية عمليا ونظريا	

ثانيا: صياغة عبارات المقياس:

بعد ما تم تحديد المحاور والبنود حسب أهميتها، قام الباحث بصياغة العديد من العبارات المرتبطة بها، وأمام كل محور وضع ميزان يشير إلى كل من صحة البند وارتباطه بالمحور إضافة إلى صحة العبارة وارتباطها بالبند وبالمحور المذكور ومدى وضوح معناها، حيث شمل المقياس 42 عبارة، وقدمت لستة أساتذة بمعهد التربية البدنية.

وقد تم حذف بعض العبارات وإعادة صياغة البعض الآخر مراعين في ذلك مختلف الملاحظات والتوجيهات الفنية والتعليقات المختلفة التي أشار إليها الأساتذة وهي:

- استخدام الألفاظ السهلة والبسيطة الواضحة. عدم استخدام العبارات السالبة لعدم دلالتها.
- استخدام العبارات الموجبة فقط تسهيلا لعملية التصحيح وسرعتها.

ثم عرضت القائمة المعدلة على الخبراء الست مرة أخرى، و وقع وضع أمام كل محور ميزان يوضح مدى ارتباطه بالنجاح في التدريس وفق المقاربة بالكفاءات، كما تم وضع ميزان أمام كل عبارة يوضح مدى ارتباطها بالبند المذكور وكذا دلالتها واتجاهها الموجب.

وقد حصلت جميع المحاور والبنود الواردة بالمقياس على درجات مرتفعة في ارتباطها بالنجاح في مهنة التدريس وفق المقاربة بالكفاءات حسب آراء الخبراء، كما تم اتفاق الأساتذة على معظم العبارات الواردة بالمقياس.

وبهذا فالمقياس يحتوي على 42 عبارة تقيس ستة بنود، واتفقت آراء الخبراء بنسبة 100% على استخدام طريقة التقدير التالية:

- دائما (4 درجات). غالبا (3 درجات). أحيانا (درجتان). أبدا (درجة واحدة).

ونشير هنا أن هذا المقياس متغير وليس ثابتا من حيث عدد المحاور والعبارات التي تقيسها عن طريق إضافة أو شطب عبارة أو تغييرها، على أن يتم ذلك بصورة علمية وموضوعية بما يتناسب مع هذا النوع من المقاييس.

ثالثا: المعاملات العلمية للاختبار:

لقد اتبعنا طريقتين لإيجاد ثبات المقياس وهما:

- **طريقة إعادة الاختبار:** حيث قمنا بتطبيق المقياس وإعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره أسبوع، على عينة مكونة من 10 أساتذة، وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين، وقد تراوح الثبات بالنسبة لمحاور الاختبار بين 0.50 و 0.92، وهي دالة إحصائيا عند مستوى 0,05، كما هو موضح في الجدول رقم (05)، وبلغ معامل ثبات الاختبار ككل (0.60) وهو دال عند مستوى 0,05.

- **طريقة التجزئة النصفية:** حيث تم تقسيم الاختبار إلى قسمين، العبارات الفردية والعبارات الزوجية، وتم حساب الثبات بطريقة سبيرما وبراون، حيث بلغ معامل الثبات (0.76)، وهو معامل ثبات مقبول على العموم .

وفيما يخص صدق المقياس فقد تم إيجاده بطريقتين هما:

- **الصدق المنطقي أو صدق المحتوى:** كما وضحناه سابقا من خلال عرض المقياس على الخبراء، حيث حصلت العبارات على موافقة آراء الخبراء بنسبة مرتفعة، فوق 75%، وبذلك فهي صادقة ومنطقية لتم ثلي البند، إضافة إلى تحقيق صدق البنود التي يتضمنها المقياس.

جدول (04): يوضح معاملات الثبات والصدق الذاتي للمقياس بطريقة إعادة الاختبار.

معامل الصدق الذاتي	معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		بنود المقياس
		ع	س	ع	س	
0.72	0.53	1.37	17.1	1.66	16.8	القيادة
0.79	0.63	1.73	14.7	2.04	13.8	الاعتزاز بالمهنة
0.81	0.66	2.09	16	2.00	15.3	الصحة
0.96	0.92	2.41	18.5	2.83	18.7	ضبط النفس
0.90	0.81	2.00	13	1.53	13.8	القدرة على الإقناع
0.67	0.50	1.1	16.7	1.37	17.1	المشاركة الوجدانية
0.77	0.60	4.33	96	6.14	95.2	الاختبار ككل

جدول (05): يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية

معامل الثبات	معامل الارتباط	التطبيق الزوجي		التطبيق الفردي		الاختبار ككل
		ع	س	ع	س	
0.76	0.67	2.16	48	3.07	47.2	

• الصدق الذاتي: وذلك بحساب جذر الثبات، حيث تراوحت قيم معاملات الصدق لكل بند بين 0.67

و0.96، أما الصدق الذاتي للمقياس ككل فقد بلغ 0.77

وتعتبر معاملات الصدق والثبات المحصل عليها مرضية بالنسبة لهذا النوع من المقاييس

4-3- الطرق والوسائل الإحصائية:

النسبة المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ارتباط بيرسونر، اختبار مربع كلي (كا²)

تحليل التباين " فيشر "

تحليل النتائج:

وجود تباين في توظيف مصطلحات منهاج تدريس التربية البدنية والرياضية بالمقارنة بالكفاءات، بين مختلف عينات الولايات المستهدفة.

ولهذا الغرض قمنا باستخدام تحليل التباين على النحو التالي:

1 - مقارنة بين الولايات:

المحور الأول: دراية الأستاذ بمحتوى المنهاج ومدى اعتماده عليه في تحقيق أهداف وحداته التعليمية:

أولاً: تكوين فكرة عن المنهاج الجديد في تدريس التربية البدنية والرياضية عند تحديد الأهداف وفق المقارنة بالكفاءات:

جدول رقم (06): يوضح مقارنة بين الولايات في تحديد الأهداف وفق المقارنة بالكفاءات

القيمة الجدولية	النسبة الفئوية	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
2.37	11.55	50.87	04	203.49	بين المجموعات
		4.40	322	1417.40	داخل المجموعات
		/	326	1620.90	المجموع

جدول رقم (07) : يوضح المقارنات البعدية بين الولايات في تحديد الأهداف وفق المقاربة بالكفاءات

متوسط المجموعة	مستغام	سيدي بلعباس	غليزان	وهران	معسكر	دلالة الفرق
مستغام	/	0.82	*1.35	*2.07	0.25	1.02
بلعباس	/	/	0.53	*1.26	0.57	
غليزان	/	/	/	0.73	*1.1	
وهران	/	/	/	/	*1.83	
معسكر					/	

نلاحظ من الجدول أن هناك دلالة إحصائية للفروق بين المتوسطات ، أي أن الفرق معنوي، هذا يعني وجود تفاوت بين الولايات في تحديد الأهداف وفق المقاربة بالكفاءات. ناتج عن التفاوت في فهم المنهاج الجديد لدى الأساتذة.

والجدول أعلاه يؤكد أن هناك فروق دالة إحصائية بين كل من : مستغام وغليزان ، وكذا وهران ، وبين سيدي بلعباس ووهران ، وبين غليزان ووهران ، وكذا وهران ومعسكر ، وهذا يتجلى في اتجاه المجموعة صاحبة المتوسط الأعلى كما يلي
وهران (18.79) ، غليزان (18.06) ، بلعباس (17.53) ، معسكر (16.96) ، مستغام (16.71) .
كما نلاحظ عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مستغام وكل من معسكر وبلعباس ، وبين معسكر وكل من غليزان وبلعباس وبين وهران وغليزان .

ثانيا: التداخل بين الكفاءات بمختلف أنواعها والأهداف التعليمية والإجرائية:

جدول رقم (08): يوضح مقارنة بين الولايات في التداخل بين الكفاءات بمختلف أنواعها والأهداف التعليمية والإجرائية.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	القيمة الجدولية
بين المجموعات	30.98	04	7.74	0.94	2.37
داخل المجموعات	2659.08	322	8.26		
المجموع	2690.06	326			

دائما وضمن المحور الأول- س2 - حيث نلاحظ من خلال الجدول أعلاه ، أنه لا توجد دلالة إحصائية للفرق بين المتوسطات، مما يفسر عدم وجود فروق حقيقية بين مختلف الولايات، من حيث التداخل بين الكفاءات بمختلف أنواعها والأهداف التعليمية والإجرائية.
ومنه نستنتج وجود فهم مشترك لتفسير مفاهيم الكفاءات بمختلف أنواعها وكذا الأهداف في شتى تصنيفاتها.

المحور الثاني: مدى مناسبة التدريس المتبعة في إخراج درس التربية البدنية والرياضية بالمقارنة بالكفاءات:
أولاً: إمكانية استعمال الطرائق المعروفة عامة في تطبيق منهاج التربية البدنية والرياضية بالمقارنة بالكفاءات:

جدول رقم (09): يوضح مقارنة بين الولايات في إمكانية استعمال الطرائق المعروفة عامة في تطبيق منهاج التربية البدنية والرياضية بالمقارنة بالكفاءات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	القيمة الجدولية
بين المجموعات	164.54	04	41.14	5.88	2.37
داخل المجموعات	2252.17	322	6.99		
المجموع	2416.72	326			

جدول رقم (10): يوضح المقارنات البعدية إمكانية استعمال الطرائق المعروفة عامة في تطبيق منهاج التربية البدنية والرياضية بالمقارنة بالكفاءات:

متوسط المجموعة	مستغانم	سيدي بلعباس	غليزان	وهران	معسكر	دلالة الفرق
مستغانم	/	0.71	0.85	*1.66	0.31	1.28
بلعباس	/	/	0.78	*1.59	0.10	
غليزان	/	/	/	0.81	0.88	
وهران	/	/	/	/	*1.69	
					/	

نلاحظ من الجدول أن هناك فروقا بين المتوسطات ، ذات دلالة إحصائية ، وبالتالي وجود فروقا حقيقة بين أساتذة الولايات في استعمال طرائق التدريس لمادة التربية البدنية والرياضية وفق المقارنة بالكفاءات ، وهذا ما يؤكد الجدول في اتضاح وجود فروقا دالة إحصائية بعد المقارنة البعدية في إمكانية استعمال الطرائق المعروفة عامة في تطبيق منهاج التربية البدنية والرياضية أثناء الحصة اليومية ، وهذه الدلالة تظهر كما يلي :

- فروق بين أساتذة ولاية مستغانم ، وكذا أساتذة ولاية وهران، لصالح أساتذة مستغانم .
- فروق بين أساتذة ولاية بلعباس ن وكذا أساتذة ولاية وهران لصالح أساتذة بلعباس .
- فروق بين أساتذة ولاية وهران ، وكذا أساتذة ولاية معسكر لصالح أساتذة وهران .

ثانيا: التقويم أساس نجاح التدريس بالمقارنة بالكفاءات:

جدول رقم (11): يوضح مقارنة بين الولايات في التقويم أساس نجاح التدريس بالمقاربة بالكفاءات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	القيمة الجدولية
بين المجموعات	711.01	04	177.75	22.66	2.37
داخل المجموعات	2642.33	322	8.21		
المجموع	3353.34	326			

جدول رقم (12): يوضح المقارنات البعدية في التقويم أساس نجاح التدريس بالمقاربة بالكفاءات.

متوسط المجموعة	مستغانم	سيدبيلعباس	غليزان	وهران	معسكر	دلالة الفرق
مستغانم	/	0.21	0.26	*3.24	0.31	1.44
بلعباس	/	/	0.46	*3.45	0.53	
غليزان	/	/	/	*3.50	0.57	
وهران	/	/	/	/	*2.92	
معسكر					/	

من خلال تحليلنا للجدول يتضح لنا وجود دلالة إحصائية للفرق بين المتوسطات، مما يدل على وجود فروق حقيقية بين الولايات في نظرة الأساتذة للتقويم كمتغير أساسي لنجاح التدريس وفق المقاربة بالكفاءات. هذا ما يؤكد فعلا الجدول بعد المقارنة البعدية في التقويم ، حيث نلاحظ أن هناك فروق دالة إحصائية بين وهران والولايات الأخرى ، أي بين أساتذة مستغانم وأساتذة ولاية وهران لصالح أساتذة مستغانم وبين أساتذة بلعباس وأساتذة ولاية وهران لصالح أساتذة بلعباس ، وبين أساتذة غليزان وأساتذة ولاية وهران لصالح أساتذة غليزان ، وبين أساتذة وهران ومعسكر لصالح أساتذة وهران .

المحور الثالث: العراقيل التي تصعب مهمة الأستاذ في العملية التربوية:

أولاً: توظيف محتوى المنهاج حسب الإمكانيات المتوفرة في المؤسسة:

جدول رقم (13): يوضح مقارنة بين الولايات فيما يخص العراقيل التي تصعب مهمة الأستاذ في العملية

التربوية.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	القيمة الجدولية
بين المجموعات	405.35	04	101.34	2.71	2.37
داخل المجموعات	12047.52	322	37.42		
المجموع	12452.87	326			

جدول رقم (14): يوضح المقارنات البعدية فيما يخص العراقيين التي تصعب مهمة الأستاذ في العملية التربوية.

متوسط المجموعة	مستغام	بلعباس	غليزان	وهران	معسكر	دلالة الفرق
مستغام	/	0.78	*2.25	0.94	0.51	2.96
بلعباس	/	/	1.47	1.73	0.27	
غليزان	/	/	/	*3.18	1.74	
وهران	/	/	/	/	1.46	
معسكر					/	

من خلال قراءتنا للجدول حول العراقيين التي تصعب من مهمة الأستاذ في توظيف محتوى المنهاج حسب الإمكانيات المتوفرة في العملية التربوية وبعد المقارنة بين الولايات ، نلاحظ وجود دلالة إحصائية للفرق بين المتوسطات ، أي أن هناك فروق حقيقية بين الولايات في توظيف الوسائل المساعدة والإمكانيات المادية ، مما أدى إلى وجود تفاوت في توظيف محتوى المنهاج ضمن العملية التربوية .

وهذا ما توضحه المقارنة البعدية في الجدول بين الولايات ، بحيث أن هناك فروقا دالة إحصائية بين كل من :

- أساتذة ولاية مستغام وأساتذة غليزان لصالح أساتذة ولاية مستغام .
- أساتذة ولاية غليزان وأساتذة وهران لصالح أساتذة ولاية غليزان .

ثانيا: إدماج المتمدرس في سير الوحدة التعليمية عمليا ونظريا:

جدول رقم (15): يوضح مقارنة بين الولايات في عملية إدماج المتمدرس في سير الوحدة التعليمية عمليا ونظريا:

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	القيمة الجدولية
بين المجموعات	19.51	04	4.88	0.96	2.37
داخل المجموعات	1636.07	322	5.08		
المجموع	1655.58	326			

نلاحظ من الجدول ، عدم وجود دلالة إحصائية للفروق بين المتوسطات ، بمعنى عدم وجود فروق حقيقية بين أساتذة الولايات في إدماج المتمدرس لسير الوحدة التعليمية عمليا ونظريا ، هذا إن دل على شيء إنما يدلنا على وجود إجماع بين أساتذة الولايات على ضرورة إدماج المتمدرس في سير الوحدة التعليمية من الجانب العملي ومشاركته في بناء معلوماته نظريا . وبالتالي يؤكد فعلا أهمية المساهمة الذاتية للمتمدرس في الكشف عن قدراته وإمكاناته في ظل التدريس بالمقاربة بالكفاءات وفي وجود أستاذ أو مدرس كفء ، موجه ومقوم.

ومنه نستنتج ضرورة ووجوب إدماج المتعلم في سير الوحدة التعليمية عمليا ونظريا لضمان تجسيد مهمة التدريس وفق المقاربة بالكفاءات، والرفع من قدراته في توظيف المكتسبات والمهارات النظرية والمعرفية وبالتالي بناء شخصيته المهنية.

الإستنتاجات:

- 1 وجود فهم مشترك لتفسير الكفاءات بمختلف أنواعها ، وكذا الأهداف في مختلف تصنيفاتها ، إلا أن هناك نوع من الصعوبات في كيفية التوظيف خلال المواقف التعليمية .
- 2 وجود نظرة أو فكرة مشتركة حول ضرورة التقيد بالتقويم بشتى أنواعه في متابعة وسيرورة تطبيق المنهاج وفق المقاربة بالكفاءات للوقوف على المستويات الحقيقية للتلاميذ في مادة التربية البدنية والرياضية .
- 3 نستنتج وجود إجماع كلي على ضرورة إدماج المتعلم في سير الوحدة التعليمية كعنصر فعال نظريا أو عمليا ، وبالتالي التخلص من مشكل فهم المصطلحات الرياضية واللغوية المستعملة ، والتي بإمكانها إعاقه سير العملية التربوية والرفع من مستوى الممارسة الفعالة للتربية البدنية والرياضية .

التوصيات:

- 1 توحيد المصطلحات المنهاج حتى يكون لها نفس الفهم والمغزى عند كافة المدرسين
- 2 القيام بدورات تدريبية لأساتذة التربية الرياضية حتى يكون على علم بالمستجدات التربوية التي تخدم المادة
- 3 إشراك الاستاذ في بناء المناهج التربوية حتى يستطيع التأقلم معها ، ويبدى الرأي في المتغيرات الميدانية التي تعترضه.
- 4 اعتماد التقييم المستمر للوقوف على المستوى الحقيقي للمتعلمين ، وحتى تتمكن من التعرف على تحقيق المنهاج لأهداف الموضوع.

المراجع :

- 1 - الخليلي خليل يوسف ، حسين حيدر عبد اللطيف ، جمال الدين يونس : تدريس العلوم في مراحل التعليم العام ، دار العلم والنشر والتوزيع ، الإمارات العربية المتحدة 1996 .
- 2 - الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية 2005 .
- 3 - زكريا الشربيني : الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ، 1995، ص167.
- 4 - عبد الكريم بو حفص : الإحصاء المطبق في العلوم الإنسانية 2005 ص75 .
- 5 - عطاء الله وآخرون : تدريس التربية البدنية والرياضية في ضوء المقاربة بالكفاءات ، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية 2007.
- 6 - عميمر عبد العزيز : المقاربة بالتدريس بالكفاءات ، دار ثالة للنشر ، الجزائر 2005.
- 7 - فؤاد البهي السيد : علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري 1997 .

- 8 - لبصيص خالد : التدريس العلمي والفني الشفاف بالمقاربة بالكفاءات والأهداف ، دار التنوير للنشر والتوزيع ، الجزائر ، 2004 .
- 9 - محمد الدريج : التدريس الهادف -دار الكتاب الجامعي- 2004 .
- 10 - محمد صبحي ، أبو صالح عدنان محمد عوض : مقدمة في الإحصاء ، 1983 ص 192-193 .
- 11- Duffy .T.M .Jonassen. D.constructivisme.New implication for instructional technology,vol,74 NO .USA?1991.
- 12- Hamdani , Statistique descriptive et expression graphique,1988 p 81-97.
- 13- Stephane Champely « Statistique vraiment appliquée en sport –cours et exercices 1^{ere} édition 2004 p 64-65.

دراسة الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعاً عند الأطفال 9 - 11 سنة ذكور

بحث مسحي وصفي أجري على تلاميذ التعليم الابتدائي

من إعداد : أ. لوح هشام

جامعة وهران

- ملخص البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى إنتشار الإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من 9-11 سنة بمنطقة شرق ولاية وهران للوقوف على نوعية هذه الإنحرافات ،وماهي أهم العوامل المؤدية إلى ظهورها . طبقت هذه الدراسة على عينة قوامها 560 تلميذ ذكور من المرحلة الابتدائية 9-11 سنة، وقد خلصت هذه الدراسة إلى وجود انتشار كبير للإنحرافات القوامية في وسط عينة البحث حيث التلاميذ الذين ليس لديهم انحرافات عددهم 125 بنسبة مئوية 22.32% في حين الذين لديهم انحرافات بلغ عددهم 435 تلميذاً بنسبة قدرها 77.67% من إجمال عينة البحث، كما توصلنا من خلال هذه الدراسة أن الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعاً لدى عينة البحث كان عددها 4 مرتبة على التوالي: سقوط أحد الكتفين 45.53%، استدارة الظهر 30.71%، ميل الرأس للجانب 27.85%، بروز البطن 26.78%، بينما جاءت بقية الإنحرافات الأخرى بنسب أقل .

بالإضافة إلى هذا توصلنا أن من بين أهم العوامل التي تسهم بشكل فعال في ظهور الإنحرافات نجد المستوى الثقافي والإقتصادي للوالدين،العادات السيئة، البيئة المدرسية (المقاعد المدرسية السيئة،الاكتظاظ، قلة الإضاءة بالقسم...).

الكلمات المفتاحية: (القوام - الإنحراف القوامي - القوام الجيد - الوعي القوامي)

L'études du déformation posturale les plus fréquent chez les enfants 9-11 ans garçons

Résumé

Cette étude était de définir la propagation des écarts squelettiques chez les enfants des écoles primaires de 9 à 11ans dans l'Est d'Oran pour déterminer la répartition des ces déformation, et quels sont les facteurs les plus importants de leur apparence.

Appliqué a cette étude sur un échantillon de 560 élèves, garçons de l'enseignement primaire 9-11ans, ont conclu cette étude à une déformation posturale, grandes déviations dans le milieu de l'échantillon de recherche, où certains élèves n'ont pas été touchés sont 125 avec un pourcentage de 22,32%, tandis que ceux avec des déformation sont de 435 élèves avec un pourcentage de 77,67%, de l'échantillon global de cette recherche.

Comme nous l'avons atteint au cours de cette étude, le squelette le plus commun des écarts dans l'échantillon de recherche étaient 4 classés respectivement : la baisse de l'épaule 45,53%, courbure du dos 30,71%, inclinaison latérale de la tête 27,85%, apparition du ventre 26,78%, tandis que les autres déviations sont d'un pourcentage minimal.

En plus de ce que nous avons, que l'un des facteurs les plus importants qui contribuent efficacement à l'émergence des écarts, nous trouvons le niveau culturel et le statut économique des parents, des mauvaises habitudes, l'environnement scolaire (la mauvaise qualité des bancs scolaires, la surpopulation, manque d'éclairage dans les salles de cours...)

Mots clé:(posture, déformation posturale, bonne posture, conscience posturale)

مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء من الفلسفة التربوية العامة للدولة التي تهتم بتربية الفرد عن طريق ممارسة التربة الرياضية بهدف التنمية الشاملة المتزنة لمواكبة التقدم العلمي في مختلف ميادين الحياة ،وتعتمد التربية البدنية والرياضية بالمدارس على أهم الوسائل التربوية لتنشئة التلاميذ،فهي تعمل على تحسين النمو البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والوجداني من خلال أنشطتها المختلفة،ودرس التربية البدنية والرياضية هو الوسيلة التي يتعلم من خلالها التلميذ بعض العادات الصحية السليمة(التغذية السليمة، الإهتمام بالقوام السليم ...)في محاولة لخلق مناخ صحي سليم.

ويشير كل من عباس الرملي وآخرون على أن المسؤولية الكبرى في حفظ قوام التلميذ في المدرسة وغرس الوعي القوامي تقع على كاهل مدرس التربية الرياضية بالمدرسة ويستطيع ملاحظة حركة كل تلميذ وتتبع وقفته وجلسته وسيره (عباس عبد الفتاح الرملي وآخرون 1981، 13)،وقد تناول الباحثون إنحرافات القوام بالبحث والدراسة نذكر منهم فايث،Fait، بوتشرو سينجلز،Bucher, Stigliz، وبارومكجي Barrow Mcgee،عباس الرملي وآخرون فقد وضعوا له تعريفات محددة ومواصفات معينة وكلهم اتفقوا على أن الإنحراف القوامي هو تغيير علاقة عضو من أعضاء الجسم بالنسبة للأعضاء الأخرى ،وأن القوام الرديئ له انعكاسات سلبية عديدة على صحة الإنسان ،وأن جميع أجهزة الجسم تتأثر بحالة القوام (محمد حسين2003، ص136)، ويشير محمد شطا وآخرون على أن من أهم متطلبات القوام الجيد أن يمتلك الفرد قدرًا من النعمة العضلية اللازمة للحفاظ على إعتدال القوام ، ويتضمن ذلك تطور كاف للعضلات العاملة ضد الوزن لتقاوم جذب الوزن بنجاح وأيضاً توازن بين مجموعات العضلات المضادة (محمد شطا وحياة عياد 1996م، 11). ومن خلال الزيارة الميدانية للباحث لمجموعة من المدارس الابتدائية لولاية وهران أن متوسط عدد التلاميذ في الفصل حوالي 35تلميذا ما يضطرون في كثير من الأحيان مع عدم كفاية التهوية والإضاءة في بعض الأقسام ووجود مقاعد وأدراج غير صحية وغير مناسبة لحجم الطفل إلى إتخاذ جلسات غير سليمة ،هذا من جهة ،ومن جهة أخرى ثقل المحفظة التي يضطر التلميذ إلى حملها بالإضافة الى قلة الوعي القوامي سواء في المنزل أو المدرسة،وعدم وجود مدرس التربية البدنية والرياضية بالمدارس الابتدائية ،كل هذه العوامل أدات الى ظهور بعض الإنحرافات القوامية في مراحل سنية مبكرة .

وبناء على هذا ارتعى الباحث دراسة الإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من 9-11 سنة بالمدارس الابتدائية لشرق مدينة وهران للوقوف على نوعية هذه الإنحرافات ومعدل انتشارها وبعض العوامل المؤدية إلى إنتشارها والحد منها حتى يمكن الاستفادة من هذه النتائج في إعداد برامج صحية قد تحم من هذه الإنحرافات والوقاية منها ، إلى جانب رفع الوعي الصح ي لدى مدرس ي التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية وأولياء الأمور حتى يمكنهم المساهمة في تشخيص ا لإنحرافات القوامية والعمل على الحد منها وإصلاحها ،وقد إقتصرت هذه الدراسة على تلاميذ المرحلة الابتدائية من سن 9 — 11سنة لأهمية هذه المرحلة في النمو حيث

يحدث في هذا السن تغيرات فسيولوجية ونفسية وحركية ونمو سريع الى حد ما في الطول وزيادة الوزن تؤثر على العمود الفقري وقد تؤدي إلى إنحرافات قوامية بسيطة وقد تصل في بعض الأحيان إلى إنحرافات مركبة (روني بابولوتي Rene Paoletti 2003 م ، 45).

ونظراً لنمو الطفل السريع في هذه المرحلة (المرحلة الابتدائية) يمكن أن يكتسب نتيجة تحركاته السريعة والمفاجئة إلى إتخاذ أوضاع قوامية غير سليمة تكاد تصبح ثابتة إذا لم يولى لها إهتمام سريع لتصحيحها، ولذلك يجب إخضاع التلميذ في هذه المرحلة للمتابعة وبعض القياسات الموضوعية مستخدماً في ذلك الأجهزة العلمية الحديثة التي تعتبر هي المدخل الصحيح لمعرفة ما إذا كان التلميذ يعاني من تشوه و إنحرافات قوامية أم لا، ولن يتأتى ذلك إلا من خلال المدرسة باعتبارها هي بيت التلميذ الثاني الذي يقضى فيه أعواماً متتالية ينمو فيها جسمه وتتكون لديه العادات القوامية التي تلازمه طوال حياته، حيث يشير أمين أنور الخولي آخرون إلى أن الطفل يكتسب العادات القوامية الجيدة من إعماده على التزويد بالنواحي المعرفية الهامة التي تتعلق بالقوام، كالمعلومات والمفاهيم والمبادئ المتصلة بالقوام، وتزويده أيضاً بالإتجاهات الإيجابية نحو العادات القوامية الجيدة والتربية الحركية بوجه عام (أمين أنور الخولي وآخرون 1998 م ، 179)، وعلى هذا أصبح الإهتمام بالوعى القوامى باعتباره ضرورة ملحة للتعرف على العادات السليمة في الوقوف والجلوس والرقود والتقاط الأشياء والمشى والجري والتسلق وإلى غيرها من المهارات الحياتية اليومية ، سيكون لذلك عظيم الأثر على تحسين العادات القوامية الخاطئة ، وهنا يتعاطم دور الأسرة والمؤسسات التعليمية ووسائل الإعلام في دفع الوعى القوامى لدى الأفراد.

إن إختيار الباحث لمشكلة بحثه أعلاه نابع من شعوره بأهمية المشكلة وإمك انية ضبط المتغيرات ورغبته في حلها ومدى أصالة وحادثة المشكلة ومقدار إسهامها العلمي في البناء المعرفي لهذه الشريحة المهمة، وعلى ضوء هذا نطرح التساؤلات التالية:

أولاً: ما مدى إنتشار الإنحرافات القوامية للمرحلة السنية 9-11 سنة بمنطقة شرق ولاية وهران؟

ثانياً: ماهي الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعاً لدى عينة البحث؟

ثالثاً: ما هي أهم العوامل المؤدية إلى إنتشار الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث؟

وتهدف هذه الدراسة إلى: **أولاً** - التعرف على الإنحرافات القوامية لدى أفراد عينة البحث ومعدل انتشارها.

ثانياً - تحديد الإنحرافات القوامية الأكثر شيوعاً لدى أفراد عينة البحث.

ثالثاً - دراسة أهم العوامل المؤدية الى إنتشار الإنحرافات القوامية لدى عينة البحث.

وقد إفترض الباحث الفرضيات التالية:

أولاً - تنتشر الإنحرافات القوامية بين تلاميذ المرحلة الإبتدائية سن من 9-11 سنة لشرق ولاية وهران.

ثانياً - الإنحرافات الأكثر شيوعاً لدى عينة البحث تشمل العمود الفقري.

ثالثاً - يمكن حصر أهم العوامل التي تؤثر على ظهور الإنحرافات القوامية في المتغيرات التالية:

— المتغير الثقافي والإقتصادي — متغير العادات السيئة — الممارسة الرياضية (اللياقة البدنية) — البيئة المدرسية

— مصطلحات البحث:

القوام: العلاقة الميكانيكية بين أجهزة الجسم الحيوية المختلفة العظمية والعضلية والعصبية (عباس عبد الفتاح الرملي وآخرون، 1981، 45).

الإنحراف القوامي: الإنحرافات التي تحدث لجزء أو أكثر من أجزاء الجسم، وقد يكون بسيطاً أي في حدود العضلات والأربطة فقط، أو مركباً تتأثر العظام بالإنحراف. (محمد حسانين، محمد راغب، 1995م، 149)

القوام الجيد: الوضع العمودى الذى يمر به خط الجاذبية من مفصل رسغ القدم إلى مفصل الركبة إلى مفصل الفخذ إلى مفصل الكتف حتى الأذن وأى خروج عن هذا الخط يعتبر انحرافاً". (محمد صبحي حسنين، 2003م، 131-132)

الوعى القوامى : يعد أحد الطرق المستخدمة بنجاح فى الوقاية من التشوهات كما أنه من العناصر الفعالة للتخلص من الإنحرافات وخاصة الإنحرافات التى لم تصل إلى المرحلة التركيبية (وليم الخولي، 1976م، 644).

— الدراسات المشابهة:

— دراسة مجدي محمد نصر الدين عفيفي 1999م: تأثير برنامج للتمرينات والوعى القوامى على تحسين بعض الإنحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة الإعدادية وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على معدل إنتشار الإنحرافات القوامية على عينة البحث، ثم وضع برنامج علاجي لهذه الأنحرافات يتضمن تمارين رياضية وبرنامج وعى للقوام، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التجريبي، عينة البحث قدرت ب 500 تلميذاً، فخلصت هذه الدراسة الى وجود إنحرافات قوامية بين أفراد عينة البحث، كما أن البرنامج المطبق أسهم بشكل فعال في معالجتها.

— دراسة محمود محمد أحمد جاد 1986م بعنوان دراسة ميدانية لبعض التشوهات القوامية لدى تلاميذ الصف السادس بمنطقة شرق الإسكندرية، وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على بعض التشوهات القوامية لدى الصف السادس (استدارة الظهر، التجويف القطني) وتحديد نسبة انتشارهما، وقد استخدم الباحث المنهج المسحي على عينة قوامها 544 تلميذ، وتوصل إلى ارتفاع نسبة هذه التشوهات بين التلاميذ حيث كانت 46.88% من مجموع التلاميذ قيد البحث.

— دراسة نادية عبد الحميد الدمرداش 1978م بدراسة التشوهات القوامية لأطفال الريف المصري ودور التربية الرياضية في علاجها، تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن التشوهات القوامية لأطفال الريف المصري بالمرحلة الابتدائية ومقارنة نسبة إنتشار الإنحرافات لأطفال الريف المصري بين الوجهين البحري والقبلي بالإضافة إلى العلاقة بين المستوى المعيشي و الإقتصادي في الريف وتأثيرها على القوام، ووضع برنامج قوة- مرونة للحد منها، وقد استخدمت الباحثة المنهج المسحي التجريبي على عينة عشوائية 120 تلميذاً وتلميذة، توصلت إلى وجود انحرافات بين التلاميذ عينة البحث، وأنها متساوية بين الوجه البحري والقبلي، وأن البرنامج المقترح أسهم في علاجها.

وتنوعت الدراسات التي شملت الإنحرافات القوامية ولا يسع الباحث إلى ذكر القليل منها، فمنها من تناولت الإنحرافات القوامية وتصنيفها ومنها من تطرقت إلى العلاقة بين المستوى الإقتصادي والمعيشي والعدات والبيئة المدرسية وتأثيرها على القوام، وكلها اتفقت على نفس إختبارات و أدوات البحث المطبقة من طرف الباحث، عينة البحث تراوحت بين 30 إلى 1000 تلميذ وتلميذة، المنهج المسحي والبعض الآخر التجريبي، وكلها توصلت إلى إرتفاع الإنحرافات في مختلف المراحل السنوية، وهناك ارتباط قوي بين الإصابة بالإنحرافات القوامية والمستوى الإقتصادي والإجتماعي، كما تؤثر التمارين العلاجية المقترحة في علاج الإنحرافات القوامية.

— إجراءات البحث:

— منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي المسحي وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث .

— مجتمع وعينة البحث : لقد تم احصاء 50 مؤسسة تربوية على مستوى شرق وهران جدول رقم (01)، وقد تم اختيار نسبة 30% من المجموع الكلي لجميع هذه المؤسسات فكانت 15 مؤسسة، بلغ العدد الكلي لمجتمع البحث 2550 تلميذا ذكور في الصف الرابع والخامس للمرحلة الابتدائية بالمنطقة الشرقية لولاية وهران حيث تم اختيار ذكور كمجتمع فرعي للبحث لـ 15 مؤسسة تربوية حيث بلغ عددهم 720 تلميذاً بنسبة بلغت 28.231%.

الجدول رقم(01) يوضح توزيع مجتمع البحث بالنسبة لعدد المدارس وكذلك عدد الأقسام في كل مدرسة

عدد تلاميذ الصفين الرابع والخامس	عدد الأقسام الرابع والخامس	إسم المدرسة	عدد تلاميذ الصفين الرابع والخامس	عدد الأقسام الرابع والخامس	إسم المدرسة
50	4	الأمير عبد القادر	44	4	ساهل أحمد
25	2	الشهيد محمودي 1	47	4	العقيد لطفي
47	4	بئر الجير	53	4	عدل فرندي محمد
49	4	زروقي ميلود	43	4	عدل 2
52	4	حي النور	48	4	1500سكن 1
46	4	حسان بن ثابت	72	6	1500سكن 2
49	4	هالة مجدوب	50	4	كنستال الجديدة
			45	4	همستي 4 بلزرق بولونوار

جدول رقم (02) توصيف مجتمع البحث

التصنيف	العدد	النسبة المئوية %
مجتمع تلاميذ الصف الرابع والخامس	2550	100
عينة البحث	720	28.23
البيجون	العينة الاستطلاعية	20
	غياب	79
	مرضى	61
	إجمالي المستبعدو	160
العينة الأساسية	560	77.77

يتضح من الجدول (02) توزيع عينة البحث والنسبة المئوية لعدد التلاميذ وعينة التجربة الاستطلاعية والتلاميذ المستبعدون والعينة الأساسية البالغ عددها 560 بنسبة 77.77% من عينة البحث .

— **المجال الزمني:** تم تحكيم إختبارات القوام المقترحة وإستفتاء حول الأكثر الانحرافات شيوعا وتحكيم استمارات جمع البيانات في الفترة الممتدة من 2009/01/14 الى 2009/05/20 .

— ثم تنفيذ التجربة الإستطلاعية في الفترة الممتدة من 2009/10/20 الى 2009/11/17 .

— ثم تنفيذ التجربة الأساسية في الفترة لمتدة من 2009/11/23 الى 2010/02/28 .

— **المجال المكاني:** قد أجريت كل الإختبارات بالمدارس الإبتدائية لشرق ولاية وهران الموضحة في الجدول (01)

— **إختيار إختبارات القوام:** قام الباحث بمسح شامل لمعظم الإختبارات المستخدمة في الكشف عن الانحرافات

القوامية الأكثر شيوعا من خلال المراجع العربية والأجنبية ،واستطلاع آراء عدد من الأساتذة والدكاترة *

،بالإضافة الى المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والأطباء** المتخصصين في الانحرافات القوامية، الى جانب

الإعتماد على بعض الدراسات السابقة ،وقد تم استعراض هذه الإختبارات التي يمكن استخدامها للكشف عن

الإنحرافات القوامية لأطفال المرحلة الإبتدائية من خلال استمارة استطلاع رأي الخبراء، وقع الإختيار على

الإختبارات التالية:

*: د بن دحمن نصر الدين، د.رمعون محمد، أ.د رياض علي الراوي، د.ناصر عبد القادر ،د.أحسن أحسن من جامعة مستغانم وأ. سبع عبد الله من

جامعة شلف، أ.مهدي محمد، أ.قاسمي البشير، ذ. خياط بلقاسم، أ.قدور بن دهمّة طارق من جامعة وهران، د. عبد الحميد بن جواد المطر من جامعة

الملك سعود، أ.ذ أشرف مرعي من كلية التربية البدنية بنين من جامعة قاهرة.

*: د..بجياوي طب الأطفال * Pédiatrie د..بوراس وجراحة العظام الأطفال و المفاصل * Chirurgical des os et des

articulation د.نحال مختص في التدليك الرياضي * kinésithérapeute وإعادة التأهيل * Rééducation، د.بن سالم طبية

معهد ت.ب.والرياضية بوهران.

- 1— إختبار "بانكرافت" الخيط والنقل: تحديد القوام الجيد الخالي من الإنحرافات.
 - 2— إختبار نيويورك للقوام (لوحة تقدير القوام): قياس الانحناءات الخلفية والجانبية للعمود الفقري.
 - 3— إختبار شاشة القوام (لوحة المربعات): يستعمل لقياس الانحناءات الجانبية للجسم كما يصلح لتحديد درجة تشوه اصطكاك الركبتين وتقوس الرجلين ، وقد اختار الباحث هذه الإختبارات لسهولة تطبيقها وعدم احتياجها الى أدوات معقدة ، كما أنها لاتستغرق وقتا طويلا ، ومن أجل ضمان صحة نتائج إختبارات القوام يجب الأخذ بالإعتبارات التالية:
- مراجعة تطبيق الإختبارات داخل قسم مغلق مع مرعاة عدم وجود تيارات هوائية حتى لا يتعرض الأطفال للإصابة بالبرد خاصة أن الأطفال يكونون بالتبان خلال تطبيق الإختبارات، كما روعي أن تكون الغرفة مزودة بإضاءة جيدة-التأكد من سلامة جميع أجهزة وأدوات القياس والإختبارات -يراعى أثناء تطبيق الإختبارات أن يقف التلميذ في الوضع المعتدل بدون شد أو توتر وعدم القيام بأي حركة.
- إعداد استمارة استفتاء لأكثر الإنحرافات شيوعا لدى عينة البحث حسب الخبراء والمختصين:
- بالإستعانة بالدراسات السابقة والجانب النظري قام الباحث بحصر الانحرافات القوامية الأكثر شيوعا لهذه الفترة العمرية، وكذلك بإجراء إستفتاء رأي السادة الخبراء المتخصصين في الانحرافات القوامية ، وذلك بوضع استمارة استطلاع تتضمن مجموعة من الإنحرافات القوامية مرتبة حسب أجزاء الجسم ، فعلى المجيب فقط أن يجيب على أساس ميزان تقديري ثلاثي (أوافق بقوة — أوافق — لا أوافق) على الإنحراف المذكور ، وبعده يقوم بترتيب هذه الإنحرافات حسب أجزاء الجسم.

الجدول (03) نسبة اتفاق السادة الخبراء على أنواع الانحرافات لهذه المرحلة وكذلك ترتيبها حسب ظهور

م	الانحراف	التكرارات	النسبة %	الرتيب
*	الرأس:			
1	سقوط الرأس للأمام	4	40	الأول
2	ميل الرأس للجانب	3	30	الثاني
*	الجدع:			
3	سقوط أحد الكتفين	7	70	الأول
4	استدارة الظهر	4	40	الثاني
5	الإنحناء الجانبي	4	40	الثالث
6	التجويف القطني	3	30	الرابع
7	بروز البطن	3	30	الخامس
8	استدارة الظهر والتجويف القطني معا	2	30	السادس
*	الأطراف السفلي:			
9	اصطكاك الركبتين	7	70	الأول
10	ميل الحوض للأمام	6	60	الثاني
11	ميل الحوض لأحد الجانبين	4	40	الثالث
12	تقوس الرجلين	4	40	الرابع

يتضح من الجدول (03) نسبة إتفاق السادة الخبراء ل لانحرافات القوامية للمرحلة السنوية عينة البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لإتفاق بين الخبراء ما بين 30 – 70% وقد إرتضى الباحث بنسبة 30% كأقل نسبة اتفاق للسادة الخبراء حول الانحرافات القوامية لهذه المرحلة لتطبيقها على عينة البحث وذلك بالإجابة أوافق بقوة على الإنحراف المذكور، يعنى ذلك أنه سيتم قياس جميع الانحرافات القوامية المذكورة بالجدول على عينة البحث .

— **تحكيم الإستبيان الموجه للتلاميذ :** لقد عمد الباحث خلال هذه الدراسة في الوقوف على الصعوبات التي قد تواجه التلاميذ في فهم الأسئلة المطوحة عليهم المرتبطة بموضوع البحث وذلك من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه، وقد شملت أسئلة مغلقة وتكون الإجابة عليها بنعم أو لا، وأسئلة أخرى مغلقة مفتوحة بسيطة فقط على التلميذ الإجابة عليها بكل صراحة حيث كان الهدف منها فقط جمع بيانات على تلاميذ عينة البحث .

ويذكر الباحث أنه خلال عملية إعداد لهذه الأداة تم الأخذ بالإحتياجات التالية:

— الإعتتماد على الدراسات السابقة المرتبطة بمضمون الإستبيان والدراسات السابقة، والإطار النظري.

— ارتباط كل سؤال في الإستبيان بمشكلة البحث وهذا يساعد على تحقيق أهداف البحث.

— تم صياغة الأسئلة بطريقة سهلة يمكن تفريغها واستخلاص نتائجها.

وقد شمل الاستبيان المحاور التالية: -**المحور الأول:** يتضمن الجانب الثقافي والإقتصادي للأبوين. -**المحور الثاني:** يتضمن العادات السيئة. - **المحور الثالث:** يتضمن الممارسة (اللياقة العامة). - **المحور الرابع:** يتضمن البيئة المدرسية .

وكصدق ظاهري تم إعداد تلك الأسئلة في البداية على شكل مقترح وعرضها على الأستاذ المشرف و مجموعة من الأساتذة والدكاترة بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغاثم و وهران وشلف بغرض الأخذ بآرائهم وتوجيهاتهم العلمية حول الغرض من الأسئلة إلى جانب صياغتها بأسلوب علمي واضح.

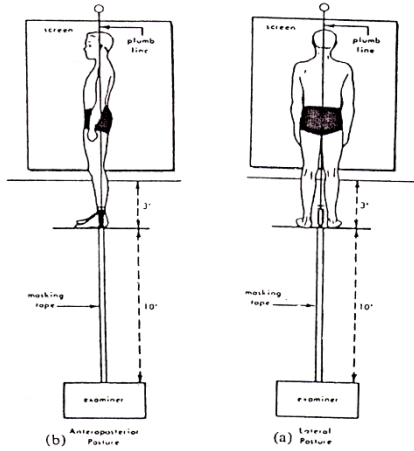
— **الدراسة الاستطلاعية:** خلال هذه المرحلة تناول الباحث إختبارات القوام وإستمارة جمع البيانات بالتجريب للتأكد من ثقلها العلمي، حيث تم اختيار عينة عشوائية من تلاميذ الصف الرابع والخامس من المرحلة الابتدائية قوامها 20 تلميذا من

مجتمع البحث الأصلي وتم اختيار من كل مدرسة (05) تلاميذ وهم من نفس المجتمع الأصلي بواقع 04 مدارس من مدارس الإبتدائية لشرق ولاية وهران، وطبقت عليهم مجموعة الإختبارات المستهدفة وعلى مرحلتين متتاليتين أين تمت المرحلة قبلية الأولى بتاريخ 2009/10/20 بينما المرحلة البعدية تمت بتاريخ 2009/10/27، وقد أشرف الباحث بنفسه على إجراء الإختبارات بمساعدة فريق عمل يضم مجموعة من الطلبة السنة الثالثة هم بصدد تحضير شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية، أجرت هذه العملية بتحديد كل يوم من أيام الأسبوع بالذهاب إلى المدرسة وإجراء الإختبارات خلال الفترة الصباحية، لتكرر العملية في الأسبوع الموالي وبنفس الترتيب، المدرسة الأولى فالأولى، الثانية فالثانية...، كما تم التبديل لإجراء القياسات على نفس التلاميذ ولكن عن طريق مجموعة أخرى من مجموعات القياس للتأكد من أن درجة الحكم على الإنحرافات القوامية ثابت وموضوعي أي لا يتغير القياس ولا نتائجه بإعادة تطبيقه أو بتغيير القائمين على عملية القياس، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (04) يبين معامل الثبات لمحاور الإستبيان والإختبارات المطبقة على عينة البحث

محاوور الإستبيان	معامل الثبات	إختبارات القوام	معامل الثبات	الصدق الذاتي
الجانب الثقافي والإقتصادي للأبوين	0.84	إختبار "بانكرافت" الخيط والنقل	0.95	0.97
يتضمن العادات السيئة	0.86	إختبار نيويورك للقوام (لوحة تقدير القوام)	0.90	0.94
يتضمن الممارسة (اللياقة العامة)	0.76	إختبار شاشة القوام (لوحة المربعات)	0.80	0.89
يتضمن البيئة المدرسية	0.83	/	/	/

— أدوات البحث: لقد اتفق كل من ماتيسون Mathews ،جونسون ونيلسون Johnson & Nelson ،محمد



صباحي حسنين ، على أهمية استخدام هذه الأجهزة لقياس

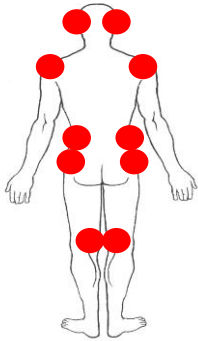
انحرافات القوامية التالية :1-جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر،2-ميزان طبي لتقدير وزن الجسم بالكيلوجرام. 3-البطاقة النموذجية المعدة لإختبار نيويورك للقوام (لوحة تقدير القوام).4-شاشة القوام (لوحة المربعات)،5-تحليل صورة التلميذ بواسطة الحاسوب،6-ميزان البناء (خيوط في طرفه قطعة معدنية ثقيلة لإختبار استقامة الحوائط)يعلق الخيط على عمود خشبي بحيث يكون الثقل ملامس للأرض ،7-استمارة تسجيل

البيانات. (ماتيسون Mathews 1978م،50) (جونسون

ونيلسون Johnson & Nelson 1979م، 421) (محمد حسنين 2003م،153-156)، إضافة إلى هذا يستخدم الباحث كاميرات تصوير. 10- الحاسوب.

وقد إتبع الباحث الشروط التي يجب اتباعها عند القياس وكذلك الطريقة التي أكدها كل من نادية

الدمرداش، وأحمد خاطر وآخرون، روني بايولوتي René Paoletti وهي :



1-المعرفة التامة بالنقاط التشريحية لأماكن القياس.

2-الإلمام بالأوضاع التي يجب أن يتخذها المختبر أثناء القياس.

3-الإلمام بطريقة استخدام الأجهزة.

4-توحيد ظروف القياس لجميع التلاميذ من حيث الزمن ودرجة الحرارة.

5-أن يتم القياس و التلميذ عاريا إلا من لباس البحر(الثبان).

شكل رقم(03) يبين النقاط

6- تسجيل كل البيانات بدقة مع تحديد التاريخ الذي أجري فيه الإختبار .(نادية الدمرداش78 التشريحية التي يجب توضيحها

وآخرون1984م،88) (روني بايولوتي René Paoletti 2003،177).

— مواصفات ومفردات إختبارات القوام:

— إختبار "بانكرافت" الخيط والثقل :

الغرض من الإختبار :تحديد القوام الجيد الخالي من الإنحرافات.

الأدوات :خيوط في نهايته ثقل - ميزان البناء - حامل إرتفاعه متران.

مواصفات الاداء :يربط الخيط في الحامل من أعلى على أن يكون الثقل متدليا في نهايته، يقف الفرد وهو بمايوه

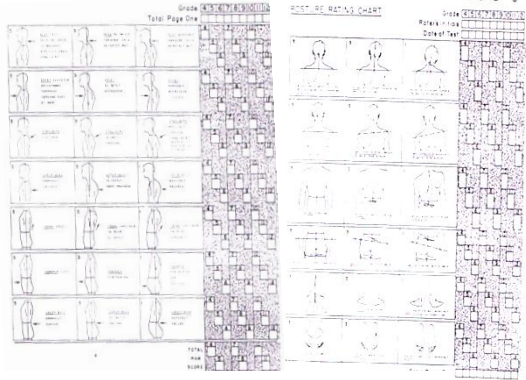
البحر بدون حذاء، يتم تحديد النقاط التشريحية التالية:-منتصف حلمة الأذن. -مفصل الكتف. - منتصف أعلى

المدور الكبير للفخذ. - نقطة خلف عظم الردفة مباشرة. - نقطة أمام النتوء الوحشي للقدم.

يقف الفرد بين القائم والخيط المدلي من أعلى و بأخره الثقل، وعلى بعد 5سم تقريباً، ومواجهها للجهاز بالجانب المحدد عليه النقاط التشريحية السابق إيضاها، ثم يقف المختبر على بعد مترين تقريباً على امتداد الخيط الذي يقف عليه الفرد، يلاحظ المختبر مرور الخيط بالنقاط التشريحية الخمس المحددة شكل (03) — ويكون هذا مؤشراً على القوام الخالي من التشوهات الأمامية والخلفية، أما إذا مر الخيط المدلي خلف النقطة التي يتم

تحديدها على منتصف الكتف مثلاً، فيعتبر ذلك دليلاً على وجود تشوه إستدارة الظهر . أنظر شكل رقم(01)

— إختبار نيويورك للقوام (لوحة تقدير القوام):
الغرض من الاختبار: قياس الإنحناءات الخلفية والجانبية للعمود الفقري.



شكل رقم(02) يبين البطاقة النموذجية المعدة لإختبار نيويورك للقوام (لوحة تقدير القوام)

الأدوات: كميترات تصوير، حاسوب، وميزان البنا(خيط في

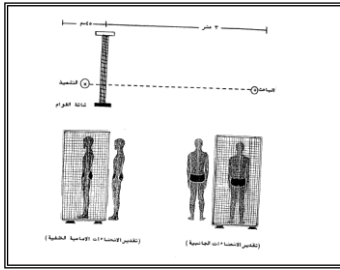
طرفه قطعة معدنية ثقيلة لإختبار استقامة الحوائط) يعلق الخيط بحيث تكون الثقل ملامس للأرض.

مواصفات الأداء: يشتمل هذا الاختبار على سلسلة من المناظر

الجانبية والخلفية لأجزاء الجسم، ويقدر الممتحن كل جزء من أجزاء الجسم على النظام التالي:

الوضع الصحيح: خمس نقط. انحراف بسيط: ثلاث نقط.

انحراف ملحوظ: نقطة واحدة.



شكل رقم(04) يبين إجراءات اختبار شاشة القوام (لوحة المربعات)

يقف التلميذ وقفة عادية مريحة بين ميزان البنا وآلة التصوير بحيث يكون

وجهه للحائط، في هذا الوضع يقسم خيط الثقل الجسم الى نصفين

يمين ويسار، بعد أخذ صورة له في هذا الوضع يقوم التلميذ بالإستدارة جهة اليسار لإتخاذ الوضع القوامي

الجانبى وتؤخذ له صورة.

ولتحديد الإنحرافات القوامية تقارن الصور المأخوذة للتلميذ في هذ الأوضاع بالبطاقة النموذجية المعدة لهذا

الإختبار والموضحة في الشكل رقم (02) بحيث توضع درجة القياس في خانة الصف الذي ينتمي إليه المختبر

، وأسفل هذا الجزء يوجد المجموع للوحة الأولى وفي نفس الموقع يوجد المجموع للوحة الثانية حيث يمثل مجموع

اللوحتين معاً الدرجة الكلية للمختبر على الإختبار، الدرجة العظمى للإختبار هي 65 درجة والصغرى هي 13

درجة.

— إختبار شاشة القوام (لوحة المربعات):

الغرض من الإختبار: يستعمل لقياس الأنحاءات الجانبية للجسم كما يصلح لتحديد درجة تشوه اصطكاك الركبتين وتقوس الرجلين.
الأدوات: حاسوب، كاميرات تصوير.

مواصفات الأداء: قبل أن يتخذ التلميذ وضعية الوقوف العادية بحيث يكون وجهه مواجه للحائط يجب تحديد بعض النقاط التشريحية بالجبس أو بأي علامة واضحة على المناطق التالية: — نقطتان على حلمتي الأذنين. — نقطتان على رأس عظمي العضد. — نقطتان على الحافتين العلويتين لعظم الحوض. — نقطتان أعلى رأس عظمي الفخذين. — نقطتان في منتصف الركبتين. — نقطتان على التوءين الأنسيين للقدمين. بعدها يتم أخذ صورة واضحة للتلميذ بواسطة آلة التصوير، تم تحلل الصورة بواسطة الحاسوب وذلك بوضع مستطيل مقسم الى عدة مربعات متساوية الأضلاع فوق الصورة مباشرة وبالنظر الى التلمذ تتضح الإنحرافات التالية:

— يتضح وجود انحراف العنق المائل من عدم توازن النقطتين المحددتين على الأذنين.

— يتضح وجود تشوه الإنحاء الجانبي بالمنطقة الصدرية من عدم توازي النقطتين المحددتين أعلى رأس عظمي العضد.

— يتضح الإنحاء الجانبي بالمنطقة القطنية من عدم توازي النقطتين أعلى الحافتين العلويتين لعظم الحوض وكذلك أعلى رأس عظمي الفخذ ، وإذا تساوت النقاط المتماثلة على الجانبين فإن هذا دليل على عدم وجود أنحرافات جانبية.

— تقاس المسافة بين الحافتين الأنسيين للركبتين لتحديد انحراف تقوس الركبتين.

— تقاس المسافة بين النقطتين المحددتين على التوءين الأنسيين للقدمين لمعرفة درجة انحراف اصطكاك الركبتين.

— التجربة الرئيسية:

قام الباحث بتطبيق القياسات الخاصة بمتغيرات النمو (الطول - الوزن)، وإختبارات الانحرافات القوامية وتوزيع الإستيبيان لعينة البحث الأساسية وذلك وفقاً للخطوات التالية: — تم حصر عدد الأدوات والأجهزة المطلوبة لإجراء القياسات وفي ضوئها تم تقسيم مجموعات العمل بالفريق البحثي ومعاونيهم من المتطوعين إلى أربعة مجموعات وكل مجموعة تتكون من عدد (3) أعضاء يتأخر كل مجموعة عضو سبق وأن تم تدريبه للقيام بالوظائف التالية: — التنظيم وقياس الطول والوزن - التسجيل في استمارات القياس - تحديد العلامات التشريحية على أجزاء الجسم للتلميذ - توزيع الإستيبيان على التلاميذ - تصوير التلاميذ بواسطة كاميرا تصوير ، وبعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة قيد البحث ، قام الباحث بمعالجة الصور الفوتوغرافية عن طريق الحاسوب بمساعدة مختص في الإعلام الآلي وكذلك بعض المختصين في مجال الطب ، أما تفريغ الإستمارات فقد تمت بمساعدة فريق من الطلبة المتطوعون السابقون الذكر والذي كان عددهم (4)، وقد امتدت هذه الفترة من 2010/02/01 الى 2010/03/28 .

— **المعالجات الإحصائية:** بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة (قيد البحث) تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتأكد من صحة الفروض باستخدام القوانين الإحصائية والحاسب الآلي باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS وتم حساب: -الوسط الحسابي- الانحراف المعياري- الوسيط -معامل الالتواء- إختبار حسن المطابقة ك²-النسبة المئوية .

— عرض النتائج:

الجدول رقم (05) تجانس عينة البحث في متغيرات النمو

البيانات المتغيرات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	560	9.505	0.84	9	0.59
الطول		137.43	4.88	136	0.29
الوزن		33.60	2.92	32	0.58

يتضح من الجدول (05) متغيرات النمو لعينة البحث في السن والطول والوزن والوسيط ومعامل الالتواء مما يدل على تجانس عينة البحث، هذا يعطي دلالة مباشرة على أن جميع متغيرات السن، والطول، والوزن خالية من عيوب التوزيعات الغير الإعتدالية وهذا يدل على تجانس العينة.

الجدول رقم (06) النسبة المئوية للانحرافات القوامية لتلاميذ عينة البحث وكذا ترتيبها

م	اسم الانحراف	ن	العدد	النسبة %	الترتيب
1	سقوط أحد الكتفين عن الآخر	560	255	45.535	الأول
2	استدارة الظهر		172	30.714	الثالث
3	ميل الرأس للجانب		156	27.857	الرابع
4	بروز البطن		150	26.78	الخامس
5	التجويف القطني		134	23.928	السادس
6	سقوط الرأس أماماً		120	21.428	السابع
7	تسطح الظهر		102	18.214	الثامن
8	اصطكاك الركبتين		75	13.392	التاسع
9	تقوس الرجلين		72	12.857	العاشر
10	الانحناء الجانبي للعمود الفقري لأحد الجانبين		57	10.178	الحادي عشر
11	ميل الحوض للأمام		37	6.607	الثاني عشر
12	ميل الحوض لأحد الجانبين		16	2.857	الثالث عشر
13	استدارة الظهر والتجويف القطني معا		11	1.964	الرابع عشرة

من خلال الجدول (06) يتضح الإنحرافات القوامية لدى التلاميذ عينة البحث الأكثر شيوعا وكذا ترتيبها حسب نسبة الظهور لدى عينة البحث، وقد حصلت الإنحرافات التالية على أعلى نسبة انتشار للأفراد عينة البحث وهي: 1-سقوط أحد الكتفين. 2- استدارة الظهر. 3- ميل الرأس للجانب 4- بروز البطن، بينما جاءت الإنحرافات القوامية الأخرى بنسب انتشار أقل.

الجدول (07) النسبة المئوية للتلاميذ الذين ليس لديهم انحراف والتلاميذ الذين لديهم أكثر من انحراف قوامي

م	الفئة	ن	العدد	النسبة %
1	تلاميذ ليس لديهم انحرافات	560	125	22.32
2	تلاميذ لديهم من 1 - 2 انحراف		156	27.85
3	تلاميذ لديهم من 3 - 5 انحراف		227	40.53
4	تلاميذ لديهم من 6 - 10 انحرافات		45	8.03
5	تلاميذ لديهم أكثر من 10 انحرافات		7	1.2

باستعراض نتائج الجدول (07) والخاص بالنسبة المئوية لعدد الانحرافات القوامية لفئة تلاميذ عينة البحث أن التلاميذ الذين ليس لديهم انحرافات كان 125 بنسبة مئوية 22.32% بينما الذين لديهم انحرافات بلغ عددهم 435 تلميذاً بنسبة قدرها 77.67% من إجمال عينة البحث.

— عرض نتائج الاستبيان: المحور الأول: الجانب الثقافي والإقتصادي للوالدين:

س1: ماهو مؤهل والديك؟

جدول رقم (08) يوضح المؤهل العلمي للأبوين

الشهادة المتحصل عليها أحد الأبوين					يعرف الكتابة والقراءة		أمي		ن	الإجابة العينة
دراسات عليا	جامعية	بكالوريا	متوسطة	ابتدائية	معا	الأب	معا	الأب		
15	37	32	15	20	102	108	15	17	125	ليس لديهم انحرافات
12	29.6	25.6	12	16	81.6	86.4	12	13.6		النسبة المئوية %
8	14	24	30	141	198	209	210	226	435	لديهم انحرافات
1.83	3.21	5.51	6.89	32.41	45.51	48.04	48.27	51.95		النسبة المئوية %
88.23					56.33					كأ ² المحسوبة
4					3					درجة الحرية
9.49					7.82					كأ ² الجدولية

س 2_ هل والديك يعملان ؟

جدول رقم (09) اجابات التلاميذ حول عمل الوالدين

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	معا(الأب والأم)		كا ² المحسوبة	الأب		ن	الإجابة العينة
			لا	نعم		لا	نعم		
1	3.84	12.94	37	88	8.57	04	121	125	ليس لديهم انحرافات
			29.6	70.4		3.2	96.8		النسبة المئوية
			67	368		53	382	435	لديهم انحرافات
			15.40	84.59		12.18	87.81		النسبة المئوية

س 3 _ ماهو نوع المسكن الذي تقطنون به؟

جدول رقم(10) النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول السؤال الرابع

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	كراء	سكن خاص	شقة	ن	الإجابة العينة
20.8	55.2	24	النسبة المئوية%				
46	68	321	435	لديهم انحرافات			
10.57	15.63	73.79		النسبة المئوية%			

س 4_ هل لديك غرفة خاصة بالمتزل؟

جدول رقم(11) يبين مدى النسب المؤوية للتلاميذ ممن لديهم غرف خاصة بالمتزل

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ²	لا	نعم	ن	الإجابة العينة
44	56	النسبة المئوية%				
237	198	435	لديهم انحرافات			
54.48	45.51		النسبة المئوية%			

وللتأكد من كون الجانب التعليمي والإقتصادي يسهم بشكل كبير في ظهور الانحرافات القوامية لدي عينة البحث تم تصنيفهم إلى عدة مستويات حسب درجة تعليم الأبوين(الثقافي) وكذلك الجانب الإقتصادي وهذا حسب الجداول(08) حتى (12) كالتالي :

- مستوى أول: هم أفراد عينة البحث أبويهم ذو مستوى عالي من التعليم والجانب الإقتصادي.
- مستوى ثاني: هم أفراد عينة البحث أبويهم ذو مستوى متوسط من التعليم والجانب لإقتصادي.
- مستوى ثالث :هم أفراد عينة البحث أبويهم ذو مستوى متدني من التعليم والجانب الإقتصادية.

وقد صنف الباحث هذه المستويات حسب المؤشرات التعليمية والإقتصادية المذكورة في الجداول أعلاه.

جدول رقم (12) يبين توزيع النسب المؤوية لعينة البحث حسب المستويات المقترحة من طرف الباحث

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	مستوى ثالث	مستوى ثاني	مستوى أول	ن	الإجابة
							العينة
2	5.99	35.67	28	41	56	125	ليس لديهم انحرافات
			22.4	32.8	44.8		النسبة المئوية %
			218	129	88	435	لديهم انحرافات
			50.11	29.65	20.22		النسبة المئوية %

المحور الثاني:

العادات السيئة

س1- هل تشعر بالخلج أثناء المشي ؟

جدول رقم (13) مدى مساهمة الخجل في ظهور الانحرافات القوامية

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	لا أشعر بالخلج	أشعر بالخلج	ن	الإجابة
						العينة
1	3.84	12.17	91	34	125	ليس لديهم انحرافات
			72.8	27.2		النسبة المئوية
			241	194	435	لديهم انحرافات
			55.40	44.59		النسبة المئوية

س2 - تحمل المحفظة على؟

جدول رقم (14) يوضح طريقة حمل التلاميذ المحفظة المدرسية

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	من يد الى أخرى	في اليد مذلات	باليدين مثبتين	معلقة على الكتفين	ن	الإجابة
								العينة
3	7.82	21.00	14	42	4	65	125	ليس لديهم انحرافات
			11.2	33.6	3.2	52		النسبة المئوية %
			38	70	20	307	435	لديهم انحرافات
			8.73	16.09	4.59	70.57		النسبة المئوية %

س3- كم عدد ساعات المراجعة في اليوم؟

جدول رقم (15) يبين عدد ساعات مراجعة التلاميذ في اليوم

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	ساعتين فأكثر	ساعة الى ساعتين	من نصف ساعة الى ساعة	ن	العينة الإجابة
2	5.99	22.25	30	60	35	125	ليس لديهم انحرافات
			24	48	28		النسبة المئوية %
			137	250	48	435	لديهم انحرافات
			31.49	57.47	11.03		النسبة المئوية %

س4- عدد ساعات مشاهدة التلفاز ؟

جدول رقم (16) يبين عدد ساعات مشاهدة التلاميذ للتلفاز

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	ساعتين فأكثر	ساعة الى ساعتين	من نصف ساعة الى ساعة	ن	العينة الإجابة
2	5.99	18.94	30	70	25	125	ليس لديهم انحرافات
			24	56	20		النسبة المئوية %
			129	276	30	435	لديهم انحرافات
			29.65	63.44	6.89		النسبة المئوية %

المحور الثالث:

البيئة المدرسية

س1- عدد تلاميذ الفصل؟

جدول رقم (17) يوضح عدد التلاميذ في الفصل

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	40-35	35-30	ن	العينة الإجابة
1	3.84	1.02	12	113	125	ليس لديهم انحرافات
			9.6	90.4		النسبة المئوية %
			30	405	435	لديهم انحرافات
			6.89	93.10		النسبة المئوية %

س2_ أثاث القسم(الكرسي والطاولة) ؟

جدول رقم(18) يوضح مدى مناسبة أثاث القسم مع التلميذ

درجة الحرية	كأ ² الجدولية	كأ ² المحسوبة	غير مناسبين	مناسبين لحجم التلميذ	ن	العينة
						الإجابة
1	3.84	4.69	30	95	125	ليس لديهم انحرافات
			24	76		النسبة المئوية %
			149	286	435	لديهم انحرافات
			34.25	65.74		النسبة المئوية %

س3 _ الإضاءة بالقسم ؟

جدول رقم(19) يبين نوع الإضاءة بالقسم

درجة الحرية	كأ ² الجدولية	كأ ² المحسوبة	غير كافية	كافية	ن	العينة
						الإجابة
1	3.84	11.75	17	108	125	ليس لديهم انحرافات
			13.6	86.4		النسبة المئوية %
			125	310	435	لديهم انحرافات
			28.73	71.26		النسبة المئوية %

س4 _ الكتابة على الصبورة ؟

جدول رقم(20) يبين مدى وضوح الكتابة على الصبورة

درجة لالحرية	كأ ² الجدولية	كأ ² المحسوبة	غير واضحة	واضحة	ن	العينة
						الإجابة
1	3.84	10.03	55	70	125	ليس لديهم انحرافات
			44	56		النسبة المئوية %
			126	309	435	لديهم انحرافات
			28.96	71.03		النسبة المئوية %

المحور الرابع:

ممارسة الرياضة (اللياقة العامة) :

س1_ هل تمارس الرياضة في وقت الفراغ؟

جدول رقم (21) يبين النسب المتوقعة للتلاميذ الذين يمارسون الرياضة

درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	لا	نعم	ن	العينة الإجابة
1	3.84	6.23	75	50	125	ليس لديهم انحرافات
			60	40		النسبة المئوية %
			325	110	435	لديهم انحرافات
			74.71	25.28		النسبة المئوية %

— مناقشة النتائج:

للتعرف على معدل إنتشار الإنحرافات القوامية وأنواعها لدى تلاميذ عينة البحث بمنطقة شرق وهران يتبين لنا وفقا للجدول (06) الإنتشار الكبير للإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية خاصة إنحراف سقوط أحد الكتفين عن الآخر، استدارة الظهر، ميل الرأس للجانب، و بروز البطن الأمر الذي يمكن إعتبره إشارة إلى مدى الخطورة التي يتعرض لها التلميذ في المرحلة الابتدائية، وكلها إنحرافات على مستوى العمود الفقري، ويشير مجدي نصر الدين عفيفي نقلا عن جاملين Gamalin أن أهم العوامل البيئية التي تؤدي إلى عيوب القوام، ضعف الإمكانيات في بعض المدارس، والأساس المدرسي، سوء التغذية، وعدم ممارسة النشاط الرياضي (مجدي نصر الدين عفيفي 1999م، 50-51)، حيث جاء إنحراف سقوط أحد الكتفين عن الآخر في المرتبة الأولى حيث أصاب 45.53% من إجمالي عينة البحث وقد يرجع الباحث ذلك إلى الأوضاع الخاطئة التي يكتسبها التلاميذ في أنشطة الحياة اليومية لأحد الكتفين عن الآخر مثل حمل حقيبة المدرسة باستمرار على جانب واحد أو أي أقال أخرى بذراع واحد بصفة مستمرة تزيد عن استخدام الذراع الآخر أو الوقوف على رجل واحدة باستمرار دون الأخرى، وكذلك ممارسة بعض الهوايات التي تعتمد على جانب واحد دون الآخر كعزف الكمان والإصابة بضعف السمع، ويتفق ذلك مع كل من محمد حسين خليل وآخرون، و حياة عياد وآخرون، أن الأسباب الرئيسية لظهور هذا الإنحراف العادات الغير السليمة في المراجعة وكذا العادات السيئة في حمل الأشياء وخاصة المحفظة المدرسية والجلسة الغير السليمة على مقاعد المدرسة (محمد خليل وآخرون 1997م، 35) (حياة عياد روفائيل وآخرون 1991م، 24)، وفي المرتبة الثانية ظهر إنحراف إستدارة الظهر بنسبة مئوية 30.71%، و حسب أرثيم وآخرون Arnheim et al أن هذا الإنحراف يشير إلى عدم قدرة التلميذ على مواجهة أحمال الجسم وخاصة الواقعة على كاهل العمود الفقري و كثيرا ما توجد علاقة بين إنحراف إستدارة الظهر و التجويف القطني حيث يصاب الفرد بالإستدارة في الظهر فيحاول تعويض الإنحاء للإحتفاظ بإتزان الجسم فيدفع الحوض للأمام فيزيد الإنحاء القطني (مجدي نصر الدين عفيفي 1999م، 65)، ويرى الباحث أنه يمكن الإصابة بهذا الإنحراف عن طريق العادات السيئة مثل الجلسة الخاطئة على مقعد الدراسة أو الوقفة الخاطئة أو الجلوس الطويل الخاطئ أمام

التليفزيون وبعض أمراض الجهاز التنفسي التي تسبب ضيق القفص الصدري وتسطحه فينحني الظهر وضعف النظر وقصره مما يجعل الشخص يميل إلى الأمام للتحقق من الأشياء وخلل في منحنيات العمود الفقري وضيق الملابس ، ويتفق ذلك مع محمد حسين خليل وآخرون على أن هذا الانحراف يأتي نتيجة ضعف العضلات والعادات القوامية الخاطئة في الوقوف أو الجلوس وسوء التغذية ، كما أن هناك انحراف تعويضي لاستدارة الظهر يحدث خاصة عند الزيادة في التجويف القطني. (محمد خليل وآخرون 1997م، 195)

ويأتي تشوه ميل الرأس للجانب في المرتبة الثالثة بنسبة مئوية 27.85% وقد يرجع هذا التشوه إلى الجلوس على المكتب والكتابة مدة طويلة خاصة خلال المراجعة وعادات الخجل وبعض المهن التي تتطلب إتخاذ أوضاع تساعد على ميل الرقبة والخلل العضوي في إحدى العينين أو الأذن أو قصر إحدى الرجلين عن الأخرى والجلوس مدة طويلة أمام التليفزيون بصورة خاطئة ، ويذكر محمد خليل وآخرون أن هذا الانحراف يؤدي إلى إنحراف الجسم عن الخط العمودي الأوسط للعمود الفقري إما كله أو لبعض فقراته، وقد ترجع هذه الانحرافات الجانبية إلى ضعف عضلي أو بعض حالات خلل نمو العظام أو سوء التغذية، كما أن العادات السيئة في الوقوف والجلوس التي يمارسها التلاميذ في حياتهم اليومية تؤدي أيضا إلى هذه الانحرافات. (محمد خليل وآخرون 1997م، 10) ، بينما جاء إنحراف بروز البطن في المرتبة الرابعة بنسبة مئوية 26.78% وقد يعزي الإصابة بهذا الانحراف وضعف عضلات البطن لتلاميذ هذه المرحلة إلى الجلوس بلونحاء لمدة طويلة أثناء القراءة أو مشاهدة برامج التلفزيون أو اللعب على جهاز الكمبيوتر مدة طويلة ، أو الجلوس على مقعد غير مناسب لجسمه بالمدرسة لمدة طويلة أو عدم ممارسة الأنشطة الرياضية ، حيث أنه قد تسبب العادات السيئة المكتسبة إلى ضعف عضلات البطن مما يؤدي إلى ترهل الأحشاء ، ويتفق ذلك مع نتائج محمد خليل وآخرون على أنه من المهم إعتياد الجلوس الصحيح والوقوف المعتدل مع شفت عضلات البطن وتناول الأغذية المناسبة ، بالإضافة إلى الاهتمام بممارسة اللعب السليم والحركات الرياضية التي تعمل على تقوية عضلات جدار البطن (محمد خليل وآخرون 1997م، 149) ، وقد أوضحت ناهد عبد الرحيم أن إستمرار الجلوس لوقت طويل يسبب تغير في حيوية ونشاط العضلة البطنية والعضلات الخلفية للأكتاف كما يعيق التنفس والدورة الدموية. (ناهد عبد الرحيم 1986م، 31)

ومما سبق يتضح أن جميع هذه الانحرافات السابقة والتي تم التركيز عليها شملت العمود الفقري يكون إما إنحراف للعمود الفقري كله أو بعض فقراته عن الخط المتوسط للجسم (خط الجاذبية الأرضية) ويختلف نوع الميل حسب درجة الانحراف ويرجع أسباب الإصابة بهذه الانحرافات الضعف العضلي لمجموعة عضلات الظهر الذي يلي سوء التغذية وإكتساب العادات القوامية السيئة في الوقوف أو الجلوس أو النوم أو حمل أشياء ثقيلة وحالات التعب وقصور السمع لأحد الأذنين أو ضعف النظر أو التأثير البيئي مثل الإضاءة السيئة والمقاعد غير المريحة والملابس الضيقة وبعض حالات الخلل في النمو ونتيجة لحالات الشلل والإصابة

بأضلاع القفص الصدري وقصر أحد الرجلين عن الأخرى و إصطكاك أحد الركبتين أو تقوس أحد الرجلين أو المد الزائد لأحد الركبتين للخلف (حياة عياد روفائيل وآخرون 1991م، 70-72)، حيث يشير محمد خليل وآخرون على أن هذه الانحرافات للعمود الفقري قد تؤثر على وضع الأعضاء الداخلية للجسم وبالتالي على وظائفها الطبيعية ، بالإضافة إلى الإحساس بالألم والأوجاع خاصة في أسفل الظهر(محمد خليل وآخرون 1997م، 10)، وعليه يمكن القول أن هذه الانحرافات قد تؤثر تأثيراً كبيراً على المستقبل القوامي لتلاميذ عينة البحث إذا لم يتم التدخل الإيجابي للحد منها أو علاجها من خلال مجموعة من التمرينات الرياضية المناسبة لها وخاصة أن هذه الانحرافات من الدرجة الخفيفة التي يمكن علاجها بالتمرينات الرياضية لإصلاح نسبة كبيرة منها ، ويتفق ذلك مع محمد حسين علاوي وآخرون نقلاً عن نيكولز Nickols، سيرج وهنري serge et henri إلى أنه يمكن إعطاء التمرينات التي تتضمن عمل جيد لميكانيكية الجسم التي تستند على مبادئ فسيولوجية وتشريحية وميكانيكية تبعاً لتشخيص حالة كل فرد على حده ، وتتضمن التمرينات الرياضية تنمية وتطوير عناصر القوة والتحمل العضلي والإطالة العضلية و الجهاز الدوري التنفسي بالإضافة إلى تمرينات لتحسين الحس - عضلي. (محمد حسين علاوي وآخرون 2001م، 107) (سيرج وهنري serge et henri 2001م، 35)

ولاستعراض نتائج الجدول (07) والخاص بالنسبة المئوية لعدد الانحرافات القوامية لفئة تلاميذ عينة البحث اتضح أن 77.67% من العينة الكلية ظهرت لديها انحرافات متنوعة من جميع القياسات التي تم إجرائها وقد يرجع ذلك إلى بعض العادات السيئة التي يكتسبها التلاميذ والتعود عليها .

وباستعراض النتائج المتحصل عليها في الجداول (08) إلى (11) والخاصة بتأثير المتغير الثقافي والاقتصادي للأبوين، تبين أن كلاً من المحسوبة دالة إحصائياً، وتفسير الباحث لهذا أنه كلما زاد المستوى الثقافي للآباء قلت الانحرافات القوامية عند الأبناء وذلك لوعي الآباء بالعادات القوامية والغذائية السليمة التي تضمن النمو الجيد والمتزن للأبناء ، إن المستوى الثقافي للفرد يؤثر على المستوى الاقتصادي أو دخل الأسرة ، فالفرد المتعلم بدرجة عالية في الغالب ما يستطيع أن يلتحق بعمل يتيح له حياة كريمة ومن هذا المنظور يرى الباحث أن المستوى الاقتصادي العالي يتميز بقلة الانحرافات القوامية والتي تعتمد على حقيقة أنه كلما زاد المستوى الثقافي والاقتصادي للآباء قلت نسبة الانحرافات القوامية عند الأبناء ولذلك لوعي الآباء بالعادات القوامية والغذاء السليم الذي يضمن النمو الجيد والمتزن للأبناء هذا من جهة، ومن جهة أخرى فإن التلاميذ ممن ينتمون إلى المستوى الثالث ذوي مستوى تعليمي واقتصادي متدني ينقص الوعي والثقافة بضرورة الإستمرار في التعليم مما قد يساعد على تسربهم من التعليم ، مما ينعكس على نقص الوعي القوامي لديهم ،بالإضافة إلى نقص إهتمام الآباء بأبنائهم وبالتالي ظهور الانحرافات القوامية، وهذا يتفق مع نتائج سميرة أحمد على أنه لا يمكن تجاهل المستوى الاقتصادي المرتفع لأسرة من حيث تأثيره على نمو الطفل وصحته العامة، فالأسرة ذات المستوى الاقتصادي المرتفع توفر لأبنائها ما يحتاجونه من غذاء وملابس وأدوات

وإمكانيات كما تساعدهم على القيام بكثير من الأنشطة المرتبطة بأدائهم المدرسي و في أوقات فراغهم وتوفر لهم الرعاية الصحية المناسبة . (سميرة أحمد 1993م، 45)

ويتضح من الجداول (13) الخاص بمعرفة ما مدى إسهام الخجل في ظهور بعض الانحرافات القوامية لدى عينة البحث، والذي يفسره الباحث كون الشعور بالخجل يؤثر على إنتصاب الجسم أثناء الوقوف والمشي مما يكسب التلاميذ عادات قوامية خاطئة خاصة بالجزء العلوي للجسم مثل بروز الرأس للأمام أو ميلها للجانب، أو إستدارة الظهر، ويمكن إدراج الخجل من المشاكل النفسية التي تساعد على وجود إنحرافات القوام بالإضافة إلى الضغوط النفسية، وهذا ما أتفق عليه كل من نادية عبد الحميد الدمرداش و حامد عبد السلام زهران أن سلوك الفرد وطريقة تحركه تعطي صورة عن الفرد وشخصيته، وكذلك إتصالاته وإتجاهه نحو الحياة تعكس مدى ما يتمتع به من شخصية . (نادية عبد الحميد الدمرداش 1978م، 16) (حامد عبد السلام زهران 1995م، 79)

وتشير النتائج في الجداول (14) الى (17) وبمعيرة χ^2 المحسوبة نجد دالة إحصائية، والذي يرجعه الباحث أن قلة الوعي القوامي سوءا في البيت أو في المدرسة سترعكس على أوضاع التلاميذ القوامية سوءا أثناء الحركة أو الثبات والتي تصبح بمرور الوقت عادات قوامية، ومنها جلسة التلميذ الغير الصحيحة داخل القسم أو بالمزمل لساعات طويلة بمشاهدة التلفزيون أو للمراجعة، بالإضافة إلى طريقة حمل الحقيبة المدرسية بطريقة خاطئة تؤثر بدرجة كبيرة في القوام، فحملها معلقة على الكتف وما يتبع ذلك من رفعها لأعلى لحفظها من السقوط ، قد يكون من أكبر العوامل التي تؤثر على إرتفاع أحد الكتفين عن الآخر و على هذا ظهر إنحراف سقوط أحد الكتفين بنسبة عالية، وهذا ما توصلت إليه نادية عبد الحميد الدمرداش من خلال دراستها والتي تم إجرائها بالمدارس الإبتدائية للريف المصري فقد سجلت أن إنحراف سقوط الكتفين من بين الإنحرافات أكثر شيوعا والتي ربطته بطريقة حمل المحفظة . (نادية عبد الحميد الدمرداش 1978م، 187)

أما النتائج الموضحة في الجداول رقم (17) حتى (20) الخاصة بمتغير البيئة المدرسية فقد دلت النتائج أن إنتشار الإنحرافات القوامية لدى التلاميذ عينة البحث يرجع إلى قلة الإمكانيات وعدم مناسبتها داخل القسم، مما ينتج عنه أنه في كثير من الأحيان تكون جلسة التلميذ غير مريحة فتؤثر على قوامه بالضرورة، ضف إلى ذلك قلة الإضاءة بالفصل، ضعف صوت المدرس أحيانا، ضعف السمع أو البصر ، كلها عوامل ساهمت بشكل فعال في ظهور الإنحرافات القوامية خاصة بالجزء العلوي من الجسم كبروز الرأس للأمام أو ميله للجانبين، حيث يشير كل من عباس الرملي وآخرون، هشام الكرساوي أنه يجب أن يعتني القائمون بإدارة المدارس وأن يتعهدوا بكل ما يمنع حدوث إنحرافات في أجسام التلاميذ وأهم شيء لذلك هو توفير أسباب الراحة والجلوس على المقاعد المناسبة. (عباس الرملي وآخرون 1986م، 51) (هشام الكرساوي 2004م، 145)

وباستعراض نتائج الجدول (21) الخاص بدلالة الفروق بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين الى أن قيمة χ^2 المحسوبة نجد دالة إحصائية، ويرجع ذلك الى الدور الفعال التي تقوم به الأندية الرياضية ومراكز

الشباب في توفير البيئة الصحية المناسبة للتلاميذ وإشباع حاجاتهم من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المحببة إلى نفوسهم، ويتفق هذا مع محمد خليل وآخرون على أن الأندية الرياضية تشبع حاجات التلاميذ عن طريق التدريب وإتاحة الفرصة أمامهم لإكتشاف مواهبهم وتوجيهها السليم باستخدام الإمكانيات المتوفرة لديهم، وأن ممارسة الرياضة لها دور كبير في لياقة التلاميذ العامة وفي سلامة صحتهم من الانحرافات القوامية. (محمد خليل وآخرون 1997م، 134)

— **الاستنتاجات:** في ضوء ما توصل إليه الباحث من بيانات وبعد معالجتها إحصائياً , ومن خلال الربط بين هذه النتائج توصل الباحث إلى عدة الاستنتاجات التالية:

1— هناك إنتشار كبير للانحرافات القوامية في وسط التلاميذ المرحلة الإبتدائية من (9 — 11 سنة).
2— الانحرافات القوامية الأكثر شيوعاً لدى عينة البحث كان عددها 4 مرتبة كالتالي: 1- سقوط أحد الكتفين 45.53%. 2- استدارة الظهر 30.71% 3- ميل الرأس للجانب 27.85%. 4- بروز البطن 26.78%.

3 — يؤثر المستوى الثقافي والاقتصادي للأبوين على نسبة ظهور بعض الانحرافات القوامية لدى عينة البحث.

4 — تؤثر العادات السيئة (الجلوس، الوقوف و المشي الغير السليم) على ظهور بعض الانحرافات القوامية لدى عينة البحث .

5 — تؤثر البيئة المدرسية على ظهور بعض الانحرافات القوامية لدى عينة البحث.

6— يؤثر ممارسة النشاط الرياضي بشكل كبير على الحد من ظهور الانحرافات القوامية.

— **التوصيات:** في ضوء ما توصل إليه الباحث يوصي بما يلي:

— عمل دراسات مسحية لكل مدرسة على حده لتحديد أنواع الانحرافات القوامية التي يعاني منها التلاميذ.

— ضرورة عقد دورات توعية وتثقيف للمدرسين والآباء والأمهات حول أهمية الوعي القوامي.

— يجب على القائمون بإدارة المدارس على ضمان أسباب الراحة والجلوس على المقاعد المناسبة و توفير الإضاءة الجيدة والمناسبة.

— الدعوة إلى ممارسة الرياضة بشكل عام من خلال جميع مؤسسات المجتمع وتفعيل دور مدرس التربية الرياضية بالمؤسسات والمدارس لما له دور كبير وفعال في المحافظة على القوام من خلال ممارسة النشاط الرياضي اليومي .

المصادر والمراجع باللغة العربية:

- 1- أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي، الطبعة الثالثة، دار المعارف، القاهرة، 1984.
- 2- امين أنور الخولي، أسامة كامل راتب، محمد حسن علاوي: التربية الحركية للطفل، الطبعة الخامسة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- 3- حامد عبد السلام زهران : علم النفس النمو "الطفولة والمراهقة"، عالم الكتب، القاهرة، 1995 .
- 4 - حياة عياد روفائيل ،صفاء الدين الخربوطي : اللياقة القوامية والتدليك الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية ، 1991.
- 5- سميرة أحمد السيد : علم إجتماع التربية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1993 .
- 6- عباس عبد الفتاح الرملي، زينب عبد الحليم خليفة، علي محمد زكي: تربية القوام، دار الفكر العربي، الكويت، 1981.
- 7- مجدي محمد نصر الدين عفيفي: تأثير برنامج للتمرينات والوعي القوامي على تحسين بعض الإنحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير في التربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، القاهرة، 1999.
- 8- محمد حسن علاوي ،محمد نصر الدين رضوان :اختبارات الأداء الحركي ،دار الفكر العربي ،القاهرة 2001،
- 9- محمد حسين خليل وآخرون : معدل انتشار الإنحرافات القوامية للمرحلة السنية من 6-11 سنة بمحافظة الإسكندرية (التشخيص والعلاج)، بحث منشور، المؤتمر العلمي الدولي الثاني لرياضة المرأة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، جامعة الإسكندرية، 1997.
- 10- محمد شطا، حياة عياد: تشوهات القوام والتدليك الرياضي، الجزء الثاني، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1996.
- 11- محمد صبحي حسانين ، محمد عبد السلام راغب : القياس السليم للجميع، دار الفكر العربي ، القاهرة 1995،
- 12- محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الثاني، الطبعة الخامسة، دار الفكر العربي، القاهرة ، 2003.
- 13- محمود محمد أحمد جاد: دراسة ميدانية لبعض التشوهات القوامية لدى تلاميذ الصف السادس بمنطقة شرق الإسكندرية، رسالة ماجستير في التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان، 1983.

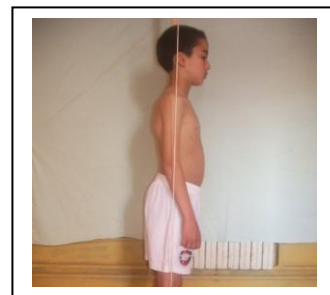
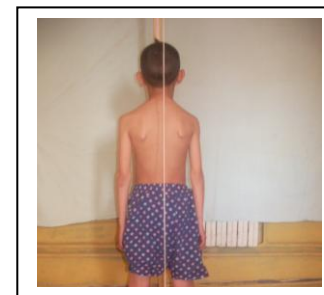
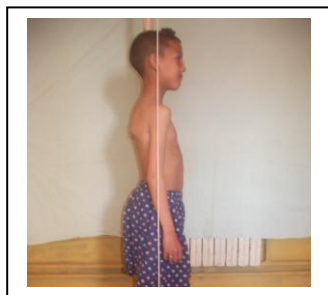
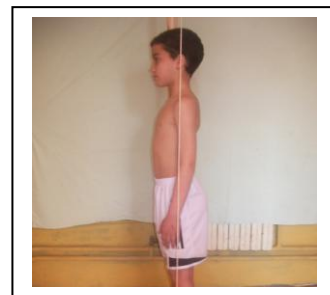
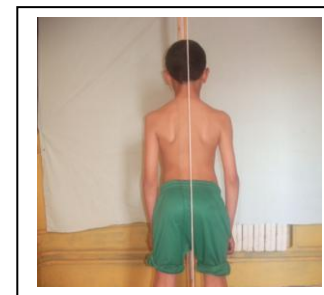
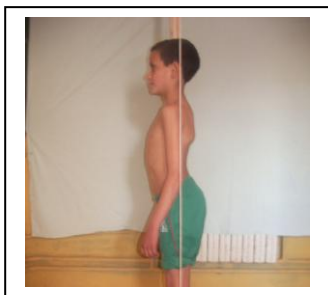
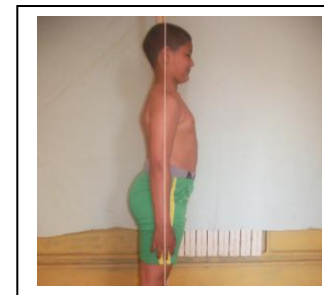
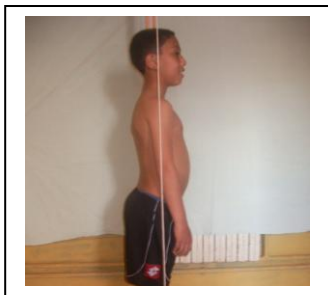
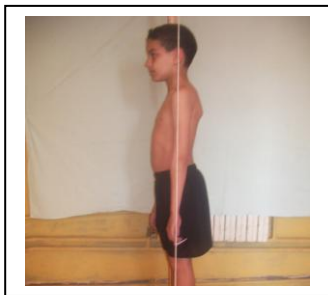
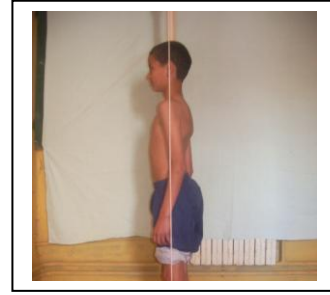
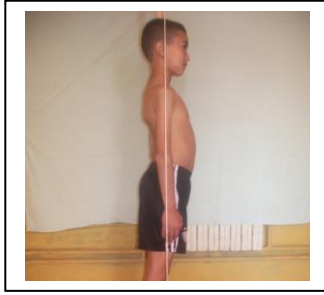
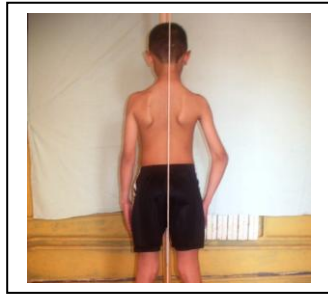
- 14— نادية عبد الحميد الدمرداش:التشوهات القوامية لأطفال الريف المصري ودور التربية الرياضية في علاجها،رسالة دوكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، القاهرة، 1978.
- 15— ناهد عبد الرحيم: أثر برنامج مقترح لعلاج بعض الإنحرافات العمود الفقري على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي لتلميذات المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة حلوان، القاهرة، 1986.
- 16— هشام جمعة الكرساوي: مدى توفر الشروط الصحية للأبنية التعليمية للمرحلة الإعدادية وأثره على الحالة القوامية للتلاميذ ،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ،جامعة طنطا، 2004.
- 17— وليم الخولي: الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب العقلي، دار المعارف ،مصر، 1976 .

المصادر والمراجع باللغة الأجنبية:

- 18- Johnson.B.,Nelson .J.K.;Practical measurements for education in physical education ,s.3rd ;Burgess, publishing , col ,Minneop, plis manester ,1979.
- 19- Mathews .D.K;Measurementin physical education, 5th,ed.W.B.saunders company philadelphia ,london , toronto ,1978.
- 20- Serge.Msure, Henri.Lamendin; Posture, pratique sportive et rééducation ;Masson,Paris,2001.
- 21- René Paoloti: Education et motricité (L'enfant de deux à huitans) ,1er tirage 2000,2em tirage 2002, 3e tirage2003, De Boeck Université, paris.

الملاحق

بعض صور عينة البحث ممن يعانون من بعض الإنحرافات القوامية



آليات تطوير القوة و انتقال آثار تدرّيبها في رياضة الجيدو صنف أكابر لدى فرق الجزائر العاصمة

أ/ جزار سمّية

معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة الجزائر 03

ملخص

تتمحور هذه الدراسة حول معرفة واقع و مكانة آليات تطوير القوة و انتقال آثار تدرّيبها في رياضة الجيدو صنف أكابر لدى فرق الجزائر العاصمة.

توحي النتائج التي توصل إليها الباحث بالنسبة للدراسة النظرية بوجود قيام المدرب بعملية التقوية العضلية باستعمال تمارين قريبة من التقنية التي تفرّضها ممارسة النشاط المعني و بمفهوم آخر، لا يجب أن تجرى عملية التقوية العضلية بمنعزل عن الحركات التقنية بل يجب أن تخضع لنفس الحركات تقريبا حتى لا تفسد بفعالية الحركة كما يجب أن تكون مقترنة دوما بتمارين التمديد العضلي من أجل زيادة فعالية الأداء.

أما فيما يتعلق بالملاحظة الميدانية و الاستبيان، أشارت النتائج إلى اختلاف اتجاهات تصورات مدربي فرق العينة عندما يتعلق الأمر بتطوير القوة الخاصة أو التقوية العضلية، بحيث كانت تمارين التقوية العضلية منعزلة عن الحركات التقنية و حسب الباحث هذا راجع إلى سوء فهم و تأويل آليات انتقال آثار التدريب من قبل المدربين فيما يتعلق بانتقال آثار التقوية العضلية إلى القوة الخاصة في الجيدو.

ثانيا، كانت معظم تمارين التقوية العضلية تعتمد على التركيز العضلي الإرادي أي بدون استعمال حمل خارجي و بمعنى آخر، اعتمد معظم مدربي العينة في تطوير القوة على الزيادة في حجم الحمل (عن طريق الزيادة في عدد التكرارات) على حساب الزيادة في شدة الحمل (عن طريق الزيادة في الثقل) و هذا بالطبع يعود بالفائدة على تطوير مداومة القوة على حساب سرعة القوة.

ثالثا و أخيرا، يولي مدربو العينة اهتماما كبيرا للتمديد العضلي لما يتعلق الأمر بالتخفيض من مستوى الإصابات أو انجاز الحركات التقنية في الجيدو بينما يكون اهتمامهم أقل بالتمديد العضلي لما يتعلق الأمر بتطوير القوة الخاصة في الجيدو أو الحفاظ على مستوى تطوّرهما لأطول فترة ممكنة.

الكلمات المفتاحية: رياضة الجيدو؛ التدرّيب؛ القوة العضلية؛ انتقال آثار التدريب.

Résumé

Cette étude a porté sur la connaissance de la réalité et le statut de l'élaboration des mécanismes de development de la force et son transfert d'entraînement en Judo concernant les categories seniors des équipes d'Alger.

Les résultats de l'étude théorique montrent la nécessité de l'utilisation du processus de renforcement musculaire proche de la technique imposées par l'activité en question.

C'est à dire que le processus en question ne devrait pas être mené indépendamment des mouvements techniques mais il doit être soumis Presque aux mêmes mouvements pour qu'il n'y est pas d'incidence sur l'efficacité recherché et il doit aussi toujours être associés aux exercices d'étirement en vue d'accroître l'efficacité de la performance.

En ce qui concerne l'observation et le questionnaire, les résultats montrent les différentes tendances dans les perceptions des entraîneurs de l'échantillon quand il s'agit de développer la force spécifique ou du renforcement musculaire, en effet, les exercices de renforcement musculaire étaient isolés des gestes techniques. Cela est dû à une mauvaise compréhension et l'interprétation des mécanismes de transfert d'entraînement.

Deuxièmement, la plupart des exercices de renforcement musculaire dépendaient de la concentration musculaire volontaire sans l'utilisation de charges extérieures. Donc, les entraîneurs augmentaient le volume de la charge au detriment de l'intensité ce qui bénéficie à l'endurance de la force plus que la vitesse de la force.

Enfin, les entraîneurs de l'échantillon donnent une attention considérable à l'étirement musculaire quand il s'agit de réduire le risque des blessures et la réalisation des gestes techniques en Judo alors que leur attention faiblie quand il s'agit de développer la Force spécifique ou de maintenir son niveau de développement le plus longtemps possible.

مقدمة

يشير مصطلح التحضير البدني في الوسط الرياضي إلى استعمال مجموعة من آليات التدريب التي من شأنها أن ترفع من اللياقة البدنية، كذلك هي تمكنا من معاينة الحدود الفيزيولوجية للرياضي بواسطة الكشف المستمر لمستويات الأداء الرياضي، و يركز التدريب البدني على أسس علمية، تكنولوجية، منهجية، و هو يعمل على تحسين مختلف جوانب الجلد من بينها القوة، السرعة، المداومة و التنسيق.

يحتل تطوير صفات القوة و السرعة مركز اهتمام التحضير البدني في عدة رياضات خاصة في الرياضات الجماعية و رياضات المواجهة، فمن الضروري تحديد بدقة متطلبات الممارسة التنافسية لبرمجة تطوير منسجم للفرق العضلية التآزرية دون نسيان الفرق العضلية الخصومية. إن التنظيم الزمني للطرق و الوسائل و استعمال مختلف الانقباضات العضلية تستلزم معرفة نظرية و ميدانية رفيعة المستوى. هذا ما يموقع التحضير البدني في وضعية مثل مميز للجلد³².

و يعتبر الجيدو ممارسة بدنية معقدة تستوجب عدد كبير من الصفات البدنية أحيانا صعبة التكميم خاصة في المجال الطاقوي، و بالتالي يجب معرفة كل العوامل التي من شأنها أن تؤثر في تدرج لياقة رياضيي الجيدو نحو

³²Grégoire Milet, Daniel le Galais : "la préparation physique, optimisation et limites de la performance sportive", éd. Masson, collection STAPS ? 2007, p 17.

الأحسن كما يجب على المدرب أن يكون مهتما بالممارسة المميزة لرياضة الجيدو و بجميع الصفات المطلوبة من أجل خوض غمار الممارسة التنافسية³³.

بالإضافة إلى ذلك، إن معرفة الانقباضات الدينامكية لمختلف السلاسل العضلية الكبرى للهجوم و الدفاع من وضعية الوقوف أو على الأرضية بهدف تسجيل إجراءات حاسمة على الخصم ضرورية لضمان أحسن هيكله للأهداف المرجوة³⁴. لنأخذ مثال: تتطلب مسكة الكوميكاتا من الفرق العضلية المتعلقة بالذراع، الجذع و الأرجل توفير مجهود من نوع ساكن، يتحقق بعقبة تنفسية و مفصلية. في الواقع، عادة ما تكون الإجراءات انفجارية و موقفة من طرف الخصم، و من شأنها عدم السماح من الإبقاء على تنفس متوازن و عادي طيلة المنازلة كما هو الشأن بالنسبة لتنفيذ التقنيات التي يتصدى لها الخصم، و بالتالي لا يمكن لها أن تتحقق دوما في وضعيات صحيحة كما تتطلبها الفعالية المنتظرة.

و أخيرا، يجب أن نضع في اعتبارنا أن تطور قانون المنافسة يمكن أن يغير فترة المجهودات البدنية و أيضا فترة الاستراحة مما له عواقب على الصفات البدنية المعتمدة و التي يجب وضعها في الحسبان³⁵.

1- الإشكالية

يعتبر التحضير البدني استمرارية عملية التدريب مرتكزا أساسا على التطوير و الاحتفاظ المستمرين للصفات البدنية للرياضي³⁶ و حتى نضمن استمراريته طوال كل الموسم الرياضي، فإن التحضير البدني يخصّ في المقام الأول التحضير البدني العام. تعتبر هذه المرحلة أطول مرحلة بالنسبة للتحضير البدني و بالتأكيد الأهم لأنها هي القاعدة التي ترتكز عليها جميع التحضيرات الأخرى. إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو تطوير مختلف الصفات البدنية و حتى يتسنى للرياضي أن يحسن أدائه إلى أقصى درجة، يرجى العمل على تحسين نقاط ضعفه من أجل تجهيزه بإمكانيات بدنية كاملة و ممكنة. و يمكن اعتبار التحضير البدني العام أيضا طريقة علاجية و وقائية لا غنى عنها. لا تكمن مهمة التحضير الرياضي في تطوير الصفات البدنية التي تحدّ مباشرة من أداء الرياضي فحسب، بل تتعداه إلى تطوير قابلية التحمل البدني و البيسيكولوجي للحصص التدريبية³⁷. و في المقام الثاني، نجد التحضير البدني المكمل. في هذه المرحلة، سيصوّب المدرب عمله على الصفات البدنية التي لها علاقة مباشرة مع النشاط الممارس. إن الهدف الأول هنا هو زيادة الكفاءة البدنية للرياضي بتعزيز القطاعات المستردة الخاصة بالنشاط مع الاحتفاظ بتدعيم نقاط الضعف لكن بشدّة اخفّ لأن الشعور الذاتي بتحسين القدرة البدنية يؤثر إيجابيا على أفكارنا، نفسيتنا مما يؤدي إلى درجة تحكم تقني و تكتيكي

³³Op. Cit. Grégoire Milet, Daniel le Galais, 2007, p 19.

³⁴ Donzel J : "comment concevoir un plan d'entraînement sportif, ASFBL", entraînement magazine, Belgique, 2003, p 109.

³⁵ Rambier R : "programmation chez le judoka de haut niveau", FFJDA, 1991, p 38-39.

³⁶ Pradet M: "la préparation physique", WSEP, 1996.

³⁷ Hugue Monod: "médecine du sport", éd. Elsevier Masson, 2005, p 108.

عالية³⁸. إذن ، توفر هذه المرحلة فرصة أكيدة للمدرب محورة عملية التحضير على تطوير نقاط قوة رياضييه.

و في المقام الثالث والأخير، نجد التحضير البدني الخاص. تعدّ هذه المرحلة أساسا لتحضير حالة اللياقة البدنية المثلى، أي انسجام جميع العوامل التي تتدخل بصورة حاسمة في النجاح في المنافسة. لا يخصّ هدف هذه المرحلة تطوير الصفات البدنية للرياضي بالقدر الذي يخصّ استغلال هذه الصفات استغلالا فعالا في الشروط الحقيقية حسب الطبيعة التي تملئها الممارسة. تكون هذه المرحلة قريبة من المنافسة، لذلك لا يجب أن تمتد لفترة طويلة لتجنب الإرهاق البدني و النفسي الذي يمكن أن ينجّر عن حمل التدريب المعتبر³⁹. يجب أن تحدّد جدولة التحضير البدني فترات التدريب مع الحرص على احترام ديناميكية الحمل حسب أهداف التطوير الأمثل للأداء الرياضي الذي يحدده مستوى المنافسة. يتعلق الأمر هنا ببناء جدول يحتوي على برنامج عمل يحدّد الطريقة الأنجع و يضع الإجراءات لتحديد خطة عمل التي تخضع للأهداف المسطرة آنفا⁴⁰.

و فيما يخص بالتقوية العضلية، فهي عامل لا يمكن التخلي عنه في التحضير البدني لأنه يهدف إلى البحث عن العضلات النشطة أثناء المهمة الرياضية و الأخذ بعين الاعتبار وتيرة الانقباضات العضلية حسب الحركة المؤدّة، و بالتالي يعتبر الانتقال من تدريب القوة في التحضير البدني العام إلى تدريب القوة في التدريب البدني الخاص مرحلة انتقالية ضرورية و أكيدة بالنسبة للرياضي، و هنا تكمن خصوصية النشاط الممارس حيث يتعلق الأمر بدمج الحركات التقنية في العملية التدريبية مع تمارين مناسبة بغرض تطوير القدرة على التنسيق مما يؤدي إلى انجاز حركة رياضية مثالية. و بالتالي يجب على المدرب أن يكون قادرا على تصميم نموذج يحتوي على جميع خصوصيات المشاركة العضلية للرياضي، أي احترام الميزات و العيوب العضلية للرياضي و مواجهتها بالمستوى المطلوب بغية الحصول على الأداء المميز⁴¹.

حسب هذه المقاربة في تطوير القوة و حسب معطيات الملاحظة التي قام بها الباحث بالنسبة لبعض فرق رياضة الجيدو على مستوى الجزائر العاصمة و من خلال تحليل الحصص التدريبية للفرق المعنية، هناك خلل في استعمال العلاقة السببية بين فترات الجهد و بين فترات الاسترجاع و ذلك بين عدد التكرارات و بين عدد المجموعات في الحصص التدريبية. إلى جانب ذلك، لقد سجّلنا استعمال نفس طرق التدريب و إعادة نفس التمارين التقنية تقريبا بالنسبة لأغلب الحصص التدريبية الملاحظة. أما بالنسبة للتقوية العضلية التي تهدف إلى تطوير القوة الخاصة بالنشاط الممارس، فلم نسجّل سوى استعمال طرق الجهد النشط التي تهدف

³⁸ Herve Le Deuf: "entraînement mentale du sportif, comment éliminer les freins psychologiques?", éd. Amphora, 2002, p 752.

³⁹ Bernard Taupin : "préparation et entraînement du footballeur", Amphora, 2002, p 44.

⁴⁰ Philippe Leroux: " football, planification et entraînement", éd. Amphora, 2006, p 20.

⁴¹ Nicolas Dyon, Yannick Garden, " musculation et renforcement musculaire du sportif", éd. Amphora, 2005, p 08.

إلى تطوير القوة الانفجارية في فترات زمنية قصيرة جدا يدخل جملها في إطار الإحماء الخاص و يدمج البعض المتبقي في بعض الحصص التدريبية في المرحلة الأساسية للحصة التدريبية. إلى جانب ذلك، جاءت تمارين التقوية العضلية غالبا إما في نفس الحصة التدريبية منعزلة عن باقي التمارين الأخرى في شكل عدد من التكرارات في عدد من المجموعات باستعمال ثقل الجسم أحيانا و الأثقال نادرا أو في شكل حصص التقوية العضلية لكن دون التقيّد بفترة الاستراحة و مراعاة مبدأ التناوب الزمني بين الجهد و الاستراحة. حسب هذا الطرح، تنكشف لنا اشكاليتنا شيئا فشيئا و السؤال الذي يتبادر إلى ذهننا هو: " هل يلجأ مدربو الجيدو لفرق الجزائر العاصمة من أجل تطوير القوة الخاصة إلى تمارين رياضية منعزلة عن هذه القوة التي يتطلبها النشاط الممارس و استعمال حصص التقوية العضلية فقط لتطوير قدرة الرياضي على تجاوز عقبات المنافسة كزيادة شدة التحمّل و مقاومة التعب الحاصل عن المجهود المبذول أم أنهم يلجؤون إلى تمارين التقوية العضلية القريبة من الحركات التقنية و التي يستعمل فيها طرق تدريب القوة التي تقترب أكثر من وضعيات المنافسة " ؟

زد إلى ذلك، هل يتطابق تصورات مدربو الجيدو لفرق الجزائر العاصمة بخصوص تطوير القوة الخاصة مع الإجراءات الميدانية على أرض الواقع لتحقيق هذا الغرض أم أنهم يحاولون قدر المستطاع التوصل إلى هذا التطوير لكن دون إتباع المناهج السليمة بحيث لا يسمح هذا الإجراء بتحقيق الغرض المطلوب، ألا و هو تطوير القوة الخاصة؟

2-1- الفرضية العامة

لا يلجأ مدربي رياضة الجيدو إلى إجراءات تدريب القوة الخاصة التي تستدعي الانتقال من القوة البدنية عبر تمارين تهدف إلى دمج الحركات التقنية الخاصة.

2-1-2- الفرضية الجزئية الأولى:

لا يعير مدربي الجيدو لفرق الجزائر اهتماما بالغا لتطوير القوة العضلية لأنها تتنافى مع مبدأ هذه الرياضة.

2-1-2- الفرضية الجزئية الثانية:

لا تتطابق تصورات مدربي الجيدو فيما يتعلق بتطوير القوة الخاصة مع الإجراءات الميدانية في الحصص التدريبية.

2-1-3- الفرضية الجزئية الثالثة:

يستعمل مدربو الجيدو لفرق الجزائر التمديد العضلي كوسيلة لتهيئة العضلة للعمل أو الرجوع بها إلى الهدوء أكثر من استعمالها كوسيلة لتطوير القوة العضلية.

2-1-4- الفرضية الجزئية الرابعة:

في رياضة الجيدو صنف أكابر ، يتمثل هدف التدريب في المستوى العالي في زيادة قدرة تحمل البدن لتجاوز العقبات البدنية التي يفرضها مستوى المنافسة و يتجاهلون أحيانا حتى لا نقول عادة أهمية تطوير التنسيق لتجاوز هذه العقبات.

3- هدف الدراسة

إن الهدف من دراستنا هذه هو تبيان باستعمال المسح المكتبي و بقيام تحقيق في الميدان أن تطوير القوة الخاصة يجب حتما أن يمرّ عبر مرحلة انتقال آثار تدريب القوة لإدماج الحركات التقنية باستعمال تمارين خاصة و ليس مجرد القيام بخصص من نوع التقوية العضلية بالأثقال و الآلات فقط كما جرت العادة، هذا من جهة، و من جهة أخرى، محاولة إدخال مقاربة جديدة لتطوير القوة الخاصة في رياضة الجيدو لتحسين مستوى الجيدو الجزائري و طرق التدريب المستعملة من طرف المدربين الجزائريين لمسيرة المستوى العالمي.

4- نتائج الدراسة**4-1- بالنسبة للمحور رقم (01)**

الجدول رقم 01: عبارات المحور رقم 01 (التقوية العضلية)

العبارة	الصياغة
رقم 01	التقوية العضلية ضرورية في تدريب الجيدو.
رقم 02	لا تتنافى التقوية العضلية مع مبدأ الجيدو.
رقم 03	تساهم التقوية العضلية في تطوير الأداء في الجيدو.
رقم 04	أستعمل طريقة الجهد الأقصى لتطوير القوة العظمى في الجيدو.
رقم 05	أستعمل طريقة الجهد المتكرر لتطوير مداومة القوة في الجيدو.
رقم 06	أستعمل طريقة الجهد النشط لتطوير سرعة القوة في الجيدو.
رقم 07	ألجأ في تدريب الجيدو إلى التقوية العضلية لزيادة إمكانيات تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 08	تساهم زيادة سرعة الانجاز في تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 09	تساهم تطوير المداومة في تطوير القوة الخاصة في الجيدو.

الجدول رقم 02: توزيع التكرارات عند مستوى الإجابات بالنسبة للمحور رقم (01)

الإجابة	العبارة رقم 01	العبارة رقم 02	العبارة رقم 03	العبارة رقم 04	العبارة رقم 05	العبارة رقم 06	العبارة رقم 07	العبارة رقم 08	العبارة رقم 09	المجموع
	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	التكرار و النسبة	
بدون إجابة	0 %0	0 %0	0 0%	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0
نادرا	0 %0	0 %0	0 %0	7 46.7%	0 %0	0 %0	3 %20	0 %0	0 %0	10
أحيانا	0 %0	0 %0	0 0%	3 %20	0 %0	0 %0	7 46.7%	4 26.7%	0 %0	14
بدرجة متوسطة	6 %40	7 46.7%	7 46.7%	2 13.3%	3 %20	3 %20	2 13.3%	4 26.7%	3 %20	37
بدرجة كبيرة جدا	9 %60	8 53.3%	8 53.3%	3 %20	12 %80	12 %80	3 %20	7 46.7%	12 80%	74

4-2- بالنسبة للمحور رقم (02)

الجدول رقم 03: عبارات المحور رقم 02 (أهمية التركيز العضلي في تطوير القوة الخاصة في الجيدو)

رقم	الصيغة
10	يعتبر تطوير القوة بالتركيز المتساوي القياس هام جدا بالنسبة لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
11	يعتبر تطوير القوة بالتركيز المتراكم هام جدا بالنسبة لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
12	يعتبر تطوير القوة بالتركيز الغريب الأطوار هام جدا بالنسبة لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
13	أستعمل التدريب بالتركيز الغريب الأطوار لتطوير سرعة القوة في الجيدو.
14	أستعمل التدريب بالتركيز المتراكم لتطوير القوة العظمى في الجيدو.
15	أستعمل التدريب بالتركيز المتساوي القياس لتطوير القوة في الوضعيات الحرجة.
16	يعتبر تطوير القوة بالتركيز البليومتري هام جدا بالنسبة لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
17	أستعمل التدريب بالتركيز البليومتري في الجيدو مباشرة قبل إنجاز الحركات التقنية لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
18	أستعمل حمل خارجي أثناء إنجاز الحركات التقنية لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.

الجدول رقم 04: توزيع التكرارات عند مستوى الإجابات بالنسبة للمحور رقم (02)

الإجابة	العبارة رقم 10	العبارة رقم 11	العبارة رقم 12	العبارة رقم 13	العبارة رقم 14	العبارة رقم 15	العبارة رقم 16	العبارة رقم 17	العبارة رقم 18	المجموع
	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	
بدون إجابة	10 66.7%	0 %0	0 %0	8 53.3%	8 53.3%	4 26.7%	10 66.7%	12 80%	14 93.3%	66
نادرا	2 13.3%	3 %20	2 13.3%	1 %6.7	2 13.3%	4 26.7%	2 13.3%	3 20%	1 6.7%	20
أحيانا	2 13.3%	1 %6.7	4 26.7%	3 %20	0 %0	5 33.3%	3 %20	0 %0	0 %0	18
بدرجة متوسطة	0 %0	8 53.3%	7 46.7%	2 13.3%	1 %6.7	2 13.3%	0 %0	0 %0	0 %0	20
بدرجة كبيرة جدا	1 %6.7	3 %20	2 13.3%	1 %6.7	4 26.7%	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	11

4-3- بالنسبة للمحور رقم (03)

الجدول رقم 05: عبارات المحور رقم 03 (التمديد العضلي)

العبارة	الصياغة
رقم 19	التمديد العضلي هام جدا لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 20	التمديد العضلي ضروري قبل تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 21	التمديد العضلي الشديد ضروري بعد تطوير القوة في الجيدو.
رقم 22	يجب تفادي التمديد العضلي الشديد مباشرة قبل التقوية العضلية في الجيدو.
رقم 23	التمديد العضلي ضروري لزيادة إمكانيات تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 24	يساعد التمديد العضلي في الحفاظ على مستوى تطوّر القوة الخاصة في الجيدو لأطول فترة ممكنة.
رقم 25	يساعد التمديد العضلي في الحفاظ على مستوى الأداء التقني في الجيدو.
رقم 26	أستعمل التمديد العضلي في التقوية العضلية في الجيدو للتخفيف من مستوى الإصابات.
رقم 27	يساعد التمديد العضلي في إنجاز الحركات التقنية في الجيدو.

الجدول رقم 06: توزيع التكرارات عند مستوى الإجابات بالنسبة للمحور رقم (03)

المجموع	العبارة	العبارة	العبارة	العبارة	العبارة	العبارة	العبارة	العبارة	العبارة	الإجابة
	رقم 27	رقم 26	رقم 25	رقم 24	رقم 23	رقم 22	رقم 21	رقم 20	رقم 19	
	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	
0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	بدون إجابة
8	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	0 %0	8 58.3 %	0 %0	0 %0	0 %0	نادرا
8	0 %0	0 %0	0 %0	2 13.3 %	0 %0	3 %20	0 %0	2 13.3 %	1 %6.7	أحيانا
44	0 %0	1 %6.7	9 %60	7 46.7 %	5 33.3 %	2 13.3 %	7 46.7 %	6 %40	7 46.7 %	بدرجة متوسطة
75	15 100 %	14 93.3 %	6 %40	6 %40	10 66.7 %	2 13.3 %	8 53.3 %	7 46.7 %	7 46.7 %	بدرجة كبيرة جدا

4-4- بالنسبة للمحور رقم (04)

الجدول رقم 07 : عبارات المحور رقم 04 (التنسيق العضلي)

العبارة	الصياغة
رقم 28	التنسيق هام جدا في تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 29	أغبر و أنواع في التمارين لتطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 30	أجأ إلى التنوع في التمارين التي تخدم تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 31	تساهم الزيادة في سرعة إنجاز التمارين في تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 32	يساهم التخفيض في سرعة إنجاز التمارين في تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 33	التغيير في الأبعاد يخدم تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 34	التغيير في ظروف الإنجاز يخدم تطوير القوة الخاصة في الجيدو.
رقم 35	يساعد التنسيق في الاحتفاظ على مداومة القوة خلال المنافسة.
رقم 36	يساعد التنسيق في الاحتفاظ بسرعة القوة خلال المنافسة.

الجدول رقم 08: توزيع التكرارات عند مستوى الإجابات للمحور رقم (04)

المجموع	العبارة رقم 36	العبارة رقم 35	العبارة رقم 34	العبارة رقم 33	العبارة رقم 32	العبارة رقم 31	العبارة رقم 30	العبارة رقم 29	العبارة رقم 28	الإجابة
	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	التكرار	
23	0 %0	0 %0	10 66.7 %	11 73.3 %	0 %0	0 %0	1 %6.7	1 %6.7	0 %0	بدون إجابة
22	0 %0	1 %6.7	5 33.3 %	4 26.7 %	0 %0	0 %0	4 26.7 %	4 26.7 %	4 26.7 %	نادرا
21	2 13.3 %	1 %6.7	0 %0	0 %0	3 %20	4 26.7 %	4 26.7 %	5 33.3 %	2 13.3 %	أحيانا
24	5 33.3 %	3 %20	0 %0	0 %0	3 %20	5 33.3 %	3 %20	2 13.3 %	3 %20	بدرجة متوسطة
45	8 53.3 %	10 66.7 %	0 %0	0 %0	9 %60	6 %40	3 %20	3 %20	6 %40	بدرجة كبيرة جدا

5- التأكد من صحة الفرضيات

5-1- الفرضية الجزئية الأولى

نجد في المحور رقم (01) الفكرة الرئيسية رقم (01): معرفة مدى اهتمام مدربي فرق العينة بالتقوية العضلية و اعتبارها كوسيلة لتطوير القوة الخاصة في الجيدو درست هذه الفكرة العبارة رقم (01)، العبارة رقم (02) و العبارة رقم (03).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (01) و العبارة رقم (02) نجد أن 60% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى تصور أهمية التقوية العضلية في تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 40% منهم بدرجة متوسطة في حين نجد 53.3% من مدربي فرق العينة يرون أنها لا تتنافى مع مبدأ الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 46.7% منهم بدرجة متوسطة بينما نجد 53.3% من مدربي فرق العينة يرون أنها تساهم في تطوير الأداء في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 46.7% منهم بدرجة متوسطة، أي أن 55.53% من مدربي فرق العينة يهتمون بالتقوية العضلية و يعتبرونها كوسيلة ل تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 44.46% منهم بدرجة متوسطة.

و حسب الملاحظة الميدانية لحصص فرق العينة جاءت تمارين التقوية العضلية إما في مرحلة الإحماء الخاص أو في حصص هدفها تطوير القوة أو في فترات زمنية منعزلة عن التمارين التقنية في شكل تكرارات في مجموعات.

بينما، فيما يتعلق بأهمية القوة العضلية فهي تعتبر هامة جدا و ضرورية في مشوار الرياضي خاصة في المستويات العالية بحيث لا يمكن الاستغناء عنها و هي تعمل جنبا إلى جنب مع التقنية لتحقيق النتائج الرياضية الباهرة و التي بدورها تخضع لمتطلبات و قيود المنافسة. فبالنسبة ل Fox et Mathieu 1981، تترجم القوة على أنها القدرة التي يمتلكها فريق عضلي لمواجهة مقاومة ما بصفة قصوى، فالجهد العضلي الذي يبذله الرياضي لا يكون بالقدر الكافي الذي تتطلبه درجة المنافسة إلا إذا توفرت قوة عضلية كافية لأداء الجهد المطلوب بهدف مواجهة مقاومة الخصم.

كما أن Weineck 1986 يؤكد أن طبيعة تدريب القوة هي التي تحدد طبيعة التكيف العضلي و أن توليد هذه القوة يخضع إلى مستوى تطور كل من القوة العظمى، قوة السرعة و مداومة القوة⁴².

تعتبر التقوية العضلية الخاصة في مجال التدريب الرياضي الشكل الأكثر فعالية فهي تسمح بتحقيق الوضعية (وقوف، جلوس... الخ) كما أنها ضرورية للقيام بالحركة و من خلال هذا المفهوم، فإن نتاج القوة العضلية تتجلى كخلفية و معطاة أساسية تنبثق منها عملية الانقباض و الحركة معا⁴³.

إن ممارسة الوضعية تتوقف على إبقاء الجسم في وضعية سكون خلال فترة زمنية معينة يمكن أن تكون قصيرة جدا (بين حركتين) كما يمكن أن تكون طويلة نوعا ما كما هو الشأن في حالات التعبنة في الجيدو.

أما بالنسبة لتحقيق الأداء الرياضي، فالقوة العضلية مفيدة جدا إن لم نقل مهيمنة حسب مختلف الاختصاصات الرياضية. بالإضافة إلى التعزيز الخاص للممارسة الرياضية، فإن التقوية العضلية أصبحت أكثر استعمالا و انتشارا في التدريب الرياضي. إن التقوية العضلية تتوقف على التماس الفرق العضلية الرئيسية بهدف المحافظة على الحالة العضلية، الوقاية، الصحة إلى جانب تطوير القوة و قدراتها البدنية⁴⁴.

أما بالنسبة للفكرة الرئيسية رقم (02) و التي من شأنها معرفة أشكال التقوية العضلية في تطوير القوة الخاصة في الجيدو، درست هذه الفكرة العبارة رقم (04)، العبارة رقم (05) و العبارة رقم (06)، و حسب الملاحظة الميدانية لحصص فرق العينة جاءت تمارين التقوية العضلية على شكل استعمال طريقة الجهد المتكرر بسرعة إنجاز عالية لكن عدم تساوي الوقت المحدد لعدد التكرارات في المجموعة الواحدة و بين عدد المجموعات و اختيار المدرب الذي كان منصبا على زيادة فترات الجهد على حساب فترات الاسترجاع أدى بالرياضيين إلى إرهاق بدني شديد ناتج عن الانخفاض المحسوس في مستوى الأداء، هذا من شأنه أن يعود بالسلب على إنجاز التمارين من نوع آخر خلال هذا الانخفاض، هذا من جهة، و من جهة أخرى فإن التمارين الخاصة المبرمج في المرحلة الأساسية بالنسبة لكل حصة تدريبية جاءت في مرحلة تتميز بالانخفاض في مستوى الأداء و تجلى ذلك في انخفاض سرعة الأداء و الانجاز الحركي و صعوبة ملحوظة في التنفس

⁴² Gilles Pasquet, Laurent Hascoat, Thierry Roussay: échauffement du sportif, éd. Amphora, 2004, p 83.

⁴³ Terme A : technique de musculation et entraînement, éd. muscle et sport, Paris, 1992.

⁴⁴ Jean François Vezin : physiologie de l'enfant, éd. l'harmattans, 1994.

خاصة بعد فترة الاسترجاع الغير متناسبة مع شدة الجهد مما أثر بالسلب على حسن الانجاز و الفعالية. يجب على المدرب أن يعنى بموضع و ترتيب و تسلسل التمارين الخاصة و ذلك حسب حمل التدريب و الهدف المرجو و إلا انحرف هدف التدريب عن مساره المسطر، و هذا من شأنه أن يؤدي إلى تطوير صفة بدنية بدلا من أخرى. إذن، أشكال التقوية العضلية في تطوير القوة الخاصة في الجيدو التي استعملها مدربو العينة في الدراسة الاستطلاعية كانت متجهة أكثر نحو استعمال طريقة الجهد المتكرر و الذي من شأنه أن يؤدي إلى تطوير مداومة القوة على حساب استعمال طريقة الجهد الأقصى و استعمال طريقة الجهد النشط و اللذان يهدفان إلى تطوير لتطوير القوة العظمى و سرعة القوة على التوالي.

بينما، فيما يتعلق بأهمية استعمال أشكال تطوير القوة العضلية نجد أن التدريب الشبه الأقصى يهدف إلى وضع البدن في حالة الحمل الزائد بحيث يتصف بالشدة و الاستمرار الكافيين لإحداث التعويض المفرط المرغوب كما هو الحال بالنسبة لدورات الصدمة، و تهدف فترات التدريب الشديد إلى تحسين مستوى الأداء بحيث يمكن تحقيق قمة الحالة الجيدة بعد الاسترجاع و بالتالي ينصبّ اهتمام المدرب على تحقيق التوازن بين شدة الحمل و فترات الاسترجاع دون الوقوع في فخّ التدريب المفرط⁴⁵. كما يعتبر الاسترجاع عامل أساسي عند انجاز تمارين السرعة، و يجب على الرياضيين أن يكونوا نشطين بالقدر الذي يسمح بالتدريب النوعي فيما يتعلق بتمارين السرعة و تعتبر عدد التكرارات، عدد المجموعات و حمل التدريب عوامل تؤثر مباشرة في نوعية السرعة. بالإضافة إلى ذلك، يتوقف عدد التكرارات و عدد المجموعات على هدف التدريب نفسه (هل نريد تحقيق تطوير السرعة في حالة التعب؟ هل نريد تحقيق تطوير السرعة من حيث التكيف العصبي أي الإثارة الحسية حركية؟ هل نريد تحقيق تطوير السرعة الانفجارية؟)⁴⁶. فعلى المدرب الحفاظ على الصفات البدنية الهوائية للرياضيين من أجل الاسترجاع الجيد و العمل بالقدرة اللبئية إلى جانب العمل بالاستطاعة اللبئية⁴⁷.

و بالتالي يرى الباحث أن الفرضية الجزئية الأولى مؤكدة.

5-2- الفرضية الجزئية الثانية:

⁴⁵Goran Kentta, Peter Hassmén: prévention du surentraînement évaluation des techniques de récupération, collection STAPS, Ed Elsevier Masson, 2003, p 12.

⁴⁶Littel T, Williams AC: effects of sprint duration and excises rest ratio on repeated sprint performance and physiological responses in professional soccer players, strengh cond. Res,2007.

⁴⁷Per-Olof-Astrand, Kaar Rodahl, Jean René Lacour, Daniel Duizabo: précis de physiologie de l'exercice musculaire, éd. Elsevier Masson, 1994, p 300.

نجد في المحور رقم (02) من خلال النسب المئوية لمدرّبي العينة عند مستوى الإجابات "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" عدم تطابق التكرارات عند مستويات الإجابة "بدرجة متوسطة" و تقاربها عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" بالنسبة للعبارة رقم (11) و العبارة رقم (14).
عدم تطابق التكرارات عند مستويات الإجابة "بدرجة متوسطة" و تقاربها عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" بالنسبة للعبارة رقم (12) و العبارة رقم (13).
تقارب التكرارات عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و الإجابة "بدرجة متوسطة" بالنسبة للعبارة رقم (10) و العبارة رقم (15).

بينما، فيما يتعلق بأهمية استعمال التركيز المتساوي القياس في تطوير القوة، تعتبر هذه الطريقة مفيدة جدا لتطوير القوة العظمى⁴⁸، و ميدانيا و في شروط معينة، يمكن للتدريب بالتركيز المتساوي القياس أن يحقق نتائج معتبرة خاصة في الأشكال المتنوعة المؤهّلة كما ما هو الشأن في فرض بعض مواقف الانسداد و المواقف العكسية لحركة الخصم في الرياضة الجيدو⁴⁹.

أما فيما يتعلق بأهمية استعمال التركيز المتراكم في تطوير القوة، يحقّق هذا النظام من التركيز تطوّرات معتبرة للقوة الانفجارية أكثر من القوة العظمى كما يبدو واضحا أن تطوير القوة العضلية الناجمة عن تطبيق التدريب بالتركيز المتراكم له الأثر الكبير خاصة باستعمال الأثقال الكبيرة و بانجاز عدة تكرارات في حين و حسب الدراسات الحديثة فان انجاز التمارين باستعمال التركيز الغريب الأطوار بسرعة بطيئة جدا هو الذي يعزز أكثر تحققي الكتلة العضلية⁵⁰.

و فيما يتعلق بنظام التركيز الغريب الأطوار فيعتبر الأكثر فعالية حيث أنه يمكن من تطوير القوة أكثر من غيره في اختبار القوة العظمى (40% أكثر من التركيز المتراكم) أي أن الرياضي يتمكن من تطوير نسبة عالية من القوة عندما يكبح الحركة بدلا من دفع الثقل⁵¹، و أثبتت الدراسات العلمية أن عملية التدريب باستعمال الأثقال الكبيرة مع انجاز التمارين التي تطور القوة بالتركيز الغريب الأطوار لها الأثر الكبير في اكتساب القوة لكنها لا تزيد أهمية عن الطرق الأخرى⁵².

و أخيرا، إن نتائج دراسات أثر أنماط تطوير القوة متناقضة حسب نوع كل رياضة إلا أن هناك إجماع في ما يخص بأفضلية التدريب المركب من التدريب بالتركيز المتراكم، التدريب بالتركيز الغريب الأطوار، التدريب بالتركيز المتساوي القياس و التدريب بالتركيز البليومتري على أن يكون مجرد تدريب يستعمل نمط واحد لتطوير القوة⁵³.

⁴⁸ Stéphane Casara, Raphaël Fevre: programme de musculation, éd. Amphora, 2006, p36.

⁴⁹ William J. Kraener, Keijo Hakkinen: strength training for sport, éd. Illusrée, 2002, p 28.

⁵⁰ Stéphane Casara, Raphaël Fevre: programme de musculation, éd. Amphora, 2006, p38.

⁵¹ Alain Renault : musculation pratique, éd. Amphora, 2001, p 265

⁵² Op. Cit. William J. Kraener, Keijo Hakkinen, p29.

⁵³ Gribela M, Mac Dougall: the effect of tapering on strength performance in trained athletes, international journal of sport med, 1994, 492-494.

و بالتالي يرى الباحث أن الفرضية الجزئية الثانية مؤكدة.

5-3- الفرضية الجزئية الثالثة :

نجد في المحور رقم (03) انخفاض في النسبة المئوية لمدربي العينة في اعتبار أهمية التمديد العضلي في تطوير القوة الخاصة في الجيدو عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" كما أكدته الفكرة الرئيسية رقم (01): معرفة مدى اعتبار مدربو العينة أهمية التمديد العضلي في تطوير القوة الخاصة في الجيدو التي درست العبارة رقم (19):

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (19) نجد أن 46.7% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى اعتبار أهمية التمديد العضلي في تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 46.7% منهم بدرجة متوسطة.

و نجد انخفاض في النسبة المئوية لمدربي العينة في اعتبار مدربي العينة ضرورة التمديد العضلي قبل تطوير القوة الخاصة في الجيدو عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" كما أكدته الفكرة الرئيسية رقم (02) التي درست العبارة رقم (20).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (20) نجد - 46.7% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى اعتبار ضرورة التمديد العضلي قبل تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 40% منهم بدرجة متوسطة.

- ارتفاع في النسبة المئوية لمدربي العينة في استعمال التمديد العضلي في التقوية العضلية في الجيدو للتخفيض من مستوى الإصابات عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" كما أكدته الفكرة الرئيسية رقم (08) التي درست العبارة رقم (26).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (26) نجد أن 93.3% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى استعمال التمديد العضلي في التقوية العضلية في الجيدو للتخفيض من مستوى الإصابات بدرجة كبيرة جدا و 6.7% منهم بدرجة متوسطة.

-ارتفاع في النسبة المئوية لمدربي العينة في اعتبار مساعدة التمديد العضلي في انجاز الحركات التقنية في الجيدو عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" كما أكدته الفكرة الرئيسية رقم (09) التي درست العبارة رقم (27).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (27) نجد أن 100% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى اعتبار مساعدة التمديد العضلي في الحفاظ على مستوى الأداء التقني في الجيدو بدرجة كبيرة جدا. بينما، فيما يتعلق بأهمية استعمال التمديد العضلي في تطوير القوة الخاصة في الجيدو، برهنت الدراسات أن العضلات الأكثر صلابة هي الأكثر عرضة للأوجاع و للإصابات أثناء و بعد الممارسة الرياضية. إن التمديد

العضلي يسمح للعضلة بالإطالة بسهولة بكون الصلابة العضلية الضعيفة، كما أن التمديد العضلي يجنب العضلة من التعرض إلى ضغوطات كبيرة و بالتالي إلى تشوهات التشكيلة العضلية⁵⁴ بحيث يؤثر التمديد العضلي على القوة العضلية بحيث يسمح بالارتخاء العضلي عن طريق تخفيض درجة الضغط العضلي بالتأثير على صلابة العضلات الناتجة عن تطوير القوة العضلية خلال الجهد العضلي⁵⁵. من خلال هذا المنظور فإن التمديد العضلي يزيد في إمكانيات استعادة المرونة العضلية كما أنه يسمح بالإبقاء على انزلاق الألياف العضلية.

إلى جانب ذلك، يجب أن تتناوب التقوية العضلية مع تمارين المرونة بحيث تتكامل العمليتين بغرض تحقيق القوة العظمى. إن الاسترخاء وحده يسمح بتحقيق السرعة اللازمة التي يستغلها التركيز العضلي لتحويل الطاقة الحركية إلى قوة فعالة كما أن المرونة تبقى الجسم في حالة من الراحة النسبية و في حالة من التوافر الفوري فتدخل القوة لما يستدعي الأمر بالمقاومة و التصدي لمحاولة الخصم لإفقاد التوازن أو عند الهجوم، إذن لما نكون في اتصال مع الخصم⁵⁶.

و بالتالي يرى الباحث أن الفرضية الجزئية الثالثة مؤكدة.

5-4- الفرضية الجزئية الرابعة :

نجد في المحور رقم (04) انخفاض في النسبة المئوية لمدربي العينة في اعتبار أهمية التنسيق في تطوير القوة الخاصة في الجيدو عند مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" كما أكدته الفكرة الرئيسية رقم (01) التي درست العبارة رقم (28).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (28) نجد أن 40% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى اعتبار أهمية التنسيق في تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 20% منهم بدرجة متوسطة.

درست الفكرة الرئيسية رقم (02) العبارة رقم (29) و العبارة رقم (30).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (29) نجد على التوالي أن 20% و 20% أي 20% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى التغيير و التنوع في التمارين لتطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و 13.3% و 20% أي 16.65% منهم بدرجة متوسطة.

درست الفكرة الرئيسية رقم (05) العبارة رقم (33).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (33) نجد أنه لا يوجد من يتجه إلى اعتبار التغيير في الأبعاد يخدم تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و لا بدرجة متوسطة.

درست الفكرة الرئيسية رقم (06) العبارة رقم (34).

⁵⁴Christophe Benoît: stretching pour le sportif, éd. Amphora, 2002, p 52.

⁵⁵Giles Perninou, Serge Texa : les tensions musculaires, éd. Elsevier Masson, 2008, p 105.

⁵⁶Roland Hebersetzer: karaté pratique, éd. Amphora, 2003, p 40.

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (34) نجد أنه لا يوجد من يتجه إلى اعتبار خدمة التغيير في ظروف الانجاز في تطوير القوة الخاصة في الجيدو بدرجة كبيرة جدا و لا بدرجة متوسطة. يوجد ارتفاع في النسبة المئوية لمدربي العينة في اعتبار مساعدة التنسيق في الاحتفاظ على مداومة القوة خلال المنافسة مستويات الإجابة "بدرجة كبيرة جدا" و "بدرجة متوسطة" كما أكدته الفكرة الرئيسية رقم (7) التي درست العبارة رقم (35).

من خلال نتائج الاستبيان بالنسبة للعبارة رقم (35) نجد أن 40% من مدربي فرق العينة يتجهون إلى اعتبار مساعدة التنسيق في الاحتفاظ على مداومة القوة خلال المنافسة بدرجة كبيرة جدا و 20% منهم بدرجة متوسطة.

بينما، فيما يتعلق بأهمية تطوير التنسيق في تطوير القوة الخاصة في الجيدو فهو يساعد على زيادة فعالية كل حركة و تكييفها باستمرار حسب متطلبات المنافسة و أثناء التدريب، إن القيام بعملية تطوير التنسيق يمكن أن تندرج ضمن الإطار العام أو في وضعية خاصة جدا (عمل تقني أو تكتيكي) ⁵⁷ كما يأخذ الرياضي معلوماته عن طريق وضعية خصمه و هي تتوجه نحو إيجاد الحلول للمشاكل المرتبطة بالحركة، التنقل، القفز و المسائل التكتيكية ⁵⁸.

في هذه المرحلة تصبح سرعة الأداء و فعالية الحركات التقنية المنجزة من أولويات الرياضي في الهجوم و الدفاع كما أن التنقل و الرجوع إلى الوضعية الأساسية ستتعاقد مع بعضها البعض بدون تقطع في سيولة تامة للحركة ⁵⁹.

و بالتالي يرى الباحث أن الفرضية الجزئية الرابعة مؤكدة.

الخلاصة:

يدخل مفهوم تطوير القوة في الجيدو ضمن ضرورة تطوير الأداء لكي يتماشى مع متطلبات المستوى العالي في المجال التنافسي، و تتمثل هذه الدراسة في معرفة الطرق المثلى و السبل الموثوقة التي تضمن بلوغ مستوى من القوة العضلية الذي لا يتعارض مع ديناميكية الحركة التي يتطلبها النشاط الممارس بل يكون في خدمة هذا الأخير بحيث تتكامل القوة المكتسبة مع الحركة التقنية في انسجام تام من شأنه أن يدفع مستوى رياضة الجيدو إلى الأمام.

حسب نتائج هذه الدراسة، تمكن الباحث من الحصول على نتائج قيمة سمحت بمعرفة تصورات المدرسين فيما يتعلق بالتقوية العضلية و تطوير القوة الخاصة في الجيدو كما ساعدت الملاحظة الميدانية من تسجيل الإجراءات الميدانية فيما يتعلق بتطوير القوة الخاصة في الجيدو، و يمكن تقديم ما توصل إليه الباحث عبر النقاط التالية:

⁵⁷ Op. Cit. Alain Renault, p 289-290.

⁵⁸ Couartou G : autour de la technique, éd. FFBA, 2000.

⁵⁹ Temprado J.J, Montagne G : les coordinations perceptivo-motrices, Armand Colin, Paris, 2001.

- ✓ أولاً، تختلف اتجاهات تصورات مدربي فرق العينة عندما يتعلق الأمر بتطوير القوة الخاصة في الجيدو أو التقوية العضلية. هذا ما أكدته الملاحظة الميدانية لفرق العينة بحيث كانت تمارين التقوية العضلية منعزلة عن الحركات التقنية و حسب الباحث هذا راجع إلى سوء فهم و تأويل آليات انتقال آثار التدريب من قبل المدربين فيما يتعلق بانتقال آثار التقوية العضلية إلى القوة الخاصة في الجيدو؛
- ✓ ثانياً، كانت معظم تمارين التقوية العضلية تعتمد على التركيز العضلي الإرادي أي بدون استعمال حمل خارجي و بمعنى آخر، اعتمد معظم مدربي العينة في تطوير القوة على الزيادة في حجم الحمل (عن طريق الزيادة في عدد التكرارات) على حساب الزيادة في شدة الحمل (عن طريق الزيادة في الثقل) و هذا بالطبع يعود بالفائدة على تطوير مداومة القوة على حساب سرعة القوة؛
- ✓ ثالثاً، تختلف اتجاهات تصورات مدربي فرق العينة عندما يتعلق الأمر بتصوير أنماط تطوير القوة الخاصة و استعمالها بالنسبة للتركيز المتساوي القياس، التركيز المتراكم و التركيز الغريب الأطوار. أما فيما يتعلق بتصوير أنماط تطوير القوة الخاصة و استعمالها بالنسبة للتركيز البليومتري تطابقت اتجاهات تصورات مدربي فرق العينة؛
- ✓ رابعاً، حسب الملاحظة الميدانية لخصص فرق العينة تبين لنا أن أغلب الفرق لا تتوفر على قاعة للتقوية العضلية بمعنى أن أغلب مدربي فرق العينة لا يلجؤون إلى استعمال التركيز المتساوي القياس، التركيز المتراكم و التركيز الغريب الأطوار لتطوير القوة الخاصة باستعمال الأثقال للزيادة في شدة التمرين و إنما يلجؤون إلى تكرار نفس التمارين عدة مرات أي أنهم يستعملون الزيادة في حجم التمرين لتطوير القوة الخاصة. هذا من شأنه أن يساهم في تطوير مقاومة القوة على حساب سرعة القوة؛
- ✓ خامساً، يولي مدربي العينة اهتماماً كبيراً للتمديد العضلي لما يتعلق الأمر بالتخفيض من مستوى الإصابات أو إنجاز الحركات التقنية في الجيدو بينما يكون اهتمامهم أقل بالتمديد العضلي لما يتعلق الأمر بتطوير القوة الخاصة في الجيدو أو الحفاظ على مستوى تطور القوة الخاصة في الجيدو لأطول فترة ممكنة في حين و حسب نتائج الملاحظة الميدانية فيما يتعلق بمرحلة الرجوع إلى الهدوء، كان عدد تمارين التمديد العضلي قليل جداً نظراً لقصر هذه الفترة و قرب انتهاء الفترة الزمنية المخصصة للحصة التدريبية؛
- ✓ سادساً، اهتمام مدربي العينة بالاحتفاظ على مداومة القوة أكثر من الاحتفاظ بسرعة القوة خلال المنافسة و عدم اهتمام مدربي العينة بتطوير صفة التنسيق.

قائمة المراجع:

- 1- Astrand P.O, Kaar Rodahl, Jean René Lacour, Daniel Duizabo: précis de physiologie de l'exercice musculaire, éd. Elsevier Masson, 1994, p 300.
- 2- Casara S, Raphaël Fevre: programme de musculation, éd. Amphora, 2006, p36.
- 3- Couartou G : autour de la technique, éd. FFBA, 2000.
- 4- Donzel J : "comment concevoir un plan d'entraînement sportif, ASFBL",
- 5- Dyon N, Yannick Garden, " musculation et renforcement musculaire du sportif", éd. Amphora, 2005, p 08.
- 6- Gribela M, Mac Dougall: the effect of tapering on strength performance in trained athletes, international journal of sport med, 1994, 492-494.
- 7- Hebersetzer R: karaté pratique, éd. Amphora, 2003, p 40.
- 8- Herve Le Deuf: "entraînement mentale du sportif, comment éliminer les freins
- 9- Kentta G, Peter Hassmén: prévention du surentraînement évaluation des techniques de récupération, collection STAPS, Ed Elsevier Masson, 2003, p 12.
- 10- Leroux P: " football, planification et entraînement", éd. Amphora, 2006, p 20.
- 11- Littel T, Williams AC: effects of sprint duration and excises rest ratio on repeated sprint performance and physiological responses in professional soccer players, strength cond. Res,2007.
- 12- Milet G, Daniel le Galais : "la préparation physique, optimisation et limites de la performance sportive", éd. Masson, collection STAPS ? 2007, p 17.
- 13- Monod M: "médecine du sport", éd. Elsevier Masson, 2005, p 108.
- 14- Pasquet G, Laurent Hascoat, Thierry Roussay: échauffement du sportif, éd. Amphora, 2004, p 83.
- 15- Pradet M: "la préparation physique", WSEP, 1996.
- Rambier R : "programmation chez le judoka de haut niveau", FFJDA, 1991, p 38-39.
- 16- Renault A : musculation pratique, éd. Amphora, 2001, p 265
- 17- Sanchis: "una exeériencia en la valoracio fisiologia de la competition de judo", Espana, 1992, p 128.
- 18- Temprado J.J, Montagne G : les coordinations perceptivo-motrices, Armand Colin, Paris, 2001.
- 19- Terme A : technique de musculation et entraînement, éd. muscle et sport, Paris, 1992.
- 20- Turpin B: "préparation et entraînement du footballeur", Amphora, 2002, p 44.
- 21- Vezin J.F: physiologie de l'enfant, éd. l'harmattans, 1994.

تقييم إدارة تفعيل النشاط الحركي المكيف في بعض مؤسسات التربية الخاصة: الجزائر-الأردن.

من إعداد: أ- دويلي منصورية جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

الملخص:

يهدف هذا البحث إلى تسليط الضوء على أهم مراكز الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في الجزائر والأردن من خلال عرض تقرير مفصل لواقع المركز الطبي البيداغوجي للأطفال ذوي الاحتياجات الحركية الخاصة لعين البيضاء بولاية "أم البواقي" بالجزائر و "جمعية الحسين" لذوي التحديات الحركية بـعمان المملكة الأردنية الهاشمية، حيث اعتمدت الباحثة في ذلك على إجراء زيارات ميدانية ومقابلات شخصية مع ذوي الاختصاص والإشراف سواء على مستوى مركز "أم البواقي" أو جمعية الحسين لمعرفة إن كان هناك أولوية وضرورة ملحة لتفعيل النشاط الحركي المكيف و العلاج الطبيعي ضمن البرنامج الخاص بالمركز والجمعية .

وقد توصلت الباحثة من خلال الزيارات التي قامت بها إلى أن هناك اختلاف كبير بين مركز أم البواقي وجمعية الحسين في طبيعة الخدمات المقدمة للأطفال ذوي الاحتياجات الحركية الخاصة، وعلى وجه التحديد: قسم النشاط الحركي المكيف والعلاج الطبيعي اللذان يشهدان تطورا ملحوظا واهتماما كبيرا بجمعية الحسين بالأردن. وعليه توصي الباحثة بضرورة إدراج وإدارة تفعيل قسم للنشاط الحركي المكيف بكوادره المختصة ووسائله ومعداته الخاصة من أجل الارتقاء بفاعلية مستوى أداء المركز .

الكلمات المفتاحية :

1. التربية الخاصة. 2. الأطفال ذوي الاحتياجات الحركية الخاصة، . 3. النشاط الحركي المكيف. 4. العلاج الطبيعي.

Résumé

Evaluation de L'exécution et L'avancement de l'activité Motrice Adaptée dans certains établissements de l'éducation spéciale : Algérie – Jordanie.

L'objectif de cette étude est délimiter la lumière aux centres importants des enfants des besoins spéciaux en Algérie et la Jordanie par l'offre du rapport de la réalité dans le centre Médico-Pédagogique des enfants des besoins moteurs spéciaux à Ain El Bayda - Oum El Boighi et faire une comparaison avec l'association El Hussein du Hachémite Jordanien de Royaume , où chercheuse a dépendu à celui des visites de mesure de champ et des interviews avec des personnes qualifiées et compétants soit au niveau de centre, soit au niveau de l'association Amman pour défini en effet y avait il priorité et nécessité pour l'activation de l'activité motrice adaptée et la physiothérapie.

Les résultats de cette recherche se confirme qu'il y a un grand déferent entre le centre et l'association au niveau des qualités des services : Activité Motrice Adaptée et la Physiothérapie. Pour cela, il faut le programmer pour exécution et l'avancement de l'activité motrice adaptée dans le centre de Oum- El boighi.

Mots clés :

2. 1 Education spécial. 2- Les enfant des besoins motrices spéciaux. 3- Activité motrice adaptée. 4- La physiothérapie.

1- مقدمة:

تعتبر التربية الخاصة Spécial Education مهنة شهدت تطورات مذهلة وحققت إنجازات هائلة في العقود الماضية، إنها مهنة تهتم بالدفاع عن حقوق الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (المعوقين والمتفوقين) (القريبوتي و آخرون، 1995م)، ومن البعد العلمي فإن للتربية الخاصة جملة من الأساليب الفردية والمنظمة تتضمن وضعاً تعليمياً خاصاً و مواد ومعدات خاصة وطرائق تربوية خاصة ومكيفة وإجراءات علاجية محددة تهدف إلى مساعدة ذوي الاحتياجات الخاصة على تحقيق الحد الأعلى الممكن من الكفاية الذاتية الشخصية والنجاح الأكاديمي (الخطيب والحديدي، سنة 2005م). لكن الباحثة تؤكد ضرورة إيلاء اهتمام أكبر للإعاقة والتعرف والتدخل المبكر لمساعدة الأطفال ودعم أسرهم بمشاركة قوية لأولياتهم، وذلك بدمج الأطفال في المدارس المحلية والمجتمع المحلي وإعدادهم إعداداً يتيح لهم الفرصة للاستفادة والإفادة من كل الخدمات المتوفرة في المجتمع. ونحتاج أيضاً إلى أن نتعلم الإصغاء إلى الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. وإن للتربية الرياضية الخاصة أهدافها وأساليب تدريس ومناهج قد تختلف أو تتفق في بعض الجوانب مع التربية بشكل عام (فريق و آخرون، 1990م)، وخاصة إذا تعلق الأمر بالعلاج الطبيعي أو النشاط الحركي المكيف اللذان يؤديان دوراً كبيراً في إدماج أو إعادة إدماج المعوق والعمل على إيصاله إلى استقلالية ذاتية.

نشاط: قامت الباحثة بزيارة ميدانية لأحد مراكز التربية الخاصة المحلية ألا وهو المركز الطبي البيداغوجي لعين البيضاء بولاية " أم البواقي " والدولية المتمثلة في جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بـ عمان

"الأردن"، محاولة التعرف على واقع الخدمات التي يقدمها، وطبيعة البرامج والمشروعات التي يتبناها، وقد طرحت الباحثة مجموعة من الأسئلة على مديري المركز و الجمعية .

2- الإشكالية:

لعلّ من أهم الجوانب التربوية التي يوليها الباحثون قدرا كبيرا من الرعاية و الإهتمام الجانب الخاص بالطرق و البرامج المتعلقة بالنشاط الحركي المكيف الذي ينبغي إستخدامه في تربية و تعليم هؤلاء الأطفال. و لا شك أن إختيار التربويين لهذا النموذج الأفضل و الأنجع ليس بالأمر الهين و خاصة مع الأطفال الذين يعانون من إضطرابات سلوكية نتيجة إعاقاتهم، حيث أن الأطفال غير العاديين يشكلون نسبة ليست قليلة في مختلف المجتمعات، إذ تصل إلى **10 %** على أقل تقدير (كرك و جالقمر، عام 1989م)، و بإعتبار أنهم يمثلون شريحة هامة من شرائح المجتمع، فإن الباحثة ترى أهمية تفعيل إدارة برامج النشاط الحركي المكيف في العلاج التربوي لهؤلاء الأطفال، فمن خلال ما قامت به الباحثة من زيارات ميدانية لأحد مراكز التربية الخاصة المحلية ألا وهو المركز الطبي البيداغوجي لعين البيضاء بولاية "أم البواقي" والدولية المتمثلة في جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بـ عمان "الأردن"، أدركت الفرق الكبير في طبيعة الخدمات المقدمة للأطفال في كلتا المؤسساتين، حيث توفر نوعي جيد و كبير لجميع الخدمات العلاجية للأطفال على مستوى جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بالأردن، لذلك ارتأت الباحثة إلى إجراء مقابلات شخصية مع مديري كل من الجمعية و المركز لتقصي أعماق لواقع النشاط الحركي المكيف من هذه الخدمات الشاملة المتعددة محاولة التعرف على طبيعة الخدمات و المشاريع المبرجة في إطار النشاط الحركي المكيف و ما هي تحديات عصر العولمة في هذه المجال في جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن - ، مما أدى بالباحثة إلى التطرق في هذه الدراسة إل تناول بالشرح و التحليل ضرورة تطبيق برامج النشاط الحركي المكيف في مراكز التربية الخاصة للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة على مستوى مركز عين البيضاء بولاية أم البواقي خاصة و جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان- المملكة الأردنية الهاشمية- لكشف واقع هذا النموذج من النماذج التربوية العلمية و ما هي الإستراتيجيات المطبقة داخل المركز و الجمعية ، لهذا تحاول الباحثة الإجابة عن السؤالين الآتيين:

- 1 - ما أهمية إدارة تفعيل برامج النشاط الحركي المكيف في مركز أم البواقي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة و جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن-؟.
 - 2 - ما الإسهامات التي يمكن تقديمها في مجال النشاط الحركي المكيف في مركز أم البواقي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بالجزائر و جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن-؟.
- 3- الأهداف:** تهدف الدراسة الحالية إلى ما يأتي:

1- التعرف على واقع النشاط الحركي المكيف في مركز أم البواقي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بالجزائر و جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن-.

2- التعرف على طبيعة الخدمات المقدمة في مجال النشاط الحركي المكيف في مركز أم البواقي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بالجزائر و جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان- الأردن-.

4- الفرضيات: تفترض الباحثة ما يأتي:

1- تتوفر جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن- على برامج ، أجهزة و معدات خاصة و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف.

2- لا يتوفر مركز أم البواقي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بالجزائر على برامج ، أجهزة و معدات خاصة و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف.

5- الدراسات السابقة :

حسب علم الباحثة ، فإن هذه الدراسة تعتبر الأولى في الجزائر من حيث تعرضها و تناولها لهذا الموضوع تناولاً مستقلاً ، حيث أجريت العديد من الأبحاث و الدراسات تعرضت للنموذج النمائي للطفل و إمكانية تطبيقه في مجال النشاط الحركي المكيف مع الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة ، حيث أشارت فروستق في دراستها عام 1968م إلى أن هناك خمسة مراحل أساسية يمر بها الطفل خلال نموه و هي : القدرات الحسية الحركية و اللغة و الإدراك و عمليات التفكير و التّمو الاجتماعي و العاطفي (Apter and Conoley, 1984). إذ قامت وود Wood بإبتكار - المنهاج العلاجي للنمو- و الذي يبني على الإفتراض القائم على أن بعض الوظائف و المهارات التّماثية تكون بشكل عام قابلة للتطبيق في التّمو الاجتماعي و العاطفي لكل الأطفال سواء كانوا يعانون من إضطرابات إنفعالية أم لا. لذلك قسمت وود و سوان (Wood and Swan, 1978) المنهاج إلى 149 صفة من الصفات التّماثية في حياة الطفل العادي.

6- إجراءات البحث الميدانية:

6-1- المنهج: إتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج المسحي الوصفي نظراً لما تفرضه مشكلة البحث

6-2- المجتمع و العينة : تكونت عينة البحث من مدراء مراكز التربية الخاصة للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة وعددهم إثنان (02). بالنسبة للأردن تمثل نسبة مجتمع البحث 10 % من 10 جمعيات لذوي التحديات الحركية ذات طابع عمومي ، بالنسبة للجزائر: تمثّل نسبة مجتمع البحث 20 % من 05 مراكز للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة .

6-3- الأدوات : إتمدت الباحثة على : - المقابلات الشخصية -المصادر و المراجع باللغتين العربية و الأجنبية.

6-3-1- سيكومترية الأدوات : تمثلت في طرح مجموعة من الأسئلة المرتبة على الأشخاص المعنيين ثم تدوينها على الورق و تحليلها ، بالإضافة إلى الزيارات الميدانية لكل الأقسام و الورشات للمركز و الجمعية معا.

- ماهية المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المعوقين حركيا بعين البيضاء "أم البواقي"؟⁽⁶⁰⁾: هو المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المعوقين حركيا بمدينة عين البيضاء ولاية أم البواقي، الذي حوّل بقرار مرسوم وزاري من روضة أطفال إلى مركز المعوقين في سنة **1988م** وتستقبل المؤسسة الأطفال المعوقين حركيا من سن **06 سنوات إلى غاية 18 فما فوق** ومن كل أنحاء الجزائر، إذ أنها ذات طابع جهوي تتكفل بالنّاحية الطبية والبيداغوجية، ولكن في الواقع المعيش في مثل هذه المؤسسات ذات الطابع الاجتماعي- الإنساني، يغلب عليها هنا الطابع الأخير، وبما أن المؤسسة الوحيدة في النّاحية الشرقية التي توفرّ التكفّل النفسي التربوي لفئة المعوقين حركيا نجد فيها كل أنواع الإعاقات الحركية الفطرية والمكتسبة منها ، و الأقسام التربوية هي: قسم الملاحظة ، قسم التفطين ، قسم خاص ، قسم ما قبل المدرسة ، قسم ما قبل التكوين.

- ما واقع مراكز الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في الجزائر ؟. يقول المدير ما يلي:

إن المرسوم التنفيذي لتأسيس مراكز الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة واعتمادها رسميا بالجزائر حسب اختصاص كل مركز هو رقم **80-59 المؤرخ في 08 مارس 1980م**، والمتضمن تأسيس تنظيم المراكز الطبية البيداغوجية والمؤسسات المتخصصة في الطفولة المسعفة وتسييرها ، هذا وقد عملت الجزائر على بذل الكثير من الجهود لتوفير العدد الممكن توفيره من هذه المراكز ، نظرا لدورها الفعال في عملية إدماج المعوق، حيث يقدر عددها على المستوى الوطني بـ:

(60) مقابلة شخصية مع مدير المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المعوقين حركيا بأم البواقي (عين البيضاء) السيد رويغلي عبد الرحمان سابقا و السيدة المديرة المكلفة بالنيابة و.فروج بتاريخ 28/09/2007 و 25/01/2009 على الساعة العاشرة صباحا.

– مدارس الصم والبكم (E.J.S): 29 مدرسة . مدارس المكفوفين الصغار (E.J.A): 11 مدرسة. المراكز الصحية (الطبية) البيداغوجية للمختلطين ذهنيا (CMPHM): 71 مركزا، المراكز الصحية (الطبية) البيداغوجية للمعوقين حركيا (CMPHM): 05 مراكز. القانون الداخلي مؤرخ في 23 مارس 1991م (Boudiaf et d'autres, 1994). وهذا ما سأوضحه في نموذج لبعض المراكز من خلال الجدول الآتي الذي يبين قائمة المراكز الطبية البيداغوجية للأطفال المعوقين حركيا (C.M.P.H.M).

مع العلم ، أن هناك عدد جديد للمعوقين حركيا جراء زلزال 21 ماي 2003م بيومرداس، إذ تؤكد الأستاذة الباحثة بأنه تم تسجيل عدد 1000 حالة، لذا يجب الاعتناء بهذه الفئة قريبا لتفادي وتجنب المضاعفات خاصة النفسية منها⁽⁶¹⁾.

الولاية	مقر المركز الطبي البيداغوجي	سعة الاستقبال
02- الشلف	الشطية	100
04- أم البواقي	أم البواقي	100
16- الجزائر	الحراش	70
18- جيجل	بن بلعيد	110
31- وهران	مسرعين	100
المجموع الإجمالي لسعة الاستقبال		380

• ما الصعوبات والعراقيل التي تعاني منها المؤسسة ؟ يجب المدير ما يأتي: هناك عدة صعوبات تنقسم إلى شطرين:

1- نقص في العنصر البشري: – إفتقار المؤسسة إلى أهم عنصر بشري فيها وهو الطبيب سواء كان طبيبا مختصا أو طبيبا عاما.
– بالإضافة إلى إفتقارها لذلك مختص في إعادة التأهيل الوظيفي للأعضاء، وإفتقار المؤسسة إلى مختصة إجتماعية التي من خلال بحوثها الاجتماعية يتم التوصل إلى دراسة حالة بالطرق العلمية الصحيحة. **2- ناحية الوسائل والإمكانات:** – نقص وسائل العمل التي تساعد المربي أو المختص على أداء مهامه على أحسن وجه، عدم توفر الإختبارات والروايز النفسية التربوية والعيادية جانب إفتقار قاعة إعادة التأهيل الوظيفي إلى بعض المعدات الهامة مثل: **POULITHERAPIE, ELECTROTHERAPIE, PISCINE, VELOERGOMETRIQUE , INFRAROUGE ,** أما المعوقين، وكذلك معاناتهم من شدة الرطوبة

(61) أرشيف مديرية الأمن الوطني، قسم الحوادث، ولاية مستغانم، عام 2006م .

التي قد تساعد على ظهور أمراض أخرى كالربو وعسر التنفس ، لذا تؤكد الأستاذة الباحثة أن هذه المؤسسة بحاجة ماسة إلى ترميم كلي وشامل قبل بداية الفصل الجديد.

➤ جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان بالمملكة الأردنية الهاشمية (62) : ما رؤية الجمعية مستقبلا و ما أهدافها ؟

النشاط	المهدف	المتطلبات	الكلفة التقديرية
مركز التدريب	اعتماد الجمعية مركزا للتدريب (طلبة ومعالجين	كادر إضافي (خمسة معالجين)	18000د
التأهيل المجتمعي	زيادة أعداد المراكز المخدومة	وسيلة نقل	15000د
الدمج	زيادة أعداد الزيارات اليومية	كادر للقسم (موظف جديد)	15000د
التدخل المبكر	زيادة الأعداد وعدد ساعات الخدمة	ممرضة / باحثة اجتماعية	15000د
الإعلام والتثقيف	زيادة الوعي بحقوق ذوي التحديات الحركية	نقل / حملات إعلامية نشرات / زيارات ميدانية مجلات (مجلة إرادة)	30000د
العيادة المتنقلة	الخدمة المزيد من المناطق النائية والمحدودة المصادر	توفير الأجهزة المساندة	12000د
الدراسات والأبحاث	رفد التدريب الدراسات والأبحاث الحديثة	إعداد قاعدة بيانات محسوبة	10000د
مركز التشخيص والتقسيم	اعتماد الجمعية كمركز معتمد لتشخيص الحالات	توفير كادر إضافي وأطباء للقيام بالتشخيص العلمي	18000د
صيانة المبنى الرئيسي	إجراء صيانة شاملة للمبنى الرئيسي يشمل البنية التحتية والطلاء والإنارة والتدفئة، مما خفف من مصاريف الجمعية	تركيب بنية تحتية جديدة إنارة جديدة / تركيب إنارة جديدة تركيب بويلرات	100000د
البركة العلاجية	تقديم تأهيل مميز للأطفال ووفق برنامج ثابت	تغيير البويلر وتغيير الفلتر وتغيير مستمر للمياه وتوفير مواد تعقيم جيدة	7000د
الأجهزة الطبية	توفير أجهزة مساعدة للمشي وجباير للحالات الفقيرة	تغطية نفقات الأجهزة والجباير	40000د
مكتبة	زيادة المردود المالي للقسم	برنامج إعلامي	10000د
المدرسة	الوصول إلى قبول أعداد أكبر بالصف الواحد العمل على تعيين بعض الموظفين المنتدبين والذين ينتهي تكليفهم بالعمل بالجمعية ويصعب التمديد لهم نظرا للحاجة لخبراتهم وصعوبة توفير البديل	معلمين / معلمين مساعدين / مستخدمين	26000د

(62) مقابلة شخصية مع المديرية التنفيذية لجمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان: "الأردن"، السيدة سمو الأميرة ماجدة رعد، بتاريخ 2008/12/28 بجبل الحسين على الساعة: العاشرة صباحا.

• ما طبيعة العمل داخل الجمعية ؟ تقول رئيسة الجمعية من خلال الهيكل التنظيمي للجمعية :

القسم	موظف	منتدب	متطوع	اجموع
الإدارة	7			7
الاستقبال/مراسل	2			2
قسم تكنولوجيا المعلومات - الحاسوب	1			
قسم الدراسات والأبحاث	3	1		
العلاج الطبيعي	5	1	10	
العلاج الوظيفي	3		4	
الأجهزة الطبية	6	1		
التدخل المبكر	5		3	
التمريض	4	1	1	
الأخصائية النفسية والاجتماعية	2			
الصيانة والمستودع	1			
الإشراف والتدبير المتربى	17	1		
الحركة	5	2		
التأهيل المجتمعي	4			
كتر والخياطة	10			
المدرسة	2	10	7	
أخصائية التغذية		1		
الأطباء		4		
دكان New to you	3			
الجموع	80	22		102

ونسبة أعداد الموظفين من ذوي التحديات الحركية هي 20%.

- هل هناك قسم للنشاط الحركي المكيف (العلاج الطبيعي): حسب تسميته من طرف المديرية التنفيذية بالأردن (وما هدفه ؟
- نعم لأن الارتقاء بصحة الفرد من ذوي التحديات الحركية والوصول به إلى أقصى درجة ممكنة من الاعتماد على النفس يدا بيد مع فريق تأهيلي متخصص بعد الوقوف على قدراته ومحدودية تلك القدرات وأسبابها وتحليلها والتدخل في التغلب عليها ضمن الظروف الصحية والنفسية والإجتماعية للطفل وأسرته ومحيطه من الأولويات، و هذا القسم مكون من سبعة معالجين

طبيعيين، وتمثلت أهم منجزات القسم فيما يأتي: 1- تنظيم الجلسات العلاجية وضمن إجتماعات الأهالي الأسبوعية (نظام الصفوف وبالتعاون مع السيدة أنسام الناطور). 2 - وضع الخطوط الإرشادية الموضحة للأدوار والمتطلبات لزيادة السلامة والأمان في وضع الأطفال في الحافلات وفي كراسيهم، ومن خلال نقلهم وتنقلهم (بالتعاون مع العلاج الوظيفي بطلب من الدكتور فؤاد مستشار الجمعية).

• ما هي أهم إنجازات الجمعية و عددها؟ - تقييم أولي (66) ، العلاج الجماعي (256)، و تدريب رياضي فردي (388). كلها تدخل في إطار النشاط الحركي المكيف.

➤ مساهمة الجمعية في الخدمات المقدمة لذوي التحديات الحركية على مستوى الوطن (ياسر و آخرون) : أنها بالفعل مميزة ورائدة وخاصة إذا علمنا أنه من خلال تقارير اليونيسيف والمنظمات الدولية وهيئة الأمم، أنه يتم حصر عدد الحالات التي قامت الجمعية بخدمتها هو (2365) حالة وهي تعادل وتقارب النسبة العالمية للحالات التي تتلقى خدمات متميزة وشاملة مع قلة الإمكانيات المادية المتوفرة، وتعادل النسبة التي تقوم بها دول بأكملها وبكافة مؤسستها .

5- النتائج :

- إن جمعية الحيسن لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن - تتوفر على برامج ، أجهزة و معدات خاصة و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف ، و هذا ما يثبت صحة الفرضية الأولى القائلة : تتوفر جمعية الحيسن لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن- على برامج ، أجهزة و معدات خاصة و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف. (إرجع للسؤال الموجه لرئيسة الجمعية فيما يخص هل هناك قسم للنشاط الحركي المكيف أو ما يسمى بالعلاج الطبيعي).

- إن المركز الطبي البيداغوجي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بعين البيضاء بولاية أم البواقي بالجزائر لا تتوفر على برامج ، أجهزة و معدات خاص و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف و هذا ما يثبت صحة الفرضية الثانية والقائلة : لا تتوفر مركز أم البواقي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بالجزائر على برامج ، أجهزة و معدات خاصة و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف. و حسب ما أدلى بهما مدير هذا المركز سابقا السيد رويغلي عبد الرحمان و السيدة المديرية بالنيابة فروج (إرجع للسؤال الموجه إلى المدير السابق و المديرية الحالية و المتعلق بما هي الصعوبات و العراقيل التي يعاني منه المركز؟).

- إنَّ المركز الطبي البيداغوجي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بعين البيضاء بولاية أم البواقي بالجزائر حوّل بقرار وزاري من روضة أطفال إلى مركز معوقين في سنة 1988م ، حيث تستقبل هذه المؤسسة الأطفال المعوقين حركيا من سن 06 سنوات إلى غاية 18 سنة فما فوق و من كل أنحاء الجزائر، كما انه يعاني من عدة عراقيل و صعوبات، من أهمها : تدهور الكفاية البنائية للمركز.

- من أهداف جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن- تقديم أفضل الخدمات التأهيلية في كافة مناطق المملكة بالتركيز على النشاط الحركي المكيف و الوظيفي و التمريض و الأجهزة و كذا التعليم لذلك تحصلت على الريادة و التميّز في طبيعة الخدمات من خلال تقارير اليونيسيف و هيئة الامم المتحدة و المنظمات الدولية. و هذا ما يثبت صحة الفرضية الثالثة القائلة : إن الخدمات المقدمة في مجال النشاط الحركي المكيف في جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن- متطورة جدا.

6- الاستنتاجات:

- 1- إنَّ جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان بالأردن تتوفر على برامج ، أجهزة و معدات خاصة و مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف.
 - 2- إنَّ المركز الطبي البيداغوجي للأطفال ذوي الإحتياجات الحركية الخاصة بعين البيضاء بولاية أم البواقي بالجزائر لا يتوفر على برامج ، أجهزة و معدات مكيفة و مختصين مؤهلين في النشاط الحركي المكيف.
 - 3- إن الخدمات المقدمة في مجال النشاط الحركي المكيف في جمعية الحسين لذوي التحديات الحركية بعمان - الأردن- متطورة جدا.
- لذا توصي الباحثة كل الأخصائيين و مؤطري هذه المؤسسات على مستوى الجزائر الأخذ بأهمية الاختصاص كل حسب مجاله وإتاحة الفرصة أمام المختصين في النشاط الحركي المكيف لتدعيم معلوماتهم المكتسبة نظريا وتجسيدها في الواقع للإفادة والاستفادة في نفس الوقت.

7- المصادر والمراجع :

أ- باللغة العربية:

- 1- القريوتي، يوسف وآخرون: المدخل إلى التربية الخاصة، دار القلم، دولة الإمارات العربية المتحدة، سنة 1995م.
- 2- جمال الخطيب، منى الحديدي: المدخل إلى التربية الخاصة، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، دار حنين للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، سنة 2005م، ص 15- 16.
- 3- فريق عبد الحسن كمونة وآخرون: رياضة المعوقين، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، العراق، سنة 1990م.
- 4- ياسر سالم و آخرون: برنامج التربية - رعاية ذوي الحاجات الخاصة- منشورات جامعة القدس المفتوحة، فلسطين ، رقم المقرر 5304، ص 15 .
- 5- أرشيف مديرية الأمن الوطني، قسم الحوادث، ولاية مستغانم. عام 2006 م .

ب- باللغة الأجنبية:

- 7-Apter,S.j and Conoley ,J.c: Childhood Behavior Disorders and Emotional Disturbance: An Introduction To Teaching Roubled Children, Englewood Cliffs : Prentice-Hall , 1984 , p70.
- 8-Boudiaf farida et d'autres : Guide des Etablissements en Charge (sous tutelle du Ministère du Travail et de la Protection), Centre National de Formation des Personnels Spécialisés, Bir Khadem, Alger, Algérie, 1994, p 44-48, 52- 53,56.
- 9-Kirk,A.K and Gallegher, J. j :Educating Exceptional Children, BOSTO, MA: Houghton Mifflin Company, 1989, p102-1
- 10- Wood, M.M and Swan: A Developmental Approach To Educating The Disturbed Young Child, Behaviorla Disorders, 3, 1978, p197-2.

حركات الرمي (ناجي وازا) الأكثر استعمالا في رياضة الجودو أثناء المنافسات عند الفئة الوزنية (-60كلغ/-66كلغ/-73كلغ)

من إعداد: أ.مهدي محمد جامعة وهران.

ملخص البحث :

تهدف هذه الدراسة الى حصر الحركات الأكثر إستعمالا في رياضة الجودو للفئات الوزنية (-60كلغ/-66كلغ/-73كلغ) حيث طبقت هذه الدراسة على مجموعة من المدربين و المصارعين لرياضة الجودو و الذين بلغ عددهم 35 مدربا و 80 مصارعا من بعض ولايات الغرب الجزائري (مستغانم، وهران، غيليزان، سيدي بلعباس، معسكر، تلمسان) و إعتد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي و من خلال جمع و تحليل النتائج المتاحصل عليها ، تبين أن معظم المصارعين الذين شملهم البحث يستعملون حركات الرمي الأكثر من الحركات الأرضية خلال المنافسات و كانت الحركات الأكثر إستعمالا حسب التسلسل التالي جاءت موروتي سوناجي و ابون سوناجي في المرتبة الأولى بنسبة 82.5 ، ثم في المرتبة الثالثة جاءت تسوري كومي جوشي بنسبة 66.25 و تلتها في المرتبة الرابعة أوتشي ماتا بنسبة 52.25 و تأتي حركات أخرى بنسب ضعيفة تراوحت ما بين 12.5 الى 5 كما تبين أن معظم المدربين يرون أن حصر الحركات الأكثر استعمالا يخدم المدرب في العملية التدريبية حيث تمثل هذه العملية قاعدة معلوماتية ضرورية لا بد من توافرها لدى المدرب حتى يبي عليها خططه التدريبية .

RESUME :

Cette étude vise à déterminer les mouvements les plus couramment utilisés chez les judokas (catégorie -60kg/-66kg/-73kg). Nous avons appliqué cette étude sur un échantillon composé de 35 entraîneur et 80 judokas de certaines willaya à l'ouest de l'Algérie (Mostaganem ,Oran ,Relizane ,Sidi belabbés ,Mascara et Telmcen),et nous avons adopté dans cette recherche la méthode de l'enquête et par la collecte et nous avons analysée les résultats obtenus .Il a été constaté que la plupart des judokas utilisent des mouvements de nage-waza plus de né-waza au cours des compétitions .les mouvements sont les suivant : Ippon-seoi-nage et moroté seoi-nage en premier lieu par 82.5% puis à la troisième place est venu le Tsodi-Tsurikomi – goshi par 66.25% suivi en quatrième place le Uchi-mata par 52.25%. D'autre mouvements représente faible taux varient entre 12.5% à 5% .

Il s'avère que la plupart des entraîneur estiment mieux que la limitation des mouvement ,la plus couramment utilisée aide plus l'entraîneur à développer l'aspect technique chez les judokas

Mots-clés :

Judo,nage-waza ,Ne-waza, Catégorie de poids

1- مقدمة و إشكالية البحث :

لاشك أن التدريب الرياضي له خصوصيته و نوعيته المحددة اتجاه كل نشاط رياضي ممارس و أساس فهمنا للعملية التدريبية تتطلب إلماما بالقواعد و المبادئ المتأصلة و الناتجة من العلوم المختلفة لعل أهمها الأسس الميكانيكية و الفسيولوجية و مبادئ علوم الحركة و التعلم الحركي و العوامل النفسية بجانب أهمية التطبيقات الفعلية لمهارات المدرب نحو تحقيق اكتساب الإنجاز الرياضي بالشكل المأمون بهدف الوصول إلى مستويات الأداء الفني المميز.

إن كلا الأمرين متطلبان متلازمان و لذلك فإن بعض المدربين الذين يهتمون بالتطبيق العملي بدون خلفية نظرية لما يتم تدريبه يشبهون قائد السفينة الذي يقودها بدون بوصلة إرشادية أو قواعد نظرية الخاصة بالملاحة. (محمد ابراهيم شحاته، 2006، ص07)

لهذا لا يمكن تجاهل الدور الكبير الذي تمثله العلوم المرتبطة بالرياضة ، فالمدرب ملزم بالإلمام بها و إثراء معلوماته العلمية في هذا المجال و ذلك بصفة دائمة .(MICHEL PRADET ,1996,P13)

فالعلم الحديث يسعى الى تحقيق إنجاز جيد في مختلف الأنشطة الرياضية بشكل عام . (مجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، 1990 ، ص163) و أن رياضة الجودو من الرياضات التي تحتل مراكز متقدمة بين الألعاب و التي يتم التنافس عليها عالميا و أولمبيا و قاريا و دوليا ، حيث تطورت تطورا كبيرا من الناحية القانونية و التقنية و الخططية منذ نشأتها و حتى يومنا هذا بمقارنتها بمثيلاتها من الألعاب الأولمبية الأخرى . (محمد حامد شداد ، :، 1996، ص2).

وقد أصبحت هذه الرياضة من الرياضات الفردية التي يعول عليها في رفع رصيد الدول من الميداليات في المنافسات الدولية، و خير دليل على ذلك الدورة الأولمبية الأخيرة (بكين 2008) حيث احتلت الجزائر المرتبة 65 عالميا بفضل الميداليتين الفضية والبرونزية التي تحصل عليها كل من عمر بن يخلف وصورية حداد في رياضة الجودو. (الموسوعة الحرة وكيبيديا)

ويرى الباحث أنه لابد من استعمال كافة الطرق والوسائل لرفع مستوى هذه الرياضة منها الجانب المادي والاجتماعي والثقافي والنفسي... وخاصة الجانب العلمي و من أهم الجوانب التي يجب تطويره و التركيز عليه مهارات الرمي عاليا التي تعتبر أهم جزء في رياضة الجودو حيث أن تبدأ المنافسة بها و يمكن أن تنتهي بها دون أن يلجئ المصارع الى اللعب الأرضي . وتتكون حركات الرمي العالي من عدد من الحركات التي يمكن استخدامها في رمي وتشمل هذه الحركات على استخدام الأيدي والجزء أسفل الخصر والسيقان والاقدام كما تتضمن حركات يضحى فيها المصارع بتوازنه الشخصي و يهبط على الأرض كي يتمكن من رمي الخصم وانطلاقا من خبرة الباحث كمصارع في هذا النوع من الرياضة لاحظ تكرار نفس حركات الرمي في مختلف المنافسات و نمطية في الحركات المستعملة و حسب الباحث فإن و جود قاعدة

معلوماتية حول المهارات الأكثر استعمالا يمكن أن تصبح كركيزة يعتمد عليها المدرب في إعداد الخطة و المهاري سواء من ناحية تعزيزها أو التركيز على حركات أخرى مهمة أو تحضير حركات مضادة لها . و مما سبق ذكره طرح الباحث التساؤلات التالية :

- 1- هل حركات الرمي هي الحركات الأكثر استعمالا في رياضة الجودو أثناء المنافسات عند الفئات الوزنية (60، 66، 73) كيلوغرام ؟
- 2- ما هي حركات الرمي الأكثر استعمالا في رياضة الجودو أثناء المنافسات عند الفئات الوزنية (60، 66، 73) كيلوغرام ؟
- 3- هل حصر حركات الرمي الأكثر استعمالا يمكن أن يساعد المدرب في تطوير الأداء المهاري للمصارع أثناء المنافسات ؟

2- أهداف البحث:

- 1- للكشف عن مدى أهمية حركات الرمي في رياض الجودو .
- 2- توفير للمدرب قاعدة إحصائية حول حركات الرمي الأكثر شيوعا في المنافسات عند الفئة الوزنية (60، 66، 73) كلغ، حيث يستطيع الارتكاز عليها في العملية التدريبية.
- 3- معرفة حركات الرمي المهمشة في المنافسات ومحاولة إعطائها أهمية أكثر.

3- فرضيات البحث:

- 1- إن حركات الرمي هي الحركات الأكثر استعمالا في المنافسات .
- 2- حركات الرمي الأكثر استعمالا في رياضة الجودو أثناء المنافسات هي : موروتي- تسودي- سومي- جايشي- أوتشي- ماتا- ابون سوي- ناجي .
- 3- حصر حركات الرمي الأكثر استعمالا يمكن أن يساعد المدرب في تطوير الأداء المهاري للمصارع أثناء المنافسات.

4- مصطلحات البحث :

- 4-1- الجودو: هو فن رياضي قتالي تربوي ياباني (Frédéric Baugoin .2001.p01) اقتبس من الجوجوتسي ju-jitsu (Gilles Goetghebuer ، 2004. P5، ET AUTERE) و الجوجوتسي كلمة مكونة من قسمين جوجو (JU) ومعناها المرونة و جوتسي jitsu و معناها تقنية (12:18) وكلمة الجودو (JUDO) مكون بدورها من قسمين الجوجو (JU) ومعناها المرونة و دو (DO)، ومعناها الطريق و المعنى الكلي للكلمة هو الطريق للمرونة (Tadao Inogai et Raland) (Habersetzer , 2001,P9) و قد أصبحت هذه الرياضة أولمبية بصفة نهائية منذ سنة 1972 (M.Lee ,1974,p04).

4-2- حركات الرمي (ناجي وازا Nage-waza): وهي حركات رياضية تعتبر أهم المهارات في رياضة الجو دو والتي يتم فيها رمي أو إلقاء الزميل أو الخصم المصارع أرضاً سقوطاً على ظهر بأحد مهارات الإلقاء باليد أو الكتف أو مهارات المقعد أو الرجل أو عن طريق التضحية . (

(T.Inogai et R.Habersetzer , 2002,p89

4-3 الحركات الأرضية (ني وازا Ne-waza) : هي الحركات التي تستعمل في حالة تنقل الصراع من الوضع العالي الى الوضع راقدا. (مراد ابراهيم ، 2001 ، ص203).

4-4- الفئة الوزنية : في رياضة الجو دو يتبع نظام الفئات الوزنية و ذلك حسب المرحلة العمرية والجنس والمرحلة العمرية التي إستهدفها و التي هي الأواسط 17- 19 سنة ذكور و تحتوي هذه المرحلة على الفئات الوزنية التالية -60كلغ ، -66كلغ ، -73كلغ ، -81كلغ ، -90كلغ ، -100كلغ ، +100. (1971,Luis robier,p87).

و لقد عمد الباحث اختيار الفئات الثلاث -60كلغ ، -66كلغ ، -73كلغ نظراً تقاربها في الوزن و تشابهها في الكثير من الصفات البدنية و المورفولوجية

5-الدراسات السابقة :

5-1_ دراسة جورج وبرز George Weers (1997) :

عنوان الدراسة : معدل استخدام المهارات لصفوة متنافسي الجودو.

الهدف من الدراسة : التعرف على معدل المهارة لدى صفوة لاعبي الجودو - أو يعني - ما هو عدد المهارات المختلفة التي يستخدمها أفضل لاعبي الجودو أثناء المنافسات .

العينة: تغطية مسجلة لمبارات الجودو لبطولات العالم الأعوام:

1983 ، 1987،1985، 1989 ،-،1993،1991 ، 1995، و بطولة الجودو الاولمبية عام (1992)

وكان مادة البحث تشمل مباريات الجيدو من كل الأوزان.

المنهاج : استخدم المنهج الوصفي .

- يملك البطل الاولمي أو بطل العالم مدى تكتيكي سنة مهارات رمي ومهاراتان لعب أرضي (في وازا-

Nawaza) أحد مهارات الرمي مهارة (كوتشي جاري) وأحد مهارات ال (تي وازا) هي غالباً مهارة

التثبيت الأرضي (أوساي كومي Osakome - Waza .

أهم النتائج:

- إن كل المدى التكتيكي لمهارات البطل ونظام هجومه الشخصي تم إختياره ليتناسب مع إمكانياته الشخصية وميوله.

ومن أهم الدروس المستفادة:

بالنسبة للاعب: يجب أن يستخدم المهارات التي تناسبه والتدريب عليها حتى تصبح استجابة أو توماتيكية.
بالنسبة للمدرب: هو تعلمه أن يرشد لاعبيه على التركيز على أفضل المهارات التي يمتلكونها.

5-2_دراسة ياسر عبد الرؤوف أحمد(ماجستير) 1994:

عنوان الدراسة: أثر طرق تدريبية مقترحة على تنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الجو دو.
الهدف من الدراسة: دراسة أثر كل من طريقتي التدريب الفترتي مرتفع الشدة و التدريب التكراري على تنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبين الجو دو.

المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث باستخدام تصميم تجريبي يحتوي على مجموعتين الأولى تستخدم طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة و الثانية تستخدم طريقة التدريب التكراري
العينة: قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد (42) لاعب جيدو من الناشئين و التي تراوحت أعمارهم (14_17) سنة و تم تقسيمهم الى مجموعتين الأولى من 21 مصارع كعينة تجريبية و الثانية من 21 مصارع عينة ضابطة .

أهم النتائج: حققت طريقة التدريب التكراري نتائج أفضل من طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة في تنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبين الجو دو و التالية (القوة العضلية _ القوة المميزة بالسرعة _ التحمل العضلي _ السرعة _ الرشاقة)

5-3_دراسة محمد حامد شداد(دكتوراه) 1996:

عنوان الدراسة: المتغيرات البدنية و مهارية و النفسية المساهمة في مستوى أداء لاعبي الجو دو .
الهدف من الدراسة: التعرف على المتغيرات البدنية و مهارية و النفسية للاعبين الجيدو و التعرف على العلاقات الارتباطية بين كل من المتغيرات البدنية و مهارية و النفسية في مستوى الأداء للاعبين الجو دو لمجموعة الأوزان المختلفة (خفيفة _متوسطة -ثقيلة) . كما يهدف هذا البحث للتعرف على مدى مساهمة كل من المتغيرات البدنية و مهارية و النفسية و مستوى الأداء في مجموعة الأوزان المختلفة .

المنهج: استخدم المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) و ذلك يف وصف ما هو كائن و تحليله واستخلاص الحقائق منه و ذلك لمناسبة هذا المنهج لطبيعة البحث .
العينة: عينة البحث من لاعبي الجو دو و (الفريق القومي و الدرجة الأولى) رجال تم اختيارهم بالطريقة العمدية على أساس المراكز المتقدمة التي تم الحصول عليها في السنوات الماضية ، و كذلك درجة الحزام خلال عامين سابقين . و اشتملت عينة البحث على 48 لاعبا منهم 22 لاعبا درجة أولى و 26 لاعبا فريق قومي .

أهم النتائج: _ توصل الباحث الى المتغيرات البدنية الخاصة بلاعبين الجو دو و التي تمثلت في (القوة المميزة بالسرعة ، القوة العضلية ، التحمل الدوري التنفسي ، التحمل العضلي ، السرعة ، الرشاقة ، و المرونة) .

توصل الباحث الى المتغيرات المهارية الخاصة بلاعبي الجودو والتي تمثلت في (المتغيرات الهجومية, الدفاعية) .

توصل الباحث الى المتغيرات النفسية الخاصة بلاعبي الجودو والتي تمثلت في (الثقة بالنفس , العدوانية , الدفاعية , الاتزان الانفعالي , الحيوية , المثابرة , المخاطرة و الإقدام الطموح , الشجاعة , الجرأة , سرعة , الكفاح , ضبط النفس) .

5-4-دراسة كتشوك سيدي محمد (ماجستير) 2006:

عنوان الدراسة: برنامج تدريبي تخصصي المقترح بتمرينات الثقال لتنمية القوة العضلية و تحسين مستوى الأداء لبعض مهارات الإلقاء (الرمي) في رياضة الجودو .

الهدف من الدراسة : وضع برنامج تدريبي تخصصي بالأثقال لمصارعي الجودو والأواسط لتنمية القدرة العضلية و التعرف على تأثير هذا البرنامج التدريبي بتمرينات الأثقال على فعالية الأداء المهاري لمصارعي الجودو و الأواسط , كما يهدف البحث للتعرف على نسبة التقدم في القوة العضلية لكل مجموعة عضلية على حدا هو التعرف على التمرينات المناسبة بالأثقال التي تخدم العمل العضلي لرياضة الجودو وتأثيرها على مهارات الرمي .

المنهج : استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين (تجريبية و ضابطة) مع قياس قبلي وبعدي . العينة : تم إختيار العينة بطريقة عمدية من منتخبات رياضة الجودو لولاية مستغانم و التي بلغ عددهم 20 مصارعا ذكور من نفس الموصفات الجسمانية و فئة وزنية أقل من 66 كلف) و المرحلة السنية (17_19) سنة و قسمت الى مجموعتين المجموعة الأولى تجريبية عددها 10 مصارعين و المجموعة الثانية من 10 مصارعين كعينة ضابطة .

أهم النتائج : أدى برنامج تدريب الأثقال الى تطور القوة العضلية للمجاميع العضلية الرئيسية التي تم قياسها أفرزت النتائج المعالجة الإحصائية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث لصالح الإختبار البعدي في الإختبارات البدنية لقياس القدرة العضلية للمجاميع العضلية المختلفة .

حققت المجموعة التجريبية زيادة معنوية في جميع اختبارات القدرة العضلية بعد التجربة الأساسية .

5_5-دراسة بوجعة بولوفة (دكتوراه) 2007:

عنوان الدراسة : توصيف المتطلبات المورفو_وظيفية للمؤشرات الجسمانية و علاقتها بنوع النشاط الرياضي الهدف من الدراسة : -توصيف نماذج مورفو_وظيفية معيارية لعينات البحث في الرياضة التخصصية الجودو و الألعاب المنظمة (كرة القدم_كرة الطائرة_كرة اليد)

- التقدير الكمي لمكونات نمط و حجم الجسم و مؤشرات الأنتروبومترية لجميع عينات البحث و مراحلها العمرية (16-19) سنة .
 - توضيح العلاقة الإرتباطية بين مؤشرات البحث المورفو -وظيفية و رياضة التخصص من جهة و مراحلها العمرية من جهة أخرى .
 - رسم الشكل البياني الخاص ببطاقة النمط الجسمي و تحديد التقدير الكمي له .
 - تحديد أوجه الإختلاف و التشابه في المؤشرات المورفو -وظيفية بين رياضة الجو دو و الألعاب المنظمة .
- العينة :

الفترة العمرية الإختصاص	16 سنة	17 سنة	18 سنة	19 سنة	مجموع العينة
الجو دو	18	18	17	17	70
كرة القدم	17	16	40	18	91
الكرة الطائرة	15	15	15	15	60
كرة اليد	18	15	27	10	70
المجموع	68	64	99	60	291

- أهم النتائج:** -عكست زيادة الحجم و الوزن عند تخصص الجو دو و خلوها من الدهون و الذي مرجعه طبيعة متطلبات التخصص .
- فروقا في العمر و الطول و الوزن و قدرا من التشابه في النمط الجسم بين عينات البحث الجو دو و الألعاب المنظمة .
 - فروق كبيرة في نمط الجسم و حجمه بين الرياضيين في تخصص الجو دو و الألعاب المنظمة(كرة القدم _الكرة الطائرة _كرة اليد) .
 - اتجاه النتائج لرياضي الجو دو في التحمل العضلي $vo2\ max$ المطلق و النسبي حققت نتائج أكثر وضوحا مع التقدم في السن رغم الإستثناءات البسيطة .
- 5-6-أوجه الإستفادة من الدراسات السابقة :**

في ضوء الإطلاع على الدراسات السابقة المشابهة للبحث و تحليل محتوى هذه الدراسات أمكن الباحث الإستفادة منها في مايلي :

- 1 تفهم الباحث لمشكلة بحثه بصورة أدق .
- 2 الإستفادة في صياغة أهداف البحث بدقة .
- 3 تحديد المنح المناسب للبحث .

4 الاستفادة من الدراسات النظرية لهذه البحوث .

5 المعرفة الجيدة لطبيعة الرياضة و العينة قيد البحث .

6-إجراءات البحث :

6-1- أدوات البحث:

6-1-1- الملاحظة البيداغوجية:

تعتبر الملاحظة البيداغوجية إحدى وسائل جمع المعلومات، حيث تسمح لنا بملاحظة الممارعين أثناء التدريبات و المنافسات في رياضة الجو دو.

6-1-2 الاستبيان:

ويشير محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب (1987) إلى أن الاستبيان أحد الوسائل الهامة للمسح وذلك لتجميع البيانات المرتبطة بموضوع معين من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه. (محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب : ، 1987.ص 162) كما تضمن بحثنا أسئلة، تم تقسيمها على 35 مدربا و 80 مصارعا لرياضة الجو دو في بعض ولايات الغرب الجزائري مستغام وهران و غليزان و تلمسان و معسكر .

6-1-2-1 مواصفات الإستبيان:

استخدمنا الاستمارة الاستبائية التي وزعت على كل من مدربي وممارعي رياضة الجو دو والتي تعتبر كبديل للمقابلة الشخصية وهي عبارة عن مجموعة من المحاور و الأسئلة ، قمنا بتحضيرها انطلاقا من مشكلة وفرضيات البحث، حيث عرضت على أساتذة من معهد التربية البدنية و الرياضية لكل من جامعة وهران و جامعة مستغام و الذين أبدوا لنا آرائهم وملاحظاتهم ل يتم بعد ذلك وضعنا الاستمارة الإستبائية في شكلها النهائي و تنوعت الأسئلة المستعملة و قد كانت كالتالي :

أ- الأسئلة المفتوحة : وهي أسئلة غير مقيدة ومحددة حيث بإمكان العينة أن تجيب بكل ما لديها من معلومات استجابة لمحتوى السؤال.

ب الأسئلة المغلقة: وفيها تكون الإجابة " نعم " أو " لا " وبدون رأي.

ج- الأسئلة المتعددة الإجابة: وفيها تكون للعينة حرية اختيار الإجابة المناسبة من الإجابات الموضوعية من طرف الباحث.

د-الأسئلة النصف مفتوحة : وهي ذات طابع مغلق ولكن فيها نوع من الحرية في إبداء الرأي تكون ملزمة بجواب "نعم" أو " لا " مع إبداء الرأي.

6-1-3- المصادر و المراجع باللغة العربية و الأجنبية: لجمع المادة الخيرية إعتدنا على المصادر والمراجع باللغة العربية و الأجنبية التي لها صلة بهذا الموضوع .

6-2 الوسائل الإحصائية:

تعتبر المعادلات الإحصائية من أهم الطرق المؤدية إلى فهم العوامل الأساسية التي تؤثر على الظاهرة المدروسة، وتساعد في الوصول إلى النتائج وتحليلها، ونقدها علميا، إذ لكل بحث وسائله الإحصائية الخاصة التي تناسب مع أهدافه، ونوع مشكلته وخصائصها ولقد إتسعمل الباحث النسبة المئوية ويذكر عبد العزيز فهمي هيكل (1994) أن النسبة المئوية هي عدد الإجابات من المجموع الكلي لإفراد العينة وهي معرفة بالعلاقة التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد الإجابات}}{\text{المجموع الكلي}} \times 100. \text{ (عبد العزيز فهمي هيكل 1994، ص 36)}$$

6-2- المنهاج: لكل دراسة علمية أسس علمية يبنى عليها بين عليها الباحث انطلاقاته في عملية البحث والدراسة، وتكون بمثابة المرشد الذي يوجه حتى تتم الدراسة بدقة وموضوعية. ولهذا تختلف المناهج من بحث لآخر باختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج المسحي كأحد أنماط المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة المشكلة المدروسة. ويعرف عمار بجوش، محمد محمود (1995) المنهاج المسحي بأنه دراسة عامة لظاهرة في جماعة معينة وفي مكان معين وفي الوقت الحاضر طريقة يعتمد عليها البحث العلمي في قياس ودراسة مختلف المتغيرات. (عمار بجوش و محمد محمود 1995، ص 85)

والمسح هو عبارة عن استقصاء ينصب على ظاهرة من ظواهر التربية أو النفسية أو الاجتماعية على ما هي عليه في الحاضر قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها، أو العلاقة بينها وبين الظواهر الأخرى المرتبطة بها.

و يرى تركي رابح (1994) أن المسح الذي يوجه لحل كل المشكلات التي تتعلق بالإدارة المدرسية أو التدريب الرياضي أو غيرها من الظواهر يتم توجيه أسئلة مبدئية أي البحث في أوصاف دقيقة للأنشطة والعمليات والأشخاص وهذا يعني تشخيص الوضع الراهن في بعض الأحيان وتحديد العلاقات بين الظواهر ومحاولة وضع أحداث مستقبلية. (تركي رابح، 1994، ص 129).

6-3- عينة البحث:

قدرت ب: 115 مصارعا ومدربا و انقسمت إلي مالي :

6-3- أ_ المدربين : بلغ عددهم 35 مد ربا حيث بلغ مجتمع البحث 65 مدربا على مستوى 05 ولايات من غرب الجزائري حيث مثلت عينة البحث 53.84%.

6-3- ب_ المصارعين : بلغ عددهم 80 مصارعا الفئة الوزنية (60-، 66-، 73) كيلوغرام من أصل 320 مصارع حيث مثلت نسبة 25% من مجتمع البحث.

6-4- مجالات البحث:

6-4-1- المجال البشري: شملت عينة البحث على 115 فردا من مصارعي ومدربي رياضة الج ودو، وتضمنت 35 مدربا و 80 مصارعا.

6-4-2- المجال الزماني:

بدأنا العمل في البحث يوم 29 ديسمبر 2009 وانتهى يوم 12 ماي 2010 وخلال هذه الفترة تم جمع المعلومات المتعلقة بالبحث وفرزها وترتيبها .

أجريت الدراسة المسحية في الفترة الزمنية ما بين 11 مارس 2010 إلى غاية 04 ماي 2010 وخلالها تم توزيع الاستمارات على العينة وجمعها ومناقشة وتحليل نتائجها .

6-4-3- المجال المكاني:

شملت الدراسة على بعض ولايات الغرب الجزائري وهي مستغانم ، وهران، غليزان، معسكر، وتلمسان. سيدي بلعباس .:

7- عرض نتائج البحث :

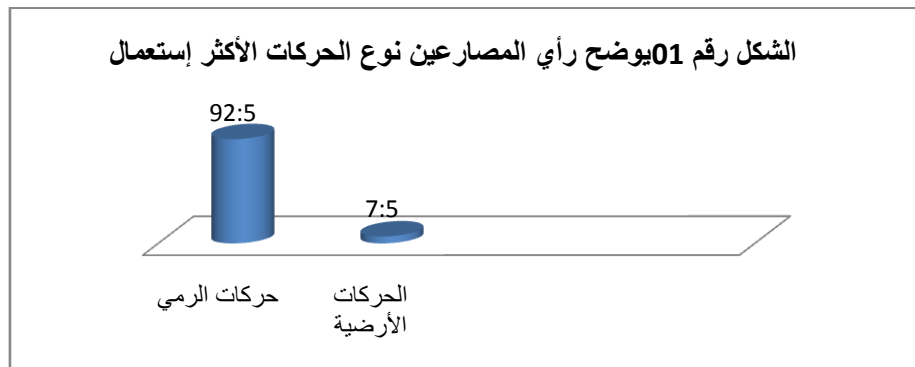
7-1- أهم نتائج الإستمارة الموجهة للمصارعين :

ما هي الحركات التي تستعملها أكثر حركات الرمي أم الحركات الأرضية في المنافسات؟

نوع المهارة	حركات الرمي	حركات أرضية	المجموع
عدد التكرارات	74	6	80
النسبة المئوية	92.5	7.5	100%

جدول رقم 01 يوضح رأي المصارعين نوع الحركات الأكثر إستعمال

الجدول رقم 01 يتضح أن أغلبية المصارعين و بنسبة 92.5% يستعملون حركات الرمي أكثر من استعمالهم للحركات الأرضية .



الإستنتاج : من الجدول رقم 01 و الشكل البياني رقم 01 يتضح أن أغلبية المصارعين يستعملون حركات الرمي أكثر من الحركات الأرضية خلال المنافسات و يرجع الباحث ذلك الى طبيعة رياضة الجودو و التي يبدأ الصراع فيها عاليا و تظهر من هذه النتائج جليا أهمية حركات الرمي في هذه الرياضة .

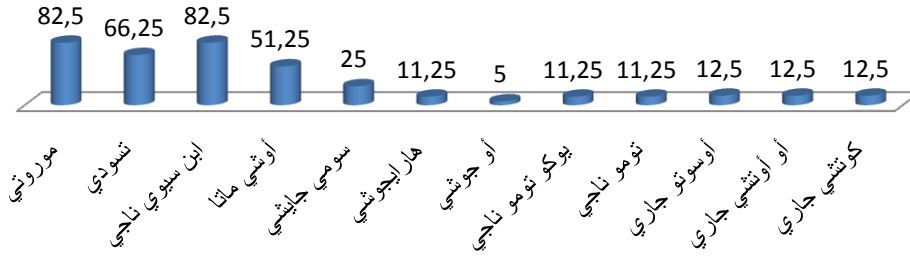
2- حسب رأيك ماهي حركات الرمي الأكثر استعمالا في المنافسات ؟

المهارات	موروتي moroti	تسودي- تسوري كومي- جوشي Tsodi-Tsurikomi-goshi	ابون سوي - نايجي Ippon-seoi-nage	أوتشي-ماتا Uchi-mata	سومي- جايشي Sumi-gaeshi	هاراي- جوشي Harai-goshi	المجموع
عدد التكرارات	66	53	66	41	20	9	80
النسبة المئوية	82.50	66.25	82.50	51.25	25	11.25	%100
المهارات	أو-جوشي O-goshi	يكوا- تومو-نايجي Yoko-tomoe-nage	تومو-نايجي Tomoe-nage	أو-سوتو- جاري أو-سوتو- جاري o-soto-gari	أو-أوتشي- جاري o-Uchi-Gari	كو-أوتشي- جاري Ko-Uchi-Gari	المجموع
عدد التكرارات	4	9	9	10	10	10	80
النسبة المئوية	5	.2511	11.25	5012.	012.5	012.5	%100

الجدول رقم (02) يوضح حركات الرمي الأكثر استعمالا في المنافسات

من خلال الجدول رقم 02 يظهر ان هناك حركات تستعمل بكثرة في هذه الفات الثلاث حيث جاءت موروتي سوناجي و ابون سوناجي في المرتبة الأولى بنسبت 82.5% ، ثم في المرتبة الثالثة جاءت تسودي سوري كومي جوشي بنسبة 66.25% وتلتها في المرتبة الرابعة أوتشي ماتا بنسبة 52.25% و تأتي حركات أخرى بنسب ضعيفة تراوحت ما بين 12,5% الى 5% .

الشكل 02 يمثل حركات الرمي الأكثر استعمالا في المنافسات



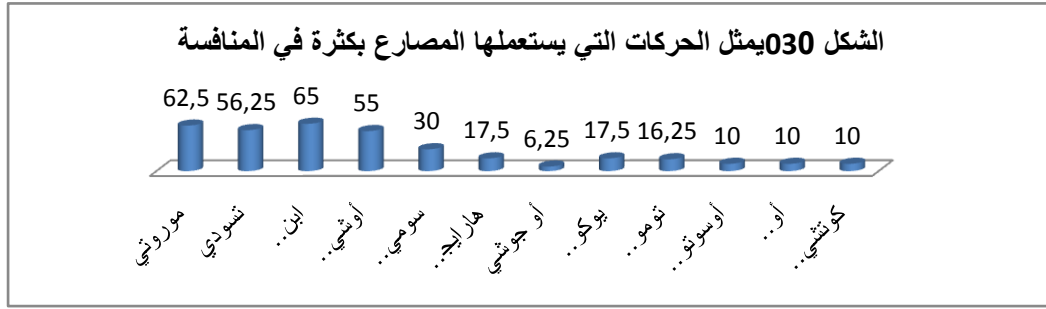
الاستنتاج: من خلال نتائج الشكل البياني رقم (2) تبين لنا أن الحركات الأكثر استعمالا في المنافسات بالنسبة مصارعين الدين شملهم البحث جاءت حسب الترتيب التالي موروتي ، ابون سوي-نايجي، تسودي- تسوري كومي- جوشي، أوتشي-ماتا .

3- ماهي حركات الرمي التي تستعملها بكثرة في المنافسات؟

المهارات	موروتي moroti	تسودي- تسوري كومي- جوشي Tsodi-Tsurikomi-goshi	ابون سوي - نايجي Ippon-seoi-nage	أوتشي-ماتا Uchi-mata	سومي-جايشي Sumi-gaeshi	هاراي-جوشي Harai-goshi	المجموع
عدد التكرارات	50	45	52	44	24	14	80
النسبة المئوية	62.5	56.25	65	55	30	17.5	%100
المهارات	أو-جوشي O-goshi	يوكو- تومو-نايجي Yoko-tomoe-nage	تومو-نايجي Tomoe-nage	أو-سوتو- جاري o-soto-gari	أو-أوتشي- جاري o-Uchi-Gari	كو-أوتشي- جاري Ko-Uchi-Gari	المجموع
عدد التكرارات	5	14	13	8	8	8	80
النسبة المئوية	6.25	17.5	16.25	10	10	10	%100

الجدول رقم (03) يمثل الحركات التي يستعملها المصارع بكثرة في المنافسة

من خلال الجدول رقم 03 يتضح أن نفس الحركات يستعملها المصارعين في المنافسات حيث جاءت حركات موروتي و تسودي و ابون سوي نايجي و أوتشي ماتا بنسب متقاربة و عالية نسبيا حيث تراوحت هذه النسب بين 62.5 % و 55 % .



الاستنتاج: اتضح أن المصارعين يعتمدون على حركات محدودة وتكرر بكثرة في المنافسات وذلك ما أثبتته إجابة المصارعين في الشكل البياني (03) و منه نلاحظ أن لكل مصارع حركات معينة يعتمد عليها في المنافسات وهي تنحصر وبنسب كبيرة في الحركات التالية موروني، ابون سوي-ناجي، تسودي- تسوري كومي- جوشي، أوتشي-ماتا و هذا ما يتماشى مع دراسة _ دراسة جورج ويرز George Weers (1997) حيث يؤكد على ضرورة أن يرشد المدرب لاعبيه على التركيز على أفضل المهارات التي يمتلكونها.

ب_ أهم النتائج الخاصة بالإستمارة الموجهة للمدربين :

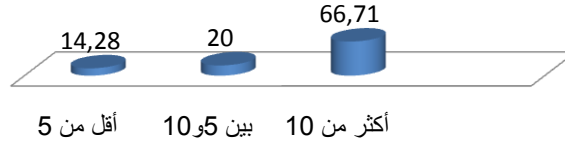
7- ما هو عدد سنوات خبرتك كمدرّب؟

عدد السنوات	أقل من 5 سنوات	من 5 إلى 10	أكثر من 10	المجموع
عدد التكرارات	5	7	32	35
النسبة المئوية	14.28	20	65.71	100%

الجدول رقم (04) يمثل عدد سنوات خبرة المدربين

بناء على النتائج المدونة في الجدول رقم (23) اتضح لنا أن أغلبية المدربين الذين شملتهم الدراسة يتمتعون بخبرة لا بأس بها حيث فاقت في أغلب الأحيان 10 سنوات وهذا ما وضحته النسبة 65.71% بينما نسبة 20% للمدربين الذين لديهم خبرة متوسطة حيث تراوحت من 5 سنوات إلى 10 سنوات ويأتي في الأخير ذوي الخبرة في التدريب أقل من 5 سنوات بنسبة 14.28%.

الجدول رقم (04) يمثل عدد سنوات خبرة المدربين



استنتاج: من خلال النتائج السابقة للجدول رقم 04 يمكن إعتبار أن عينة البحث تتميز بخبر تسمح لنا بالإعتماد على رأيها في ما يخص الأسئلة الموجهة لها , هذا من جهة و من جهة أخرى تعكس هذه النتائج توفر الخبر في صلات التدريب و حسب الباحث ينقصها تطبيق الجانب العلمي لتطوير النتائج في مختلف المحافل التنافسية .

8- ماهي سنوات إشرافك على النادي الأخير؟

عدد السنوات	أقل من 2 سنوات	من 2 إلى 5	أكثر من 5	المجموع
عدد التكرارات	25	0	10	35
النسبة المئوية	71.42	0	28.57	100%

الجدول رقم (05) يمثل استقرار المدربين في نواديهم

من خلال نتائج الجدول رقم (05) اتضح لنا أن 25 من أصل 35 من المدربين أي بنسبة 71.42% عدد سنوات استقرارهم أقل من 2 سنوات والبقية منهم بنسبة 28.57% لديهم استقرار أكثر من 05 سنوات وحسب رأي الباحث فإن هذه النتائج تعكس عدم وجود الإستقرار المطلوب في الأندية التي شملها البحث و هذا شيء سلبي يمكن أن يؤثر على العملية التدريبية .

الشكل رقم (05) يمثل استقرار المدربين في نواديهم



الاستنتاج: تبين لنا من خلال الشكل البياني رقم (05) أن أقله من المدربين كانت يتمتعون بإستقرار في نوابديهم و منه يمكن القول بأن هذه الأندية ينقصها عامل الاستقرار وهو من العوامل الرئيسية التي تؤدي إلى تطوير الأداء العام للمصارع.

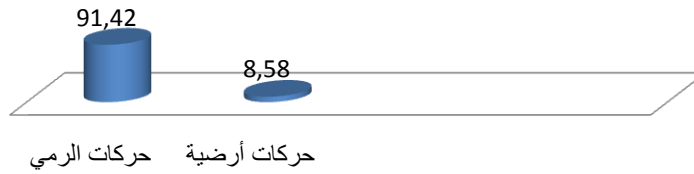
1- كمدرّب على ماذا يعتمد المصارعون في الفئة (60-، 66-، 73-) كلغ بكثرة في المنافسات؟

نوع المهارة	حركات الرمي	حركات أرضية	المجموع
عدد التكرارات	32	3	35
النسبة المئوية	91.42	8.58	%100

الجدول رقم (06) يمثل رأي المدربين في حركات الرمي و الحركات الأرضية

نلاحظ من خلال نتائج الجدول رقم 06 أن نسبة عالية من المدربين يرون أن المصارعون يعتمدون بكثرة على حركات الرمي حيث بلغت 91.42 % بنما نسبة 8.58 فقط منهم يرون أن المصارعين يستعملون الحركات الأرضية :

الشكل رقم (06) يمثل رأي المدربين في حركات الرمي و الحركات الأرضية



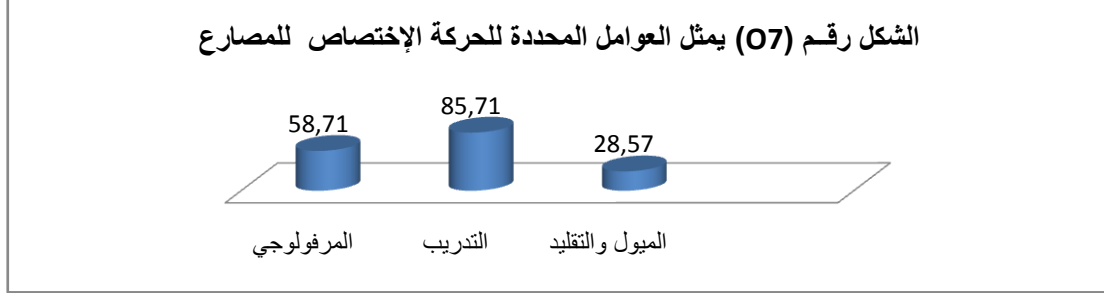
الاستنتاج: من خلال الشكل البياني رقم (06) يتضح لنا أن أغلبية المدربين رشحوا الحركات الرمي كحركات أكثر إستعمالاً وهذه النسب جاءت مطابقة لرأي المصارعين في ذلك من هذه النسب نستنتج أن لحركات الرمي أهمية كبيرة في المنافسات و لابد على المدربين من أخذ هذه الحقيقة في الحسبان في عملية التخطيط التدريبي .

2- حسب رأيك ما هي العوامل التي تحدد الحركة الاختصاص المصارع؟

العوامل	المورفولوجي	التدريب	الميول والتقليد	المجموع
عدد التكرارات	30	30	10	35
النسبة المئوية	85.71	85.71	28.57	%100

جدول رقم (07) يمثل العوامل المحددة للحركة الإختصاص للمصارع

من خلال النتائج المعروضة في الجدول (07) يتبين أن المدربين يرشحون العاملين المورفولوجي والتدريبي في تحديد اختصاص المصارع وذلك بنسبة 85.71%، و 28.57% فقط يرون أن عامل الميول والتقليد له دور في ذلك .



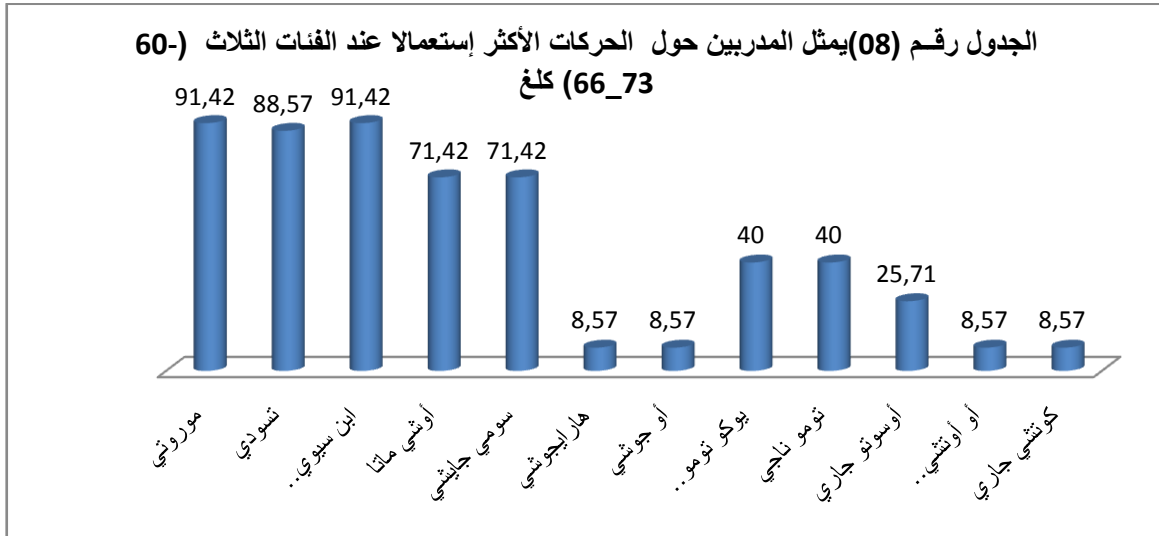
الاستنتاج: . من خلال الجدول السابق يتضح أن معظم المدربين على دراية بالعوامل التي تحدد الحركة الإختصاص للمصارع ,

3 -حسب رأيك ما هي الحركات الأكثر إستعمالا عند الفئات الثلاث (60-66-73) كلغ؟

المهارات	موروتي moroti	تسودي- تسوري كومي- جوشي Tsodi-Tsuriko mi-goshi	ابون سوي - ناجي Ippon-seoi-nage	أوتشي-ماتا Uchi-mata	سومي-جايشي Sumi-gaeshi	هاراي-جوشي Harai-goshi	الجموع
عدد التكرارات	32	31	32	25	25	3	35
النسبة المئوية	.4291	88.57	.4291	71.42	71.42	8.57	%100
المهارات	أو-جوشي O-goshi	يكوا- تومو- ناجي Yokotomoe-nage	تومو-ناجي Tomoe-nage	أو-سوتو- جاري o-sotogari	أو-أوتشي- جاري o-Uchi-Gari	كو-أوتشي- جاري Ko-Uchi-Gari	الجموع
عدد التكرارات	3	14	14	9	3	3	35
النسبة المئوية	8.57	40	40	25.71	8.57	8.57	%100

الجدول رقم (08) يمثل المدربين حول الحركات الأكثر إستعمالا عند الفئات الثلاث (60-66-73) كلغ

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم (08) يتوضح لنا نسب استعمال حركات الرمي في المنافسات وهي كمايلي في البداية موروتي و إبون سوي-ناجي بنسبة 91.42% وتليها حركة تسودي-تسوري كومي-جوشي بنسبة 88.57%، و كل من حركتي أوتشي-ماتا و سومي-جايشي بنسبة 71.42% ثم يأتي في المركز الثالث كل من يوكو-توماي-ناجي و توماي-ناجي بنسبة 40% بينما جاءت حركات أخرى بنسب أقل بكثير حيث تراوحت ما بين 25.71% الى 8.57% .



الاستنتاج: من خلال الشكل البياني رقم (08) يتضح لنا أن الحركات الأكثر استعمالا في الفئات الوزنية (60-66-73) كلغ كانت على الترتيب التالي في المركز الأول كل من موروتي و إبون سوي-ناجي، تسودي-تسوري كومي-جوشي، أوتشي-ماتا و سومي-جايشي أما في ما يخص الحركات الأخرى فجاءت بنسب قليلة بنما يوجد الكثير من الحركات لم تذكر من طرف أفراد العينة و هذا يرجع الى عدم انتشار استعمالها بين المصارعين و يرى الباحث أن هذا الأمر يمثل ضعف كبير في الجانب المهاري لرياضة الجودو و على مستوى النوادي التي استهدفها البحث لابد من تداركه عن طريق تعليم كل حركات الرمي و التي تفوق 64 حركة .

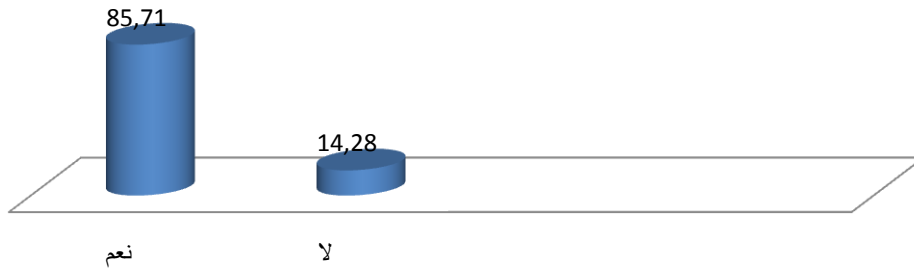
5- هل تشاطرنا الرأي أن حصر الحركات الأكثر استعمالا يساعدك في تطوير الأداء المهاري؟

المجموع	لا	نعم	طبيعة الإجابة
35	5	30	عدد التكرارات
%100	14.28	85.71	النسبة المئوية

الجدول رقم (09) يمثل رأي المدربين حول حصر الحركات الأكثر استعمالا دورها في تطوير الأداء المهاري

بناء على النتائج المدونة في الجدول رقم (09) نلاحظ أن نسبة كبيرة تقدر بـ 85.71% تشاطرنا الرأي في أن حصر الحركات الأكثر استعمالا يساعدك في تطوير الأداء المهاري وفي المقابل ونسبة 14.28% لا تشاطرنا رأي في ذلك.

الجدول رقم (09) يمثل رأي المدربين حول حصر الحركات الأكثر استعمالا دورها في تطوير الأداء المهاري



الاستنتاج و منه يمكن القول بأن حصر الحركات الأكثر استعمالا في رياضة الجيدو عملية مهمة لا بد من التعمق فيها و مدها للمدربين حتى تصبح كقواعد معلوماتية تمكنهم من التخطيط الجيد للوصول الى أعلى مستوى من الأداء المهاري وهذا حسب الباحث من خلال توقع حركات الخصم هذا من جهة و من جهة أخرى يمكنك تعزيز الحركات الأكثر استعمالا خلال التدريبات و يشير جورج ويرز George Weers (1997) بالنسبة للاعب يجب أن يستخدم المهارات التي تناسبه والتدريب عليها حتى تصبح استجابة أو توماتيكية. كما يرى الباحث أنه لا بد كذلك التركيز على حركات أخرى مهمة من طرف المصارعين حتى يصبح لديهم أكثر من حل في المنازلات و يشير بالنسبة للاعب: يجب أن يستخدم المهارات التي تناسبه والتدريب عليها حتى تصبح استجابة أو توماتيكية. بالنسبة للمدرب: هو تعلمه أن يرشد لاعبيه على التركيز على أفضل المهارات التي يمتلكونها .

8- مقابلة النتائج بالفرضيات :**1-8 مناقشة الفرضية الأولى:**

و التي افترض فيها الباحث أن حركات الرمي هي الحركات الأكثر إستعمالا في المنافسات و من خلال نتائج الجدول رقم (01 و 02) حيث اتفق كل من المصارعين و المدربين الذين شملهم البحث أن حركات الرمي هي الحركات الأكثر إستعمالا في المنافسات و ذلك بالنسب التالية حسب التسلسل 93.75% و 91.58 و منه يمكن القول بأن الفرضية الأولى قد تحققت .

2-8 مناقشة الفرضية الثانية :

والتي افترض فيها الباحث أن الحركات الرمي الأكثر استعمالا في رياضة الجيدو أثناء المنافسة عند الفئة الوزنية (60 66 73) كلف هي : موغوتي، إبون سوي-ناجي، تسودي- تسوري كومي- جوشي، أوتشي-ماتا و سومي-جايشي، و من خلال نتائج الجداول ذات الأرقام التالية (03، 08)، وعلى ضوء ما ذكره كل من المدربين والمصارعين و نسبة العالية التي تحصلت عليها هذه المهارات و منه يمكن القول بأن نستنج تحقق الفرضية الثانية .

3-8 مناقشة الفرضية الثالثة :

والتي افترض فيها الباحث أن حصر حركات الرمي يعود بشيء إيجابي على المدرب من خلال نتائج الجداول (09) يؤكد لنا المدربين ذلك و بأغلبية مطلقة بنسبة قدرت بـ 85.71% و بالتالي قد تحققت الفرضية الثالثة .

9_ الاستنتاجات العامة:

- إن حركات الرمي الأكثر استعمال من الحركات الأرضية في الفئات الوزنية المقصودة وهذا خلال المنافسات
- معظم المصارعين في هذه الفئة الوزنية يعتمدون في المنافسات على الصراع العالي.
- معظم المصارعون يعتمدون على حركات الرمي من نوع (تي- وزا) أي حركات اليدين.
- يوجد شبه تطابق لحركات الرمي عاليا الأكثر استعمال في الفئات الوزنية الثلاثة التي استهدفت في هذا البحث .
- ان المدربين في حاجة إلى عملية حصر و إحصاء للمهارات الأكثر استعمالا من طرف المصارعين حتى يتسنى لهم توظيف هذه الإحصائيات في العملية التدريبية.

10-التوصيات:

- محاولة تصنيف الحركات الأكثر استعمالا و فق الفئة العمرية و الفئة الوزنية.
- إعطاء أهمية لحركات الرمي وارتباطها بالفئة الوزنية .

- التركيز في التدريبات على هذه الحركات و تدعيمها بحركات تسلسلية .
- عدم إهمال حركات الصراع الأرضي .
- تدعيم الرصيد المهاري للمصارعين عن طريق اتقنهم أكبر عدد من مهارات الرمي .
- تعزيز الحركات الإختصاص و إعطائها وقت أكبر خلال التدريبات .
- مواصلة دراسات علمية في هذا السياق قصد التعمق أكثر في هذا المجال .

المراجع و المصادر

المراجع باللغة العربية :

- 01 - تركي رابع : منهج البحث العلمي في علم التربية و علم النفس الشركة الوطنية للنشر و التوزيع الجزائر 1994.
- 02- محمد ابراهيم شحاته : أساسيات التدريب الرياضي . المكتبة المصرية الإسكندرية . 2006
- 03- محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب : البحث العلمي في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي القاهرة، 1987.
- 04- مراد ابراهيم : طرفة الجودو بين النظرية و التطبيق الطبعة الأولى دار الفكر للطبع و النشر القاهرة 2001 .
- 05- عبد العزيز فهمي هيكل: المبادئ الإحصاء التطبيقي ، بيروت دار الجامعة، 1994.
- 06- عمار بجوش و محمد محمود: مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1995.
- الرسائل :
- 07- بوجعة بولوفة : توصيف المتطلبات المورفو - وظيفية للمؤشرات الجسمية و علاقتها بنوع النشاط الرياضي ، رسالة دكتوراه ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم ، 2007.
- 08- ياسر عبد الرؤوف أحمد: تأثير طرق تدريبيه مقترحة على عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعب الجودو ، رسالة ماجستير ن كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة 1994.
- 09- كتشوك سيدي محمد: برنامج تدريبي تخصصي مقترح بتمرينات الأثقال لتنمية القوة العضلية و تحسين مستوى الأداء لبعض مهارات الإلقاء (الرمي) في رياضة الجيدو ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم ، 2006.
- 10- محمد حامد شداد : التغيرات البدنية و و المهارية و النفسية المساهمة في مستوى أداء لاعبي الجودو . رسالة دكتوراه غير منشورة . كلية التربية البدنية و الرياضية للبنين بالقاهرة . جامعة حلوان . 1996.

المجلات العلمية:

11- مجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية : العدد السابع . جامعة حلوان .أكتوبر 1990 .

المراجع باللغة الأجنبية :

- 12-Frédéric Baugoin : ju-jitsu techniques de base et méthodes d'entraînement . EDITION chiron.paris.2001.p01
 13-Gilles Goetghebuer ET AUTERE : LE JUDO . EDITION LUIC PIRE Bruxelles 2004. P5
 14Luis robier: guide morbout de judo. Bibliothèque moro bout 1971
 15-M.Lee : la voi de la souplesse. Judo méthode pratique accessible à tous . Tadiction de M Zaidi .connaissace du mande .Alger.1974.p04
 16-MICHEL PRADET : LA PREPARATION PHYSIQUE .IENSP PUBLUCATION.PARIS.1996.P13.
 17_R. Habersetezes : D2COUVRIRE LE JU-JITSU. AMPHORA2DITION .PARIS 1993.P12.
 18_T.Inogai et R.Habersetzer :Judo pratique . Edition Amphora .paris février 2002p89
 19-Tadao Inogai et Raland Habersetzer : JUDO INITIATION. EDITION AMPHORA.OCTOBER PARIS 2001.P9
 21- George weers :skill range of the elite judo , neil ohlenkamp ,Encino judoclub, California,V.S.A,1997,www.judoinfo.com.

تأثير البيئة على ديناميكية نمو بعض المقاييس الجسمية والمهارات الحركية لدى المتدربين

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

من إعداد الأستاذ: مدني رقيق

الملخص:

تحتل دراسة النمو عامة، والنمو الجسمي والحركي خاصة أهمية كبرى للمربي الرياضي، حيث تمكنه من تقويم نمو وتطور الطفل، فضلا على إتاحة الفرص وتهيئة الظروف المناسبة التي تسمح للنمو أن يبلغ غايته في سرعته الطبيعية، دون أن تعجله أو تقف في سبيل تقدمه، وذلك من خلال إعداد البرامج الرياضية والأنشطة الحركية الملائمة لكل مرحلة من مراحل النمو المختلفة. ولا يتم تحقيق ذلك إلا من خلال مراعاة مختلف العوامل البيئية منها و الوراثية و التي بدورها تمثل المحدد الرئيسي لمختلف الفروقات الفردية بين الأفراد، حيث أن اختلاف الأفراد في مقاييسهم و ألوانهم و ميولاتهم يعود بالأساس إلى تأثيرهم بمختلف المؤثرات البيئية المحيطة بهم . و تعتبر البيئة و ما يرتبط بها من متغيرات مناخية أحد الموضوعات الهامة على المستوى العلمي لما لها من تأثير مباشر على صحة الإنسان و كفاءته حيث أنه يتأثر بها و يؤثر فيها مما يفرض علينا مراعاة ذلك خلال مختلف العمليات التربوية .

و إن دراسة النمو الحركي تسمح لنا بتحديد المعايير والمقاييس المناسبة للنمو الحركي لكل عمر بما يفيد تحديد مستوى الطفل بين أقرانه في عمر معين، كما يمكننا أن نعرف العوامل التي تؤدي إلى أن يتحقق النمو الحركي بصورة إيجابية فيمكننا من تفسير كل ظاهرة من ظواهر النمو الحركي والتنبؤ بما يمكن حدوثه في المستقبل. و على هذا الأساس جاءت دراستنا هذه لتبيان مدى أهمية مختلف المتغيرات المناخية التي تميز بلادنا وعلاقتها بمختلف المقاييس و الأنماط الجسمية و التي تمثل الأساس في الأداء الحركي لمختلف الفعاليات الرياضية و خاصة في الفئات العمرية الأولية التي تضمن نجاح الانطلاقة الصحيحة لأي مسار رياضي.

الكلمات الأساسية: النمو - النمو الحركي - البيئة - المناخ

Résumé:

Occupies a study of growth in general, and physical growth and motor particularly great importance to the breeders of sports, where being able to evaluate the growth and development of children, as well as the opportunities and the creation of appropriate conditions that allow for growth to reach than the speed of natural, without the rush or stand in the way progress, and that of through the development of sports programs and activities appropriate for each kinetic phase of the various stages of growth.

Is not achieved only by taking into account various factors including environmental and genetic, which in turn represents a major determinant of the various fur that individual among individuals, as individuals differ in their standards and their colors and tendencies of interest primarily due to the susceptibility to various environmental influences that surroun And considers the environment and the associated climatic variables, one important topics at the scientific level because of their direct impact on human health and efficiency as it is affected by and affects which requires that we take this into account through various educational processes.

And that a study of motor development allow us to define criteria and standards appropriate to the growth motor for each age to the effect to determine the level of the child among his peers in a certain age, as we can know the factors that lead to that achieved motor development in a positive way we can from the interpretation of all phenomena of motor development and forecasting what can happen in the futur them. And on this basis of this study was to demonstrate the importance of various climatic variables that characterize our country and its relationship with the various standards and patterns of physical and which is the basis in the motor performance of the various sporting events, especially in the age groups to ensure the success of the initial launch of the correct path for any athlete.

KeyWords : Growth - Enveronoment - Climate - Motor evelopment

1 المقدمة:

يمثل الارتقاء بمستوى الأداء الحركي أحد أهم الغايات التي تسعى مختلف علوم التربية الرياضية إلى تحقيقها، وذلك من خلال ضبط مختلف العوامل البيولوجية والبيئية المحددة لذلك، ويعتبر النمو عامة والحركي على وجه الخصوص الأساس في تحقيق أفضل الإنجازات، ولذلك يحظى موضوع النمو باهتمام كبير من قبل الباحثين والمسؤولين في مختلف الدول والمنظمات العالمية لما له من أهمية بالغة على كيان المجتمع من جميع النواحي، وقد جاء تعريف "أكاديمية النمو الحركي" مفاده على أنه عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي والعمليات المسؤولة عنها (أسامة كامل راتب، 1994، ص33)، وتؤكد نتائج الدراسات على أن مستوى الأداء الحركي يتأثر بصورة مباشرة بنسب النمو لكل من المقاييس الجسمية (النمو التكويني)، وكذا الأعضاء الداخلية (النمو الوظيفي)، حيث يؤكد كل من - Larson et Miller، على أن التكوين الجسمي والتركيب الهيكلي من أهم صفات المستويات العالية، وهو ما يؤكده Jonson-Hirst بأن القياسات الجسمية قياسات موضوعية، تحدد أبعاد الجسم وتؤثر في أدائه الحركي (بسطويس أحمد بسطويس، 1996، ص36) ويتفق العلماء على أن نمو الجسم يتأثر بصفة دائمة

بالعديد من المؤثرات منها ما يتعلق بالنواحي الوراثية، وأخرى مكتسبة من خلال البيئة التي ينشأ فيها، وكما قال "ابن خلدون" في مقدمته: «أن البيئة الجغرافية لها أثرها في اختلاف البشر جسمياً وعقلياً ونفسياً وحيوية» (عبد الرحمن ابن خلدون، 2002، ص214)، وأكد "ياسر نافع" 1989 نقلاً عن 1982 Tenner "بأن البيئة تعتبر أحد العوامل الهامة التي تؤثر على المقاييس الأنتروبومترية، ونسب أجزاء الجسم (كالموقع الجغرافي- درجة الحرارة- الارتفاع عن سطح البحر... (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1994، ص167). وكل هذه العوامل تتداخل في تأثيرها لتحديد ما يمتلكه الفرد من مميزات جسمية وفسولوجية وحتى نفسية واجتماعية...، ولهذا فالأفراد يختلفون في ألوانهم وأشكالهم وخصائصهم، وذلك تبعاً لاختلاف الظروف البيئية، حيث يتفق خبراء "الأنتروبولوجيا" على أن القياسات الجسمية تتفاوت باختلاف المجتمعات البيئية. وإذا كنا نقتنع بعدم قدرتنا على تغيير الصفات الوراثية الأساسية كالغدد والجينات هذا من جهة، ومن ناحية أخرى وبالرغم من أن الأفراد يخضعون خلال نموهم البدني والحركي لتتابع منتظم لا تتقدم فيه أي مرحلة عن أخرى أو إلغاء إحداها، إلا أنهم يختلفون من حيث سرعة نموهم كماً وكيفاً، خاصة في ظل تعدد الفروق الفردية واختلاف الظروف البيئية، مما يدفعنا إلى التقصي والبحث للكشف عن هذه المتغيرات واستغلالها لتطوير مستوى الأداء الحركي للأفراد، والذي يمثل الدلالة على مستوى تسارع أو تأخر النمو بصفة عامة، وعلى هذا الأساس فإن تفوق الدول وتقدمها في مختلف الفعاليات الرياضية يعتمد أساساً على تنظيم وحسن استثمار الثروة البشرية المتوفرة لديها، ويتضح لنا مما سبق أن هناك ارتباط وثيق بين التركيب الجسمي والأداء الحركي والبيئة الطبيعية، ولذا فإن اختلاف ظروف هذه البيئة يؤدي إلى اختلاف نسب النمو والأداء الحركي سواء، والذي يجب أخذه بالعين الاعتبار أثناء تخطيط وتنفيذ العملية التربوية وتطوير مناهجها والعمل على تنفيذها.

2 - إشكالية البحث:

يتعرض الجسم الإنساني بصفة دائمة خلال مراحل نموه للعديد من المؤثرات منها ما يتعلق بالنواحي الوراثية و منها ما يتعلق بالنواحي المكتسبة من خلال البيئة التي ينشأ بها الإنسان، حيث أن هناك العديد من العوامل البيئية مثل العوامل الطبيعية (درجة الحرارة، البرودة، الارتفاع عن مستوى سطح البحر)، حيث تتحد هذه العوامل و تتداخل لتكون مع ما يمتلكه الفرد من نواحي وراثية كيفية نمو الفرد و تطوره. وأثبتت الدراسات العلمية أن تركيب الجسم يختلف من بيئة إلى أخرى اختلافاً واضحاً، حيث يعود تفوق بعض الأجناس البشرية في بعض الفعاليات الرياضية إلى تأثير البيئة على قياساتهم الجسمية وقدراتهم الوظيفية، كتفوق الزوج في ألعاب القوى بصفة عامة، وعلى هذا الأساس حظيت البيئة ومدى تأثيرها وتفسيرها اهتماماً متزايداً من طرف الباحثين، خاصة مع ظهور العديد من العوامل المؤثرة في البيئة كالتلوث والاحتباس الحراري. وبالرغم من أن نظريات النمو وبعض الدراسات لم تغفل الجانب الحركي لأهميته في

عملية النمو، إلا أن مقدار الاهتمام به يعتبر محدودا قياسا بمظاهر النمو النفسي والعقلي...، إضافة إلى عدم توفر نظرية متكاملة لتفسير النمو الحركي. وبالنظر إلى تنوع السلالات البشرية في بلادنا، نتيجة التنوع البيئي مما يؤدي إلى تعدد و اختلاف المؤشرات المترولوجية والأقاليم المناخية (الساحلية، الصحراوية...) وذلك نظرا للموقع الجغرافي للجزائر ومساحتها الشاسعة، والتي تمتد من ساحل البحر الأبيض المتوسط إلى غاية الصحراء الإفريقية. وعلى أساس ما سبق ذكره، فقد ظهرت الحاجة لهذه الدراسة، وذلك بهدف الكشف عن ديناميكية نمو بعض المقاييس الجسمية والمهارات الحركية لأفراد البحث مع الأخذ بعين الاعتبار العامل البيئي كأحد المتغيرات الأساسية في ذلك. ولهذا ارتأى الباحث إلى طرح التساؤلات التالية للمساهمة في حل إشكالية البحث:

- هل هناك تباين في ديناميكية نمو بعض المقاييس الجسمية لعينة البحث بين البيئة الصحراوية والساحلية؟
- هل أن اختلاف البيئة قيد الدراسة يؤثر على مستوى تطور المهارات الحركية الأساسية؟

3- أهداف البحث: نهدف من خلال هذه الدراسة إلى ما يلي:

- التعرف على المتغيرات المناخية الخاصة بالبيئة الساحلية و الصحراوية.
- كشف تأثير اختلاف البيئة (الساحلية، الصحراوية) على ديناميكية نمو بعض المقاييس الجسمية لعينة البحث.

- تحديد ديناميكية نمو بعض المهارات الحركية الرياضية طبقا لاختلاف الظروف البيئية.

4- فرضيات البحث: يفترض الباحث مايلي

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعض المقاييس الجسمية بين أفراد عينة البحث.
- وجود تباين في تأثير كل من البيئة الساحلية و الصحراوية على مستوى الأداء الحركي لبعض المهارات الحركية.

5- المصطلحات الأساسية المستخدمة في البحث:

- النمو: هو سلسلة متتابعة ومتكاملة من التغيرات تسعى بالفرد نحو اكتمال النضج واستمراره من خلال إمكانات الفرد، حيث تظهر في شكل قدرات ومهارات وخصائص شخصية.

- النضج: هو التغيرات البدنية والسلوكية الناتجة عن عمليات فطرية للنمو، والتي لم تتأثر بالخبرة المكتسبة من البيئة (هناك الدين سلامة، 1992، ص200).

- النمو الحركي: هو أحد أنواع التغيرات التي تطرأ على السلوك الحركي مع مرور فترة زمنية معينة، فالطفل ينمو وينضج ويتعلم ويحدث تغيرا كميًا وكيفيًا في كفاءته الحركية)) بسطويس أحمد بسطويس، 1996، ص36)).

- ديناميكية النمو: هي تلك التغيرات التي تحدث في مسار عملية التطور سوى كانت كمية أو كيفية، خلال مختلف مراحل عمر الفرد.

- المهارات الحركية: هي المكونات التي تدل على مدى كفاءة الطفل في أداء المهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين (Edgar Thille ;1998 , p35).
- القياسات الأنتروبومترية: هي مجموعة من وحدات القياس العلمية، تقيس الجسم الإنساني وأجزائه
- البيئة: هي دلالة على المحيط الحيوي (Biosphère) والذي يضم شبكة الحياة (Weber Life) والتي يتحكم فيها نظام طبيعي دقيق معقد التركيب، يدعى نظام التوازن البيئي (Ecosystème) (محمد عبد القادر ألفت، 1999، ص21)

6_ مفهوم النمو الحركي:

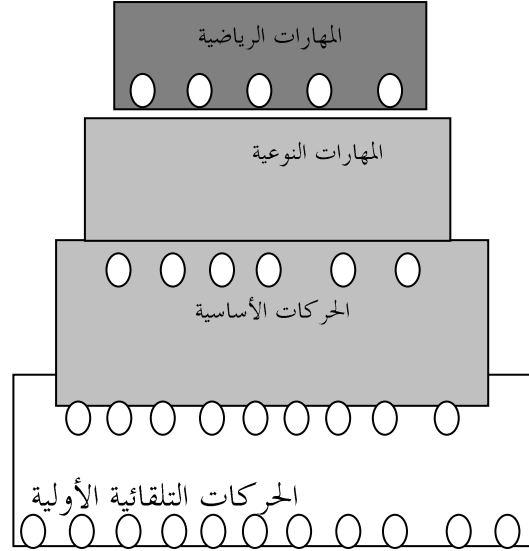
تخضع مظاهر النمو للعديد من المبادئ وتتضمن كثيرا من المجالات لذلك يستخدم هذا المصطلح في العديد من العلوم مثل البيولوجي، التشريخ، علم النفس، التاريخ، إذ نجد أن المفاهيم حول مصطلح النمو مختلفة فمن ناحية يتم التسوية بينه وبين مصطلح النضج وطبقا لهذا المفهوم يتم النمو نتيجة لتغيرات كمية تتم على دفعات (مراحل - درجات) ويعرف ممثلو هذا المفهوم النمو على أنه "سلسلة متتابعة متكاملة من التغيرات تسعى بالفرد نحو اكتمال النضج واستمراره وبدء انحداره" ويتضمن هذا التعريف التغيرات الجسمية والفسولوجية من حيث الطول والوزن والحجم والتغيرات التي تحدث في أجهزة الجسم المختلفة والتغيرات العقلية والمعرفية والتغيرات السلوكية والانفعالية والاجتماعية. ولقد تم في هذا التعريف الفصل بين التغيرات التي تحدث نتيجة لتأثير العوامل الداخلية وتلك التي تحدث نتيجة لتأثير العوامل الخارجية وتم التأكيد على أن التطور يحدث نتيجة لتأثير العاملين معا. ويشير (Michael Wade and John Baker) 1995 إلى أن أبحاث النمو الحركي تعتمد أساسا على التغير في مراحل النمو للأطفال من الميلاد مروراً بمرحلة المراهقة والنضج ووصف وتسجيل الأحداث الحركية الهامة لهذا النمو (أمال الصادق، 1999، ص22). مما سبق ومن خلال مفاهيم النمو الحركي التي تم ذكرها يمكن استخلاص أن النمو الحركي هو التغيرات التي تحدث في السلوك الحركي للإنسان والتي ترتبط بشكل أساسي بعملية النضج وهو يتأثر بالعوامل الوراثية والبيئية وأجهزة الجسم الداخلية والخبرات المكتسبة.

7_ المبادئ والقوانين العامة للنمو عامة و_النمو الجسمي خاصة: في السنوات الأخيرة توصل العلماء

والباحثين المهتمين بالنمو إلى مجموعة من المبادئ والقوانين العامة التي تحكم هذه الظاهرة، والتي تتمثل في:

- 1-7 يتضمن النمو تغيرات كمية وكيفية: لا يقف مفهوم النمو بمعناه الشامل عند مجرد التغيرات الكمية التي تحدث للفرد خلال مراحل النمو المختلفة مثل الزيادة في الطول والوزن، ولكن يتضمن أيضا التغيرات النوعية أو الكيفية والتي تعني تغيير في الوظائف المختلفة مهم تكن جسمية وعقلية واجتماعية وانفعالية.
- 2-7 يحدث النمو في مراحل متعاقبة: على الرغم من أن النمو عملية دائمة ومتصلة ليس فيها وقفات إلا أن النمو يسير في مراحل تتميز كل منها بسمات وخصائص واضحة، وهي تتداخل مع بعضها حتى يصعب

التمييز بين نهاية مرحلة وبداية المرحلة التي تليها، إلا أن الفروق بين المراحل المتتالية تتضح في منتصف كل مرحلة والمرحلة السابقة والتالية لها كما هو مبين في الشكل الآتي :



الشكل رقم _ 01 _ النمو عملية متصلة، فالحركات التلقائية الأولية تسبق الحركات الأساسية والمهارات النوعية والرياضية لا يستطيع أن يكتسبها التلميذ على نحو جيد قبل اكتساب الحركات الأساسية (أسامة كامل راتب، 1999، ص65)

3-7 لكل مرحلة من مراحل النمو خصائصها ومميزاتها : رغم أن حياة الفرد تشكل وحدة واحدة إلا أن النمو يسير في مراحل يتميز كل منها بسمات وخصائص واضحة، وهذا المبدأ له فائدة كبيرة في عملية التقويم والتوجيه التربوي، مما جعل المتخصصين والمهتمين بدراسة النمو يقومون باكتشاف ووضع المعايير الخاصة بمظاهر النمو المختلفة لكل مرحلة من مراحلها .

4-7 يتأثر النمو بالعوامل الداخلية والخارجية والتفاعل بينهما : يتأثر نمو الفرد بمجموعتين من العوامل إحداهما عوامل وراثية، والأخرى بيئية والعلاقة بين هاتين المجموعتين من العوامل علاقة تفاعل وتأثير متبادل فالوراثة تمنح الفرد الاستعدادات الفطرية لمختلف أنواع السلوك، والبيئة تتناول هذه الاستعدادات بالتنمية والتطوير والتعديل وتعطيه شكله النهائي الذي يكون في صورة قدرة على أداء السلوك.

5-7 معدلات النمو غير ثابتة خلال المراحل المختلفة:

لنمو مظاهر مختلفة منها النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعال

وكلها مترابطة مع بعضها البعض ومؤثرة في بعضها إلا أن معدلات النمو، في أحد المراحل لا تسير بنفس المعدل خلال المراحل التالية فالنمو الجسمي لا يسير بسرعة واحدة في كل مراحل العمر، ولا ينمو كل مظهر بالسرعة التي تنمو بها مظهر آخر، وإن سرعة النمو تختلف باختلاف المجال وتبعاً للمرحلة السنوية التي يحدث فيها .

7-6 يخضع النمو لمبدأ الفروق الفردية: إن كل طفل ينمو وفقاً للمعايير الخاصة به ولكل طفل درجته من التطور ، فالفروق الفردية مبدأ واضح في النمو الإنساني، وأشارت كثيراً من الدراسات التي تناولت الطول والوزن عند الأطفال وجود فروق فردية بينهم، وفهم هذا المبدأ في غاية الأهمية للمعلمين والآباء، بل إن الفشل في التعرف على هذه الفروق في معدلات النمو يمكن أن يكون مصدراً لسوء الفهم والإرشاد الخاطئ.

7-7 مظاهر النمو مترابطة و متشابكة ومتداخلة: عندما نتناول المظاهر المختلفة للنمو بالشرح والتحليل ونصف مثلاً النمو الجسمي من حيث الطول أو الوزن أو نمو العضلات و العظام، أو نصف النمو العقلي بأبعاده المختلفة أو الانفعالي وغير ذلك يجب أن ندرك أن كل هذه المظاهر تدور حول فرد واحد وأن هذا الفرد ينمو ككل وكل مظهر من المظاهر المختلفة لا بد وأن يؤثر ويتأثر بالمجالات الأخرى.

8- العوامل المؤثرة في النمو: تتأثر عملية النمو منذ مرحلة ما قبل الولادة إلى باقي المراحل العمرية بالعديد من العوامل، منها ما هي مرتبط بالخصائص البيولوجية للجسم والتي لا يمكن تغييرها، ومنها ما هو خارجي والتي لا يمكن التحكم فيها، وقد أجمع العلماء والباحثون على أن هذه العوامل تتمثل في ما يلي:

العوامل الداخلية: - الوراثة - الأمراض - خصائص الأم - الغدد

العوامل الخارجية: - البيئة - التغذية - التدخين والعقاقير

و سوف نحاول باختصار تبيان مدى تأثير كل عامل من العوامل السابقة على ديناميكية النمو، سواء من الناحية الكمية أو الكيفية طبقاً لما ورد في العديد من المصادر والدراسات العلمية.

8-1 الوراثة: تعتبر الوراثة من أهم العوامل المؤثرة في صفات ومظاهر النمو بصفة عامة، وخاصة الجسمي والداخلي، وبالرغم من أن الوراثة تعتبر من بين المحددات الرئيسية لنمو الطفل، إلا أنه لا يمكن إغفال دور البيئة في التقدم بمعدلات النمو للمستويات المحتملة. ومن المسلمات العلمية في ميدان -الوراثة- هو أن الجنين يتكون من خليتين إحداهما خلية الذكر (SPERM) والثانية خلية الأنثى أو البويضة (EGC)، وأن كل منهما يحتوي على 23 كروموزوم والتي تمثل المورثات أو الجينات (Genetics) والتي تحمل جميع الصفات الوراثية، وتقوم كل مورثة بوظيفة خاصة بالنسبة للصفات الوراثية، حيث تضمن بعضها خصائص النوع، وتضمن الأخرى الخصائص الفردية كاللون الشعر والجلد والعيون... والتي هي محمولة فيها مجموعة 46 كروموزوم في البويضة الملقحة والتي تحمل مختلف صفات وخصائص الأبوين. (عباس حسن معوض، 1999، ص33). و يمثل شكل الجسم وهيئته الخصائص الوراثية الخاصة التي تحملها الجينات،

والتي تظهر في الولد مباشرة و على هذا الأساس تهدف الوراثة إلى المحافظة على الصفات العامة للنوع البشري و سلالاته، وهكذا تنتقل هذه الصفات حتى تصل الفرد بالنوع الإنساني كله (مكرم ضياء، 2002، ص92).

8-2- الأمراض: أكدت مختلف الدراسات بأن نمو الفرد يتأثر تأثيراً مباشراً بالأمراض التي تتعرض لها الأم، ومادام أن النمو يبدأ من لحظة انقسام البويضة المخصبة، فإن إصابة الأم بأي مرض أثناء فترة الحمل تؤثر مباشرة على نمو الجنين والتي سوف تنتقل آثاره خلال المراحل العمرية المتقدمة.

8-3- خصائص الأم: أثبتت نتائج العديد من الدراسات في علم الأجنة بصورة خاصة، والميدان الطبي عامة على أن هنالك العديد من الخصائص أو العادات السلبيه التي تقوم بها الأم تؤثر تأثيراً مباشراً على مستوى نمو الجنين، ومن بينها:

- تناول العقاقير وشرب الخمر. - استهلاك المخدرات والتدخين. - القلق النفسي للأم.

- اتجاهات الأم. - حالات اختلاف الدم RH. - عمر الأم

8-4- الغدد: إن من أهم العوامل التكوينية والفسيوولوجية المرتبطة بالنمو والتي لها تأثير على سرعة النمو أحياناً أو حدوث النمو نفسه الغدد Glands. ويحتوي جسم الإنسان على العديد من الغدد، والتي هي عبارة عن خلايا داخلية تقع معظمها في الجزء العلوي من الجسم بالترتيب، وتتمثل وظيفتها في تكوين مركبات كيميائية يصطلح عليها "الهورمونات Hormones" والتي لها قدرة فائقة على التحكم في نشاط مختلف أعضاء ووظائف الجسم الحيوية. وتصنف الغدد حسب وظيفة كل منها إلى نوعين رئيسيين:

- الغدد القنوية Canal Glands - الغدد الصماء Endocrine Glands

وحتى نكون أكثر دقة في موضوع بحثنا، فسوف نتناول في هذا الجانب كل من الغدة النخامية، وذلك لأنها المسئولة على إفراز هرمون النمو، إضافة إلى الغدة الدرقية.

8-5- الغدة النخامية: توجد هذه الغدة، في منتصف الرأس على شكل بصلة صغيرة، تتدلى من السطح السفلي الخلفي للمخ، وتستقر في فراغ عظمي في قاع الجمجمة، ويتراوح وزنها بين (350-1100 ملغ)، موضوعة بشكل مستعرض، طولها (12) مم، وعرضها 8 ملم، وتتكون الغدة من جزئين: الفص الأمامي والخلفي، وهما متصلان بمنطقة Hypothalamus، والفص الأمامي هو المسئول عن إفراز هرمون النمو (Somatotrophine (CH) والذي بدوره يبدأ دوره من الشهر الأول لتكوين الجنين.

8-6- الغدة الدرقية: Thyroid Gland توجد هذه الغدة أسفل الرقبة أمام القصبة الهوائية، ووظيفتها إفراز هرمون -الثيروكسين Thyroxine-، وأيضا Tridothyronine -T3- و Didothyronine -T3- وهرمون الثيروكسين، هو عبارة عن حمض أميني يحتوي على عنصر اليود، حيث يحتوي على 1/5 كمية

اليود الموجودة في الجسم، وهو مخزن في الغدة على شكل مركب بروتييني يسمى ب- Thyroglobine - (بهاء الدين سلامة، 1992، ص200)

8-7- هرمون النمو: Growth Hormone (أمال الصادق، 1999، ص22)

يعتبر هرمون النمو أحد أهم الهرمونات الموجودة في الجسم، وذلك باعتباره أحد العوامل الأساسية المحددة لديناميكية عملية النمو بصفة عامة وخاصة الجسمي، ويذكر -Marbi Elain- 1995 - أن هرمون النمو يعتبر من أهم الهرمونات التي يفرزها الفص الأمامي للغدة النخامية، وهو يفرز من خلايا تعرف باسم خلايا -Somatotrophic أو Somatotrophine، لذا يطلق عليه أحيانا -Somatotrophic وهو ما يؤكد كل من -D.William. Mecardle- 1998 - أن هرمون النمو له نشاط فسيولوجي واسع حيث أنه يحث الخلية على الانقسام والتكاثر في كافة أنحاء الجسم، وعلى هذا الأساس يذهب -Johorndson et Bengtsson- على أن هرمون النمو ذو أهمية كبيرة في نمو الهيكل العظمي وزيادة كتلة العظام والعضلات... نتيجة تنظيمه للعديد من العمليات الحيوية الداخلية. وبناء على ما سبق ذكره، فإنه يتفق كل الخبراء والباحثين في هذا الجانب على مدى أهمية هرمون النمو (Somatotrophine (CH) في تحديد معدلات النمو من جميع النواحي وخاصة المظهر الجسمي (العظام-العضلات- الغضاريف)، وأن ديناميكية النمو تتأثر بأي اختلال في إفراز نسبة الهرمون سواء بالزيادة أو النقصان، في أي مرحلة عمرية وخاصة قبل البلوغ، بالإضافة إلى التأثير على العديد من الوظائف الهامة واللازمة لنمو الجسم كوحدة واحدة. ويجب الإشارة في هذا الصدد أنه هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى حدوث اضطراب في إفراز نسبة هرمون النمو و من بينها:

- النظام الغذائي.
- نسبة الأحماض الدهنية في الدم.
- نسبة الغلوكوز في الدم.

ويؤكد -Sherword Lauralu- 2000- على أن هرمون -Thyroxine- له دور كبير في عمليات التمثيل الغذائي سواء من حيث سرعتها أو تنظيمها، ويشير -Lamb David- 1985 إلى أن نسبة هرمون التيروكسين تساعد على زيادة سرعة استهلاك العضلات للأكسجين، والمساهمة في زيادة نسب نمو الجهاز الهيكلي، وفي حالة اضطراب عمل الغدة الدرقية والذي يؤدي إلى نقص نسبة الهرمون فإن ذلك يؤدي إلى الأعراض التالية: (عاصم إبراهيم حسن، 2004، ص78)

- ضعف النمو الطبيعي للجسم.
- الحد من تطور القوى العقلية
- زيادة سعة نبض القلب وعدم انتظامها.

ولهذا يرى الباحث مدى أهمية التحليلات البيولوجية، وذلك من أجل الكشف عن أي اختلال في إفراز مختلف الهرمونات وخاصة منها هرمون النمو، الذي يعتبر أحد المحددات الرئيسية لديناميكية النمو الجسمي

والحركي للفرد، إضافة إلى باقي العوامل الأساسية السابقة الذكر كالتغذية، سلامة الجسم... والتي يجب مراعاتها من أجل ضمان النمو السوي للأفراد خلال مختلف المراحل العمرية.

8-8- التغذية: تمثل التغذية الكاملة أحد أهم الأسباب التي تساعد على نمو الفرد خلال مختلف مراحل عمره بصورة منتظمة (Ming Worth 1989)، ويجب الإشارة هنا إلى تأثير ظروف سوء التغذية تؤثر في مرحلتين مرحلة الحمل (قبل الولادة) و مراحل النمو (بعد الولادة). إلى أن سوء التغذية (Mal nutrition) خلال الشهور الأولى من الحمل، والنقص الشديد في الفيتامينات والبروتينات، وبعض العناصر الأخرى كالسيوم و الفوسفور... يؤدي إلى إصابة الجنين بعيوب خلقية أو أمراض عضوية، والتي أثبتته العديد من الدراسات أن الآثار السلبية لسوء التغذية، والتي يصعب التحكم فيها، بسبب اختلاف الظروف الاقتصادية بين الأسر، تؤثر تأثيرا مباشرا على معدلات النمو، وخاصة منها الجسمي والعقلي خلال المراحل العمرية المولية.

9- خصائص النمو الحركي والبدني: باعتبار النمو الحركي أحد أهم مظاهر نمو السلوك الإنساني، فإنه من المتوقع أن يسير وفقا لمنحنى الخصائص العامة لعملية النمو والتمثلة في الخصائص التي ذكرها كل من "Keogh et Sugden" 1989 وهي كالاتي:

-الإضافة Addition: .-الإحلال Substitution - التوسط Médiation

- التعديل Modification: .-التضمين Inclusion .

ونؤكد في هذا الإطار على أن هذه الخصائص تتجلى بصورة واضحة في معدلات النمو بمختلف مظاهره الجسمية و الحركية... خلال المراحل العمرية للفرد.

10- مراحل النمو: ينظر إلى النمو على أنه عملية مستمرة متدرجة في زيادتها ونقصاتها، لا تخضع في جوهرها للطفرات المفاجئة، وبالرغم من ذلك فإن هذا النمو يأخذ في كل جانب من جوانبه خصائص معينة تختلف في الشدة والعدد والنوع والشكل على مر الزمن ، وهناك العديد من التصنيفات لمراحل النمو حسب هدف و اتجاه الدراسات التي أنجزت حول النمو و مختلف مظاهره (النفسي ، الانفعالي، الجنسي ، العقلي ...). وبالنظر إلى الأهداف التي نصبو إليها من دراستنا فقد لجأنا إلى اعتماد التقسيم المبين في الجدول الآتي و الذي يراعي مراحل النمو الحركي طبقا للعمر الزمني .

العمر الزمني	مراحل النمو
5 أشهر إلى سنة	- السلوك الانعكاسي (سنوات المهد)
الميلاد إلى 2 سنة	- الحركات الأولية (سنوات المهد).
2 سنة إلى 7 سنوات	- الحركات الأساسية (الطفولة المبكرة).
7 سنوات إلى 10 سنوات	- القدرات الحركية العامة (الطفولة المتوسطة).
11 إلى 13 سنة	- القدرات الحركية الخاصة (الطفولة المتأخرة).
14 سنة فأكثر	- القدرات الحركية المتميزة (المراهقة).

الجدول رقم: -01- يبين مراحل النمو الحركي حسب العمر الزمني
(أسامة كامل راتب، 1997، ص 27)

11- البيئة Environnement

11-1- البيئة: تعد البيئة وما يرتبط بها من متغيرات أحد الموضوعات الهامة على المستوى العلمي لما لها من تأثير مباشر على صحة الإنسان وكفاءته في مواجهة المتطلبات الأساسية لحياته، حيث أنه يتأثر بها ويؤثر فيها بدرجات متفاوتة ومن تم تعددت وجهات نظر العلماء في دراستها من حيث مكوناتها وأنواعها ومشكلاتها، وذلك من أجل الاستفادة من الإمكانيات والظروف البيئية المتاحة لنا.

11-2- مفهوم البيئة: تعتبر البيئة أحد المصطلحات الشائعة الاستخدام، ويرتبط مدلولها بينها وبين مستخدمها أو المجال المقصود، فنقول البيئة الزراعية، والبيئة الصحية، والبيئة الاجتماعية...، ويعني علاقة النشاطات البشرية في بيئة معينة والمتعلقة بهذه المجالات، والبيئة لغويا مشتقة من كلمة "بيئة" من "بوا" و"تبوا"، أي اتخذ مكانا وجعله مستقرا له، فالبيئة هي الوسط الذي يحي فيه الفرد، والبيئة بصفة عامة "هي اصطلاح عام يشمل الأشياء والعوامل والشروط التي تؤثر في والكيميائية للأرض والماء والهواء. وتؤكد "انتصار يونس" على أن البيئة هي كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد، ويشار إليها على أنها جميع المواقف والمثيرات التي يستجيب لها. الفرد، كما تعرف البيئة " L'ensemble des éléments "Environnement" constitutifs du milieu d'un être vivant. (Henriette Walter, 2009, p547)

الإشارة بأنه يوجد العديد من المفاهيم والآراء الخاصة بالبيئة... إلا أنه وحسب مجال دراستنا، ومن خلال استقراءنا للعديد من المفاهيم، فقد خلصنا إلى تبني تعريف الإتحاد الأوربي (U.E 2003) والذي عرفها بأنها إجمالي الأشياء التي تحيط بحياة الإنسان، وتؤثر في الأفراد والجماعات (Vernet Jean-Pierre, 2003, p43). وبصورة عامة، فإن البيئة -Environnement- هي دلالة على المكان بخصائصه الطبيعية وملاحظه البشرية، منه يمكن القول بأن الحديث عن البيئة هو التطرق إلى مكوناتها الطبيعية، والمتمثلة في العوامل المناخية (درجة

الحرارة، نسبة الرطوبة، الضغط الجوي...) إضافة إلى الموقع الجغرافي والذي يعتبر المحدد الرئيسي للنظام البيئي

(Ecosystème) واختلافه على سطح الأرض.

11-3 أنواع البيئة: تعددت وجهات نظر البيئيين من حيث تصنيفها ومكوناتها ومشكلاتها، وذلك طبقاً لمدلولها ومجال البحث، ويؤكد الخبراء في مجال البيئة على تعدد وتنوع البيئات، وذلك تبعاً لمبدأ التصنيف المستعمل الخاص بالدراسات، والتي تتمثل في:

– البيئة الطبيعية Environnement naturel – البيئة المشيدة Environnement artificiel

يشير كل من –Murthor 1978– و–Ballin 1979– و–Grutzen 1983– على أن البيئة بصورة عامة، تتمثل في مظهرين: الطبيعي والمشيد. (François Ramonde, 1995, p52) فالبيئة الطبيعية هي التي تتمثل في مختلف المظاهر التي لا دخل للإنسان في وجودها، كالصحراء، والبحار، والمحيطات والمناخ. وعليه فإنه يمكن القول بأن الحديث عن البيئة، هو التطرق إلى مكوناتها الطبيعية وعن الظروف والعوامل التي تعيش فيها الكائنات الحية والتي من بينها الإنسان، فالبيئة الطبيعية هي المقصودة هنا بما تمثله من مختلف الظروف المناخية (الحرارة، الأمطار، الرياح...) وذلك للوقوف على مدى تأثيرها على مظاهر السلوك الحركي للفرد، حيث يشير تقرير "اللجنة العالمية للبيئة والتنمية WCED" بأن البيئة الطبيعية كما هي فوق سطح الكرة الأرضية، تشكل أحد أهم عوامل التنمية المستدامة (Odil Faure-Rochet, 2005, p25)، وذلك من خلال استثمار الفرد لمختلف العناصر التي توفرها، الجبال، البحار، الهواء...، والتي تساهم في تعديل سلوكياته ونمط حياته بصورة جيدة.

11_4 مكونات البيئة: وإن مكونات البيئة الطبيعية (فوق سطح الأرض) حسب –Rotton 1979– تتمثل في غلاف الهواء المحيط بنا ومكوناته، بالإضافة إلى عناصرها الأساسية الموجودة فوق سطحها سواء في اليابسة أو الماء. (Odil Faure-Rochet, 2005, p61) و يذكر –Gifford 1988– و –Body Ro 1982– على أن مكونات الهواء كما تبينها تجارهما والتي تتطابق مع نتائج العديد من الدراسات السابقة، تتمثل في الجدول الآتي: (Gérard Beltrande, 2004, p68)

مكونات الهواء	أوكسجين	نيتروجين	ثاني أكسيد الكربون	أرقون خامل
النسبة	%21	% 78	% 0.03	% 0.93

– الجدول رقم " 02 " يبين نسب الغازات المكونة للهواء

مع الإشارة إلى أن نسب الغازات المشار إليها هي في الحالة الطبيعية العادية قبل ظهور مختلف مظاهر التلوث الطبيعية أو بشرية، كالبراكين- والزلازل... وغازات المصانع، إضافة إلى المكونات السابقة فيحتوي الهواء على غازات أخرى: كالهليوم والهيدروجين، و الكرنبيتون والتي تتواجد بنسب ضئيلة جداً، ويشير -

Ratton - و - Bell - إلى جانب العديد من الباحثين البيئيين، أنه يمكن تمييز ثلاث طبقات جوية مكونة للهواء، والمبينة كالآتي (Gérard Beltrande, 2004, p70)

الطبقة	Troposphère	Stratosphère	Ionosphère
سمك الطبقة في الجو	من السطح إلى 8-15 كلم	من نهاية Trop إلى 55-76 كلم	تبدأ من ارتفاع 90 كلم عن الأرض

- الجدول رقم " 03 " يبين طبقات الغلاف الجوي المشكلة للهواء

وعلى هذا فقد تزايد الاهتمام في السنوات الأخيرة بآثار تلوث طبقة Stratosphère وذلك لتواجد غاز الأوزون في محيطها، حيث أشارت نتائج العديد من الأبحاث إلى وجود نقص في كميته بسبب التفاعلات الشمسية فوق البنفسجية التي تؤثر مباشرة على طبقة Troposphère الملازمة للأرض، حيث أن للغاز الأوزون أهمية كبرى بحيث هو المسؤول عن التوازن الحراري والدورة العامة للرياح بفضل خاصية امتصاصه للإشعاع فوق البنفسجي، بحيث أن هذا التغير يؤثر بصورة مباشرة على مختلف أنشطة الإنسان مسببة له العديد من الأمراض العصبية والتنفسية، والتي تؤثر لا محالة على مختلف سلوكيات الفرد ومعدلات نموه الجسمية والعقلية والوظيفية... وبالرغم من هذا كله إلا أنه بقي توازن الهواء بمكوناته ثابتة بمرور مئات الملايين من السنين، فيحدث تغير في نسب مكوناته كما أشرنا سابقا إلا أنه لا بد أن تعود حالة التوازن للهواء من جديد والتي هي أساس الحياة بصورة عامة.

11-5- التصنيفات المناخية: لقد وجدت محاولات كثيرة لتصنيف أنماط المناخ إلى أنماط مختلفة، وذلك

اعتمادا على أسس وضعها البيئيون والجغرافيين المهتمين بهذا المجال، والواقع أن التصنيف المناخي ليس هدف في حد ذاته، بل أنه وسيلة لأجل فهم كثير من الظواهر التي تميز بيئة عن أخرى، حيث تعتبر دراسة المناخ والأحوال الجوية مهمة جدا بالنسبة للإنسان، وذلك بالنظر إلى العلاقة الوثيقة والمتداخلة بينهما، فقد ظهر أن هناك علاقة بين بعض النواحي الفسيولوجية وبين طبيعة المناخ الذي نعيش فيه، فالمناخ الجاف الحار يزيد من نشاط الغدد الدرقية، بينما البارد يقلل من نشاطها، كما أن هنالك بعض الأمراض التي تكون ملازمة لأنواع مناخية معينة، وأثبتت العديد من الدراسات على اختلاف الأفراد فيما بينهم في العديد من الصفات الجسمية والصحية والاجتماعية، طبقا لنوع المناخ السائد في البيئة الخاصة بهم، وهنالك العديد من المحاولات الجادة والتي قدمت في هذا المجال والتي من بينها: - تصنيف - 1936 Supon - تصنيف - 1945 Koepend -.

- تصنيف - 1949 Beily - تصنيف - 1946 Austin Millev -.

لكن يتفق معظم الباحثين والدارسين في هذا الجانب على أن تصنيف Koepend يعد أهمها وأكثرها شيوعا واستخداما في العديد من الدراسات، ويشمل هذا التصنيف خمسة أقاليم رئيسية أعطاها رموزا

بالحروف الأبجدية (A-B-C-D-E)، بحيث عدل إلى تقسيم الأقاليم الرئيسية إلى أقاليم فرعية مرتكزا في ذلك على عاملين اثنين هما: * كمية التساقط * درجة الحرارة.

11- 6 عناصر المناخ :

- درجة حرارة الهواء La temperature de l'air - الضغط الجوي pression
atmosphérique

- سرعة الرياح Vitesse de Vent - الرطوبة Humidité - نسبة التساقط proportion de
précipitations

وتعتبر دراسة المناخ و مختلف معدلاته على درجة عالية من الأهمية بالنسبة للإنسان نظر العلاقة الوثيقة بين مختلف المقاييس المترولوجية و مختلف مقاييس الجسم ، جسمية كانت أو حركية و خاصة في المناطق ذات الطقس و المناخ القاسيين، فالوظائف الفسيولوجية تستجيب لتغيرات الطقس حيث أن صحة الإنسان و حركته و نشاطه تتأثر إلى حد كبير بدرجة و نسب الأحوال المناخية السائدة و في ما يخص مثلا درجة الحرارة فجسم الإنسان يحافظ دائما تحت الظروف الصحية العادية على درجة حرارة ثابتة هي 37°م (98.7)°ف و هي عبارة عن التوازن الذي ينظمه الجسم بين الحرارة المكتسبة و المفقودة و يحافظ الجسم على مستوى حرارته عن طريق التعرف و دورة الدم.

كما أن الجسم يتأثر بالضغط الجوي المنخفض إذا انخفض انخفاضاً شديداً فيصاب الإنسان بالإغماء و إدماء الأنف مما يؤثر على قدراته الوظيفية و بحد من قوته و نشاطه خلال أدائه لمختلف المهارات ، إضافة إلى تأثير الجسم بنسبة بخار الماء (الرطوبة) حيث أن نسب درجات الرطوبة هـ ي التي تتراوح بين 40 % و 60 % و إذا نقصت هذه النسبة أو زادت تؤثر بصورة مباشرة على درجة تحمل الإنسان لحرارة الجو إلا أنه بالرغم من التباين في معدلات المقاييس المناخية تبعا للعديد من العوامل الجغرافية و الطبيعية إلا أنه بجمع الباحثين في هذا الجانب على قدرة الفرد في التكيف مع البيئة التي يعيش فيها و ليس العكس حيث أشار Solye 1974 على أن الإنسان لديه قدرات غير محددة على التكيف مع المتغيرات البيئية و من بينها ضغط درجة الحرارة المرتفعة أو المتدنية فيفرز الجسم عرقا في الأولى و يرتعد بشدة في الثانية. و ما يهمنا في هذا الجانب هو الفروقات المسجلة بين الأفراد في مختلف المقاييس الجسمية و الخصائص الحركية طبقا لتنوع الظروف المناخية و البيئية.

12- الدراسات المشابهة

1 - دراسة ميرفت إبراهيم رخا: تأثير بعض العوامل البيئية على النمو البدني للتلميذات في المرحلة السنوية (14/12 سنة) بالريف و الحضر ، رسالة دكتوراه غير منشورة 1989 ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان الإسكندرية

و هدفت الدراسة إلى:

مقارنة بين بعض المؤثرات الجسمية لعينة البحث

تحديد النمط الجسمي السائد في كل بيئة (الريفية و الحضرية)

كشف الفروقات في نسب بعض المتغيرات البيئية.

و تمثلت نتائج البحث في :

أن تلميذات الحضر أكبر وزنا من غيرهن في الريف في نهاية الفترة العمرية بالنسبة 40%

عدم وجود فروقات في طول الجسم و الأطراف بين أفراد العينة.

تلميذات البيئة الحضرية يتميزن بزيادة معدل السمنة بمعدل 26%

زيادة مكونات هواء البيئة الحضرية بغازات C حوالي 4% و الغبار 10% مقارنة بالبيئة الريفية.

2 - دراسة عبد الباسط صديق عبد الجواد: أثر اختلاف البيئة على بعض المتغيرات الفسيولوجية

و المورفولوجية لطلاب الجامعة (دراسة مقارنة بين بيئتي الإسكندرية و أسوان). رسالة ماجستير ، كلية

التربية الرياضية للبنين الإسكندرية ، 1995

و هدفت الدراسة إلى :

تحديد أثر البيئة الداخلية على بعض المتغيرات الفسيولوجية و المورفولوجية.

كشف مدى تأثير البيئة الصحراوية على المتغيرات الفسيولوجية و المورفولوجية.

تحديد المؤشرات المناخية المميزة لكل من البيئة الساحلية و الصحراوية

و تمثلت نتائج الدراسة في مايلي:

زيادة معدل الوزن لدى طلاب الإسكندرية مقارنة بنظرائهم في أسوان بنسبة 15%

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نسب أطوال الجسم

تباين في السعة الحيوية للرتين بنسبة 5% لصالح طلاب أسوان

التباين بين نسب المؤشرات المناخية خاصة درجة الحرارة و الرطوبة بين البيئتين

13_ منهجية البحث:

13-1- منهج البحث: بالنظر إلى طبيعة المشكلة المطروحة للبحث وكذا الإجراءات التنفيذية

16 سنة	14 سنة	12 سنة	10 سنوات	السن	
		30	30	مدرسة خروية	ولاية مستغانم
	30			متوسطة بوشاشة محمد	
30				ثانوية بن زازة	
		30	30	مدرسة علالي العربي	ولاية بشار
	30			متوسطة جيلالي اليابس	
30				ثانوية أبي محمد الاشعري	
240				المجموع	

الواجب إتباعها طبقا للمنهجية العلمية فقد استخدمنا المنهج المسحي لتناسبه مع الأهداف العامة للبحث.

13-2- عينة البحث: شملت عينة البحث 240 تلميذ موزعين كالتالي:

- 120 تلميذ من ولاية مستغانم (البيئة الساحلية) - 120 تلميذ من ولاية بشار (البيئة الصحراوية).

وكل من العينتين مقسمتين إلى أربعة أفواج، كل فوج بـ 30 تلميذ كما يبينه الجدول الآتي:

13-3- مجالات البحث:

المجال البشري: مثل عينة البحث والتي تم تحديدها بالدقة وذلك بعد الاطلاع على قوائم التلاميذ من أجل تحديد أفراد العينة الذين تتقارب تواريخ ميلادهم.

المجال المكاني: أجريت كل الاختبارات بملاعب وساحات المؤسسات التربوية

المجال الزمني: تم إنجاز البحث في الفترة الممتدة 2009/04/15 إلى غاية 2009/11/20

14- الاختبارات والقياسات: بالنظر للأهداف التي نصبوا إليها وكذا المحاور الرئيسية للدراسة فقد لجأنا

إلى إعداد و تطبيق نوعين من الاختبارات والمتمثلة في: - بطارية اختبارات وقياسات مورفولوجية - بطارية اختبارات القدرات الحركية

فالأولى خاصة بإيجاد القياسات الجسمية لأفراد عينة البحث والمتمثلة في :

- الوزن (كغ) - طول الطرف العلوي - الطول (متر) - طول الطرف السفلي

أما الثانية فهي خاصة بتقوم تطور القدرات الحركية الأساسية وتمثلت في:

- اختبار الوثب العريض من الثبات - اختبار الجري على شكل ثمانية

- العدو 30 متر من البداية المتحركة - اختبار Cooper (12 دقيقة - 06 دقائق)

15- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في تنفيذ مختلف الاختبارات الخاصة بالبحث لجأنا إلى إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة من عشرة تلاميذ و ذلك من أجل الوقوف على مدى دقة و فاعلية الاختبارات المختارة و كيفية تطبيقها ميدانيا و التأكد من توفر الشروط العلمية (الصدق - الثبات - الموضوعية) في الاختبارات و التي تم التأكد منها إضافة إلى تحديد أهم الصعوبات الميدانية حتى يمكن تفاديها خلال الدراسة الأساسية .

16- وسائل البحث : بالنظر إلى تعدد وتنوع الاختبارات المراد تطبيقها فقد تطلب من ذلك استخدام الوسائل التالية.

- ميزان طي لقياس الوزن - جهاز لقياس الطول (La toise) - جهاز لقياس نبض القلب

- شريط متري و شواخص - ومقاييس جهاز لقياس طول التلميذ - مقياتي

17- الأساليب الإحصائية: من أجل تحليل المعطيات المستخلصة من تطبيق الاختبارات و القياسات فقد استخدم الباحث المعدلات الإحصائية

- النسبة المئوية % - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط لبيرسون

18- النتائج المتحصل عليها:

الجدول رقم 05 - يبين التوزيع السنوي للمتغيرات المناخية (درجة الحرارة- نسبة الأمطار-

الرطوبة) لولاية مستغان

الشهور المناخية	يناير	فبراير	مارس	أفريل	ماي	جوان	جويلية	أوت	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة	10,2	13,2	17,4	22,5	25,2	31,2	35,5	34,6	28,1	18,4	12,3	8,8
نسبة الأمطار	00	2,35	3,56	0,25	6,6	00	3,5	4,6	12,21	7,9	10,67	8,89
نسبة الرطوبة	51,7	45	29	21	23,4	20	18,3	22,1	40,2	65,1	60,2	61,7
الضغط الجوي	930,5	928	929,5	927,3	917,3	920,2	925,2	925,2	926	921,5	918,1	921,1
الرياح	4,6	10,4	12,9	17,8	22,5	12,9	15,5	12,7	13,6	11,6	11	9,2

جدول رقم 06 – يبين التوزيع السنوي للمتغيرات المناخية (درجة الحرارة – نسبة الأمطار – الرطوبة) لولاية بشار

الشهور المناخية	يناير	فبراير	مارس	أفريل	ماي	جوان	جويلية	أوت	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة	11,1	13,2	13,4	16,6	18,1	22,4	25,7	26,1	23,3	19,9	12,8	10,8
نسبة الأمطار	29,7 2	5,59	16,1	06,1	16	11,18	06,68	00	36,57	46,73	158,44	133,1
نسبة الرطوبة	80,8	75,7	72,9	61,2	74,3	65,3	64,9	69,8	70,7	75,3	78	78,4
الضغط الجوي	102 4,5	1023,2	1016,2	1014,4	1012,4	1015	1014,2	1013,2	1014,3	1016,3	1017,3	1018,4
الرياح	04,9	07,5	10,8	09,1	10,3	08	07,6	07,5	07,1	09,3	08,6	09,9

مفاتيح الجدول: -درجة الحرارة: C° - سرعة الرياح: كلم/سا - نسبة الأمطار: ملم - نسبة الرطوبة: %

الجدول رقم 07 – يوضح القيم المتحصل عليها للفئة العمرية (10 سنوات) ف المقاييس المورفولوجية

العينات	الوسائل الإحصائية	القياسات المورفولوجية	الطول	الوزن	طول الطرف السفلي	طول الطرف العلوي
ذكور	المتوسط الحسابي		154.16	44.09	92.86	68.23
			149.02	40.10	75.01	61.05
	الانحراف المعياري		06.02	04.10	03.20	04.75
			05.16	03.35	03.14	04.23

الجدول رقم 08 – يوضح القيم المتحصل عليها للفئة العمرية (12 سنة) في المقاييس المورفولوجية

العينات	الوسائل الإحصائية	القياسات المورفولوجية	الطول	الوزن	طول الطرف السفلي	طول الطرف العلوي
ذكور	المتوسط الحسابي		159.02	47.20	93.87	68.88
			157.03	49.07	89.07	68.36
	الانحراف المعياري		07.15	10.15	08.75	06.20
			06.77	10.28	08.12	05.96

الجدول رقم 09 – يوضح القيم المتحصل عليها للفئة العمرية (14 سنة) في المقاييس المورفولوجية

العينات	الوسائل الإحصائية	القياسات المورفولوجية	الطول	الوزن	طول الطرف السفلي	طول الطرف العلوي
ذكور	المتوسط الحسابي		168.96	57.03	93.20	72.10
			164.83	58.08	94.73	71.83
	الانحراف المعياري		08.10	07.95	05.80	05.45
			07.71	08.30	05.66	04.03

الجدول رقم **10** - يوضح القيم المتحصل عليها للفئة العمرية (16 سنة) في المقاييس المورفولوجية

العينات	الوسائل الإحصائية	القياسات المورفولوجية	القدرة	التوافق	السرعة	التحمل
ذكور	المتوسط الحسابي		135.12	20.19	11.02	942
			136.76	22.08	10.67	925.83
	الانحراف المعياري		12.08	02.06	00.93	135
			13.67	02.18	00.84	120.40

الجدول رقم **11** - يوضح القيم المتحصل عليها للفئة العمرية (10 سنوات) في المهارات الحركية

العينات	لوسائل الإحصائية	المهارات الحركية	القدرة	التوافق	السرعة	التحمل
ذكور	المتوسط الحسابي		144.50	24.12	10.02	1180
			146.73	25.89	09.15	1148.05
	الانحراف المعياري		07.95	01.30	00.61	234
			08.02	01.88	00.72	221.93

19 - مقارنة النتائج بالفرضيات :

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات و الفرضيات المقترحة فنستنتج ما يلي :
تحقق الفرضية الأولى من خلال الأرقام و النتائج المبينة في الجدول 07-08-09-10 وخاصة في صفة
الطول و الوزن

تحقق الفرضية الثانية فيما يخص بعض المهارات الحركية و المتمثلة في السرعة و القوة.

20 - الاستنتاجات :

من خلال المعالجة الإحصائية لمختلف النتائج و الأرقام المتحصل عليها خلصنا إلى مايلي:
. سجلت الحرارة بالبيئة الصحراوية أكبر درجات مقارنة بالبيئة الساحلية (41°-25°)
. مثلت نسبة الأمطار 350 ملم أكبر مؤشر مناخي مقارنة بالبيئة الصحراوية أقل من 100 ملم سنويا
. سجل الضغط الجوي أكبر مقياس بيئي بـ 1015 mb بالبيئة الساحلية مقارنة بالبيئة الصحراوية
. سجل مقياس Hygrometer نسبة مئوية للرطوبة بالمنطقة الساحلية ضعف ما سجل بالصحراء 65 %
- 27 %
. مثل تسارع معدل نمو صفة الطول لأفراد العينة أكبر نسبة مقارنة بالمقاييس الأخرى بين الفئة العمرية -
10-12 سنة- بـ 12.07 سم
. سجلت صفة القدرة أكبر نسبة مقارنة بالصفات الأخرى بـ 28 سم بين الفئة العمرية - 12-14
سنة-.

. مثل مقياس الوزن أكبر نسبة بالنسبة لعينة البيئة الساحلية - 12-14 سنة- بـ 16 كلغ مقارنة
بالفئات العمرية الأخرى

. وجود ارتباط غير دال إحصائيا بين درجة الحرارة و صفة الطول عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 28°.

. وجود ارتباط عكسي بين متغير الرطوبة و باقي المقاييس الجسمية

. انعدام العلاقة الدالة إحصائيا بين صفة الطول للأطراف العلوية و السفلية و المتغيرات المناخية .

21-التوصيات:

من خلال النتائج المستخلصة من الدراسة و الاستنتاجات النهائية فقد خلصنا إلى التوصيات التالية:

تفادي برمجة تمارين الجهد الأقصى في المراحل السنية الأولى .

وجوب الإطلاع على مقاييس النمو المسجلة في المجتمعات الأخرى .

دراسة دور الألعاب الرياضية في تطوير المقاييس الجسمية .

الاعتماد على المقاييس المورفولوجية والمهارات الحركية في الانتقاء و التوجيه

اعتماد الظروف البيئية كمؤثر أساسي خلال تخطيط و تنفيذ البرامج التعليمية أو التدريبية.

مراعاة البرمجة النوعية لخصص التربية البدنية و التي تتماشى مع مميزات و خصائص كل مرحلة عمرية.

المصادر والمراجع

الكتب باللغة العربية:

- 1د.أسامة كامل راتب / النمو الحركي- القاهرة: دار الفكر العربي، 1997، ط2،
- 2د.أسامة كامل راتب ،إبراهيم عبد ربه خلفة/ النمو و الدافعية -القاهرة: دار الفكر العربي ، 1999 ط1،
- 3د.أسامة كامل راتب /النمو الحركي-القاهرة: دار الفكر العربي، 1994، ط1،
- 4د.أمال الصادق /فؤاد أبو حطب /نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين - مكتبة لأنجلو: 1999، ط2،
- 5د.بسطويسي أحمد بسطويسي / أسس و نظريات الحركة -القاهرة: دار الفكر العربي ، 1996 ، ط1
- 6د.بهاء الدين سلامة/ بيولوجيا الرياضة والأداء الحركي- القاهرة: دار الفكر العربي، 1992، ط1،
- 7د. عبد الرحمن ابن خلدون- مقدمة ابن خلدون، دار الأرقم، ط1 لبنان: 2002،
- 8د. عباس حسن معوض/ علم نفس النمو- دار المعرفة الجامعية، القاهرة، 1999.
- 9د. مروان عبد المجيد إبراهيم / النمو و التعلم الحركي - ط 1، عمان: الدار الدولية للنشر، 2002 ؛
- 10د. مروان عبد المجيد إبراهيم / الاختبارات و القياس و التقويم في ت.ب.ر- دار الفكر للطباعة، ط 1، عمان: 1994
- 11د.مكرم ضياء/علم الوراثة: دار المسيرة للنشر، ط2 عمان، 2002

- 12.د.محمد عبد القادر ألقفي / البيئة مشاكلها و حمايتها- مكتبة ابن سينا،القاهرة: 1999
- 13.د.يوسف عبد المجيد قايد/ جغرافية المناخ والنبات- دار النهضة العربية، ط1، 1990، بيروت.
البحوث و الدراسات:
- 14 عاصم إبراهيم حسن/ تأثير تمرينات المقاومة و الشدة على تحفيز هرمون النمو للمرضى من (9-12)
سنة: رسالة دكتوراه
غير منشورة، جامعة الإسكندرية 2004،
- 15 عبد الباسط صديق عبد الجواد حماد/أثر اختلاف البيئة على بعض المتغيرات الفسيولوجية و
المورفولوجية لطلاب الجامعة :رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية و الرياضية جامعة حلوان
، 1995 .
- 16 ميرفت إبراهيم رخا : تأثير بعض العوامل البيئية على النمو البدني للتلميذات في المرحلة (12-14)سنة
بالريف و الحضر،
رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية و الرياضية جامعة حلوان، 1985 .
المراجع باللغة الفرنسية:

- 1- Edgar Thille et Autre..., Manuel de L'éducateur sportif, 10eme éd Vigot, Paris, 1998
- 2 -François Ramonde: éléments d'écologie, 5ème Ed, ediscience, Paris 1995
- 3 -Gérard Beltrande: les Climats, éd .Armand Colin, Paris 2004
- 4- Henriette Walter, Dictionnaire Fr/Fr Ed Hachette ,Paris 2009
- 5-Odíl Faure-Rochet: Analyse Environnement, Éd.Afnor, Paris 2005
- 6- Thomas R- Eclachej.P, Les aptitudes motrices structures et évaluation, éd Vigot, Paris :
1985
- 7- .Vernet Jean-Pierre : écologie et technologie éd. UE, 2003 : Paris-
- 8- www.météo.net/http/météo mosta-info climat
- 9-www.google.com/http/météo Algérie-/

تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء البدني و المهاري لناشئ كرة اليد

بحث تجريبي أجري على لاعبين كرة اليد (10-12 سنة) لبعض الفرق بولاية مستغانم

د.بن برنو عثمان أستاذ محاضر بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم

د. بن لكحل منصور أستاذ محاضر بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم

الملخص:

هدف من هذه الدراسة لتعرف على أثر الألعاب التمهيدية على بعض عناصر الأداء لناشئ كرة اليد و فرضنا وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي الصفات و المهارات المدروسة لهذا الغرض اخترنا عينة عشوائية متكونة 30 ناشئا تم تقسمهم إلى مجموعتين أولى تجريبية و الثانية ضابطة. استخدمنا لهذا الغرض المنهج التجريبي. جرت هذه التجربة الموسم 2009-2010 . بعد جمع النتائج قمنا بتحليلها إحصائيا فوجدنا عند المقارنة بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية وجود فروق دالة إحصائية في الصفات البدنية المدروسة أما مهارات ما عدا الاختيار الدقة في التصويب و في المجموعة الضابطة فكانت غير دالة إحصائيا في الصفات البدنية المدروسة و مهارة دقة التصويب في دالة في مهارة التنظيط و التمير و الاستقبال. و خلوصة الدراسة إلى أهمية اللعب التمهيدية في تنمية عناصر الأداء البدني و المهاري المدروسة و عليه أوصنا بالإدراج هذه الألعاب ضمن البرامج التدريبية

كلمة مفتاحية : اللعب - عناصر الأداء البدني - عناصر الأداء المهاري - كرة اليد

* مقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر الإعداد المهاري والخططي لناشئ كرة اليد من أهم العوامل التي لا بد وأن تحظى بالعناية الكاملة في عملية التخطيط لوضع البرامج التدريبية لهذا القطاع، حيث أن إتقان المهارات الأساسية للعبة وأدائها بصورة آلية لم يعد هو الهدف والأساس في بناء الأداء الفني لدى الناشئين، بل أن أداء تلك المهارات وفق الوضعية المتغيرة التي تفرضها مواقف اللعب في كرة اليد، والتي تتمثل في قدرة اللاعب على الاستخدام المتعدد للمهارة وبأشكال متغيرة وفق ظروف متباينة تخضع لمواقف لعب مختلفة يتحكم فيها موضع الزميل والمنافس والمساحة، وكذا اتجاه ومسار ومستوى ومدى سرعة وقوة الكرة هو الأساس في

تدريب الناشئين أي التدريب على الأداء المهاري بأوضاع للجسم وأسلوب وطريقة مغايرة للأداء المهاري التقليدي، والبعيد كل البعد عن ما تفرضه مواقف اللعب من متغيرات وضغوط تصعب وتقيّد من الأداء الحركي ودقة وحساسية الأداء المهاري، والذي يتمثل في شكل التدريبات المهارية للأداء الفردي الحر أو مع زميل أو مجموعة من تشكيلات لا يتوفر في بنائها عوامل الأداء الفني والخططي لطبيعة اللعبة.

ومن خلال عمل الباحث لسنوات طويلة في مجال التدريب والإشراف الفني على قطاع الناشئين في كرة اليد، وجد أنّ هناك قصورا لدى نسبة كبيرة من اللاعبين في تطبيق مهارات اللعبة من خلال الأداء التنافسي في الوقت الذي يمكن أن يكون مستوى الأداء المهاري لديهم من خلال التدريب متميزا بالدقة والتحكم. كما أنّ ومن واقع الإشراف والمتابعة لتنفيذ البرامج التدريبية على الأداء المهاري والخططي والبدني للناشئين بمعظم الأندية، وجد أنّ العناية بتلك النوعية التي تهدف إعداد الناشئ لاستخدام مهارات اللعبة بالكرة وبدونها في ظروف الأداء الجماعي ومواقفه المختلفة، لم تأخذ عامل التركيز والاهتمام في إعداد محتواها ومضمونها وهو ما يتمثل في تدريبات الألعاب التمهيدية والصغيرة للعبة.

حيث أنّ تلك الألعاب تعمل على تحسين سرعة اللاعب بالكرة وبدونها، وسرعة رد الفعل في مواقف الأداء التنافسي وكذا حسن التصرف في المواقف الخطئية وأيضا الأداء الأمثل لمهارات اللعبة، هذا إلى جانب تطوير عناصر اللياقة البدنية الخاصة كالتحمل والقدرة والرشاقة والدقة والتوافق، بالإضافة إلى اكتساب العادات الخطئية السليمة.

من كل ما تقدم كانت محددات موضوع البحث نحو معرفة تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء لناشئ كرة اليد.

* أهمية البحث:

أنّ استخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة في عملية التدريب يعد أحد عناصر زيادة الفاعلية للأداء لدى الناشئين، بالإضافة إلى التزامهم في تنفيذ التعليمات والشروط لتلك النوعية من التدريبات عن مثيلتها في البرامج التدريبية والتي تتسم بالرتابة والآلية. ويعد هذا البحث محكا لإظهار مدى تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى الأداء لدى ناشئ كرة اليد، وقد تعمد الباحث أثناء إعداداته لبرامج تلك الألعاب أن تتضمن المهارات الخاصة بلعبة كرة اليد من خلال المواقف التنافسية والتي تتيح لناشئ استخدام قدراته الحركية بنفس الشكل والأسلوب، الذي يؤدي به المهارات بالكرة وبدونها خلال مباراة حقيقية.

* هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء المهاري، والخططي والبدني الأكثر ارتباطا بلعبة كرة اليد لدى الناشئين.

*** فروض البحث:**

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير برنامج التدريب المحتوى على الألعاب التمهيدية وبرنامج التدريب المعتاد، وذلك على بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد لدى ناشئ لصالح استخدام الألعاب التمهيدية.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير برنامج التدريب المحتوى على الألعاب التمهيدية وبرنامج التدريب المعتاد، وذلك على مستوى الأداء المهاري والفني لدى ناشئ كرة اليد لصالح استخدام الألعاب التمهيدية.

*** الدراسات المرتبطة:**

- 1- دراسة (أشرف محمد علي جابر) 1987، عن مدى فاعلية التعلم المبرمج في تعليم مهارة ضرب الكرة بالرأس لناشئ كرة القدم، إنتاج علمي يهدف تحديد فاعلية التعلم المبرمج من خلال مزجها بالشرح والنموذج، وكذا تحديد أثر طريقة الشرح والنموذج ومقارنة التعلم الممزج بالشرح والنموذج بالطريقة التقليدية في تعليم مهارة ضرب الكرة بالرأس، وطبق البحث على عينة قوامها لاعبا ناشئا، تم تقسيمهم لثلاث مجموعات بمدرسة الكرة بنادي الزمالك تم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدم التصميم التجريبي بثلاث مجموعات اثنين تجريبتين وواحدة ضابطة، وقد توصل الباحث إلى أن التعليم المبرمج يساعد الناشئين على تحسين وارتفاع مستوى أداء مهارة ضرب الكرة بالرأس وعدم فاعلية الأسلوب الشائع (الشرح وأداء النموذج والتقسيم المستمر)، حيث أنها لا تكفي في تعليم المهارات الأساسية في كرة القدم.
- 2- بحث (عمر أبو المجد طلبة) 1977، بهدف التعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح على التقدم بالمستوى البدني والمهاري للاعبين كرة القدم، وطبق البحث على عينة من الناشئين المتقدمين لممارسة كرة القدم للمرحلة السنوية (14 سنة) وتم اختيارها بالطريقة العشوائية، حيث أظهرت النتائج أن درجة التحسن المهاري والبدني لدى أفراد المجموعة التجريبية في نهاية التجربة أفضل من مستوى التحسن المهاري والبدني لدى أفراد المجموعة الضابطة، وأن هناك علاقة بين المستوى البدني والمستوى المهاري للناشئين عينة البحث نتيجة التطبيق للبرنامج التدريبي المقترح.
- 3- دراسة (محمد علي محمود) 1986، بهدف معرفة التأثير لكل من البرنامج النمطي والبرنامج المقترح على مستوى الأداء البدني والمهاري للاعبين كرة القدم على عينة من الناشئين قوامها خمسون لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد قسمت إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وأظهرت النتائج أن التحسن المهاري والبدني لدى أفراد المجموعة التجريبية أفضل من أفراد المجموعة الضابطة ويعزى ذلك إلى أثر البرنامج المقترح.
- 4- بحث (ماك لوري Mcelery) 1939، عن المهارات الأساسية والصفات البدنية في كرة القدم مقارنة بألعاب أخرى، بغرض التعرف على الحالة مهارية والبدنية في كل منها، وذلك على عينة من

الطلاب واستخدم بعض الاختبارات المهارية منها: (ركلة الجزاء- الركلة الركنية- ركلة المرمى- ضرب الكرة بالرأس- رمية التماس- الجري المتعرج)، وتوصل الباحث إلى وجود علاقة بين المهارات الأساسية والمستوى البدني للطلاب، وأن هناك علاقة بين نتائج الاختبارات المهارية في الألعاب المختلفة.

* إجراءات البحث:

1- منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي للتعرف على تأثير المتغير التجريبي (الألعاب التمهيدية) على مستوى بعض عناصر الأداء المهاري والبدني لناشئ كرة اليد عينة البحث، وذلك باستخدام اختبار القبلي البعدي على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بعد تحقيق أكبر قدر من تكافؤ المجموعتين من حيث فترة التدريب وعدد مرات التدريب الأسبوعي وتوقيت وزمن الوحدات التدريبية اليومية ومكان. كما أدخلت الألعاب التمهيدية على المجموعة التجريبية كمتغير تجريبي، في حين استمرت المجموعة الضابطة في التدريب باستخدام التدريبات المهارية والحركية المعتادة.

2- عينة البحث: احتوت عينة البحث على 30 ناشئاً، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من لاعبي كرة اليد للمرحلة السنوية (10-12 سنة) بفرق ولاية مستغانم، تم تقسيمهم إلى مجموعتين عشوائياً إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة (السن- الطول- الوزن-)

3- أدوات جمع البيانات: تم اختيار مجموعة الاختبارات التي تقيس أهم عناصر الأداء المهاري والبدني في كرة اليد والأكثر ارتباطاً بالأداء التنافسي للعبة، وقد تحددت تلك الاختبارات فيما يلي:

- اختبار السرعة
- اختبار التحمل
- اختبار الرشاقة
- اختبار التمير و الاستقبال
- اختبار دقة التصويب
- اختبار تنطيط الكرة

وقد أجرى الباحث تجربة استطلاعية أولى على أداء تلك الاختبارات للوقوف على درجة ملائمة جوانب اختبار بها لعينة البحث، وقد قام الباحث باختبار المعاملات العلمية (الصدق/ الثبات) لمجموعة الاختبارات المستخدمة.

4- الخطوات الإجرائية للبحث:

أ- الإعداد للبرنامج التدريبي وفق الأسس التالية:

- مدة البرنامج ثلاث أشهر ومن 4-5 مرات أسبوعياً، متضمناً المتغير التجريبي (الألعاب التمهيدية) والتي تحوي تطوير أداء الناشئين من حيث سرعة الأداء المهاري والحركي، وكذا تغيير اتجاهات اللاعب بالكرة

ودقة الأداء الفني والتحكم والسيطرة، أي التركيز على الأداء المهاري والبدني والحركي من خلال مواقف لعب منظمة ومشروطة ومشاهدة للعبة كرة اليد من حيث القواعد وطبيعة وسير اللعب بشكل عام.

ب- ساعد الباحث في التطبيق الميداني لمجموعة مؤهلة علميا من المدربين، وتم شرح أهداف البحث والبرنامج التدريبي لكل من المجموعتين، وكذا تحديد نوعية الألعاب التمهيدية وتنظيمها، وأيضا أساليب التقويم والتسجيل بالإضافة إلى إجراء عدة تجارب عملية لبعض الألعاب الموجهة وأساليب اختبار بهدف التدريب على التطبيق ودقة اختبار.

ج- تم إجراء اختبارات للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار قبلي يوم 10 نوفمبر 2009م وبعدي 12 فبراير 2010م خلال الموسم الرياضي 2009م - 2010م

5- المعالجة الإحصائية:

قام الباحث بتجميع البيانات ووضعها في صورة تسمح بمعالجتها إحصائيا، وقد استخدم المعاملات

الإحصائية التالية:

أ. المتوسط الحسابي.

ب. الانحراف المعياري.

ج. اختبار (ت) لحساب قيمة الفروق بين المتوسطات واختبارات (القبلي والبعدي).

د. معامل الارتباط (ص) لحساب معامل الثبات والصدق... للاختبارات المهارية والحركية.

6- عرض النتائج ومناقشتها:

7- يعرض الباحث النتائج الإحصائية للبحث : للتعرف على الفروق في مستوى بعض عناصر الأداء

المهاري والخططي والبدني لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية، وكذا بين كل من المجموعتين وفق الجداول التالية:

الدلالة	قيمة (ت) م جدولية	قيمة (ت)	اختبار البعدي		اختبار القبلي		الاختبارات	م
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
غ دال	2.78	0.60	2.43	13.24	2.54	10.76	اختبار السرعة	1
غ دال		0.18	3.75	3.86	3.53	28.74	اختبار التحمل	2
غ دال	عند	0.30	1.75	7.52	1.74	8.8	اختبار الرشاقة.	3
دال	مستوى	3.97	1.78	3.70	1.58	2.38	اختبار التميرير و الاستقبال.	4
غ دال	0.05	0.90	1.39	3.84	1.86	2.56	اختبار دقة في التصويب	5
دال		6.06	6.98	23.58	6.35	22.68	اختبار تنظيط بالكرة	6

جدول (1) دلالة الفروق بين اختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات

يتضح من الجدول رقم (1) أنّ في اختبار السرعة لم يكن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويرجع الباحث ذلك إلى قلة التدريبات ونوعيتها والتي تهدف تحسين السرعة الحركية ببرنامج المجموعة الضابطة، أمّا بالنسبة لاختبار التحمل فقد أظهرت النتائج أنّه ليس هناك فروقا دالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويرى الباحث أنّ عدم تحقيق تحسن في هذا الاختبار يرجع إلى أنّ عنصر السرعة يحتاج لفترة زمنية أكبر من الفترة التي تمّ تحديدها للبرنامج، بالإضافة إلى أنّ السرعة مرتبطة بمدى التحسن في عنصر القوة الأمر الذي قد يكون البرنامج في حاجة للتركيز عليها.

وبخصوص اختبار الرشاقة، لم يتحقق فرقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويعلل الباحث ذلك لعدم احتواء البرنامج على النوعية من التدريبات ذات المضمون والشكل الذي يساهم في تحسين قدرة الناشئين على التحرك أما عن اختبار التمرير و الاستقبال فقد كان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويرجع الباحث ذلك إلى أنّ تدريبات الأداء الفردي الحر إلى ومع زميل دون اعتراض لمهارة التمرير وتكرارها في البرنامج تحسن من مستوى توجيه الكرة نحو هدف لدى عينة البحث من الناشئين، وبالنسبة لاختبار دقة في التصويب لم يتحقق فرقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويعلل الباحث عدم حدوث تطور في دقة التصويب إلى أنّ التركيز في تدريبات البرنامج يكون على الجوانب الفنية والقانونية.

أمّا عن اختبار تنطيط بالكرة، فلم يكن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويشير الباحث أنّ ذلك بسبب أداء السيطرة على الكرة أثناء عملية التنطيط من خلال تدريبات لا تتضمن عناصر التحكم في الأداء كالمساحة ومكان المنافس.

الدلالة	قيمة (ت) م جدولية	قيمة (ت)	اختبار البعدي		اختبار القبلي		الاختبارات	م
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
دال	2.78 عند مستوى 0.05	3.66	2.33	3.43	2.60	11.76	اختبار السرعة	1
دال		1.58	3.85	0.36	3.93	27.74	اختبار التحمل	2
دال		3.30	1.95	2.93	1.75	9.05	اختبار الرشاقة.	3
دال		3.97	1.68	2.40	1.82	3.22	اختبار التمرير و الاستقبال.	4
غ دال		0.90	1.49	0.98	1.89	2.67	اختبار دقة في التصويب	5
دال		6.45	6.88	2.33	6.45	23.68	اختبار تنطيط بالكرة	6

جدول (2) دلالة الفروق بين اختبار القبلي واختبار البعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات

يتضح من الجدول رقم (2) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي في اختبار السرعة ، ، ويرجع الباحث ذلك إلى ما تتضمنه نوعية التدريبات للبرنامج من حيث دوافع سرعة الأداء الحركي من خلال الأداء التنافسي في مواقف اللعب الجماعية المشروطة.

وبالنسبة لاختبار التحمل، لم يحقق فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويرى الباحث أن ذلك بسبب قلة فترة البرنامج، وكذا قلة التدريبات المنظمة من حيث تقنين الأحمال التي تنمي من السرعة وتحملها، وكذا ارتباط تحسين السرعة بالقوة العضلية، وبخصوص اختبار الرشاقة فقد كان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ، ويرجع الباحث ذلك إلى أداء الجري بالكرة من خلال وضعية مختلفة للجسم وكذا مسارات واتجاهات متعددة، وحيز متغير لتدريبات البرنامج وما يتشابه مع مواقف اللعب، أما عن اختبار التمرير و الاستقبال فقد كانت الفروق ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي لصالح اختبار البعدي، ويعلل الباحث ذلك إلى احتواء تدريبات البرنامج على زوايا التمرير المتعددة ، واستخدام نوع التمرير في الموقف المناسب في المساحة والمكان الملائم، وكذا التوقيت السليم مما ينتج عنه دقة في الأداء. وفيما يخص اختبار دقة في التصويب ، فلم يكن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي، ويرى الباحث أن ذلك يرجع إلى قلة تكرار أداء التصويب من خلال الألعاب التي تحوي عملية التصويب مما قلل من تكثيف التدريب عليها.

أما اختبار تنطيط بالكرة ، فقد كان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار القبلي واختبار البعدي للرجل اليمنى ولصالح اختبار البعدي،

الدلالة	قيمة (ت) م جدولية	قيمة (ت)	العينة الضابطة		عينة التجريبية		الاختبارات	م
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
دال	2.08 عند مستوى 0.05	3.71	2.98	15.63	2.35	1136	اختبار السرعة	1
دال		2.44	4.08	29.35	3.33	26.25	اختبار التحمل	2
غ دال		0.709	1.35	9.24	1.25	9.08	اختبار الرشاقة.	3
دال		2.21	2.45	4.22	1.24	3.35	اختبار التمرير و الاستقبال.	4
غ دال		0.206	1.39	2.65	1.29	2.35	اختبار دقة في التصويب	5
غ دال		1.09	6.45	21.98	6.25	21.68	اختبار تنطيط بالكرة	6

جدول (3) دلالة الفروق بين اختبارات البعدية لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية

يتضح من الجدول رقم (3) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية لاختبار السرعة، وذلك بين اختبار البعدي للمجموعة الضابطة واختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ولصالح المجموعة التجريبية،

ويرجع الباحث تلك الفروق إلى المتغير التجريبي (الألعاب التمهيدية)، حيث أنها أفضل التدريبات التي تحسن سرعة الأداء المهاري والحركي ، وبالنسبة إلى اختبار التحمل فقد حقق فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار البعدي للمجموعة الضابطة واختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ولصالح المجموعة التجريبية، ويرى الباحث أن تلك الفروق ترجع إلى أن تدريبات برنامج المجموعة التجريبية والتي تتمثل في الألعاب التمهيدية تعمل على تحسين عناصر اللياقة البدنية بصفة عامة التحمل بصفة خاصة.

أما بخصوص اختبار الرشاقة، فقد كانت الفروق غير دالة إحصائيا بين اختبار البعدي للمجموعة الضابطة واختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ويرجع الباحث ذلك إلى إمكانية إعداد التدريبات العادية باستخدام الأدوات بما يتلاءم مع التحركات المتغيرة لجسم اللاعب بالكرة أثناء الأداء التنافسي، وهو في نفس الوقت ما توفره الألعاب التمهيدية من خلال مواقف اللعب وكذا الأداء المشروط والمنظم لتلك الألعاب.

وبالنسبة لاختبار التمرير و الاستقبال، فقد كان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار البعدي للمجموعة التجريبية واختبار البعدي للمجموعة الضابطة، ولصالح المجموعة التجريبية، ويعلل الباحث ذلك بما تحويه الألعاب التمهيدية من أداء مهارة التمرير للزميل المتحرك ما أمكن وبمسافات وزوايا تمرير متعددة ومن خلال مواقف المنافسين الدفاعية فرديا وجماعيا، ويؤكد ذلك (توم تالي Tom Tally) بقوله إن الألعاب التمهيدية وبالمجموعات الصغيرة يتعلم فيها الصغار التمريرات القصيرة الطويلة بالدقة المطلوبة للأداء الجماعي.

وعن اختبار دقة التصويب ، فلم يكن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار البعدي للمجموعة الضابطة واختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ويرجع الباحث ذلك إلى أن الألعاب التمهيدية تساهم في تحسين الأداء البدني لاستخدام المهارة وبدرجة أكبر عن الدقة لعناصرها الفنية، كما أن التدريبات المعتادة غالبا ما تركز على أسلوب الأداء والشروط القانونية والفنية ولمسافات أكثر من توجيهها إلى مكان محدد.

وفي اختبار تنطيط الكرة لم يحقق فروقا ذات دلالة إحصائية بين اختبار البعدي للمجموعة التجريبية واختبار البعدي ، ويوضح الباحث عدم تحقيق فروق لهذا الاختبار لأن تدريبات مهارة التعامل مع الكرة والتحكم يخضع لها الناشئون لكل من المجموعة التجريبية والضابطة بأسلوب متقارب من حيث التنفيذ وبمختلف أجزاء الوحدة التدريبية بالبرامج المحددة لمجال البحث.

* الاستنتاجات:

بناء على نتائج هذا البحث، وفي إطار تجربته أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1- إن إدخال الألعاب التمهيدية التي تتضمن محتوى الأداء الجماعي بأشكاله المتعددة، وبما يتلائم مع المتغيرات والمواقف المتباينة في كرة البد ضمن برنامج الإعداد المهاري والبدني للناشئين عينة البحث، يساهم

بإيجابية وفاعلية في تحسين العديد من عناصر الأداء من مثلتها من البرامج التي تقتصر على التدريبات المعتادة.

2- إن إعداد التدريبات في صورة ألعاب تمهيدية، وفق شروط الأداء المتنوع والمختلف، كالتغيير في التشكيلات واستخدام الأدوات والكرات والأهداف وقواعد اللعب وعدد المشاركين ومساحات اللعب ودرجة صعوبة التفكير وعدد المهارات المستخدمة، يدخل المتعة والإقبال والحماس لدى الناشئين وبما ينعكس على درجة التحسن في دقة وسرعة الأداء المهاري وزيادة الانتباه والتركيز، والتعاون والانسجام مع الزملاء وأخذ القرارات، وحرية التصرف من خلال اللعب الجماعي المنظم خططيا، وكذا تطوير العديد من العناصر البدنية كالسرعة، والرشاقة، والتوافق والدقة، والتحمل الخاص.

3- إن التركيز على استمرارية وتكرار أداء الألعاب التمهيدية ضمن الوحدات التدريبية اليومية والأسبوعية والفترية بمعدلات التخطيط للبرنامج المقترح، يعد أحد العوامل الهامة في الارتقاء بمستوى الناشئين عينة البحث لعناصر الأداء المحددة بالدراسة.

* التوصيات:

- بناء على الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث، وفي حدود عينة البحث يمكن التوصيات بما يلي:
- 1- ضرورة استخدام الألعاب التمهيدية ضمن برامج إعداد الناشئين لما لها من أهمية في إدخال عامل المتعة والبهجة والسرور لديهم، ولتأثيرها تربويا تعليميا في عناصر الأداء المهاري والبدني في كرة اليد.
 - 2- مراعاة إعداد الألعاب التمهيدية وفق شروط منظمة ومحددة وهادفة، بما يتواءم مع متطلبات الأداء لعناصر اللعبة مهاريا وبدنيا.
 - 3- التركيز على استخدام الألعاب التمهيدية بصورة مكثفة ومتوازنة، لتطوير وتحسن الأداء لكافة عناصر اللعبة مهاريا وبدنيا وذهنيا، وعدم الاقتصار على أدائها بهدف التهيئة أو الترويح وعدم السأم والملل بالوحدات التدريبية لبرامج الإعداد للناشئين.
 - 5- يجب إجراء دراسة مشاهمة على مراحل سنوية أخرى، وكذا إدخال عناصر أخرى للقياس خططيا مع زيادة العينة وأيضا إجراء دراسات مقارنة بين عينات بحثية بمواقع جغرافية مختلفة.

* المراجع:

- 1- أمين فوزي الخولي: كرة اليد، دار الفكر العربي، سنة 1991م القاهرة.
- 2- حنفي محمود مختار: أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي. دار الحكمة للطباعة و النشر، سنة 1988م بغداد.
- 3- ريسان خريط مجي: (1991) النظريات العامة في التدريب الرياضي (من الطفولة إلى المراهقة، الطبعة الأولى، سنة 1991م، الأردن.
- 4- فؤاد توفيق السمرائي: المبادئ الأساسية لكرة اليد، سنة 1985م جامعة بغداد.
- 5- ياسر دبور: كرة اليد الحديثة منشأة المعارف بالإسكندرية، سنة 1997م مصر.
- 6- إبراهيم سلامة: (1980) الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية، دار المعارف، مصر.
- 7- أبو العلا عبد الفتاح، أحمد نصر الدين: (1993) فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي 904 ش عباس العقاد- مدينة نصر.
- 8- أشرف محمد علي جابر: (1987) دراسة مدى فاعلية التعليم المبرمج في تعليم مهارة ضرب الكرة بالرأس لناشئ كرة القدم، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم (جامعة حلوان) المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية.
- 9- رفاعي مصطفى حسين: (1990) مقارنة أثر التعليم المبرمج والطريقة التقليدية على مستوى تعليم الأداء المهاري لناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية (جامعة حلوان).
- 10- طارق عوض: (1997) تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى ناشئ كرة القدم، كلية التربية الرياضية ببورسعيد (جامعة قناة السويس).
- 12- عمرو علي أبو المجد: (1977) أثر برنامج تدريبي مقترح على التقدم بالمستوى البدني والمهاري في كرة القدم للناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين (جامعة حلوان).
- 15- مفتي إبراهيم حماد: (1996) التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهق، دار الفكر العربي 92 ش عباس العقاد- مدينة نصر، القاهرة.

معوّقات الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"

بمدينة مستغانم - الجزائر -

من إعداد: د/ بن قناب الحاج جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

د/ بلوفة بوجمعة جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

د /شناقي أحمد جامعة الجزائر 03

ملخص الدراسة :

وتعتبر الجزائر من بين الدول التي اهتمت بالتربية البدنية اهتماما كبيرا واعتبرتها جانبا حيويا وضروريا لحياة المواطن، ولهذا نجد أنّ التربية البدنية والرياضية تحظى بمكانة خاصة في المنظومة التربوية الشاملة، بحيث أن السلطات الوطنية وبكل أجهزتها المختلفة ساهمت في توطيد أركان هذه المادة وهذا يتجلى من خلال بعض القوانين التي عرفت التربية البدنية والرياضية أمّا وسيلة أو طريقة تربوية تنبثق بدورها من التربية العامة فهي مظهر من مظاهرها العلميّة الخاصة التي تعني برعاية الجسم وصحته مقدار رعايتها بتثقيف العقل. فتدريس التربية البدنية والرياضية اليوم له المقام الأسمى في كل المدارس لدى الأمم الراقية ولقد أصبح أحد الأسس التي يعتمد عليها في تربية النشأ وتكوينهم تكوينا سليما، حيث ينقل تصرفاتهم وأفكارهم المختلفة وتحسين وضعيتهم المستقبلية حيث يمثلون النموذج المثالي الطبيعي الحي الذي من خلاله يسجل التأثيرات والسلوكات الميدانية التي تؤثر في تكوين مستقبلهم وهذا من خلال الجهود المبررة والمؤثرات المختلفة التي يعايشونها في محيطهم، فأى تأخر أو ضعف في الارتقاء بتدريس هذه المادة سيؤدي حتما إلى ظهور عدة معوّقات في الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ، فيكون مآله في النهاية الملل أو النفور .

ومن أجل ذلك جاءت هذه الدراسة من أجل تشخيص واقع التربية البدنية والرياضية ومعرفة أهم المشاكل التي تواجهها وتواجه الاشتراك الإيجابي للتلاميذ .

فمن بين هذه المعوّقات هناك مشاكل وعوائق اجتماعية ونفسية تؤثر على المشاركة الإيجابية للتلميذ في درس التربية البدنية ، مع عدم تنوع الأساتذة في طرق تدريس درس التربية البدنية والرياضية أدى إلى انعدام عنصر التشويق في طريقة التدريس مما يجعل التلميذ ينفر ويهرب من حصّة التربية البدنية والرياضية وهذا يعزى إلى نقص في إشباع رغبات وميولات التلاميذ.

الكلمات الأساسية :

الاشتراك الإيجابي - درس التربية البدنية والرياضية - تلاميذ المرحلة الثانوية

مقدمة

إن الرياضة ومنذ أن وجدت وسيلة لتقوية الإنسان ومنهاج حضاري للارتقاء بإنسانيته والتدريب لإعداده إعدادا كاملا متكامل (فكريا ، نفسيا، بدنيا، اجتماعيا، وأخلاقيا) ليكون في مستوى مسايرة تطورات العصر وتحديات الزمن.

إن تحسين المشاركة الفعلية واكتشاف النابغين من التلاميذ والتلميذات في مختلف الأنشطة الرياضية من ضروريات تعليم مادة التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس. (عوض البيسوي، 1986).

وتعتبر الجزائر من بين الدول التي اهتمت بالتربية البدنية اهتماما كبيرا واعتبرتها جانبا حيويا وضروريا لحياة المواطن، ولهذا نجد أن التربية البدنية والرياضية تحظى بمكانة خاصة في المنظومة التربوية الشاملة، بحيث أن السلطات الوطنية وبكل أجهزتها المختلفة ساهمت في توطيد أركان هذه المادة وهذا يتجلى من خلال بعض القوانين التي عرفت التربية البدنية والرياضية أهما وسيلة أو طريقة تربوية تنبثق بدورها من التربية العامة فهي مظهر من مظاهرها العلميّة الخاصة التي تعني برعاية الجسم وصحته مقدار رعايتها بتثقيف العقل. فتدريس التربية البدنية والرياضية اليوم له المقام الأسمى في كل المدارس لدى الأمم الراقية ولقد أصبح أحد الأسس التي يعتمد عليها في تربية النشأ وتكوينهم تكوينا سليما، حيث ينقل تصرفاتهم وأفكارهم المختلفة وتحسين وضعيتهم المستقبلية حيث يمثلون النموذج المثالي الطبيعي الحي الذي من خلاله يسجل التأثيرات والسلوكات الميدانية التي تؤثر في تكوين مستقبلهم وهذا من خلال الجهودات المبرين والمؤثرات المختلفة التي يعايشونها في محيطهم.

فأما تأخر أو ضعف في الارتقاء بتدريس هذه المادة سيؤدي حتما إلى ظهور عدة معوقات في الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ، فيكون مآله في النهاية الملل أو النفور . ومن أجل ذلك جاءت هذه الدراسة من أجل تشخيص واقع التربية البدنية والرياضية ومعرفة أهم المشاكل التي تواجهها وتواجه الاشتراك الإيجابي للتلاميذ آملين أن نوفق في طرح بعض الحلول وإيجاد المقترحات الممكنة لحلّها بغرض تطوير وتحسين الاشتراك الإيجابي للتلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية.

مشكلة البحث :

لم يكن هناك شك في مدى إسهام التربية البدنية والرياضية بكل أنشطتها المختلفة في بناء شخصية التلميذ وإعداده إعدادا صالحا.

يعتبر درس التربية والرياضية من الدروس المهمة في المرحلة الثانوية بحيث يعد حجر الأساس في كل منهاج للتربية الرياضية ويتوقف نجاح الخطة وتحقيق العرض من البرنامج العام من التربية المدرسية على حسن التحضير والإعداد وتنفيذ الدرس.

حيث أكد العاملون والمختصون في المجال الرياضي على ضرورة تعليم مادة التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس لتوسيع قاعدة الممارسة وتحسين المشاركة الإيجابية والفعلية واكتشاف النابغين من

التلاميذ والتلميذات في مختلف الأنشطة الرياضية ومحاولة متابعتهم إلى المستويات المرموقة لخوض معارك المنافسات وتحقيق إنجازات لغاية تمثيل المجتمع وتكريم الذات. (البيسوني، 1996) فمن خلال زيارتنا الميدانية والدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في بعض ثانويات مستغانم تبين لنا أنه بالرغم من مشاركة التلميذ في الحصة بإحضاره البدلة الرياضية وانتماءه إلى الجماعة إلى أننا وجدنا أن التلاميذ لا يستثمرون كل طاقاتهم البدنية والمعنوية أثناء مشاركتهم في الحصة وهذا مما يعيق الاشتراك الإيجابي للتلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية ويجول دون تحقيق الأهداف المسطرة من الجانب البدني والمهاري والنفسي.

ولذا يجب على العاملين المختصين بالحقل الرياضي إلى العمل على ضرورة تشخيص الأسباب التي تمنع التلميذ من المشاركة الإيجابية في درس التربية البدنية والرياضية وإيجاد الحلول المناسبة لهذه المشكلة. وعلى ضوء ذلك، طرح الباحث التساؤلات التالية:

التساؤل العام :

- هل هناك معوقات تعوق الاشتراك الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في درس التربية البدنية بولاية مستغانم؟

التساؤلات الفرعية :

- هل عملية تخطيط مدرس التربية البدنية والرياضية للدرس تساعد في الاشتراك الإيجابي للتلميذ خلال الحصة بثانويات ولاية مستغانم؟
- هل تنفيذ مدرس التربية البدنية والرياضية لخطة الدرس تساعد التلميذ في المشاركة الإيجابية خلال الدرس بثانويات ولاية مستغانم؟
- هل الأدوات والمعدات الرياضية المتواجدة بثانويات ولاية مستغانم تتوفر بشكل كافي لمساعدة التلميذ في اشتراكه الإيجابي خلال الحصة؟

- فرضيات البحث:

الفرضية العامة :

- هناك عدة معوقات تعوق الاشتراك الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في درس التربية البدنية بولاية مستغانم؟

الفرضيات الجزئية :

- تعد عملية التخطيط لدرس التربية البدنية والرياضية من طرف المدرس من معوقات الاشتراك الإيجابي للتلميذ خلال الدرس بثانويات ولاية مستغانم.

● يعد تنفيذ خطة الدرس من الأسباب التي تعيق المشاركة الإيجابية للتلميذ في درس التربية البدنية والرياضية بثانويات ولاية مستغانم .

● قلة العتاد الرياضي المتواجد بثانويات ولاية مستغانم.

– أهداف البحث:

- الإطلاع على عملية تخطيط مدرس التربية البدنية والرياضية ومعرفة مدى مساعدتها للتلاميذ في اشتراكهم الإيجابي خلال درس التربية البدنية والرياضية.

- معرفة كيفية تنفيذ مدرس التربية البدنية والرياضية لخطة الدرس ومحاولة معالجتها.

- الوصول إلى معرفة مدى توفر الثانويات على الأدوات والمعدات الرياضية لتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية.

– ماهية وأهمية البحث:

إنّ بحثنا هذا عبارة عن دراسة مسحية، ميدانية حيث نتطرق في موضوعه إلى دراسة معوقات

الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي بمختلف أقسامها بولاية

مستغانم، والتي اتخذناها كعينة للدراسة الوصفية الاستبائية لتوضيح الأسباب التي تعيق التلميذ في

مشاركته مشاركة إيجابية في درس التربية البدنية والرياضية بالولاية المذكورة أعلاه.

وتتلخص أهمية البحث في توضيح الوضعية والمكانة التي يحتلها درس التربية البدنية وما هي الأسباب

التي أدت إلى عدم اشتراك التلاميذ اشتراكا إيجابيا في درس التربية البدنية والرياضية.

ولقد شملت دراستنا استمارة استبائية موجهة إلى تلاميذ المرحلة الثانوية بجميع أطوارها بولاية

مستغانم.

– التعريف بمصطلحات البحث:

● **المعوقات:** هي الصعوبات أو المشاكل أو العراقيل التي تواجه التلميذ أثناء الحصّة.

● **الاشتراك الإيجابي:** يتمثل في مشاركة التلميذ في إيجاد الأهداف والقيام بالواجبات المسطرة من قبل

المدرّس خلال الحصّة عبر كامل مراحلها وبصفة فعالة وحماسية

● **الدّرس:** هو الوحدة المصغرة ببرنامج دراسي معطى من طرف المنظومة التربوية.

● **التربية البدنية:** هي تنمية القدرات البدنية الفيزيولوجية والمهارات الحركية بطريقة سليمة باستخدام

مختلف الرياضات.

● **المرحلة الثانوية:** هي مرحلة من مراحل التعليم الأكاديمي التي تتبع المرحلة الإعدادية.

الدراسات المشابهة :

دراسة بن قوة علي وآخرون 1992:

كانت الدراسة بعنوان: واقع التربية البدنية والرياضية بمناطق السهول الغربية ومدينة بشار

الاستنتاجات:

توصل الباحثون في هذه الدراسة إلى أن التربية البدنية والرياضية تعيش وضعا مليئا بالمشاكل

والمعضلات والصعوبات التي تقابل سير تطور هذه المادة نحو الوجه الأفضل إلا وهي:

-الحجم الزمني والمعمل المنخفض يبقين لا يلبيان حاجيات التلاميذ والأساتذة.

-نقص الأجهزة والوسائل والمنشات الرياضية للمدارس من اجل هذا الدرس بصورة سليمة

وصحيحة.

-الإهمال العفوي واللامبالاة من طرف الإدارة بهذه المادة وغيرها من المشاكل التي تقف في وجه هذه

المادة.

التوصيات:

- ضرورة توفير الوسائل والمنشات والأجهزة الرياضية حتى يتم سير درس التربية البدنية والرياضية في أحسن الظروف.

- الرفع من معامل مادة التربية البدنية والرياضية حتى تكون هناك رغبة وعزيمة في المشاركة في الدرس وكذلك الاهتمام المطلوب من الإدارة.

- إخلاص الأستاذ لهذه المادة مع محاولة المقاومة للمشاكل التي بإمكانه السيطرة عليها مع الممارسة الفعالة للتلميذ لهذه المادة.⁶³

دراسة عبّاد محمد وليد و تومي حسين 2008:

الدراسة تحت عنوان: معوقات التربية البدنية والرياضية في وجه نظر أساتذة المادة في بعض ثانويات الغرب

الجزائري

الاستنتاجات:

من خلال الدراسة التي قام بها الباحثون وكذلك إجابات العينة التي تكونت من 60 أستاذا استنتج

ما يلي:

- عدم اهتمام الإدارة الخاصة بالمؤسسات بمادة التربية البدنية والرياضية كباقي المواد العلمية والأدبية فقد

وجدنا أن اهتمام الإدارة بهذه المادة يقدر بنسبة 16.66% فقط مما أكده لنا الأساتذة.

⁶³ - دراسة بن قوة علي وآخرون: مذكرة ليسانس، واقع التربية البدنية والرياضية بمناطق الغرب الجزائري. سنة 1992،

- عدم صلاحية المنشآت الرياضية المتوفرة بالثانويات.
 - اكتظاظ الأقسام بالتلاميذ الذي يعرقل سير درس التربية البدنية والرياضية.
- التوصيات:**
- وجوب اهتمام الإدارة بهذه المادة كباقي المواد العلمية والأدبية واعتبارها مهمة لكافة المواد الأكاديمية الأخرى.
 - ضرورة توفير الوسائل والمنشآت والأجهزة الرياضية في جميع الثانويات حتى يؤديون درس التربية البدنية والرياضية في أحسن الظروف.
 - محاولة الاهتمام برفع مستوى التلاميذ من كل الجوانب الفكرية والأخلاقية والنفسية والبدنية والاجتماعية. (عباد وليد وتومي حسين، 2008)

التعليق على الدراسات السابقة والمرتبطة:

- من خلال ما قام به الباحثون من قراءات واستطلاع لنتائج وتقارير الأبحاث السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة مكّنا من استخلاص أهم الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة والتي تمكنا من الاستعانة بها.
- وقد استفاد الباحثون من تحليل هذه الدراسات حيث أنّ المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي المسحي والوسائل والأدوات المستخدمة في جميع البيانات ساعدت في إنشاء هذه الدراسة.
- وخلاصة القول فإن من خلال الدراسات السابقة تمكن الباحثون من الاستفادة من تلك البحوث والدراسات حيث شكلت إطار نظريا لموضوع الدراسة الحالية كما تم الاستفادة من الإجراءات المستخدمة في تلك البحوث كالمناهجية في اختيار العينات وأدوات البحث.
- **الدراسة الاستطلاعية:**

- تعتبر الدراسة الاستطلاعية ميدانا وأرضية تجذب فيها البحوث بشقيها المسحي والتجريبي.
- بعد انتهائنا من تحديد مشكلة وأهداف وفروض البحث، قمنا في ضوء ذلك بوضع أسئلة استبيان.
- ثم عرضت على مجموعة من دكاترة وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضية، وعلى ضوء اقتراحاتهم وملاحظاتهم تمّ تحديد الاستبيان النهائي، وبعد انتهائنا من إعداد الاستبيان قمنا بتطبيقه في الدراسة الاستطلاعية على عينة من مجتمع البحث أي توزيع استمارات على بعض تلاميذ المرحلة الثانوية والذي بلغ عددها 30 استمارة، حيث زرنا حوالي 5 ثانويات ووزّعنا في كل واحدة 6 استمارات.

- طرق ومناهج البحث:

- طرق البحث:

- طريقة الدراسة النظرية:

من أجل دراسة الإشكالية التي طارحناها لموضوع بحثنا (معوقات الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية) اعتمدنا في دراسة هذه المشكلة على مجموعة من المراجع والمصادر كما هو موضح في قائمة المصادر والمراجع التي لها علاقة مباشرة بموضوع ومحتوى البحث وهي مجموعة كتب ومذكرات مبينة في آخر المذكرة.

- طريقة الاستبيان:

من خلال الدراسة الميدانية وكذا النظرية تم تحديد ووضع أهداف وفرضيات البحث بعد ذلك تم تكوين وإعداد الأسئلة واعتبرنا الأسئلة مقدمة إلى شرائح العينة وهم تلاميذ المرحلة الثانوية بكل أطوارها، وهذا الاستبيان هدفه بيان ومعرفة الأسباب التي تعيق الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وقد تم عرضه على مجموعة من دكاترة المعهد بغرض التحقق من مدى ملائمة هذه الأسئلة وذلك بغرض تحديد مشكلة البحث⁶⁴.

- منهج البحث:

إن المناهج تختلف في البحوث الاجتماعية والتربوية باختلاف مشكلة البحث وكذا باختلاف أهدافها، حيث نتطرق في بحثنا هذا إلى موضوع "معوقات الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة مستغانم" ، وكان لزاما علينا إتباع المنهج الوصفي الدراسة مسحية.

- عينة البحث :

تتكون عينة بحثنا من تلاميذ المرحلة الثانوية بمختلف مستوياتها (المجتمع الأصلي) وكان عددهم الإجمالي 17425 تلميذ وقد أخذنا نسبة 5% من هذا المجتمع أي ما يعادل 870 تلميذ وهذا ما يبينه أيضا اختيروا بطريقة عشوائية .

- مجالات البحث:

- المجال الزمني:

- تمت الشروع في صياغة الاستبيان ابتداء من يوم 2008/12/06 .

⁶⁴ - مجموع الخبراء والدكاترة التي تم عرض الاستمارة عليهم بهدف التأكد من صلاحيتها وهم: د/ بومسجد أ/ زيتوني عبد القادر، أ/ بلكيش قادة، د/ بومسجد عبد القادر، د/ بن قلاوز التواتي ، د/ ناصر عبد القادر ، د/ عطا الله احمد : د/ بن فاصد علي الحاج محمد.

- عرض الاستبيان قصد التقييم على الخبراء والدكاترة في 11 / 02 / 2009 ثم جمع هذا الاستبيان وتمت عملية المعالجة وفقد الملاحظات المدونة من قبل المقومين وجعله في الصورة النهائية .
- تقسيم الاستمارة على مجموعة من التلاميذ وهذا للوقوف على درجة صعوبة المفردات الاستمارة وكان ذلك بتاريخ 21 / 02 / 2009 .
- بعد الصياغة النهائية الاستمارة تم توزيعها على عينة البحث وهذا ابتداء من 03 / 04 / 2009 وتم جمعها أسبوعين بعد ذلك .
- جرت عملية التفريغ للأسئلة وإجراء الإحصاء الخاص بها مباشرة بعد اكتمال جمعها .
- تم الشروع في عملية الطبع النهائي للمذكرة يوم 19 / 05 / 2009 .
- **المجال المكاني:**
ويشمل جميع الثانويات بولاية مستغانم .
- **المجال البشري:**
أجريت عملية توزيع الاستبيان على شرائح عينة البحث وهم تلاميذ المرحلة الثانوية بمختلف أطوارها وكان عددهم الإجمالي 17425 تلميذ وقد أخذنا نسبة 5% أي ما يعادل 870 تلميذ بطريقة عشوائية .
- **أدوات البحث:**
- **الاستمارة الاستبائية:**
تعتبر الاستمارة أداة من أدوات جمع البيانات وتعني ذلك النموذج الذي يشمل مجموع من الأسئلة توجه لأفراد معينين من أجل الحصول على البيانات حول موضوع أو مشكلة البحث . لقد استعملنا نوع واحد من الأسئلة وهي أسئلة مغلقة وتكون الإجابة بـ "نعم" أو "لا" .
- تمت صياغة الاستمارة وهذا اعتمادا على المصادر والمراجع وبعض البحوث السابقة والتي ذكرتها سابقا وبعد الانتهاء من هذه العملية قمنا بعرضها على بعض الدكاترة والأساتذة ذوي الاختصاص ، ووضعت الاستمارة في شكلها النهائي بعد معالجتها بما أدلت به ملاحظات الأساتذة حيث احتوت على مجموعة من المحاور .
- ووزعت هذه الاستمارة في شكلها النهائي على شرائح عينة البحث (التلاميذ) وكانت أسئلة الاستمارة نابعة من جوانب المشكلة وتمحور حول "معوّقات الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" .
- الطرق الإحصائية :**
من جل تحليل وترجمة النتائج المتحصل عليها بعد الإجابة على الأسئلة المطروحة على عينة البحث

وهم تلاميذ المرحلة الثانوية اعتمدنا طريقة النسبة المئوية .

تحليل النتائج :

• المحور الأول: علاقة التلميذ المتعلم بالممارسة الرياضية:

السؤال	الإجابة	نعم	النسبة (%)	لا	النسبة (%)
هل تحب وترغب في ممارسة الرياضة؟	794	91.26%	76	8.74%	
هل أنت منخرط في إحدى النوادي الرياضية خارج الثانوية؟	118	13.56%	752	86.43%	
هل أنت متفوق في مادة التربية البدنية في ثانوية؟	590	67.81%	280	32.18%	
هل لديك ميول لنشاط رياضي معين؟	674	77.47%	196	22.52%	
هل لديك أي عوامل مثبطة (خوف، خجل، تردد) تعيقك على المشاركة الإيجابية في درس التربية البدنية	252	28.96%	618	71.03%	

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن جل التلاميذ إن لم نقل الكل يحبون ويرغبون في ممارسة الأنشطة الرياضية وهذا بنسبة 91.26% من مجموع التلاميذ عينة البحث، مع أنهم غير منخرطين في الصفوف الأندية الرياضية خارج المدرسة. إلا فئة قليلة منهم وذلك بنسبة 13,56% . إن غالبية التلاميذ من المتفوقين في هذه المادة وهذا بنسبة 67.81% ولهم ميولات نحو بعض الأنشطة الرياضية ، وهذا ما تعكسه الإجابة عن السؤال التالي بأن جل التلاميذ لا يعانون من عوامل مثبطة (كالخوف والخجل والتردد) مما يعيقهم عن المشاركة الإيجابية في درس التربية البدنية والرياضية وهذا بنسبة 71.03% . نستنتج من هذا المحور أن هناك استعداد كبير من طرق التلاميذ لممارسة مختلف الأنشطة الرياضية خلال درس التربية البدنية والرياضية وهذا ما عبرت عنه إجابات التلاميذ في هذا المحور.

● المحور الثاني: الأهداف التعليمية ومدى استيعاب التلميذ لها:

السؤال	الإجابة	نعم	النسبة (%)	لا	النسبة (%)
هل يشرح لكم أستاذ التربية البدنية الأهداف في بداية الحصة؟	82	9.42%	788	90.57%	
هل أهداف درس التربية البدنية والرياضية واضحة؟	90	10.34%	780	89.65%	
هل تجد صعوبة في فهم أهداف الدرس؟	702	80.68%	168	19.31%	
هل أهداف الدرس بسيطة وسهلة؟	102	11.72%	768	88.27%	
هل تساهم أهداف الحصة في تنمية وصقل بعض المهارات الحركية لديك؟	144	16.55%	726	83.44%	
هل تتحقق الأهداف عند نهاية كل حصة؟	182	20.91%	688	79.08%	
هل أهداف الدرس تدفعك على المشاركة الحماسية؟	475	54.59%	395	45.40%	

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن جلّ مدرسين التربية البدنية والرياضية بثانويات مدينة مستغانم لا يشرحون أهداف الدرس لتلاميذ في بداية الحصة وهذا بنسبة 90.57% مما أبدى لدى التلاميذ أن أهداف الدرس غير واضحة، وهذا ما عبرت عنه نسبة إجابات التلاميذ حيث أن 89.6% من عينة البحث الإجمالية يرون ذلك، وبهذا فان عدم فهم أهداف الدرس كان الميزة الأكثر شيوعا لدى التلاميذ وبنسبة 80.68% فهي ليست بسيطة وسهلة مصاغة حسب مستواهم. إن هذا من دون شك لا يساهم في تنمية وصقل بعض المهارات الحركية راجع ذلك إلى عدم تحقيقها في نهاية الحصة وبالتالي سيؤثر سلبا في مشاركة الحماسية التلاميذ .

نستنتج من هذا المحور أن جل المدرسون في المرحلة الثانوية يجدون صعوبات في رسم أهداف الدرس وجعلها إجرائية قابلة لتحقيق على أرض الواقع.

● المحور الثالث: طبيعة محتوى الدرس.

السؤال	الإجابة	نعم	النسبة (%)	لا	النسبة (%)
هل تجد صعوبة في فهم محتوى درس التربية البدنية والرياضية؟		694	%79.77	176	%20.22
هل تجد محتوى الدرس غرضاً واضحاً؟		258	%29.65	612	%70.34
هل يساهم محتوى الدرس في إكتساب بعض الصفات البدنية والمهارية لديك؟		142	%16.32	728	%83.67
هل تحس أن محتوى الدرس يتناسب مع مرحلتك العمرية؟		148	%17.01	722	%82.98
هل محتوى الدرس يشجع بعض مهاراتك وميولك ؟		180	%20.68	690	%79.31
هل محتوى الدرس يساعدك على المشاركة الإيجابية ؟		134	%15.40	736	%84.59

يتبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن هناك نسبة عالية من التلاميذ %79.77 يجدون صعوبة في فهم محتوى درس التربية البدنية والرياضية فغرض الدرس غير واضح %70.34 لا يساهم محتواه في اكتساب الصفات الحركية والبدنية لدى التلاميذ %83.67 . إن جل التلاميذ يرون بأن محتوى الدرس لا يتناسب وقدراتهم البدنية فإنه بالتالي لا يتوافق والمرحلة العمرية %82.98 حيث لا يشجع رغبات التلاميذ وميولاتهم %79.31 . وهذا مما أثر على مشاركة التلاميذ خلال الدرس.

نستنتج من المحور أعلاه : أن جل الأساتذة لا يولون أهمية بالغة أثناء تحضير محتوى الدرس الذي يشجع رغبات وميولات التلاميذ، فهو محتوى روتيني ممل يؤدي إلى النفور.

• المحور الرابع: المرافق الرياضية المتوفرة بالمؤسسات التعليمية (ثانويات ولاية مستغانم).

السؤال	الإجابة	نعم	النسبة (%)	لا	النسبة (%)
هل تتوفر ثانوياتكم على تغيير قاعة لتغيير الملابس ؟	784	90.11%	86	09.88%	
هل قاعة تغيير الملابس بحالة جيدة ؟	250	28.73%	620	71.26%	
هل تتوفر ثانوياتكم على عتاد رياضي كاف ؟	156	17.93%	714	82.06%	

إن نتائج المحور أعلاه تبين بان جلّ المؤسسات التعليمية بالطور الثانوي تعاني من المرافق الرياضية فهي لا تتوفر على قاعات لتغيير الملابس 90.11% وحتى وان وجدت فهي في حالة غير جيدة قد تضر بصحة التلاميذ، أما عن العتاد الرياضي المتواجد بالمؤسسة فإن نسبة كبيرة من التلاميذ 82.06% يرون بأنه غير كاف ولا يتيح الفرصة أمام كل التلاميذ لتعلم.

نستنتج من هذا المحور أن المؤسسات التعليمية بالطور الثانوي بمدينة مستغانم تعاني من حيث المرافق والمعدات الرياضية فهي ناقصة جدا وان ووجدت فهي لا تساعد على الممارسة الجيدة وهذا سيؤثر سلبا على المشاركة الايجابية لدى التلاميذ خلال الدرس.

● المحور الخامس : طرق تدريس التربية البدنية

السؤال	الإجابة	نعم	النسبة (%)	لا	النسبة (%)
هل تجد صعوبة في فهم طريقة إلقاء الدرس ؟	668	75.78%	202	23.21%	
هل تتماشى طريقة إلقاء الدرس مع مرحلتك العمرية ؟	122	14.02%	748	85.97%	
هل تجد عنصر التشويق في طريقة إلقاء الدرس؟	180	20.68%	690	79.31%	
هل طريقة إلقاء الدرس واضحة ومفهومة لديك ؟	288	33.10%	582	66.89%	
هل يستعمل أستاذ التربية البدنية التنوع في طرق التدريس ؟	162	18.62%	708	81.37%	
هل يتعامل الأستاذ مع كافة التلاميذ ؟	754	86.66%	116	13.33%	
هل شخصية مدرس التربية البدنية تساعدك على المشاركة الإيجابية ؟	722	82.98%	148	17.01%	

يتضح من الجدول أعلاه أن تقريبا كل تلميذ يجدون صعوبة في فهم طريقة التدريس التي ينتهجها مدرستهم 75.78% فهي صعبة خالية من التشويق لا يعمل على حماسة التلاميذ قد تكون روتينية، التنوع فيها منعدم 81.37% وهذا ما يؤدي إلى الملل وقد يصل إلى النفور، ما دام أن هؤلاء المدرسين يعملون على تجسيد مبدأ الفروقات بين التلاميذ.

فهم يعلمون مع فئة ويهملون الأخرى 86.66%. إن الشخصية السوية لمدرس التربية البدنية والرياضية تعمل مع جميع التلاميذ وتساعد على المشاركة الإيجابية لكافة التلاميذ خلال الدرس وهذا مما لا يتضح من خلال إجابات التلاميذ .

نستنتج من ذلك أن طريقة المتبعة من قبل مدرس التربية البدنية والرياضية لا تعمل على حث التلاميذ للمشاركة بل تزيدهم نفورا ومللا من المادة المقدمة لهم داخل الدرس.

الاستنتاجات:

من خلال التحليل الإحصائي للنتائج التي تحصلنا عليها تمكنا من التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

— عدم انخراط التلاميذ في النوادي الرياضية خارج المؤسسة وذلك بنسبة 75%.

- هناك مشاكل وعوائق اجتماعية ونفسية تؤثر على المشاركة الإيجابية للتلميذ في درس التربية البدنية.
- انعدام الشرح لأهداف الدرس من قبل أستاذ التربية البدنية
- عدم مساهمة أهداف الدرس في تنمية وتطوير المهارات الحركية لدى التلميذ.
- عدم تناسب حمل التدريب لدرس التربية البدنية مع المرحلة العمرية للتلميذ.
- عدم تحقق أهداف الدرس عند نهاية كل حصة بنسبة مقبولة .
- صعوبة فهم محتوى الدرس من قبل التلميذ مع غموض غرضه.
- عدم إشباع حصة التربية البدنية والرياضية لرغبات وميول التلاميذ.
- عدم توفر الثانويات على المنشآت والأجهزة وان وجد فهو غير كاف.
- عدم تنوع الأساتذة في طرق تدريس درس التربية البدنية والرياضية.
- انعدام عنصر التشويق في طريقة التدريس مما يجعل التلميذ ينفر ويهرب من حصة التربية البدنية.

التوصيات:

- من خلال دراستنا لمعوقات الاشتراك الإيجابي في درس التربية البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية مستغانم وجدنا أن نسبة كبيرة من التلاميذ يعانون من أسباب تعيقهم على المشاركة الإيجابية في درس التربية البدنية لذا وجب علينا تقديم هذه التوصيات:
- ضرورة توفير الوسائل والمنشآت الرياضية في جميع الثانويات حتى يتمكن التلميذ من المشاركة الفعالة في درس التربية البدنية.
 - ضرورة إلمام أستاذ التربية البدنية بكل جوانب الدرس لكي يضمن المشاركة الفعالة من طرف التلميذ وهذا بإيجاد محفزات .
 - ضرورة إكساب التلميذ العزيمة والرغبة أثناء مشاركته لدرس التربية البدنية.
 - الرفع من معامل المادة حتى نرفع من معنويات ورغبة وعزيمة التلاميذ حتى يقبلون على درس التربية البدنية بشكل حماسي وبالتالي تكون مشاركتهم فيه مشاركة إيجابية.
 - محاولة الاهتمام برفع مستوى التلاميذ من كل الجوانب الفكرية والأخلاقية والنفسية والبدنية والاجتماعية

المصادر والمراجع :

- أحمد على فنيش (1991) : إستراتيجية التدريس. الدار العربية للكتاب، القاهرة.
- النعمي عبد الله الأمي (1993) : طرق التدريس العامة . الطبعة 1، الجماهيرية للنشر والتوزيع، ليبيا.
- الهاشمي عابد توفيق (1993) : طرق التدريس. الطبعة 14، مؤسسة الرسالة، بيروت.
- إمام مختار حميدة والآخرون (2000) : مهارة التدريس. مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- بسطوسي احمد بسطوسي، عباس احمد صالح السمرائي (1984) : طرق التدريس في مجال التربية الرياضية. مطبعة جامعة الموصل.
- حسن سيد معوض (1970) : طرق التدريس في التربية الرياضية . الطبعة 3 ، الجهاز المركزي للكتب الجامعية.
- حسن شحاتة (1993) : أساسيات التدريس الفعال في الوطن العربي . الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
- صالح عبد العزيز ، وعبد العزيز عبد المجيد (1977) : التربية وطرق التدريس . الجزء الأول، الطبعة 4 ، عشر، دار المعارف، القاهرة .
- صالح عبد العزيز والآخرون (1981) : التربية وطرق التدريس . الجزء الثاني، الطبعة 1، دار المعارف، القاهرة.
- عباس احمد صالح السامرائي (1987) : طرق تدريس التربية الرياضية. الجزء الأول، الطبعة 3، جامعة بغداد.
- عفاف عبد الكريم (1994) : التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف الإسكندرية.
- علي الديري وأحمد بطانية : أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية. دار الأمل لنشر، الأردن، بدون سنة.

- درايد سايد أنتوب (1992) : تطوير مهارات تدريس التربية البدنية والرياضية . ترجمة عباس أحمد السامرائي والآخرون ، دار الحكمة ، بغداد .
- دكتور محمد عوض البيسوي (1986) : نظريات وطرق التربية البدنية . ديوان المطبوعات الجامعية الجزائري .
- دراسة بن قوة علي وآخرون : (1992) . مذكرة ليسانس، واقع التربية البدنية والرياضية بمناطق الغرب الجزائري .
- مذكرة ليسانس: عباد وليد وتومي حسين: (2008) . معوقات التربية البدنية والرياضية في وجهة نظر أساتذة المادة في بعض ثانويات الغرب الجزائري .

قياس مستوى المعرفة لتلاميذ المرحلة الثانوية
من خلال بناء اختبار معرفي في التربية البدنية والرياضية
بمحت مسحي أجري على تلاميذ السنة النهائية بثانويات مدينة مستغانم

من إعداد: د/ أحسن أحمد جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

ملخص البحث:

إن الهدف الرئيسي من درس التربية البدنية والرياضية هو تعليم التلاميذ قواعد وأسس ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية المرعبة، حيث تسعى عملية التعليم إلى تنمية وتطوير مستوى التلاميذ من مختلف الجوانب البدنية والمهارية والنفسية والمعرفية ومحاولة استخدامها وتوجيهها لتحقيق الهدف المنشود . إن الجوانب السابق ذكرها تحتاج إلى عملية تقويم موضوعية بهدف التعرف على مدى تحقيق الأهداف المنشودة ، وتعتبر الاختبارات والمقاييس من أهم الوسائل الموضوعية في عملية التقويم لأنها تقيس العديد من المتغيرات المتعلقة بالتلميذ سواء كان ذلك من الجوانب البدنية أو المهارية أو المعرفية أو العاطفية الاجتماعية. ويمثل الجانب المعرفي أحد الجوانب الهامة التي يركز عليها درس التربية البدنية والرياضية وفقا للبرنامج المقرر، وعليه تظهر مدى الحاجة إلى قياس المستوى المعرفي للتلاميذ في مجال التربية البدنية والرياضية، حيث تم حصر مجال الدراسة في محاولة علمية وموضوعية ، لقياس المستوى المعرفي لتلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي من خلال بناء اختبار معرفي تتوفر فيه المعاملات العلمية من حيث الصدق والثبات والموضوعية، إضافة إلى مناسبتها للمرحلة العمرية وكذا أهداف القياس، وهذا بما يتماشى مع طبيعة وأهداف درس التربية البدنية والرياضية بالمحلة الثانوية.

وقد شملت العينة 145 تلميذ من تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، حيث استخدمنا المنهج الوصفي، وبعد المعالجة الإحصائية توصلنا إلى نتائج أهمها:

1. بناء اختبار معرفي مكون من 50 عبارة بطريقة الاختيار من إجابتين، يحتوي على أسئلة مركزية موحدة ومتوازية، يمكن استخدامه كوسيلة موضوعية لقياس المستوى المعرفي ل تلاميذ، يمكن أن يساهم بقدر كبير في تصنيف التلاميذ إلى ثلاث مستويات متباينة.
 2. إن المستوى المعرفي لتلاميذ السنة النهائية ضعيف إلى مقبول حسب نتائج الاختبار المقترح.
- الكلمات الأساسية: قياس - المعرفة الرياضية - اختبار معرفي - درس التربية البدنية والرياضية

1 - مقدمة البحث:

تمثل المعرفة الرياضية أحد الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية والرياضية، كما أنها تعبر عن وجه ثقافي وحضاري متميز، ولأن على الإنسان أن يعرف قبل أن يمارس فإن دور المعرفة الرياضية لا يمكن اعتباره دورا هامشيا، خاصة بين أوساط الشباب، حيث يشكل مطلبا هاما لهم، وبذلك فإنه يشكل أحد المطالب الأساسية لدرس التربية البدنية والرياضية.

ويتفق كثير من العلماء في المجال، على أن المعرفة الرياضية تعتبر حافزا هاما للمشاركة الفاعلة في الأنشطة الرياضية على مختلف أنواعها، ففي دراسة "هينينغ" Henning التي أجريت على 1300 طالب بألمانيا، أظهرت النتائج أهمية عوامل ثلاثة أساسية في الارتقاء بالرياضة، كان من بينها المعرفة الرياضية وتأثيراتها على الأفراد، بالإضافة إلى المشاركة الرياضية، وتأثير البيئة في تكوين الاهتمامات الرياضية، وبدون مستوى معين من المعرفة لا تتشكل الاهتمامات بصورة صحيحة، كما لا تكون مستقرة، ولذلك يشرير الاجتماعي الرياضي "بوناماريوف" Ponamaryov إلى أهمية تشكيل الاهتمامات الخاصة بالثقافة البدنية والرياضية للشباب كأسلوب رفيع لتنمية الشخصية.

ومن ضمن ما تتضمنه نظريات التعلم الحركي ما يسمى بالمرحلة المعرفية، حيث تبرز هذه المرحلة ضرورة تقديم معارف ومعلومات مباشرة وغير مباشرة عن النشاط الممارس إلى الشخص المتعلم، فليس من المعقول أن يمارس الفرد النشاط ويتقنه دون ذخيرة من المعارف تساعده على ذلك.

"ويذكر صبحي وحمدي نقلا عن "كوزكوفسكي" Kosskowski " أن المعرفة تكتسب من خلال عملية التعلم وأنها تختزن بالذاكرة وتساعد عمليات التفكير، وهي أساس توجيه السلوك، كما يشيران نقلا عن "بورمان" Bormann " إلى أن المعرفة الرياضية احد الشروط لتنفيذ أي مهارة حركية، وبدونها يغيب أحد المقومات الرئيسية، وينطبق ذلك على معظم أنواع النشاط الرياضي، وهذا ما يؤكد أهمية المعرفة في نجاح العمل الذي يقوم به الفرد الرياضي (مؤتمر علمي، 1995).

وهنا يلعب التقويم دورا مهما، والاختبارات والمقاييس تلعب الدور الرئيسي في عملية التقويم، حيث أنها تحدد لنا بشكل دقيق مواطن القوة والضعف، فيتم تعزيز الأولى والتغلب على الثانية ومعالجتها، لأنها تقيس العديد من المتغيرات المتعلقة بال تلميذ سواء كان ذلك من الجوانب البدنية أو المهارية أو المعرفية أو العاطفية الاجتماعية، إلا أن نتائجها تبقى غير ذات مدلول ما لم توضع لها المعايير والمستويات، والتي تعتبر إحدى الوسائل الموضوعية التي يعتمد عليها في تقييم أداء الأفراد، حيث نستطيع من خلالها أن نقارن ونفسر ونعلل الدرجات التي نحصل عليها من خلال نفس الاختبارات والمقاييس العلمية، فقد أصبحت المعايير أحد الأسس العلمية الهامة في أي اختبار.

إن ما سبق ذكره يتصل اتصالا وثيقا بدرس التربية البدنية والرياضية، الذي يعد من الأمور الهامة التي تحظى بأولوية الاهتمامات لكل دول العالم، لأنه يعد موضوع التربية نفسها، التي تحدد طبيعة ونوعية

الأجيال القادمة، والذين يتوقف عليهم مستقبل الوطن والأمة، ونظرا للدور الحيوي الذي يلعبه يجب أن يخضع للمراجعة والمتابعة والتطوير المستمر ضمانا لسيره في المسار الصحيح، ولتحقيق أهدافه بالشكل السليم.

والهدف الرئيسي من هذا الدرس هو تعليم التلاميذ قواعد وأسس ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية المبرجة، ولتحقيق هذا الهدف فإن عملية التعليم تسعى إلى تنمية وتطوير مستوى التلاميذ من مختلف الجوانب البدنية والمهارية والنفسية والمعرفية ومحاولة استخدامها وتوجيهها لتحقيق الهدف المنشود . وعلى هذا الأساس تظهر مدى الحاجة إلى قياس المستوى المعرفي للتلاميذ في مجال التربية البدنية والرياضية، وقد تم حصر مجال الدراسة في محاولة علمية وموضوعية ، لقياس المستوى المعرفي لتلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي من خلال بناء اختبار معرفي تتوفر فيه المعاملات العلمية من حيث الصدق والثبات والموضوعية، إضافة إلى مناسبه للمرحلة العمرية وكذا أهداف القياس .، وهذا بما يتماشى مع طبيعة وأهداف درس التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية. وانطلاقا مما ذكر أعلاه، نطرح التساؤلات التالية:

- ما هو مستوى المعرفة لتلاميذ السنة النهائية من المرحلة الثانوية في التربية البدنية والرياضية ؟
- هل سيساهم الاختبار المقترح في القياس الموضوعي للمستوى المعرفي، وتصنيف التلاميذ إلى مستويات متباينة ؟

2- الأهداف :

- بناء اختبار معرفي في التربية البدنية والرياضية يتناسب مع مستوى تلاميذ السنة النهائية .
- قياس المستوى المعرفي للتلاميذ باستخدام الاختبار المقترح.
- تصنيف التلاميذ إلى مستويات حسب نتائجهم في الاختبار.

3- منهج البحث:

إن اختيار المنهج السليم والصحيح في مجال البحث العلمي، يعتمد بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وقد استخدم الباحث المسح كأحد أنماط المنهج الوصفي لكونه أنسب المناهج للوصول إلى أهداف الدراسة.

4- عينة البحث:

شملت عينة البحث تلاميذ السنة النهائية من التعليم الثانوي، بمدينة مستغانم والذين بلغ عددهم

145 تلميذا.

5- عرض النتائج ومناقشتها:**5-1- بناء الاختبار المعرفي:**

لقد استعان الباحث في جمع بيانات الاختبار المعرفي بالمصادر التالية:

- الكتب والمراجع المتخصصة في المجال الرياضي.
- البحوث والدراسات المتخصصة التي أجريت في مجال بناء أو تصميم الاختبارات والمقاييس المعرفية في التربية البدنية والرياضية بصفة عامة.
- المقابلة الشخصية لعدد من أساتذة التعليم الثانوي والذين لا تقل خبرتهم عن 10 سنوات، وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضية.

وقد اتبع الباحث الخطوات التالية لبناء الاختبار المعرفي:

أولاً: تحديد محاور الاختبار:

خلص الباحث من المصادر التي استند عليها في جمع بيانات الاختبار إلى المحاور التالية:

- القانون الدولي.
- المهارات الأساسية في الألعاب.
- الخطط واستراتيجيات اللعب.
- تاريخ التربية البدنية والرياضية.
- اللياقة البدنية.
- الثقافة الرياضية العامة.

وقد توزعت المحاور الأربعة الأولى على مختلف الألعاب الرياضية المبرجة وهي: كرة اليد، الكرة

الطائرة، كرة السلة، ألعاب القوى، الجمباز، وبهذا وصل عدد المحاور إلى 07 محاور.

تم وضع قائمة الأهداف المعرفية المرغوب قياسها في محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية للمرحلة الثانوية، على المستويات الثلاثة الأولى لتقسيم "بلوم" باعتباره أشهر تقسيم للمجال المعرفي، والتي تتضمن المعرفة والفهم والتطبيق.

وبعد ذلك عرضت المادة الخبرية التي يتضمنها الاختبار على أساتذة التربية البدنية والرياضية،

وروعي في اختيارهم أن يكونوا من الحاصلين على شهادة دكتوراه في نظريات وطرق التدريس، أو شهادة ماجستير مع خبرة في التدريس لا تقل عن 05 سنوات في المرحلة الثانوية، وذلك بهدف التعرف على:

- مدى مناسبة المحاور المقترحة لقياس النتائج المعرفية.
- تحديد الأهمية النسبية لكل محور من المحاور المقترحة.

■ تحديد مدى كفاية المحاور المقترحة لبناء الاختبار المعرفي المقترح.
وقد كانت نسبة الاتفاق فيما بينه م على تحديد الوزن النسبي لكل من الموضوعات والأهداف التعليمية على النحو الذي جاء في جدول(01).

جدول (01): يوضح الوزن النسبي للمحاور والأهداف التعليمية للاختبار المعرفي.

الأهداف المحاور	المعرفة	الفهم	التطبيق	مجموع %
القانون الدولي	10%	10%	00%	20%
المهارات الأساسية في الألعاب	15%	10%	10%	35%
الخطط الدفاعية الهجومية	5%	5%	05%	15%
تاريخ التربية البدنية و الرياضية	5%	00%	00%	05%
اللياقة البدنية	5%	05%	05%	15%
الثقافة الرياضية العامة	5%	05%	00%	10%
مجموع النسبة المتوية	45	35	20	100%

ثانيا: إعداد العبارات وصياغتها:

استخدم الباحث عند صياغة عبارات الاختبار طريقة الإجابة بأسلوب وضع علامة (/) أمام العبارات الصحيحة، وعلامة (x) أمام العبارات الخاطئة، وذلك لأنها مبنية على حقائق صحيحة وأخرى غير صحيحة، كما أنها تقيس مستويات المعرفة والفهم و التطبيق، إضافة إلى أنها لا تأخذ وقتا كبيرا.
وتم صياغة عبارات تدور حول المحاور السبعة التي اتفق عليها الخبراء حيث بلغ عددها (70) عبارة، ثم عرض الاختبار مرة أخرى لاستطلاع الرأي في مدى ارتباط كل عبارة بالبعد الخاص بها وفحص مضمون كل عبارة ومدى ملاءمتها للبعد الذي وضعت من أجله، حيث تم استبعاد العبارات التي لم تحصل على تأييد 50% من الخبراء، كما هو موضح في الجدول (02).

جدول (02) يوضح رأي الخبراء في عبارات الاختبار. كرة اليد

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
53,33	16	كرة اليد من الألعاب الفردية	01
90	27	طريقة رجل لرجل تحتاج إلى قدرات بدنية عالية	02
90	27	أدرجت كرة اليد في الألعاب الأولمبية لأول مرة في دورة برلين 1936	03
73,33	22	يمكن استبدال أي لاعب في أي وقت أثناء المباراة	04
76,66	23	يمكن تسجيل هدف مباشر من رمية جانبية أو ركنية	05
86,66	26	كرة اليد من الألعاب التي تتطلب احتكاك مباشر بين اللاعبين	06
*40	12	يعتبر حائط الصد من المهارات الدفاعية	07
90	27	لا يزيد عدد اللاعبين في الملعب عن 09 لاعبين و حارس المرمى	08
80	24	الخداع من المهارات الضرورية للمهاجمين	09
80	24	التمرير مهارة حركية تحتاج إلى سرعة الانتقال	10

تابع جدول (02) الكرة الطائرة

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
70	21	يجوز لعب الإرسال و القدم على خط الملعب الجانبي	11
*43,33	13	المباراة تلعب بالزمن	12
76,66	23	يلزم للفوز بالمباراة كسب ثلاثة أشواط من خمسة في مباريات الرجال	13
76,66	23	إجادة الضرب الساحق من أهم أسباب كسب المباراة.	14
96,66	28	أول من ابتكر الكرة الطائرة "مورجان" عام 1895م و كانت تسمى "المتنوية"	15
*33,33	10	ملعب الكرة الطائرة مربع الشكل	16
76,66	23	حائط الصد من المهارات الهجومية	17
86,66	26	يلعب الشوط الواحد من 15 نقطة	18
86,66	11	الضرب الساحق من المهارات الدفاعية	19
80	24	يحتسب الخطأ من اللاعب الذي يلمس الشبكة	20

تابع جدول (02) كرة السلة

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
70	21	أول كرة استخدمت في اللعب هي الكرة الطائرة	21
*30	09	يقوم بتحكيم المباراة في الملعب حكمان	22
90	27	التمريرة الصدرية تلعب بيد واحدة	23
93,33	28	تنقل قدم الارتكاز بعد التوقف و استلام الكرة	24
76,66	23	يجوز الجري بالكرة أكثر من 03 خطوات و ن تنطيطها	25
*26,66	08	يبدأ كل فريق المباراة بسبعة لاعبين بالملعب	26
83,33	25	يحق للمدرب تبديل أكثر من لاعبين خلال كل وقت مستقطع	27
90	27	هناك نوعين فقط من التمريرات هما التمريرة الصدرية و التمريرة المرتدة	28
73,33	22	يعتبر الزمن موقوفا في حالة الرمية الحرة أثناء المباراة	29
80	24	تلعب المباراة من شوطين مدة كل شوط 30د ملعوبة	30

تابع جدول (02) ألعاب القوى

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
*36,66	11	ألعاب القوى أم الألعاب	41
76,66	23	ألعاب القوى ليست ألعاب أولمبية	42
90	27	تجهيز لاعبو الرمي بضخامة الجسم	43
86,66	26	تعجب سباقات الميدان بالمسافة و تحسب سباقات المضمار بالزمن	44
100	80	سباقات 200م-400م تعتبر سباقات المسافات المتوسطة	45
90	27	نضم مسابقات المضمار مسابقات الجري القصير و المتوسط و الطويل	46
73,33	22	يجب على لاعب الوثب الطويل عدم تحطى لوحة الارتقاء بقدمه.	47
73,33	22	نضم سباقات الميدان مسابقات الرمي و الوثب فقط	48
83,33	25	في الوثب الثلاثي يستخدم اللاعب كلتا قدميه في الارتقاء على اللوحة	49
*50	15	يبلغ طول حفرة القفز الطويل 10متر	50

*-عبارات تحذف لعدم حصولها على تأييد 50%

تابع جدول (02) الجمباز

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
70	21	في مهارة الوقوف على الرأس يمثل وضع الجبهة و اليدين شكل المثلث	41
73,33	22	رياضة الجمباز تحتاج إلى لاعبين ذوي لياقة بدنية عالية	42
93,33	28	الاتحاد السوفياتي من أفضل الفرق الفردية و الجماعية في العالم رجال و سيدات	43
*46,66	14	الصين ليست من الدول المتقدمة في الجمباز على المستوى الآسيوي و العالمي	44
76,66	23	الوقوف على اليدين مهارة تستدعي أن يكون الجسم على استقامة	45
90	27	تتكون هيئة التحكيم على كل جهاز من 04 حكام و رئيس	46
66,66	20	أجهزة الجمباز للرجال تتكون من (أرضي-حصان-حلق متوازيين-حصان القفر)	47
86,66	26	رياضة الجمباز من الرياضات التي تعتمد على عنصر القوة فقط	48
60	18	رياضة الجمباز من الرياضات الفردية	49
86,66	26	تعتمد رياضة الجمباز على عنصر التوازن بدرجة كبيرة جدا.	50

تابع جدول (02) اللياقة البدنية

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
90	27	ممارسة التمرينات البدنية بصورة صحيحة يساعد الفرد على امتلاك اللياقة البدنية	51
76,66	23	تكتسب اللياقة البدنية للذكور بمزاولة الأنشطة الرياضية العنيفة فقط	52
*40	12	التدخين و المكسرات لا يؤثران على مستوى لياقة الفرد البدنية	53
86,66	26	لا تؤثر البيئة على اللياقة البدنية الفردية	54
*43,33	13	لا تؤثر السممنة الزائدة على اللياقة البدنية	55
83,33	25	إتقان المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية لا يتطلب بالضرورة امتلاك الفرد للياقة بدنية عالية	56
70	21	امتلاك لياقة بدنية عالية يعني التأخر بالتعب	57
70	21	لا تؤثر النحافة الزائدة على اللياقة البدنية	58
73,33	22	اللياقة البدنية ضرورية للذكور و غير ضرورية للإناث	59
80	24	اللياقة البدنية ضرورية للاعبين المحترفين فقط	60

تابع جدول (02) ثقافة عامة

النسبة %	التكرار	العبارات	الرقم
76,66	23	السمنة المفرطة لا تؤثر على ممارسة الفرد للأنشطة الرياضية	61
93,33	28	مدرس التربية البدنية مسؤول عن تنظيم وإدارة جميع الأنشطة الرياضية بالمدرسة	62
60	18	يجب القيام بالإحماء قبل ممارسة الرياضة	63
90	27	يجب أن يكون الفوز في المباراة الهدف الوحيد للمدرب	64
73,33	22	الشعب في الملاعب ظاهرة غير صحيحة	65
80	24	القوام الجيد يعني خلو الجسم من التشنجات البدنية	66
86,66	26	لا يوجد دورات أولمبية للمعوقين	67
83,33	25	أهم الرياضات الإسلامية السباحة و الرماية و ركوب الخيل	68
*40	15	ارتداء الملابس الضيقة لا يؤثر على سلامة القوام	69
70	21	تقام الدورات الأولمبية كل ثلاث سنوات	70

وعلى هذا الأساس تم استبعاد 10 عبارات هي كالاتي:

- كرة اليد: العبارة (7).
- الكرة الطائرة: العبارة (12-16).
- كرة السلة: العبارة (22-36).
- ألعاب القوى : العبارة (31).
- الجمباز: العبارة (44).
- اللياقة البدنية: العبارة (53-55).
- الثقافة العامة: العبارة (69).

وعليه أصبح الاختبار في صورته الثانية مكون من 60 عبارة.

بعد هذا تم تطبيق الاختبار على عينة عشوائية عددها 60 تلميذا من مستوى السنة الثالثة ثانوي، للتعرف على معاملات الصعوبة والتميز لمفردات الاختبار بعد تصحيح الدرجات من أثر التخمين كما يوضحه الجدول (03).

جدول (03): يوضح معاملات الصعوبة والتميز لمفردات الاختبار المعرفي.

العبارة	درجة الصعوبة	درجة التميز	العبارة	درجة الصعوبة	درجة التميز	العبارة	درجة الصعوبة	درجة التميز
01	0,45	0,35	25	0,63	0,49	48	0,42	0,58
02	0,57	0,67	27	*0,17	0,58	49	0,46	0,64
03	0,49	*0,05	28	0,38	0,32	50	0,63	0,66
04	0,62	0,63	29	0,31	0,65	51	0,47	0,43
05	*0,72	0,49	30	0,69	0,38	52	0,38	0,57
06	0,38	0,67	32	0,58	0,53	54	0,46	0,37
08	0,39	0,37	33	*0,20	0,55	56	0,34	0,68
09	0,32	0,55	34	0,31	0,38	57	0,48	0,56
10	0,33	0,69	35	0,47	0,68	58	0,55	0,54
11	0,65	0,67	36	*0,29	0,73	59	*0,19	*0,29
13	0,62	0,39	37	0,57	0,31	60	0,42	0,70
14	0,39	0,47	38	0,39	0,33	61	0,47	0,70
15	0,56	0,35	39	0,65	0,41	62	0,54	*0,28
17	0,69	0,32	40	0,58	0,68	63	0,39	0,34
18	0,48	*0,25	41	*0,77	*0,17	64	0,37	0,62
19	0,45	0,55	42	0,78	0,57	65	0,48	*0,16
20	0,35	0,57	43	0,59	*0,19	66	0,54	0,65
21	0,37	0,49	45	0,62	0,44	67	0,55	0,57
23	0,53	0,36	46	0,57	0,48	68	0,57	0,35
24	0,62	0,62	47	0,48	0,66	70	0,53	0,59

وعليه تم استبعاد 10 عبارات لعدم تحقيقها لمعاملات الصعوبة والتميز المحددة، وهي أن يتعدى معامل التميز 0,30، وأن يتراوح معامل الصعوبة بين (0,30-0,70)، كما هو مشار إليه في الجدول رقم (03)، وهي كالاتي:

- كرة اليد: العبارة 03 .
- الكرة الطائرة: العبارة 18 .
- كرة السلة: العبارة 27 .
- ألعاب القوى: العبارة 33-36 .
- الجمباز: العبارة 41-43 .
- اللياقة البدنية: 59 .
- الثقافة العامة: 62-65 .

*-عبارات تحذف لعدم تحقيقها لمعاملات الصعوبة و التميز المحددة

وبذلك أصبح مجموع العبارات التي تشكل الاختبار في صورته النهائية 50 عبارة موزعة على المحاور المحددة.

إن هذا الاختبار ليس ثابتاً من حيث المحاور و العبارات، حيث أنه قابل للتغير من فترة إلى أخرى مع مراعاة استخدام الأساليب العلمية الخاصة بإعداد هذا النوع من الاختبارات.

ثالثاً: المعاملات العلمية للاختبار: اعتمد الباحث في إيجاد ثبات الاختبار على طريقتين هما:

- طريقة إعادة الاختبار: حيث تم تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفارق زمني قدره 15 يوماً، على عينة مكونة من 30 تلميذاً، ثم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيق للدلالة على الثبات، حيث تراوح الثبات بالنسبة لمحاور الاختبار بين 0,73 و 0,86، وبلغ ثبات الاختبار ككل (0,76) كما هو موضح في الجدول رقم (04).
- طريقة التجزئة النصفية: حيث تم حساب الارتباط بين نصفي الاختبار باستخدام معادلة "سيرمان و براون"، وقد بلغ معامل الثبات (0,73).
- وفيما يخص الصدق فقد تم إيجاده باستخدام ثلاثة طرق هي:
- صدق المحتوى (المضمون): وذلك من خلال عرضنا للمحاور التي يتضمنها الاختبار على مجموعة من الخبراء كما سبق ذكره، وقد حصلت على الموافقة، وبذلك فهي صادقة وكافية لما وضعت من أجله.
- الصدق الذاتي: وه و يساوي الجذر التربيعي للثبات، حيث تراوح ما بين 0,84 و 0,93 بالنسبة للمحاور، وبلغ الصدق الذاتي للاختبار ككل 0,86.
- صدق الاتساق الداخلي: وذلك بإيجاد معاملات الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية للاختبار، وقد وجد أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0,01 مما يدل على صدقها في قياس ما وضعت لقياسه كما هو موضح في الجدول (05).

جدول (05): يوضح معاملات الثبات ومعاملات الصدق بطريقة إعادة الاختبار.

معامل الصدق الذاتي	معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		مغور الاختبار
		ع	س	ع	س	
0,84	0,71	0,76	3,55	0,77	3,53	كرة اليد
0,86	0,75	0,50	3,60	0,51	3,62	الكرة الطائرة
0,88	0,77	0,71	3,59	0,79	3,58	كرة السلة
0,85	0,73	0,78	3,58	0,71	3,56	ألعاب القوى
0,90	0,81	0,72	3,49	0,72	3,47	الجمباز
0,92	0,85	0,80	2,40	0,85	2,42	اللياقة البدنية
0,93	0,86	0,90	3,09	0,97	3,03	الثقافة الرياضية
0,86	0,75	4,13	28	4,15	27,17	الاختبار ككل

جدول (06): يوضح معاملات الارتباط بين درجات كل محور و الدرجة الكلية للاختبار

المعرفي.

الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط	المحاور
دال عند 0,01	0,71	كرة اليد
دال عند 0,01	0,75	الكرة الطائرة
دال عند 0,01	0,79	كرة السلة
دال عند 0,01	0,73	ألعاب القوى
دال عند 0,01	0,71	الجمباز
دال عند 0,01	0,80	اللياقة البدنية
دال عند 0,01	0,79	الثقافة الرياضية العامة

رابعاً: المستويات:

بعد الانتهاء من تحديد الاختبار المعرفي تم تطبيقه على عينة مكونة من 145 تلميذاً، وتم استخراج المعايير باستخدام الدرجات التائية، وعلى أساسها تم وضع سلم تصنيفي من ثلاث مستويات كما يوضحه الجدول (06)

جدول (07) يوضح المستويات حسب نتائج التلاميذ في الاختبار المعرفي.

الدرجة المقدره في الاختبار	الدرجة التائية	المستوى
50 - 38	100 - 68	جيد
37 - 19	67 - 34	مقبول
18 - 00	33 - 00	ضعيف

وعلى أساس هذا التصنيف كانت نتائج التلاميذ كما يلي:

جدول (08) يوضح نتائج التلاميذ في الاختبار المعرفي.

المستويات	المستويات	مقبول	ضعيف
التكرارات	08	24	18
كأ ² المحسوبة	7.84		
كأ ² الجدولية	5.99		

نلاحظ من الجدول أن قيمة ك² المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن هناك دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة أي أن الفرق حقيقي، ومنه فإن المستوى المعرفي ضعيف إلى مقبول لدى عينة البحث.

7- الاستنتاجات العامة:

3. دلت الدراسة أن الجانب المعرفي لا يقل أهمية عن بقية الجوانب الأخرى، باعتباره أساس تعلم مختلف المهارات الحركية، ودليل واضح على ميول واتجاهات التلاميذ، حيث تم بناء اختبار معرفي مكون من 50 عبارة بطريقة الاختيار من إجابتين، يحتوي على أسئلة مركزية موحدة ومتوازنة، يمكن استخدامه كوسيلة موضوعية لقياس المستوى المعرفي للتلاميذ.
4. تميز الاختبار بمستوى مقبول إلى عالي من الصدق والثبات والموضوعية، حيث ساهم بقدر كبير في تصنيف التلاميذ إلى ثلاث مستويات: جيد - مقبول - ضعيف.
5. إن المستوى المعرفي لتلاميذ السنة النهائية ضعيف إلى مقبول حسب نتائج الاختبار المقترح.

8- التوصيات:

- إنه في حدود النتائج المستخلصة والظروف التي أجريت فيها هذه الدراسة، وطالما أن الجانب المعرفي يمثل أحد أهم الأهداف لدرس التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية، فإننا نوصي بما يلي:
1. تقويم التعلم في مجال التربية البدنية والرياضية بمختلف مراحل التعليم بالاعتماد على الاختبارات والمقاييس العلمية الموضوعية .
 2. الاهتمام بالجانب المعرفي كأحد أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.
 3. استخدام الاختبار المقترح لقياس المستوى المعرفي لتلاميذ المرحلة الثانوية في التربية البدنية والرياضية.
 4. إجراء دراسات مشابهة على عينات متعددة بمختلف مراحل التعليم للارتقاء بهذا المجال الهام.

5 من الضروري والأهمية.ممكان مراعاة التطور الاجتماعي والحضاري لمجتمعنا وتأثره نتيجة لتطور المجتمعات الأخرى، والذي يفرض علينا مواكبة التطور العلمي الحاصل في جميع التخصصات ومنها التربية البدنية والرياضية من خلال التقويم المتواصل المبني على أسس علمية مدروسة تتلاءم أساسا مع طبيعة المجتمع الجزائري.

9- المراجع :

● باللغة العربية :

1. أحمد محمد خاطر- علي فهمي ألييك (1996) "القياس في المجال الرياضي" ط 04، دار الكتاب الحديث، مدينة نصر،.
2. أئين وديع (1962) "بناء اختبار معرفة في الكرة الطائرة"، دراسات وبحوث، المجلد الخامس، العدد الثالث، جامعة حلوان،.
3. بن جامين بلوم وآخرون (1987) "نظام تصنيف الأهداف التربوية" ترجمة محمد محمود الخوالدة، صادق إبراهيم عودة، دار الشروق، جدة،.
4. جمال عبد العاطي الشافعي (1990) « بناء اختبار معرفي في كرة اليد لطلاب قسم التربية الرياضية بالمدينة المنورة"، المجلة العلمية للتربية الرياضية، المجلد الثاني، العدد الثاني، جامعة حلوان،.
5. زكريا الشريبي (1995) "الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية" مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة،.
6. زوزو حامد (1992) "بناء اختبار معرفي في كرة اليد لطلبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية" نظريات وتطبيقات، مجلة علمية متخصصة لبحوث التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين بأبي قير، عدد 11،.
7. عادل حسين السيد (1991) "بناء اختبار معرفي لمدرّب كرة السلة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنية.
8. ليلي السيد فرحات (2001) "القياس المعرفي الرياضي" ط 01، مركز الكتاب للنشر القاهرة،.
9. ليلي السيد فرحات (2003) "القياس والاختيار في التربية الرياضية" ط 02، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،.

● باللغة الفرنسية :

10. Bernard MACCARIO (1986) « Théorie et pratique de l'évaluation dans la pédagogie des A.P.S, 2^{ème} Ed, édition Vigot, Paris,.
11. Claude BAYER (1995) « l'enseignement des jeux sportifs collectifs » 4^{ème} Ed, édition Vigot, Paris,.

**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 . Seddiki M'Hamed Mohamed Salah Eddine

Recteur de L'Université

Directeur de la Publication : Dr . Benkazd ali hadj Mohamed

Directeur de l'IEPS

Rédacteur principale :

Dr : Ahmed Atallah

Comité de la revue :

- Pr. Ryad Ali El Raoui
- Dr . Benkazd ali hadj Mohamed
- Dr. Ali Bengoua
- Dr. Mohamed Remaoun
- Dr Ahmed Atallah
- Dr. Abdelmadjid Challal
- Dr. Med Nasreddine Bendahmane
- Dr. Abdelkader. Boumesdjed
- Dr. Hadj benganab
- Dr. Othmane Benbernou
- Dr. Youcef Harchaoui
- Dr. SaidA aissa Khelifa
- Dr. Mohamed sebbane
- Dr. Abdelkader Nasseur

Comité scientifique de la revue :

Science de la vie :

Pr. Rachid Hanifi	HCMS Alger
Pr Bruno Sesboue	Université de Caen -France
Pr youcef Dahab	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Ryad Ali El Raoui	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Pr . Nabila Mimouni	Institut des Sciences et Technologies du Sport- Alger
Pr.Adel Roschdi	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Said Hamaidi	Université Amiens France
Pr. Addel Rochdi	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Taoutaou Zohra	Université Alger 03
Pr. Hassane Mohamed Naoisra	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Merghat Ibrahim rida	Université Alexandrie-Egypte
Pr.Didier rey	Université de Corse Pascale paoli France
Pr. Abdarahmane Rahmani	Université Maine France
Dr. SaidA aissa Khelifa	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem

Dr. Madani Mohamed	ENS de Casablanca Université Hassan 2 Maroc
Dr. Lotfi said	ENS de Casablanca Université Hassan 2 Maroc
Dr. Bolofa boudjemaa	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Belkacem Khiat	Université des Sciences et Technologies –ORAN

Sciences Humaines :

Pr. Mohamed Akli Benaki	Université Alger 03
Pr. Nasreddine .Bentoumi	Université Alger 03
Pr. Mohamed Sabri Omar	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Kamil Taha wais	Université Tikrīt Iraq
Pr. Amr Mohamed Ibrahim	Université Assiout Egypte
Pr. Gleyse Jacques	Université Montpellier 2
Pr. Antala Bratislav.	Université de slovaque- Slovénie (Président de l’AIEP)
Dr. Hafsi bedouifi	Université de Tunis- Tunisie
Dr. Zohra. Abbasi	Université Alger 03
Dr. Sadek El hayek	Université de Jordanie- Jordanie
Dr. Ahmed Atallah	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Abdelmadjid Challal	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Youcef Harchaoui	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Abdelkader. Boumesdjed	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr Hadj Benganab	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benali. Gourari	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Fatima. Bouras	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Kouider Hadj Cherif	Université Assiba Ben Bouali- Chlef
Dr. Abdelkader Nasseur	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Amor Amar	Université M’SILA
Dr. Bensikadour habib	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benklaouz Ahmed Touati	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem

Science de l’intervention:

Pr. Khaled. Hamouda	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Serge Zimmermann	Université de Reims- France
Pr. Bachir Zoudji	UFR STAPS Valenciennes France
Dr. Benkabd ali hadj Mohamed	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Med Nasreddine Bendahmane	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Mohamed Remaoun	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Hacene Nabli .	Université de Dubai. Emirats Arabe-Unis
Dr. Ali Bengoua	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Chirifi Ali	Université Alger 03
Dr. Mechihe Ali	Université Mentouri Constantine
Dr. Benlakhhal Mansour	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benbernou Othmane	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr Mohamed Sebbane	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 des Sciences et Techniques des Activités 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 oeuvre 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 par 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 exposant une « idée » peuvent être recevables, dans la mesure où

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 des Sciences et Techniques des Activités 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 oeuvre 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 par 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 exposant 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.

INSTRUCTIONS 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 : istaps@univ-mosta.dz

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 : +213 45 30 10 33 / 36 / 35 Fax : +213 45 30 10 28
Email : istaps@univ-mosta.dz / www.univ-mosta.dz/staps

Invitation à publier :

La revue ISTAPS a le 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 publiés auparavant.

SOMMAIRE

N°	Nom de chercheur / Titre de sujet	Page
01	Compétences des élèves et des enseignants en EPS Branislav Antala	1 - 5
02	Étude du Processus de Catégorisation Perceptive en sport Mohamed. Sebbane - harchaoui youcef	6 - 15
03	Etude de l'influence de l'Expertise Sportive sur l'Évocation des Connaissances Déclaratives (Cas du handball) Abdeddaim. Adda	16 - 26
04	Effets du jeûne de Ramadan sur les performances physiques et la VO₂ maxchez les coureurs de demi- fond et les footballeurs Lotfi S., Madani M, Tazi A., Zerdani I., Boumahmaza M. , Talbi M.	27 - 36
05	EVOLUTION DES FILIERES AEROBIE ET ANAEROBIE AU COURS DU DEVELOPPEMENT PUBERTAIRE CHEZ DES NAGEURS DE 11-14 ANS. KHIAT Belkacem	37 - 43
06	Recherche de solution dans l'actualisation des conduites motricesdans des situations d'enseignement de l'EPS en 3^{eme} année cycle moyen :Étude du problème de transfer Dr: REMAOUN Med	44 - 49
07	L'hétérogénéité : obstacle ou ressource pour les apprenants et les formateurs Hanane Mrabet - Hafsi Bedhioufi - Mohamed Ali Jbali	50 - 57

Compétences des élèves et des enseignants en EPS

Branislav Antala

**Université Comenius, Faculté de l'éducation physique et du sport, Bratislava, Slovaquie
FIEP Europe Président**

Résumé

Dans l'article je voudrais attirer l'attention a trois sujets :

1. Compétences en EPS

Je vais définir des compétences en générale, des compétences générales et spéciales des élèves et des enseignants.

2. Compétences des élèves en EPS

Je présenterai la Recommandation du Parlement Européen de 18. décembre 2006 sur les 8 compétences clés pour l'éducation permanente (2006/962/EC), je parlerai de la proposition du 9-ième compétence – compétence de mouvement et des indicateurs de cette compétence. Les compétences spécifiques des élèves seront représenté par les compétences motrices, les compétences cognitives, les compétences de communication, les compétences sociales et les compétences d'attitudes.

3. Compétences des enseignants de l'EPS

Dans cette partie de l'article je vais parler de la personnalité de l'enseignant de l'EPS, de ses compétences pédagogiques - compétences motrices, compétences didactiques, compétences de perception et de mémoire, compétences d'expression et de communication, compétences intellectuelles et créatives, compétences organisatrices et compétences académiques. A fin je présenterai le nouveau modèle d'enseignant en formation de Ken Hardman, 2009 dans laquelle je vais parler de l'enseignant de l'EPS complètement connaissant, analytiquement envisageant, critiqueusement pensant et professionnellement effectif.

Mots clés : compétences, éducation physique et sportive, enseignant de l'EPS

1. Compétences en EPS

Il y a plusieurs de définitions de contenu du mot « compétences ». Nous allons utiliser la définition du programme AEHESIS. Les compétences nous pouvons définir comme la capacité de mobiliser et activer des connaissances, des habilités et des attitudes apprises pour activité effective dans des différentes liaisons de la vie réelle.

Les compétences on peut séparer sur le « compétences des élèves » et sur les « compétences des enseignants » dans le processus de l'enseignement.

2. Compétences des élèves en EPS

Compétences générales des élèves

Dans la Recommandation du Parlement Européen de 18. décembre 2006 sur les compétences clés pour l'éducation permanente (2006/962/EC) nous pouvons trouver 8 compétences clés :

- Communication dans la langue maternelle
- Communication dans des langues étrangères
- Compétence mathématique et les compétences de base dans la science et dans les technologies
- Compétence numérique
- Apprendre à apprendre
- Compétences sociales
- L'esprit d'initiative et d'entreprendre
- Compétences culturelles

Dans ce système des compétences générales manque le mouvement. Pendant le 4^{ème} Congrès Européen de la Fédération internationale d'éducation physique (FIEP), qui avait lieu à Bratislava en Slovaquie de 29.8. à 31.8.2007 les spécialistes de 25 pays participants ont proposé d'accepter la 9^{ème} compétence - «**compétence de mouvement** » Compétence de mouvement représente la combinaison de connaissances multifonctionnelles applicables, d'habiletés motrices, de capacités motrices et d'attitudes humaines, qui sont nécessaires pour améliorer le mouvement, pour le développement physique, psychique et moteur, pour la performance motrice, le succès personnel, la santé générale et l'occupation réussie. Comme les indicateurs de compétence de mouvement a été proposés : mobilité pendant toute la vie, habiletés motrices, style de vie et sa qualité, attitudes vers la vie et la société, prévention des maladies de civilisation, santé générale, activités sportives spécifiques et habiletés professionnelles et personnelles

Compétences spécifiques des élèves en EPS

Compétences spécifiques des élèves en EPS sont représentées par les :

- Compétences motrices
- Compétences cognitives
- Compétences de communication
- Compétences sociales
- Compétences d'attitudes

Quelques exemples :

Compétences motrices

- Être capable d'utiliser les activités physiques et motrices, qui supportent la prévention des maladies de civilisation
- Être capable de développer la performance motrice en relation avec la maintenance et la protection de santé
- Dans les sports choisis savoir utiliser le nombre des activités physiques et motrices adéquates et être capable de les pratiquer pendant le temps libre

Compétences cognitives

- Être capable d'expliquer les causes des activités physiques et sportives dans le mode de vie avec l'orientation vers la protection de santé.
- Utiliser la terminologie d'activités physiques et sportives et de connaissances acquises.

○Être capable d'expliquer et utiliser des exercices d'échauffement avant des activités physiques et sportives

Compétences de communication

- Être capable de s'exprimer à haute voix et clairement
- Utiliser la terminologie correcte

Compétences sociales

- Montrer les attitudes positives à soi-même et aux autres
- Travailler effectivement en équipe
- Résoudre rationnellement les situations conflictuelles, surtout en sport

Compétences d'attitudes

- Participer aux activités physiques et sportives avec plaisir
- Être capable de gagner, mais aussi être capable de perdre le match et aussi dans la vie
- Intégrer les idées de fair-play dans la pratique sportive

3. Compétences des enseignants de l'EPS

A. Personnalité de l'enseignant de l'EPS

Trois domaines sont importantes dans le développement de la personnalité de l'enseignant de l'EPS - orientation vers l'éducation et le sport, capacités psychiques et connaissances et compétences

Quelle est la différence entre les connaissances et les compétences de l'enseignant ?

Connaissances – qu'est-ce que l'enseignant de l'EPS **devrait savoir** et **compétences** - qu'est-ce que l'enseignant de l'EPS **devrait savoir faire**. Le programme ARHESIS a défini la compétence comme « la capacité d'appliquer des connaissances, un know-how et des habilités dans des situations professionnelles générales et/ou changeantes »

D'après European Qualification Framework les **compétences de l'enseignant** (en générale) on peut séparer sur les:

- Compétences cognitives (utiliser des théories, des stratégies et des concepts)
- Compétences fonctionnelles (des habilités et un know-how)
- Compétences personnelles (savoir se conduire dans des situations spécifiques)
- Compétences éthiques (les valeurs personnelles et professionnelles)

B. Compétences pédagogiques de l'enseignant de l'EPS

Compétences pédagogiques de l'enseignant de l'EPS sont représentées par les :

Compétences motrices

- Savoir s'occuper de sa capacité physique
- Le niveau acceptable d'habilités motrices dans des différentes activités physiques et sportives
- Être en bonne santé

Compétences didactiques

- Être capable de trouver les réponses adéquates sur les questions concernant des buts, du contenu et des méthodiques de processus de l'enseignement
- Savoir choisir des stratégies, des méthodes d'enseignement, des méthodes d'évaluation
- Savoir planifier, faire des projets de son travail

Compétences de perception et de mémoire

- Les dispositions de l'enseignant par lesquelles il découvre, perçoit, reconnaît et évalue le monde interne d'enfants, les relations interpersonnelles et les différences dans l'apprentissage moteur
- Le sens d'espace, le sens de temps

○La vue, l'ouïe, la mémoire spéciale des noms, des visages, des individualités des élèves, de la quantité et qualité de contenu enseigné

Compétences d'expression et de communication

○Être capable de gérer effectivement le processus d'enseignement

○Savoir utiliser les moyens verbales (commentaires, terminologie sportive, savoir travailler avec la voie, commandements) et non verbales (démonstrations, mimique, gesticulation, haptique, proxémique)

Compétences intellectuelles et créatives

○Savoir appliquer adéquatement des connaissances dans les conditions concrètes en travail pédagogique

○Savoir choisir les nouvelles orientations en son travail pédagogique

Compétences organisationnelles

○Être capable d'organiser effectivement les enfants, le processus d'enseignement dans l'espace et dans le temps

○Savoir organiser les différentes formes d'enseignement (cours de l'EPS, classes en plein air, compétitions)

Compétences académiques

○Être capable d'étudier pendant toute la vie et d'intégrer les nouvelles connaissances dans sa pratique pédagogique – la formation continue

○Les dispositions „manuscriptes“ – savoir travailler avec les documents scolaires et utiliser les nouveaux moyens techniques (ordinateurs, internet et des moyens sportifs)

C. Modèle d'enseignant en formation (Hardman, 2009)

Pour savoir bien s'adapter à la nouvelle situation de la société, de l'enseignement et des élèves et savoir aussi manager les échanges, nous devons pour le futur former l'enseignant qui sera :

Complètement connaissant

○Bien connaître le contenu de curriculum scolaire d'EPS pour les différentes classes

○Utiliser les styles et les méthodes d'enseignement dans le cadre de contenu variable

Analytiquement envisageant

○Savoir réfléchir et développer des stratégies d'après les intérêts des élèves en éducation

○Savoir travailler avec les différents problèmes sociaux, culturels, éthiques, politiques avec lesquels sont les élèves confrontés

Critiquement pensant

○Être capable d'évaluer critiquement sa propre pratique en relation avec des buts d'enseignement

○Être capable de faire l'analyse et l'évaluation critique de connaissances et de savoirs sur le point de vue de recherche scientifique et de pratique

○Savoir utiliser des arguments rationnels et de former des jugements indépendants des élèves

Professionnellement effectif

○Être capable de répondre professionnellement aux désirs des enfants et de développer des relations avec eux

○Être capable de communiquer et de travailler ensemble avec ses collègues, des parents et des autres

○Savoir assurer en EPS les mêmes possibilités pour tous les enfants

Conclusions

La qualité de connaissances et compétences des enseignants d'EPS développées dans la formation influence la qualité d'enseignement et la qualité d'EPS dans les écoles primaires et secondaires. La qualité de l'EPS dans les écoles influence la qualité de santé de gens et al fin la **qualité de Vie** des enfants et de toutes les adultes. C'est pourquoi le développement des compétences devrait avoir une place importante dans la formation des cadres pour l'EPS et pour le sport.

Literature:

Antala, B. a kol.: Didaktika školskej telesnej výchovy. FTVŠ UK, Bratislava, 2001, 275 s
Hardman, K.: Competencies in and for Physical Education. Book of abstracts, 5.th FIEP European Congress, Niš, Serbia, 2009, 27-39

Étude du Processus de Catégorisation Perceptive en sport

Mohamed. Sebbane . harchaoui youcef

Institut d' éducation Physique et Sportive

Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem

Abstract

The field of perceptive categorization nowadays arouses a new interest in cognitive psychology. Our perceptive system makes it possible to establish the link between our environment and our cognitive system. Indeed, it is from what we perceive of the world which surrounds us, that we can build of knowledge. A first question arises then: which report/ratio do they maintain with the physical world? Goldstone & Barsalou, (1998) agree to say, that this influence testifies to a continuity between processes of low level (perceptive knowledge) and processes high level (conceptual knowledge). From this point of view, one postulates that on the one hand, the experts are higher than the beginners in a declaratory task, when it is a question of describing conceptual knowledge (i.e., declaratory), and that on the other hand, this superiority of the richness of the repertory of conceptual knowledge disappears when it is about a task of perceptive categorization. Indeed, the results of the task of perceptive categorization show that this process is a product of the activity which facilitates the data processing visual. This shows that the free practice largely influenced the perceptive system which to develop a sensitivity to forms of play. This influence testifies to continuity between the processes of low level (perceptive knowledge) and the processes high level (conceptual knowledge).

Résumé

La capacité de l'homme à reconnaître des dizaines de milliers d'objets apparaissant dans des environnements riches et complexes est probablement l'une des plus surprenantes. Elle reste inégalée par les plus puissants algorithmes développés en vision artificielle (Thorpe et al, 1989).

Selon Goldstone & Barsalou (1998), les données obtenues en perception catégorielle et en apprentissage perceptif permettent de présumer de l'existence d'un continuum entre le niveau perceptif et le niveau conceptuel. Il est important d'expliquer que nous parlons de « catégories perceptives » et non pas de « catégories sémantiques ». La sémantique comprend l'ensemble des informations qui décrivent la nature et la fonction des informations dans l'environnement. Le niveau perceptif correspond uniquement à la forme de l'information. Ce qui nous intéresse dans cette étude, c'est de montrer que des joueurs non entraînés sont eux aussi sensibles aux formes de jeu sans prendre en compte des caractéristiques sémantiques.

Mots-clés : Catégorisation perceptive, Expertise, Football

1. Introduction

Le domaine de la catégorisation suscite de nos jours un nouvel intérêt en psychologie cognitive. Cela est légitimé par le fait que son étude devrait théoriquement nous permettre de répondre à des questions épistémologiques que se sont toujours posés les psychologues à propos de la réalité de ce que nous percevons.

En effet, notre système perceptif permet de faire le lien entre notre environnement et notre système cognitif. Par ailleurs, c'est à partir de ce que nous percevons du monde qui nous entoure, que nous pouvons construire des connaissances. Se pose alors une première question: quel rapport

entretiennent-elles avec le monde physique ? Goldstone & Barsalou, (1998) s'accordent à dire que cette influence témoigne d'une continuité entre des processus de bas niveau (connaissances perceptives) et des processus de haut niveau (connaissances conceptuelles).

Dans cette perspective, on postule que le processus de catégorisation perceptive chez les sportifs est un produit de l'activité qui facilite le traitement des informations visuelles. Cette hypothèse est l'objectif principal de ce travail de recherche.

2. Méthodes et Moyens

Expérience 1 : Influence du niveau d'expertise sur l'évocation des connaissances Conceptuelles (i.e., déclaratives).

1.1. Introduction

Cette première expérience avait pour objectif d'identifier les connaissances conceptuelles, représentées sous la forme de systèmes de jeu, spécifiques à l'activité football, connues des participants, en relation avec leur niveau d'expertise. Plus particulièrement, il s'agissait, de la part des participants, d'évoquer les différents systèmes de jeu de football connus d'eux (voir questionnaire en Annexe).

Dans cette perspective, le fait de considérer les connaissances comme un contenant stocké en mémoire à long terme rend possible l'appréhension des acquisitions comme un empilement d'une somme extrêmement importante de connaissances (French & Mc Pherson, 1999, Garbarino, Esposito & Billi, 2001 ; Sève, 2004).

L'objet de cette expérience vise essentiellement à étudier la performance des experts par rapport aux novices à travers l'évaluation de leurs connaissances déclaratives représentées sous la forme de système de jeu spécifique à l'activité football, connu des participants en relation avec leur niveau d'expertise. Plus particulièrement, il s'agissait de la part des participants, d'évoquer les différents systèmes et sous systèmes (exemplaires) de jeu de football sous la forme de concepts et d'images.

1.2. Hypothèses

On peut supposer que les systèmes de jeu sont d'une part, appris au cours de l'entraînement, d'autre part, acquis par l'expérience. Soit que la pratique consolide et stabilise ces systèmes en mémoire, soit que l'expérience fasse émerger des formes de jeu, correspondant en partie, ou totalement aux systèmes de jeu. Nous formulons les hypothèses suivantes :

- * Si les systèmes et les exemplaires de jeu sont exclusivement acquis par l'enseignement, alors ceux-ci doivent être mieux représentés (et par conséquent évoqués) par les entraîneurs (qui les ont acquis en tant que joueurs, et qu'ils enseignent), que par les joueurs ;
- * Si les systèmes et les exemplaires de jeu sont un produit de la pratique, comme forme de jeu émergente, alors, ceux-ci doivent être également évoqués, mais à un degré moindre chez les joueurs entraînés que chez les entraîneurs et que chez les joueurs non entraînés.
- * Enfin, les non pratiquants, ne devraient pas être capable d'évoquer ces systèmes et exemplaires de jeu, sauf, toutefois, si cette capacité d'évocation résultait de la seule observation des retransmissions des matchs télévisés ;

1.3. Participants

Quatre populations de 12 participants (entraîneurs, joueurs entraînés, joueurs non entraînés et des non pratiquants) ont participé à l'expérience :

- Population 1 : des entraîneurs (ENT) engagés dans le championnat de Division 3 de la Fédération Algérienne de Football avec plus de 15 ans de pratique comme footballeurs et plus de 15 ans de pratique comme entraîneur (Age moyen= 43 ; ET = 5,6) ;
- Population 2 : des joueurs entraînés (JE) engagés dans des équipes de 2 et 3 divisions avec plus de 15 ans de pratique (Age = 26 ; ET= 3,6) ;
- Population 3 : des joueurs non entraînés (JNE) ne pratiquant pas le football en club et n'ayant jamais été encadrés par des spécialistes de football (Age= 25 ; ET= 4,03). Leurs expériences se résument à une pratique régulière, au moins hebdomadaire.
- Population 4 : des non pratiquants (NP), étudiants en architecture et en chimie n'ayant jamais pratiqué de sports collectifs, n'ayant jamais pratiqués de sports collectifs (Age moyen= 21 ; ET=1,3) ;

1.4. Tâche et Matériel.

Nous avons bâti un questionnaire constitué de quatre étapes, que nous avons présenté à chacune des quatre populations.

- Au cours de la première étape, les participants devaient évoquer tous les systèmes de jeu de base d'attaque (i.e., caractérise une organisation spatiale collective déterminée) connus sous une forme numérique (e.g., 4-4-2). Le label identifié constituait une procédure de description des alignements des joueurs en attaque de l'avant vers le but. Dans cet exemple, les chiffres indiquent le nombre de joueurs répartis sur trois lignes : soit une ligne de 4 défenseurs, une ligne de 4 milieux de terrain et une ligne de 2 attaquants ;
- Au cours de la seconde étape, les participants devaient schématiser ces systèmes de jeu, sur support papier, en représentation vue de dessus
- Au cours de la troisième étape, les participants devaient évoquer les différents exemplaires (i.e., caractérise une organisation spatiale collective qui conserve les propriétés du référentiel de base, mais dont la position des joueurs est différente du système de base évoqué).
- Au cours de la quatrième étape, les participants devaient schématiser ces différents exemplaires sur un support papier .

1.5. Variables et analyses statistiques

Pour chaque épreuve, les résultats étaient traités dans le cadre de plusieurs analyses de variance (Anova). Le recueil des données concernait :

- Le nombre de systèmes de jeu évoquer ;
- Le nombre d'exemplaires évoqués pour chaque système ;

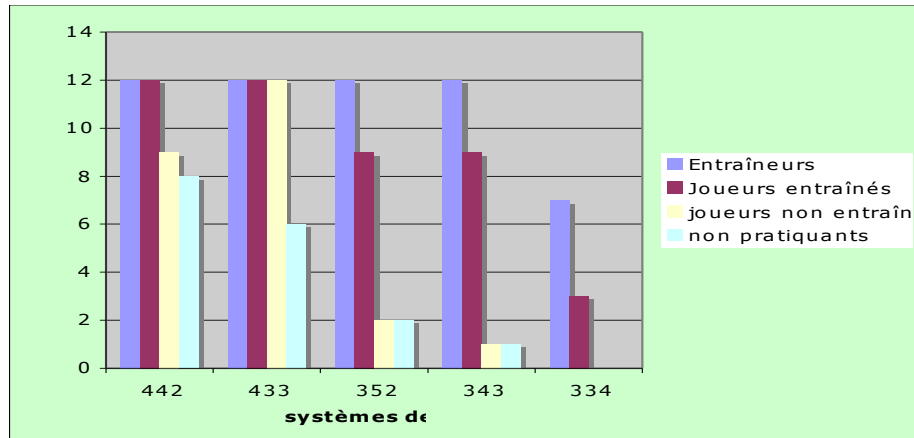
L'analyse des résultats a porté sur

- L'effet du niveau d'expertise ;
- L'effet des systèmes de jeu ;
- L'effet des exemplaires pour chaque système ;
- L'analyse des effets significatifs a été suivie par une analyse complémentaire (test post-hoc).

Le niveau de significativité (α) était fixé à $p < .05$ pour l'ensemble des tests ;

1.6. Résultats et discussions:

1.6.1. Effet du niveau d'expertise (évocation des systèmes de jeu)



Histogramme 1: Résultat d'évocation des systèmes de jeu par niveau d'expertise

La moyenne des pourcentages d'évocation des connaissances déclaratives spécifiques à l'activité du football (systèmes de jeu) chez les entraîneurs et les joueurs entraînés, respectivement (M= 92%, ET= 2,24 vs M=75%, ET= 3,67) est supérieure à la moyenne de la performance d'évocation chez les joueurs non entraînés et les non pratiquants, respectivement (M=40%, ET= 5,36 vs M= 28% , ET= 3,44) ;

Les résultats de l'analyse de la variance relative à l'évocation des systèmes de jeu montre un effet significatif du niveau d'expertise [$F(3,44) = 5,733$, $MSe = 77,400$, $p < .007$].

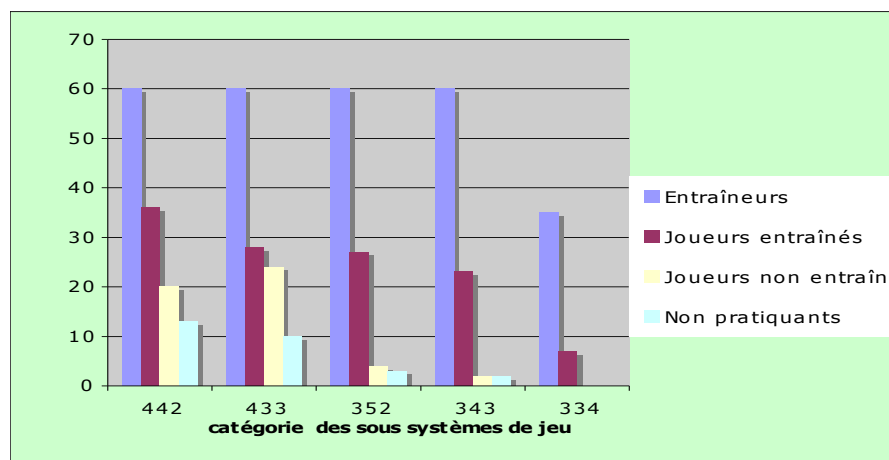
L'analyse complémentaire révèle un effet du niveau d'expertise entre :

- Les entraîneurs et les joueurs non entraînés ($p < .007$) ;
- Les entraîneurs et les non pratiquants ($p < .002$) ;
- Les joueurs entraînés et les joueurs non entraînés ($p < .090$) ;
- Les joueurs entraînés et les non pratiquants ($p < .028$) ;

En revanche, aucun effet significatif du niveau d'expertise n'a été révélé entre :

1. Les entraîneurs et les joueurs entraînés ($p < .215$) ;
- Les joueurs non entraînés et les non-pratiquants ($p < .555$)

1.6.2. Effet du niveau d'expertise (évocation des exemplaires de jeu)



Histogramme 2: Résultats d'évocation des exemplaires de jeu

La moyenne des pourcentages d'évocation des différentes connaissances déclaratives spécifiques à l'activité du football (i.e., exemplaires des systèmes de jeu) des entraîneurs et des joueurs entraînés, respectivement, (M= 92%, ET= 11,18 vs M= 40%, ET= 10,71) est largement supérieure à la moyenne d'évocation des joueurs non entraînés et des non pratiquants, respectivement (M=17%, ET= 11,14 vs M= 9%, ET= 5,59).

Les résultats de l'analyse de la variance relative à l'évocation des exemplaires montrent un effet significatif du niveau d'expertise [F (3,44)= 25,236, MSe =2492, 067, p<.000].

L'analyse complémentaire (test Post Hoc) montre un effet significatif du niveau d'expertise entre :

1. Les entraîneurs et les joueurs entraînés (p<.000) ;
2. Les entraîneurs et les joueurs non entraînés (p<.000) ;
3. Les entraîneurs et les non pratiquants (p< .000) ;
4. Les joueurs entraînés et les joueurs non entraînés (p<.038) ;
5. Les joueurs entraînés et les non pratiquants (p< .009)

En revanche, aucun effet significatif du niveau d'expertise entre les joueurs non entraînés et les non pratiquants n'a été révélé (p<.494).

1.7. Discussion des résultats

Les résultats de la première expérience (tâche d'évocation) relative aux connaissances déclaratives (conceptuelles) spécifiques aux différents systèmes de jeu de football en attaque attestent de l'existence d'un effet du niveau d'expertise pour les différentes catégories de systèmes de jeu. Globalement, les connaissances déclaratives répertoriées chez les experts (entraîneurs vs joueurs entraînés), révèlent une meilleure performance d'évocation pour les concepts de jeu spécifiques aux différentes catégories de systèmes de jeu (4-4-2 ; 4-3-3 ; 3-5-2 ; 3-4-3 et 3-3-4), par rapport aux novices (joueurs non entraînés et non pratiquants).

Ce premier résultat est en accord avec les résultats des travaux empiriques réalisés en psychologie cognitive (Chase et Simon, 1973 ; Gobet, 2003) et en psychologie du sport (Allard & al, 1980 ; French & Thomas, 1987 ; Mc Pherson, 1999 ; Williams et al, 1999) qui ont révélé la supériorité des experts sur les novices dans leurs domaines d'activités. En effet, les différentes recherches, qui ont étudié les performances cognitives des experts et des novices à travers des tâches déclaratives ont largement démontré, que la durée de pratique ainsi que la richesse de l'expérience acquise permet, d'une part, d'accéder à des contenus de connaissances déclaratives plus riches et plus complexes et d'autre part, d'optimiser l'évocation d'un nombre conséquent de connaissances spécifiques à leur domaine d'activité, lors des tâches déclaratives .

Par ailleurs, la performance d'évocation des connaissances déclaratives des joueurs non entraînés et des non pratiquants montre que, la pratique libre ainsi que la retransmission télévisée permet l'acquisition d'un répertoire de connaissances. Néanmoins, ce répertoire est réduit à des connaissances déclaratives générales à l'exemple de l'évocation du système de jeu 4-4-2 et du 4-3-3 qui, ont été évoqué non seulement, par les entraîneurs et les joueurs entraînés, mais aussi par les non entraînés et les non pratiquants.

En revanche, les résultats de l'évocation des connaissances déclaratives relatives aux exemplaires pour chaque catégorie de système de jeu (connaissances plus complexes) ont largement démontré, la différence entre expert et novice lorsqu'il s'agit d'évoquer des informations détaillées de l'activité (*Voir histogramme 2*). En effet, la performance des

entraîneurs et des joueurs entraînés montre, clairement, lors de cette seconde tâche d'évocation, que l'acquisition d'une grande quantité de connaissances déclaratives est largement appuyée par une qualité de connaissances conceptuelles plus complexe et plus détaillée que les concepts généraux relatives aux systèmes de jeu évoqué auparavant. Cette richesse qualitative des connaissances conceptuelles à largement contribuer au rappel des connaissances stockées en mémoire à long terme. Ce résultat caractérise l'effet de l'expertise cognitive qui exige la démonstration d'une forme d'excellence dans l'évocation des connaissances conceptuelles spécifiques au domaine de l'activité.

En revanche, la performance d'évocation des connaissances déclaratives spécifiques chez les joueurs non entraînés et chez les non pratiquants atteste des limites que rencontre ces deux populations lorsqu'il s'agit de déclarer des connaissances qualitatives spécifiques au domaine. En effet, leurs résultats soulignent clairement la pauvreté de leur répertoire de connaissances spécifiques aux différents systèmes de jeu qu'ils ont largement évoqués mais rarement développé. Ceci montre, que la richesse du répertoire de connaissances conceptuelles plus spécifiques et plus complexes de l'activité dépend du niveau d'expertise acquit. Autrement dit, plus on acquiert une expertise, plus le répertoire de connaissances conceptuelles s'enrichit au fil des années de pratique.

Expérience 2 : influence du niveau d'expertise sur la catégorisation perceptive

2.1. Introduction

Le domaine de la catégorisation perceptive suscite de nos jours un nouvel intérêt en psychologie cognitive. Notre système perceptif permet de faire le lien, entre notre environnement et notre système cognitif. En effet, d'une part, c'est à partir de ce que nous percevons du monde qui nous entoure, que nous pouvons construire des connaissances perceptives. Se pose alors la question : quelle est la nature des connaissances perceptives ? et d'autre part, nous pouvons également nous interroger sur l'influence de ces connaissances perceptives sur notre perception. La perception de l'environnement est-il façonné par nos connaissances perceptives? Les psychologues cognitifs (Goldstone & Barsalou, 1998) s'accordent à dire que cette influence témoigne d'une continuité entre des processus de bas niveau (connaissances perceptives) et des processus de haut niveau (connaissances conceptuelles).

L'objet de cette expérience était de montrer l'interaction entre les connaissances conceptuelles et les connaissances perceptives ainsi que l'effet de la pratique sur le processus de catégorisation perceptive.

2.2. Hypothèses

La tâche d'évocation, réalisée lors de la première expérience, nécessitait la connaissance d'un répertoire lexical, caractérisant les différents systèmes de jeu, sous un concept conventionnel en football de type numérique (4-3-3 ; 4-4-2 ; 3-5-2) ou d'un répertoire sous forme d'image, également conventionnelle, lorsqu'il s'agit de représenter les systèmes de jeu sous une forme schématique. Le fait que les non pratiquants n'y parviennent pas ou peut pourrait signifier tout simplement que, cette population ne maîtrise pas ces lexiques. Si c'était le cas, notamment dans le cas où la pratique ferait émerger des formes correspondant aux systèmes, les joueurs non entraînés devraient être capable de reconnaître ces formes et de les classer. Nous formulons l'hypothèse suivante :

- Si les systèmes de jeu correspondent à des productions résultant de la pratique, alors, les joueurs non entraînés devraient être sensibles aux formes les représentants. Ceci, à un degré supérieur aux non pratiquants et à un degré moindre que les entraîneurs et les joueurs entraînés ;

2.3. Participants

Les mêmes participants qui ont collaboré à la tâche d'évocation des connaissances conceptuelles ont participé à cette seconde expérience.

2.4. Matériel

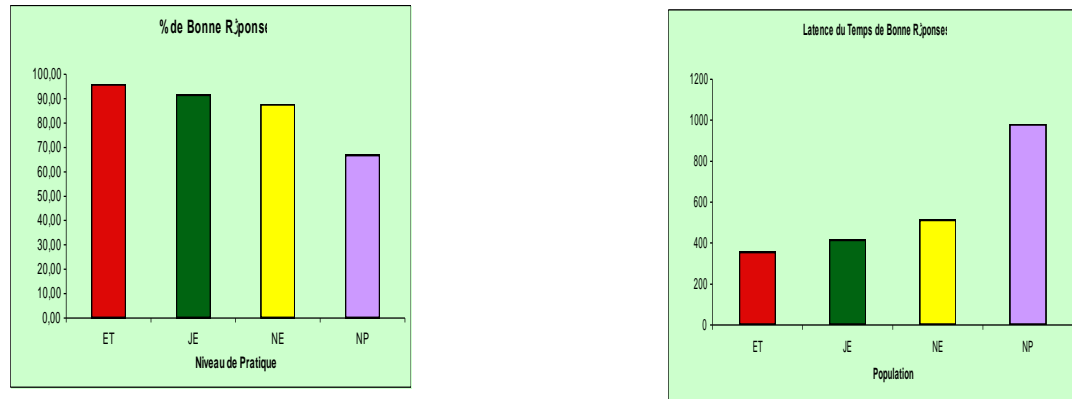
Cette seconde expérience était programmée et réalisée sur un ordinateur PowerBook G4 Macintosh via un programme développé en langage (C++). Les configurations de jeu étaient présentées sur l'écran de l'ordinateur. La taille des images à l'écran était de (32 cm x 21,5 cm) avec une résolution de 980 x 750 pixels (largeur x hauteur).

Six types de catégories de configurations ont été utilisés lors de cette seconde expérience :

- Les cinq premières catégories de systèmes de jeu offensif évoqué par les entraîneurs lors de la première expérience. Pour chaque système de jeu, cinq exemplaires ont été utilisés. Chaque exemplaire représentait une vue de dessus une variante qui correspondait à une organisation spatiale des joueurs en attaque, identique ou appartenant au système de jeu de référence. Chaque exemplaire était ainsi composé de 10 joueurs attaquants et de 10 joueurs défenseurs. Ces configurations ont été développées à partir des systèmes de jeu sélectionnés par les entraîneurs. Afin de se rapprocher des conditions de jeu et par conséquent d'augmenter la richesse informationnelle des stimuli schématiques conventionnels, nous avons remplacé les croix représentant les joueurs par des formes humanoïdes en 2D, représentant des joueurs de football (voir Figure 3) via le logiciel de reconstruction 3D (Mavromatis & al, 2003) ;
- La sixième catégorie de configurations de jeu d'attaque cohérente à était élaborée par trois entraîneurs n'ayant pas participé à la première expérience. Pour cette catégorie, chaque entraîneur devait construire cinq exemplaires composés de configurations d'attaque cohérentes en football (i.e., organisation spatiale des joueurs sur le terrain qui respecte les règles qui régissent l'activité football en situation d'attaque), mais ne correspond pas à un système de jeu enseigné ;
- Ainsi, quinze exemplaires ont été réalisés. Parmi ces configurations, cinq exemplaires, seulement cinq ont été considérés comme des exemplaires typiques de configurations offensives correspondant à des configurations cohérentes mais ne pouvant laisser apparaître l'appartenance à aucun système conventionnellement enseigné ont été sélectionnés .

3. Résultats et discussion

3.1. Variable niveau d'expertise



Histogramme 3: Pourcentages de Bonnes Réponses et latence des temps de réponse selon le niveau d'expertise

L'analyse des pourcentages de bonnes réponses montrent une supériorité des entraîneurs, des joueurs entraînés et des joueurs non entraînés respectivement, ($M = 96\%$, $ET = 3,62$; $M = 92\%$, $ET = 3,62$; $M = 87\%$, $ET = 5,56$) par rapport aux non pratiquants, respectivement ($M = 67\%$, $ET = 11,17$).

Les résultats de l'analyse de variance ont révélé un effet significatif du niveau d'expertise [$F(3,44) = 35,05$, $MSe = 172,120$, $p < .000$].

En effet, l'analyse complémentaire (test de Dunnett) ne montre pas un effet significatif du facteur niveau d'expertise entre :

- Les entraîneurs et les joueurs entraînés ($p < .226$).
- Les entraîneurs et les joueurs non entraînés ($p < .017$).
- Les joueurs entraînés et les joueurs non entraînés ($p < .204$).

Par ailleurs, l'analyse révèle un effet significatif du niveau d'expertise entre :

- Les entraîneurs et les non-pratiquants ($p < .000$).
- Les joueurs entraînés et les non-pratiquants à $p < .000$.
- Les joueurs non entraînés et les non-pratiquants à ($p < .000$).

3.2.1. Facteurs niveau d'expertise

Les résultats de l'analyse complémentaire (test DUNETT) concernant les temps de réponse ne révèlent aucun effet significatif entre :

- Les entraîneurs et les joueurs entraînés à ($p < .42$) ;
- Les entraîneurs et les joueurs non entraînés à ($p < .029$) ;
- Les joueurs entraînés et les joueurs non entraînés à ($p < .149$) ;

En revanche, un effet significatif existe entre :

- Les entraîneurs et les non pratiquants à ($p < .000$) ;
- Les joueurs entraînés et les non pratiquants à ($p < .000$) ;
- Les joueurs non entraînés et les non pratiquants à ($p < .000$) ;

3.3. Discussion des résultats

Globalement, les résultats de cette seconde expérience montrent que la performance de catégorisation perceptive des entraîneurs, des joueurs entraînés et des joueurs non entraînés est supérieure à la performance de catégorisation perceptive des non pratiquants. Selon le modèle de l'expertise cognitive, les experts acquièrent par l'entraînement et la pratique des connaissances conceptuelles et perceptives spécifiques à leur domaine d'activité et développent une sensibilité perceptive à des formes de jeu familières et cohérentes (Laurent, Ward, Williams & Ripoll, 2006). Cette sensibilité perceptive facilite l'extraction très rapide des informations pertinentes d'une situation de jeu et permet un accès rapide à des solutions efficaces sans avoir à explorer l'ensemble des possibilités existantes en mémoire à long terme (Gobet, 2004). De ce fait, les entraîneurs et les joueurs entraînés sont capables de réaliser des performances de catégorisation perceptive plus rapidement et plus efficacement que les joueurs non entraînés. En effet, les résultats réalisés par ces deux populations attestent de l'extrême sensibilité perceptive à des configurations de jeu familières et cohérentes. Cette sensibilité perceptive à des formes de jeu optimise le processus d'identification rapide et de discrimination efficace des configurations qui appartiennent à des formes typiques de l'activité.

Par ailleurs, les résultats révèlent aussi une performance des joueurs non entraînés supérieurs au seuil du hasard. Ces derniers semblent avoirs développer une sensibilité perceptive à des formes de jeu. Ce résultat démontre clairement, que la pratique libre a influencé le système perceptif qui à développer une sensibilité à des formes de jeu.

3.4. Références bibliographiques

Allard, F., Graham, S., & Paarsalou, M.E. (1980). Perception in sport Basket-ball., *Journal of Sport Psychology*, 2, 14-21

Chi, M.T. H., Glaser, R., & Rees, E. (1982). Expertise in problem solving. In R. Sternberg (Ed), *Advances in the psychology of human intelligence* (Vol.1 pp7-75). Hillsdale, NJ : Erlbaum.

French, K.E., & Thomas, J. R. (1987). La relation entre le développement des connaissances et la performance des jeunes basketteurs. *Journal de psychologie du sport*, 9, 15 -32.

Gobet, F. (2004). Rôle of pattern recognition and search in expert decision, *Making proceedings of 26 th Annual Meeting of the Cognitive Science Society, Chicago, USA*, 5- 7 August.

Goldstone, R.L. (1998). Perceptual Learning. *Annual Review of Psychology* 49, 585-612

Laurent, E., Ward, P., Williams, A.M & Ripoll, H. (2006). L'expertise en basket-ball modifie-t-elle la discrimination perceptive des habiletés cognitives, *Underlying Cognitive and visual behaviours, Visual cognition*, 13, 247-271.

McPherson, S. L., & Thomas, J. R. (1989). Relation of knowledge and performance in boy's tennis : Age and expertise. *Journal of Experimental Child Psychology*, 48, 190- 211.

Mavromatis, S., Baratgin, J., sequéira, J. (2003). Toward the design of a simulator to analyze team sport strategies, *Mirage*, France.

Ripoll, H & Baratgin, J. (2004). Les déterminants cognitifs de l'organisation spatiale du joueur de sports collectifs : Application à la simulation, *Rapport de recherche Cognition 90b*.

Sève, C. (2001). Dynamique et signification de l'activité des pongistes en match. In E. Louis (Ed.), *Sports de raquette. Entre théorie et pratiques* (pp. 89-99), Paris. *Revue EPS*.

Williams, A., Davids, K., & Williams, J.G. (1999). Perception visuelle et l'action en sport *Sports Science, Sports Studies psychology*.

Etude de l'influence de l'Expertise Sportive sur l'Évocation des Connaissances Déclaratives

(Cas du handball)

Abdeddaim. Adda Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem

Résumé

Cette présente étude a pour principal objectif l'exploration de l'influence de l'expertise sportive sur l'évocation des connaissances déclaratives à travers le paradigme, experts /novice. En effet, différents travaux dans le domaine de la psychologie cognitive et de la psychologie du sport ont montré que les performances des experts sont supérieures aux novices dans des tâches de rappel, de reconnaissance et de prise de décision (Chase & Simon, 1973a; Zoudji & Thon, 2003).

La démarche suivie dans ce travail consiste à vérifier la supériorité des experts sur les novices lors d'une tâche de rappel. Les résultats de cette étude montrent non seulement que les experts sont supérieurs aux novices lorsqu'il s'agit de rappeler des connaissances déclaratives spécifiques à leur domaine d'expertise, mais aussi, qu'ils possèdent un répertoire riche sur le plan quantitatif et qualitatif qui facilite leur rappel.

Mots clés : Expertise Sportive ; Connaissances Déclaratives ; Hand-ball

الملخص:

الهدف الرئيسي لهذه الدراسة هو استكشاف تأثير الخبرات الرياضية في استحضار المعرفة التصورية (المعرفة المعلنة) من خلال النموذج خبير/ مبتدئ. الواقع أن الدراسات المختلفة في مجال علم النفس المعرفي وعلم النفس الرياضي، تبين أن أداء الخبراء يفوق أداء المبتدئين في مهام الإستحضار، الإستدعاء واتخاذ القرارات (Chase & Simon, 1973a; Zoudji & Thon, 2003).

هدفنا الرئيسي في هذا النهج من العمل هو التحقق من تفوق الخبراء على المبتدئين في مهمة التذكر. نتائج هذه الدراسة لا تظهر فحسب تفوق الخبراء على المبتدئين عندما يتعلق الأمر في الإستحضار و الإستدعاء المعرفة الخاصة بمجال خبرتهم، ولكن أيضا إمتلاك سجل ثري من الناحيتين الكمية و النوعية للمعارف التي تسهل التذكر.

كلمات المفاتيح: الخبرات الرياضية، المعارف المعلنة، كرة اليد.

Abstract

The present study's main objective is to explore the influence of sporting expertise on the evocation of knowledge through the declarative paradigm, expert / novice .Indeed, various studies in the field of cognitive psychology and sport psychology have shown that the performance of experts are superior to novices in recall tasks, recognition and decision making (Chase & Simon, 1973a; Zoudji & Thon, 2003).

Our main approach in this work is to verify the superiority of experts over novices at a task reminder. The results of this study show not only that experts are superior to novices when it comes to recall declarative knowledge specific to their area of expertise, but also possess a rich repertoire double et quantitatively and quality that facilitates recall.

Key words: sport expertise, declarative knowledge, Hand-ball.

INTRODUCTION

Différents travaux dans le domaine de la psychologie cognitive appliquée au domaine du sport montrent l'existence de processus mentaux devançant et guidant l'exécution motrice. Tous ces travaux permettent d'avancer l'hypothèse que l'expertise reposerait simultanément sur le développement de compétences concernant l'exécution motrice (automatisation gestuelle et motrice) et sur le développement de compétences cognitives (raisonnement et résolution de problème). (Zoudji B, 2001) (Zoudji, 2006).

Les résultats obtenus dans ces travaux, et dans différents domaines, confortent l'idée que l'expertise se caractérise par une grande habileté mnémonique (Ericsson & Kintsch, 1995). Par ailleurs, les recherches actuelles convergent vers deux grandes hypothèses pour expliquer les différences de performances entre le sujet expert et le novice : l'hypothèse des bases de connaissances, et l'hypothèse de l'habileté du système mnémonique. Dans cette recherche, nous aborderons le premier volet traitant les bases de connaissances et plus précisément les connaissances conceptuelles (déclaratives). Les premières études portant sur les connaissances (Chase & Simon, 1973 a) chez les joueurs d'échecs, ont confirmé la structuration de ces connaissances. Cette structuration faciliterait l'encodage, la rétention et/ou la récupération des informations. Les résultats de quelques expériences dans le domaine des activités physiques sportives viennent renforcer ces données. Ces expérimentations s'appuient sur différents systèmes, tels les questionnaires à choix multiples (French & Thomas, 1987) ou des entretiens (Zoudji, 2006) pour identifier et évaluer les connaissances respectivement en basket-ball et en football, comparant ainsi des sujets experts et novices par rapport au sport concerné. Les résultats montrent ainsi l'installation d'une expertise s'accompagnant d'un enrichissement des connaissances déclaratives des sujets à propos de leur activité (French & Thomas, 1987), confirmant l'idée d'existence d'une relation très étroite entre le niveau d'expertise et la capacité de rappel ou de reconnaissance de situations de jeu structurées chez les joueurs d'échecs (Chase & Simon, 1973 a). Il s'agit de connaissances déclaratives, s'exprimant ou susceptibles de s'exprimer par un langage (George, 1989).

L'objet de ce travail consiste à étudier les performances des experts par rapport aux novices à travers l'évaluation de leurs connaissances déclaratives représentées sous formes de systèmes de jeu spécifique à l'activité du handball, connus des participants et qui sont en relation étroite avec leur niveau d'expertise. Il s'agit de la part des participants de se rappeler en évoquant les différents systèmes et variantes de systèmes de jeu de handball en défense, sous la forme de concepts.

Dans la présente étude, nous supposons, que si l'expert a une base de connaissances spécifique à son domaine, riche et structurée, il doit non seulement évoquer tous les systèmes de jeu de base en handball mais aussi les variantes de ces systèmes de jeu même les plus complexes. En effet, on suppose que l'expert dispose de schémas (systèmes de jeu) facilement accessibles en mémoire à long terme. En revanche, vu le répertoire diminué des connaissances spécifiques au handball, le novice n'est pas en mesure d'évoquer les systèmes de jeu et notamment leurs variantes.

Théoriquement, les sujets experts évoquent directement ces connaissances spécifiques, mais à des degrés différents : les "entraîneurs" doivent évoquer et représenter plus de systèmes de jeu et leurs variantes (acquis par la pratique en tant que joueur, et qu'ils enseignent en tant qu'entraîneur), que les "joueurs experts". Si les systèmes de jeu et leurs variantes sont le produit d'une courte période de pratique (moins de 10 ans), alors ils doivent être également évoqués par les "joueurs novices", mais à un degré moins que chez les "joueurs experts", à l'inverse, les sujets novices "non pratiquants" ne devraient pas être capables d'évoquer les systèmes de jeu de base, ni surtout leurs variantes complexes, si et seulement si cette capacité d'évocation résultait de l'exposition de ces sujets à la couverture médiatique des matchs de handball.

Dans notre étude, le niveau de complexité est imposé par la disposition des joueurs dans chaque système de jeu et ses variantes. Logiquement, nous nous attendons à trouver une interaction entre le facteur "groupe" et le facteur "variantes de systèmes de jeu" : le nombre important des variantes de système de jeu devrait se traduire par une diminution d'évocation et de représentation plus importante chez les novices que chez les experts.

1. MÉTHODE

1.1. Sujets

Vingt-quatre participants experts en handball répartis en deux groupes de deux : le "Groupe entraîneurs" (moyenne d'âge : 42 ans ; σ (écart type) : ± 7.53), diplômés d'un brevet d'état 1er, 2ème et 3ème degré et le "Groupe Joueurs experts" (moyenne d'âge : 27 ans ; σ : ± 5.57), évoluant en national II (championnat d'Algérie) et Vingt-quatre participants novices partagés en deux groupes de deux : le "Groupe Joueurs novices" (moyenne d'âge : 18 ans ; σ : ± 0.83) et le "Groupe Non Pratiquants" (moyenne d'âge : 20 ans ; σ : ± 1.53), tous de sexe masculin, se sont portés volontaires pour participer à l'expérience. Les joueurs étaient considérés comme experts dès lors qu'ils pratiquaient délibérément le handball en compétition depuis plus de dix ans (Ericsson & Lehmann, 1996). Le "Groupe Joueurs novices" pratiquait délibérément le handball en compétition mais depuis moins de dix ans, le "Groupe Non Pratiquants" était des étudiants universitaires dont l'expérience se limitait à une pratique occasionnelle des sports collectifs, tous deux considérés comme novices.

1.2. Protocole expérimental

Un questionnaire de quatre étapes a été construit afin d'être présenté aux participants :

a. La première étape consistait à évoquer tous les systèmes de jeu de base de défense en handball, de la part des participants (i.e., caractériser une organisation spatiale collective déterminée) connue en handball sous une forme numérique (e.g., 6_0 ; 4_2 ; 3_2_1 ; ...), le nombre de chiffre indique le nombre de lignes sur lesquelles sont positionnés les joueurs en défense et le chiffre indique le nombre de joueurs sur chaque ligne dans le sens allant du but à défendre (son propre but) vers le but à attaquer (but adverse) . A titre d'exemple, dans le système 3_2_1, les trois chiffres indiquent trois lignes fictives sur la partie de terrain à défendre, sur lesquelles les joueurs sont positionnés successivement: sur la première ligne 3 joueurs, sur la deuxième ligne 2 joueurs et sur la troisième ligne 1 joueur.

b. Au cours de la deuxième étape, les participants devraient représenter schématiquement ces systèmes de jeu, sur papier, en représentation sur plusieurs demi terrains de handball vue de dessus (figure n°1).

c. Au cours de la troisième étape, les participants devraient évoquer les différentes variantes du système de jeu de base (i.e., caractériser une organisation spatiale collective déterminée qui conserverait les propriétés du système de jeu de base, mais dont la position des joueurs serait différente par rapport au système de jeu de base) évoquées en première étape.

d. Au cours de la quatrième étape, les sujets devraient représenter schématiquement les différentes variantes du système de jeu évoqué en troisième étape, sur support papier, en représentation sur plusieurs demi terrains de handball vue de dessus (figure n°1).

Ce questionnaire a fait l'objet d'un arbitrage et d'une validation auprès de huit entraîneurs de handball qui n'ont pas participé à la cette étude.

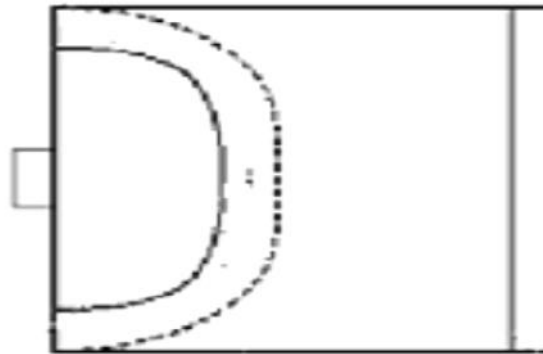


Figure n°1 : dessin d'un demi terrain de handball vue de dessus sur lequel les participants représentaient schématiquement le système de jeu et ses variantes évoqués.

1.3. variables et analyses statistiques

Les données étaient traitées dans le cadre de plusieurs analyses de variance (ANOVA) à deux facteurs pour lesquels, l'évocation et la représentation schématique des systèmes et variantes du système de jeu (i.e., systèmes et variantes du système) était un facteur intra-participant et le niveau d'expertise (i.e., expert vs. novice), un facteur inter-participant. La variable dépendante était la pertinence de la réponse (nombre de systèmes et variantes du système de jeu évoqués et représentés schématiquement), mesurée comme un score.

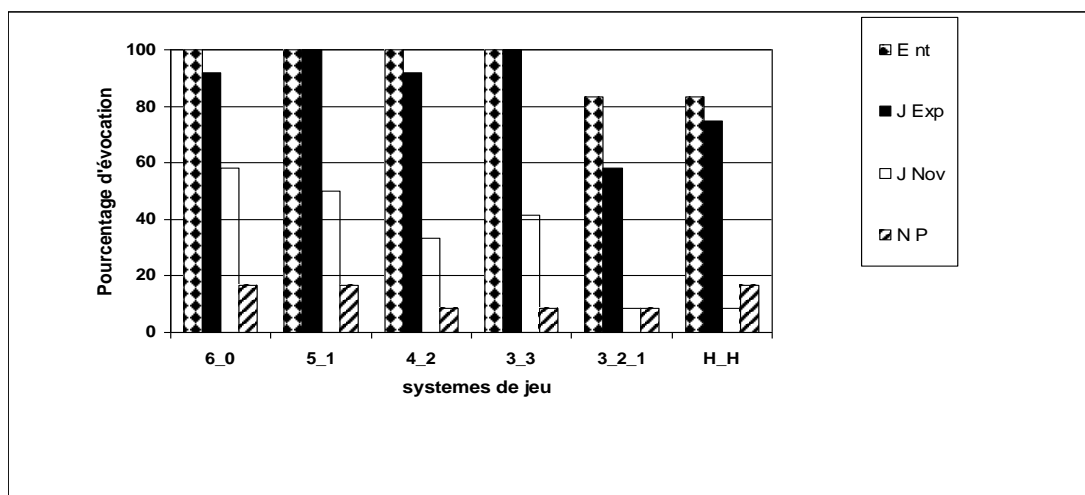
La pertinence de la réponse correspondait à la compatibilité de chaque système de jeu et ses variantes évoquées et représentées schématiquement avec les systèmes de jeu et leurs variantes évoquées et représentées schématiquement par les huit entraîneurs de handball. Cette variable a été quantifiée pour permettre une analyse statistique : nous avons attribué un point à chaque fois que la réponse du sujet était juste (système de jeu et ses variantes évoqués et représentés schématiquement) et zéro point lorsqu'elle était fausse.

L'analyse d'effets significatifs a été suivie par un test *post hoc* (test de Newman-Keuls). Le niveau de significativité (α) était fixé à $p < .05$ pour l'ensemble des tests.

2. RÉSULTATS

2.1. Analyse des résultats sur l'évocation des systèmes de jeu

La moyenne des pourcentages d'évocation des connaissances déclaratives spécifiques à l'activité du handball (systèmes de jeu) chez les entraîneurs et les joueurs experts, respectivement ($M = 94.44\%$, $\sigma = 8.61$ vs $M = 86.11\%$, $\sigma = 16.39$) est supérieure à la moyenne de la performance d'évocation chez les joueurs novices et les non pratiquants, respectivement ($M = 33.33\%$, $\sigma = 21.08$ vs $M = 12.50\%$, $\sigma = 4.56$). (Voir Histogramme 01)



Histogramme 01 : Résultats en % d'évocation des systèmes de jeu par niveau d'expertise

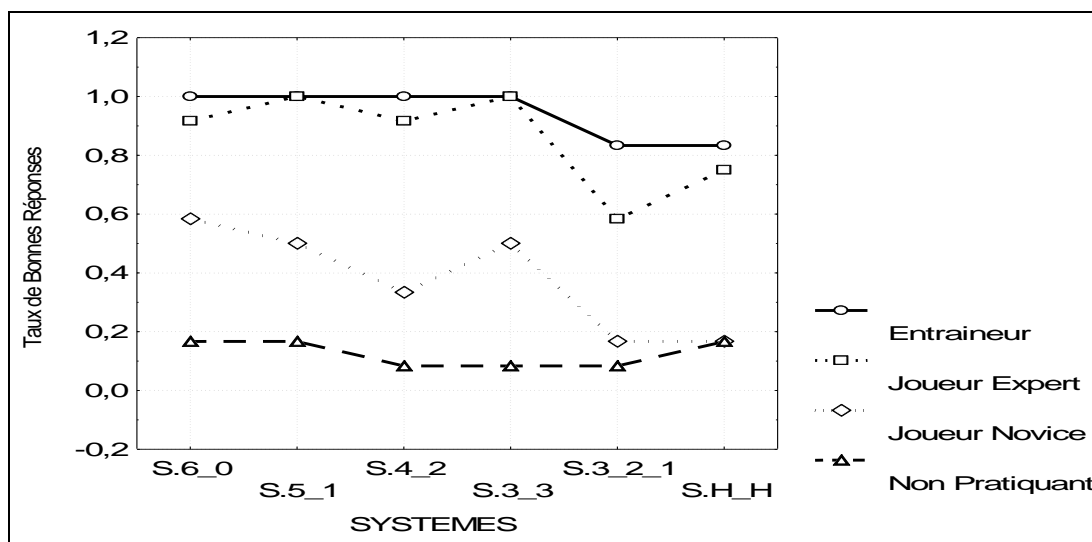
L'analyse de variance montre un effet principal du facteur "groupe" concernant les bonnes réponses [$F(3,44) = 23,39$; $p < .0000$]. Les résultats *post hoc* indiquent une différence significative de bonnes réponses entre les groupes des : "entraîneurs" et "Joueurs novices" ($p < .0001$), "entraîneurs" et "Non Pratiquants" ($p < .0001$), "Joueurs experts" et "Joueurs novices" ($p < .0002$), "Joueurs experts" et "Non Pratiquants" ($p < .0001$) et "Joueurs novices" avec les "Non Pratiquants" ($p < .0001$). En revanche, l'analyse ne révèle pas de différence significative le "Groupe entraîneur" et le "Groupe Joueurs experts". (cf. tableau N°01).

L'analyse de variance indique un effet principal du facteur "système de jeu" [F(5,220)=9,72; p<,0000]. Les résultats post hoc montre des différences significatives de taux de bonnes réponses entre les systèmes de jeu : "6_0" et "3_2_1" (p<.0000), "6_0" et "H_H" (p<.0005), "5_1" et "3_2_1" (p<.0000), "5_1" et "H_H" (p<.0001), "4_2" et "3_2_1" (p<.001), une différence est aussi observée entre les systèmes de jeu : "4_2" et "H_H" (p<.001) et en fin pour les systèmes de jeu : "3_3" et "3_2_1" (p<.0000), "3_3" et "H_H" (p<.001). En revanche il n'y pas de différence significative pour le reste des systèmes de jeu. Les mauvais scores de bonnes réponses correspondent aux systèmes de jeu "3_2_1" et "H_H", les autres résultats ne sont pas significatifs (voir graphe N°01).

L'interaction entre les facteurs "groupe" et le facteur "système de jeu" est significative [F(15,220)=1,74; p<,05]. Globalement le test post hoc montre que les experts "Joueurs experts" et des "entraîneurs" ont des performances significatives pour tous les systèmes de jeu, alors que les performances sont meilleures pour les "Joueurs novices" quand celles-ci concernent les systèmes de jeu de base (la première ligne près du but ou se trouvent le plus de joueurs), à l'exception des systèmes de jeu "3_2_1" et "H_H", les "Non Praticants" ont de mauvais scores pour tous les systèmes de jeu.

Groupe	moyennes	écarts types
entraîneur	0,94	0,013
Joueur Expert	0,86	0,026
Joueur Novice	0,37	0,047
Non Praticant	0,12	0,034

Tableau N°01 : tableau regroupant les moyennes et les écarts types du taux de bonnes réponses dans l'évocation des systèmes de jeu.

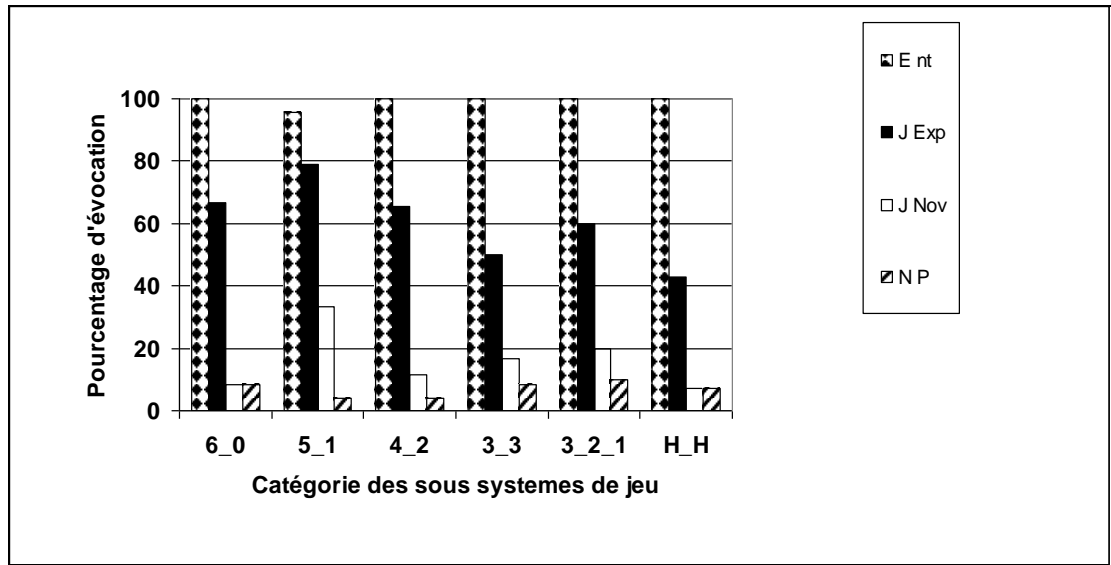


Graphique n°01 : taux moyens de bonnes réponses dans l'évocation et représentation schématique en fonction du niveau d'expertise et systèmes de jeu

2.2. Analyse des résultats sur l'évocation des variantes des systèmes de jeu

La moyenne des pourcentages d'évocation des connaissances déclaratives spécifiques à l'activité du handball (des variantes des systèmes de jeu) chez les entraîneurs et les joueurs experts, respectivement ($M= 99.31 \%$, $\sigma = 1.70$ vs $M= 60.68 \%$, $\sigma = 12.90$) est supérieure à la moyenne de la performance d'évocation chez les joueurs novices et les non pratiquants, respectivement ($M= 16,17 \%$, $\sigma = 9,73$ vs $M= 6,97 \%$, $\sigma = 2,47$). (Voir Histogramme 02)

L'effet principal du facteur "groupe" concernant les bonnes réponses n'a pu être calculé, vu les différences significativement importante de bonnes réponses entre les groupes : des experts ("Groupe entraîneurs" et "Groupe Joueurs experts") et des novices ("Groupe Joueurs novices" et "Groupe Non Praticquants") (cf. tableau N°02).



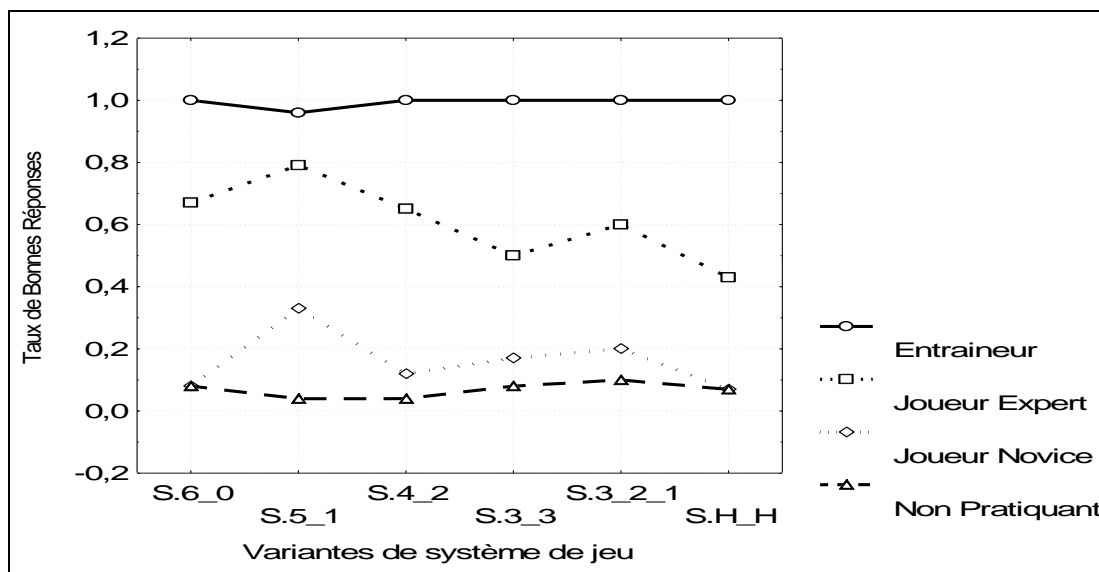
Histogramme 02 : résultats en % d'évocation des variantes de jeu par niveau d'expertise

Concernant l'effet principal du facteur "système de jeu", F ne peut être calculée, car les différences de bonnes réponses sont significativement flagrantes entre les groupes: des experts ("Groupe entraîneurs" et "Groupe Joueurs experts") et des novices ("Groupe Joueurs novices" et "Groupe Non Praticants") (cf. tableau N°02).

Enfin, l'interaction entre les facteurs "groupe" et le facteur "système de jeu" est aussi significative, que F n'a pu être calculée, ainsi on peut dire que les experts : " Groupe Joueur expert" et des " Groupe entraîneur" ont des performances élevées pour tous les systèmes de jeu, alors que les novices : " Groupe Joueur novice" et " Groupe Non Praticant" ont de mauvais scores pour tous les systèmes de jeu.

Groupe	moyennes	écarts types
entraîneur	,99	0,016
Joueur Expert	,60	0,024
Joueur Novice	,16	0,052
Non Praticant	,06	0,039

Tableau N°2: tableau regroupant les moyennes et les écarts types du taux de bonnes réponses dans



Graph n°2 : *taux moyens de bonnes réponses dans l'évocation et représentation schématique en fonction du niveau d'expertise et variantes des systèmes de jeu*

DISCUSSION

Les résultats de cette étude relative aux connaissances déclaratives (conceptuelles) spécifique aux différents systèmes de jeu de défense en handball confirment l'existence d'un effet du niveau d'expertise pour les différentes catégories de systèmes de jeu. D'une manière générale, les connaissances déclaratives répertoriées chez les experts (entraîneurs et joueurs) démontrent une meilleure prestation d'évocation pour les concepts de jeu spécifique aux différentes catégories de systèmes de jeu (6_0 ; 5_1 ; 4_2 ; 3_2_1 ; 3_3 ; H_H), par rapport aux novices (joueurs novices et non pratiquants). Ce premier résultat est en accord, avec les résultats des travaux empiriques réalisés en psychologie cognitive (Chase & Simon, 1973 a) et en psychologie du sport (Allard, Graham, & Paarsalu, 1980; French & Thomas, 1987) qui ont montré la supériorité des experts sur les novices dans leurs domaines d'activités. En effet, les différents travaux qui ont abordé les performances cognitives des experts et des novices, dans des tâches de type déclaratif, ont largement démontré que, l'exigence d'une période de pratique et une richesse de l'expérience acquise permet, d'une part, l'accès aux connaissances déclaratives (conceptuelles) plus riches et plus complexes et d'une autre part, d'optimiser la performance à travers l'évocation d'un nombre important de connaissances spécifiques à leurs domaine d'activité. En revanche, la performance d'évocation des connaissances déclaratives des "joueurs novices" et les "non pratiquants" montre que, la courte période de pratique, ainsi que l'exposition à la couverture médiatique des matchs de handball permet l'acquisition d'un répertoire de connaissance déclarative générales à l'exemple de l'évocation du systèmes de jeu (6_0 ; 5_1 ; 4_2) qui ont été non seulement évoqué par les entraîneurs et les joueurs, mais aussi par les joueurs novices et les non pratiquants.

En revanche les résultats d'évocation relative aux connaissances déclaratives pour les variantes de chaque catégorie de système de jeu (connaissances plus complexes) de défense en handball confirment l'influence du niveau d'expertise pour les différentes catégories de systèmes de jeu qui dénotent, une large marge de différence entre experts et novices lorsqu'il s'agit d'évoquer des connaissances plus spécifiques de l'activité. Effectivement, la performance des

entraîneurs et les joueurs experts révèle, nettement, lors de cette deuxième tâche d'évocation, que l'acquisition d'une grande quantité de connaissances déclaratives est largement soutenue par une qualité de connaissances conceptuelles plus complexes et plus détaillée que les concepts généraux relatives aux systèmes de jeu évoqués lors de la première expérience. Cette richesse et cette qualité de connaissances conceptuelles ont largement contribué au rappel (l'évocation mentale d'items auxquels le sujet a déjà été confronté, mais qui ne sont pas disponibles dans l'environnement durant la phase test) des connaissances stockées en mémoire à long terme (Zoudji, 2006). Ce résultat décrit l'effet de l'expertise cognitive qui exige la démonstration d'une forme d'excellence dans l'évocation des connaissances conceptuelles spécifique à l'activité. En revanche, la performance d'évocation relative aux connaissances déclaratives spécifiques chez les joueurs novices et les non pratiquants témoigne de la faiblesse du répertoire de connaissances lorsqu'il est demandé de évoquer des connaissances quantitatives. En effet, leurs résultats témoignent nettement la carence de leur répertoire de connaissances spécifiques aux différents systèmes de jeu qu'ils évoquent mais qui n'ont pas pu enrichir. Ceci montre clairement que l'expertise repose sur un répertoire de connaissances conceptuelles spécifique et une longue pratique dans le domaine d'activité. Autrement dit, parler d'acquisition de connaissances déclaratives concernant l'activité pratiquée apparaît comme une caractéristique résultante de l'installation de compétence (Russel, 1990).

En conclusion, cette expérience nous a permis de montrer que l'évocation des connaissances déclaratives en handball était influencée par le niveau d'expertise des sujets. Cette forme de mémoire à long terme, qui se manifeste par un taux élevé d'évocation de systèmes de jeu (connaissances générales) et aussi avec les variantes des systèmes (connaissances spécifiques), ne s'observe pas chez les sujets novices (joueurs novices et non pratiquants) mais uniquement chez les experts (entraîneurs et joueurs). Ces résultats constituent un apport supplémentaire à la problématique générale des relations entre expertise et mémoire.

Bibliographie

Allard, F., Graham, S., & Paarsalu, M. (1980). *Perception in sport: basket-ball*. . Journal of Sport Psychology 2 : 14-21.

Chase, W., & Simon, H. (1973a). Perception in chess. *Cognitive Psychology* 4 , 55-81.

Ericsson, K. A., & Lehmann, A. C. (1996). Expert and exceptional performance: Evidence of maximal adaptation to task . *Annual Review of Psychology*, 47 , 273-305.

Ericsson, K., & Kintsch, W. (1995). *Long-term working memory*. Psychology review, 102, 215-245.

French, K., & Thomas, J. (1987). The relation of knowledge development to children's basketball performance. *Journal of Sport Psychology*, 9 , 15-32.

George, C. (1989). Interactions entre les connaissances déclaratives et procédurales. Dans P. Perruchet, *Les automatismes cognitifs*. Liège, Bruxelles: Mardaga.

Russel, S. (1990). Athletes' knowledge in task perception, definition and classification. *International Journal of Sport Psychology*, 21 , 85-101.

Sebben, M. (2008). *these de doctorat: contribution a l'étude de la nature des connaissances precpitives chez les experts en sport collectif,cas du football*. Alger: non publié, Université d'Alger.

Zoudji, B. (2006). Expertise décisionnelle en football : de la recherche fondamentale vers la recherche appliquée. *1er Colloque Football & Recherches Amiens. 10 mai 2006* , 4-6.

Zoudji, B. (2001). *thèse de doctorat :Contribution a l'étude des relation entre memoire,expertise et prise de décision en sport collectif,le cas du football*. france: non publié, Université Toulouse Paul Sabatier.

Zoudji, B., & Thon, B. (2003). Expertise and implicit memory: differential repetition priming effects on decision making in experienced and non-experienced soccer players. *International Journal of Sport Psychology*. 34/3 , 189-207.

Effets du jeûne de Ramadan sur les performances physiques et la VO_2 max chez les coureurs de demi- fond et les footballeurs

Lotfi S.¹, Madani M.¹, Tazi A.², Zerdani I.³, Boumahmaza M.⁴, Talbi M.⁵

1: Cellule de Recherche et d'Evaluation en Activité Physique et en Sport (CREAPS), Ecole Normale Supérieure (ENS), Université Hassan II -Ain Choc, Casablanca., Maroc

BP: 9172 Mers Sultan – Casablanca; Km 7 Route El-Jadida

2 : Service de Pharmacologie, Faculté de Médecine et de Pharmacie, - Université Hassan II -Ain Choc, Casablanca, Maroc . 19 Rue Tarik Bnou Zaid

3 : Département de Biologie, Faculté des Sciences Ben M'Sik, Université Hassan II Mohammedia– Mohammedia, Maroc.

4: Groupe Interdisciplinaire de la didactique des Sciences (GIDS), Ecole Normale Supérieure (ENS), Université Hassan II -Ain Choc, Casablanca, Maroc.

5: Observatoire de Recherche en Didactique et Pédagogie Universitaire (ORDIPU), Université Hassan II - Mohammedia, Maroc.

Pour les correspondances :

E-mail : lotfisaïd@gmail.com

Résumé

Le but de cette étude est l'évaluation des variations des performances physiques et la consommation maximale d'oxygène durant le jeûne du mois de Ramadan chez des sportifs confirmés. Deux groupes de sportifs: 10 coureurs de demi- fond ($16,8 \pm 1,4$ ans) et 17 footballeurs ($15,8 \pm 0,4$ ans) appartenant à des clubs sportifs de la division nationale marocaine, ont été évalué une fois avant, trois fois pendant et deux fois après Ramadan. Par rapport à la période de référence, les résultats montrent une baisse significative ($p < 0.05$) de la souplesse de 26.40 % chez les coureurs et de 16.5% chez les footballeurs et une augmentation significative ($p < 0.05$) du poids corporel de 2.8% chez ces derniers dès la première semaine du Ramadan alors que chez les coureurs, aucune modification n'a été constatée. Les résultats, montrent aussi une amélioration significative des performances en course de vitesse pendant (7.46 %) et après (8.11%) Ramadan chez les coureurs, alors que chez les footballeurs, les performances restent stables. Dans les course de nature aérobie, nous avons relevé une diminution significative ($p < 0.05$) du VO_2 max pendant Ramadan chez les coureurs, par contre chez les footballeurs les performances enregistrées montrent une augmentation progressivement significative. Conclusion. Les sportifs entraînés répondent différemment aux conditions du jeûne de Ramadan, selon le mode d'entraînements sportifs et les qualités physiques sollicitées. La pratique du sport pendant Ramadan a besoin d'explorer davantage de nouvelles stratégies d'entraînement pour optimiser la performance.

Mots clés : Ramadan, jeûne, performances physiques, VO_2 max, athlètes

Effects of Ramadan fasting on physical performance and VO_2 max in middle-distance runners and soccer players

Abstract

The aim of this study was to investigate the effects of Ramadan fasting on physical performances and maximal oxygen consumption (VO_2 max) in athletes trained. Two Moroccan professional teams: 10 middle-distance runners ($16.8 \pm 1,4$ years) and 17 soccer players (15.8 ± 0.4 years) were assessed before (Av.R) three sessions during Ramadan (10th, 20th and 28th daytime) and two sessions before Ramadan; and (after week) after Ramadan. Compared to control days (Av.R), flexibility declined significantly ($p < 0.05$) in runners (26.40 %) and soccer players (16.5%) during Ramadan. Body weight increase significantly ($p < 0.05$) of 2.8% in soccer players but no significant change was observed in runners. Performance increased significantly ($p < 0.05$) for speed in runners during (7.46 %) and after (8.11%) Ramadan. A reduction in the average VO_2 max ($p < 0.05$) value was observed during the month in the runners, but progressively rise in soccer players. These results showed that the intermittent fasting imply differently effects on physical and physiological performances in athletes.

Keywords: Ramadan fasting; VO_2 max, physical performance, athletes

1. Introduction

Le mois de Ramadan est le neuvième mois lunaire de l'Hégire (musulman) se déplaçant de 13 jours dans le calendrier Grégorien, au cours duquel le musulman s'abstient de boire, de manger et de fumer depuis le lever jusqu'au couché du soleil de 12 à 18 h en fonction des saisons. Le mois de Ramadan s'accompagne de changements importants dans les habitudes de vie des musulmans pratiquants. En effet, il se caractérise par une inversion du cycle veille-sommeil, repos-activité, et des changements importants d'ordre métabolique et comportemental. Des études antérieures ont montré pendant le Ramadan comparativement à une période d'alimentation normale, une variation du métabolisme (Elati, Beji, Danguir, 1995; Sweileh, Schnitzler, Hunter & Davis, 1992; Ziaee et al., 2006), une chute significative du poids corporel (Adlouni, Ghalim, Benslimane, Lecerf, Saile, 1997; Fedail, Murphy, Salih, Bolton, Harvey 1982; Ramadan, Telahoun, Al-Zaid, Baracnieto, 1999), une augmentation de l'hémoconcentration et de la déshydratation (El-Hazmi, Al-Faleh & Al-Mofleh, 1987; Kayrkçoiglu et al., 1999; Ramadan et al., 1999; Sweileh et al., 1992), une diminution de la fréquence cardiaque, de la consommation d'oxygène (Hussain, Duncan, Cheah & Ch'ng, 1987; Ramadan et al., 1999; Sweileh et al., 1992), de la fonction pulmonaire et respiratoire. Une étude récente menée par Haghdoost et PoorRanjbar (2009) a montré chez des sujets sains et non entraînés, une augmentation de concentrations de quelques paramètres biochimiques (glucose sanguin, triglycéride et en cholestérol). Cependant, aucun effet du jeûne de Ramadan n'a été relevé chez les sujets actifs au niveau des lactates sanguins lors des exercices de charge physique intense (Karli, Guvenc, Aslan, Hazir, & Acikada, 2007).

Sur le plan sportif, certaines études menées en laboratoire et sur le terrain ont observé une diminution de la performance physique et des ressources énergétiques pendant le jeûne de Ramadan chez des footballeurs professionnels (Zerguini, Kirkendall, Junge & Dvorak, 2007; Donald, Leiper, Bartagi, Dvorak & Zerguini, 2008), des jeunes athlètes (Ben Salama, Hsairi, Achour & Nacef, 1993), des sujets physiquement actifs (Stephen, Stannarda, Martin. Thompson, 2007; Stannard & Thompson 2008), ainsi que chez des sujets sains non entraînés (Stannard,

Buckley & Thompson, 2004). Par contre, d'autres recherches n'ont constaté aucune différence significative au niveau des apports caloriques quotidiens entre le Ramadan et les périodes d'alimentation normales chez des jeunes footballeurs et des adultes sédentaires (Beltaifa et al., 2002 ; Elati et al. 1994 ; Yoav, Aobeida & Alon, 2008 ; Afifi et al., 1997). En général, il ressort que le jeûne engendre une diminution des performances chez les sujets sportifs.

Les études menées au niveau de cette population, restent récentes et peu de données, ont été rapportées sur les variations des performances physiques lors du jeûne de Ramadan chez des sportifs entraînés, notamment lors d'efforts physiques intenses de nature aérobie, tel que la puissance aérobie. En effet, pendant la course de 1500 m, le pourcentage de contribution dans la production d'ATP, d'après Newsholme et al. (1992) est 75% aérobie mobilisant une VAM allant de 100 à 111 % (Thibaut et Mercier, 1981 ; Leger et al., 1985; Montmayeur et Villaret, 1990). Or cet effet de Ramadan ne sera pas identique pour certains sports à dominance anaérobie, comme le foot-ball, dont la contribution des carburants (en %) à la synthèse d'ATP est 70 % glycogène anaérobie, 20 % glycogène aérobie, 10 % Phosphocréatine (Newsholme et al. 1992). En effet, aucun travail n'est réalisé sur le terrain, évaluant ce paramètre lors du test de course navette de 20 m (Leger et al., 1985), un test souvent exploité dans l'évaluation, la sélection et la préparation des sportifs. Au niveau des exercices de puissance musculaire, les travaux ont plus analysé la détente verticale, le contre mouvement jump (CMJ), la détente horizontale, les développés couchés en haltérophilie (Zerguini et al., 2007 ; Yoav et al., 2008 ; Kirkendall et al., 2008 ; Yoav et al., 2008 ; Chaouachi et al., 2009 ; Kinugosa et al., 2010 ; Aziz & Chia, 2010), et rares ceux qui ont évalué la capacité de course vitesse de 40-100 m chez sportifs entraînés et voire très rarement ceux qui sont préoccupés de la souplesse corporelle pendant Ramadan (Brikci, 1995).

Le but de ce travail est d'évaluer l'impact du jeûne du mois de Ramadan sur le degré de la souplesse tendino musculaire de la hanche, la puissance maximale des membres inférieurs et la consommation maximale d'oxygène chez des sportifs confirmés. La pertinence de l'étude, que nous présentons s'intègre dans le cadre d'identification des paramètres pouvant permettre aux sportifs musulmans et aux entraîneurs d'optimiser les phases d'entraînement et de compétition pendant le mois de Ramadan. A travers les conclusions des recherches antérieures, nous émettons l'hypothèse que le jeûne diurne engendre une diminution des performances au niveau des capacités physiologiques aérobies et des performances sportives par rapport à des périodes d'alimentation normales.

2. Matériel et méthodes

2.1 Sujets

Deux groupes de sportifs de sexes masculins ont participé à cette étude: 10 coureurs de demi-fond (âgé de $16,8 \pm 1,4$ ans) appartenant au « Raja Club Athlétique » à Casablanca, et 17 footballeurs (âgés de $15,7 \pm 0,4$ ans) qui font partie de l'équipe du Club Sportif de Taza. Tous les sujets sont des non fumeurs et jeûnent entièrement le Ramadan, s'entraînant régulièrement au minimum trois fois par semaine et faisant partie des clubs affiliés à la fédération nationale marocaine.

2.2 Tests

2.2.1 Test de la souplesse des hanches et du dos : l'épreuve défini par Soulière (1981), mesure la flexibilité de l'articulation coxo-fémorale et l'extensibilité des ischiojambiers et des ligaments postérieurs, elle consiste à une fermeture tronc-jambe en position assise avec les jambes tendues, deux essais sont accordés et le meilleur des deux est enregistré en cm.

2.2.2 Epreuve de course de 50 mètres : c'est une épreuve de course de vitesse à pieds, avec un départ semi-flechi, la performance enregistrée est exprimée en seconde. Cette épreuve mobilise la puissance maximale des membres inférieurs.

2.2.3 Test navette de 20 m paliers de 1 minute : l'épreuve consiste à réaliser le plus grand nombre d'allers retours par palier à des vitesses progressivement accélérées (1 km/h) toutes les minutes, suivant les «bips» sonores donnés par une bande magnétique en fonction du protocole conçu par Leger, Cloutier et Rowan (1985). Le dernier palier réalisé par chaque sujet permet d'extrapoler la consommation maximale d'oxygène (VO_2 max.).

2.3 Déroulement de l'étude

Les évaluations ont eu lieu durant une semaine avant le Ramadan (Av.R) ; pendant le 10^e, le 20^e et le 28^e jour (10^e J, 20^e J, 28^e J); et après la première (Ap 1) et la deuxième semaine (Ap 2) suivants le mois de Ramadan. Au cours de chaque évaluation, les tests ont été administrés dans le même ordre présenté ci-dessus, et intercalés par des périodes de récupération de cinq minutes. Cette étude s'est déroulée au cours de l'année 2005, en pleine air dans un climat frais entre 12h et 14 h dans deux centres sportifs.

2.4 Analyse statistique

Les résultats obtenus pour chaque variable, ont été analysés par une analyse de variance (ANOVA) à un facteur avec mesures répétées et les analyses post hoc sont calculées par le test non paramétrique Wilcoxon avec Av.R comme période de référence. Le seuil de signification est fixé à $P < 0.05$. Les données sont traitées par SPSS version 11.5 (SPSS Inc., Chicago, IL). Les résultats sont exprimés en moyennes \pm écart-types.

3. Résultats

Les résultats des variations des moyennes \pm sd pendant et dehors du Ramadan du poids corporel (en kg), la souplesse (en cm), la course de vitesse de 50 (sec) chez les coureurs et les footballeurs, sont présentés dans le tableau I, alors que ceux du VO_2 max. ($ml \cdot min^{-1} \cdot kg^{-1}$) sont représentés dans la figure 1.

3.1 Performances physiques

Chez les coureurs, aucune modification du poids n'est constatée durant et après Ramadan, alors qu'il est observé une augmentation significative chez les footballeurs au 10^e J ($p < 0.05$), au 20^e J ($p < 0.05$) et en Ap1 du Ramadan estimée respectivement à 2.5 %, 2.8% et à 3.4% (tableau I). Au niveau de la souplesse jambe-tronc, on observe une baisse significative ($p < 0.05$) des performances de 26.40 % à partir du 10^e J de Ramadan chez les coureurs, et de 16.5% au 20^e J de

Ramadan chez les footballeurs, puis les performances s'améliorent progressivement. Chez les coureurs, les résultats obtenus au niveau de la course de vitesse de 50 m, montre une amélioration significative des performances durant (7.46 %) et après (8.11%) Ramadan par rapport à celles de la période de référence (ANOVA, $p < 0.01$). Alors que chez les footballeurs, les moyennes restent stables durant et après Ramadan (p : NS) (tableau I).

Tableau I. Variation des moyennes \pm sd du poids corporel (en kg) et de la souplesse (en cm), la course de vitesse de 50 (sec) pendant et dehors du Ramadan chez des jeunes coureurs ($n=10$) et les footballeurs ($n=17$).

Variables	Groupes	Av.R	10è J	20è J	28è J	Ap1	Ap2	ANOVA
Poids (en kg)	Coureurs	53.26 ± 7.9	54.82 $\pm 7.2^*$	54.88 $\pm 7.7^{**}$	54.76 $\pm 7.4^*$	54.56 $\pm 7.6^*$	55.12 $\pm 7.5^{**}$	0.001
	Footballeurs	63.96 ± 6.4	63.88 ± 6.3	63.72 ± 6.3	63.18 ± 6.2	64.21 ± 7.9	65.08 ± 6.7	NS
Souplesse (en cm)	Coureurs	16.85 ± 4.8	12.40 $\pm 2.9^*$	14.30 \pm 3.9**	14.85 $\pm 4.2^*$	15.28 $\pm 4.1^*$	15.02 ± 4.1	0.001
	Footballeurs	6.06 ± 4.0	5.76 ± 3.6	5.06 $\pm 3.6^*$	5.41 ± 3.4	5.71 ± 3.9	6.88 $\pm 3.6^*$	0.01
50 mètres (sec)	Coureurs	7.64 ± 0.09	7.07 $\pm 0.14^{**}$	7.03 $\pm 0.03^{**}$	7.04 ± 0.21	7.02 $\pm 0.13^{**}$	7.02 $\pm 0.10^{**}$	0.001
	Footballeurs	7.62 ± 0.3	7.70 ± 0.41	7.71 ± 0.50	7.64 ± 0.41	7.64 ± 0.43	7.50 ± 0.51	NS

$p < 0.05$; ** $p < 0.01$ seuils de significations obtenus après comparaisons par rapport à la période de référence (Av.R) obtenus par le test de Wilcoxon pour échantillons appariés ; NS : Résultats non significatif

3.2 VO_2 max

Chez les **coureurs**, nous avons noté d'abord une phase de diminution significative du VO_2 max durant Ramadan au 10^e et au 20^e jours ($p < 0.05$) respectivement de 4.72 % et 4.25 % (figure 1), et phase d'augmentation après ce dernier significativement de 5.88% ($p < 0.01$).

Par contre, chez les footballeurs, nous observons une stabilité pendant le 10^e J du Ramadan, puis une augmentation progressive et significative au 20^e J, 28^e J, Ap 1 et Ap 2 ($p < 0.05$).

Figure

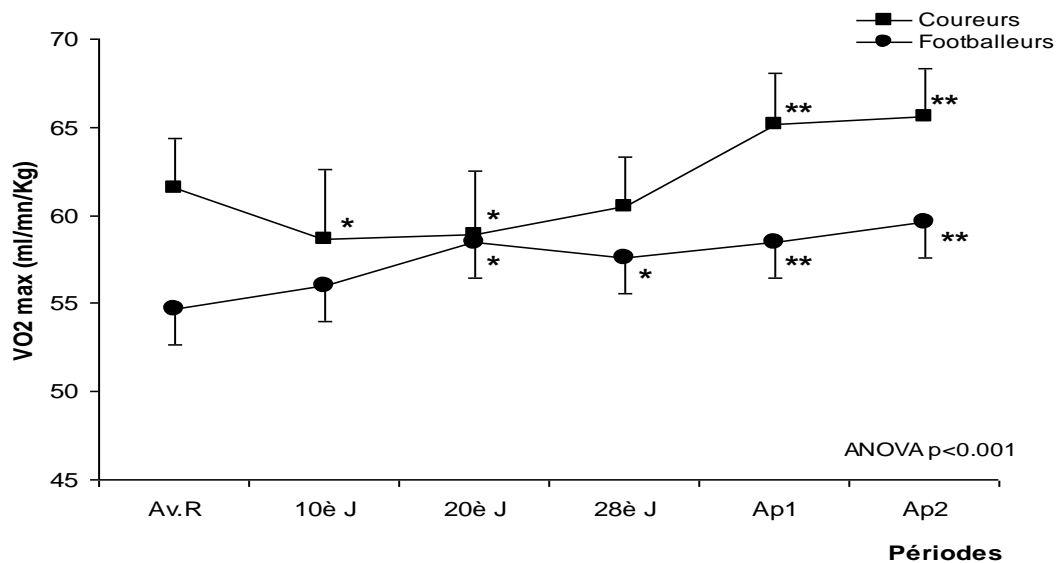


Figure 1. Variation des moyennes \pm sd du VO_2 max.. ($\text{ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$) pendant et dehors du Ramadan chez les coureurs ($n=10$) et les footballeurs ($n=17$).

$p < 0.05$; ** $p < 0.01$, sont les seuils de significations obtenus après comparaisons par rapport à la période de référence (Av.R) obtenus par le Test de Wilcoxon pour échantillons appariés.

4. Discussion

Au cours de cette étude, l'analyse des effets du jeûne du mois de Ramadan sur les performances physiques et la consommation maximale d'oxygène chez les footballeurs et les coureurs du demi-fond, a montré globalement des effets variables du jeûne de Ramadan chez les deux groupes de sportifs. Malgré l'inversion du système alimentaire au cours du mois de Ramadan, les valeurs du poids corporel restent constantes chez les coureurs, ces derniers ont généralement un indice de masse corporel faible par rapport aux footballeurs, au regard du volume de course d'endurance parcourue par semaine au cours de leur entraînement. Cette constante est également retrouvée dans plusieurs études (Ballal & Bakir, 1993; Ramadan & Barac-Nieto, 2000) montrant l'équilibre entre la consommation et la dépense énergétique (Ben Salama et al., 1993). Cependant, ces variations chez des jeunes footballeurs (20 à 25 ans), sont significativement réduites, en effet, plusieurs études ont confirmé cette diminution (Faye, [Fall](#), [Badji](#), [Cisse](#) & [Stephan](#), 2005; Sweileh et al, 1992; Naif, Sliman & Khatib, 1988) justifiant ces variations aux modifications qualitatives (Abdellaoui, 1994) et quantitative des glucides et des lipides ingérés au cours du mois de Ramadan. Le rapport entre les dépenses énergétiques et les apports énergétiques détermine en conséquence la variation du poids et la composition corporelle.

Il a été relevé aussi dans notre étude que le jeûne a influencé négativement le niveau de souplesse tendino-musculaire de la hanche chez les deux groupes de sportifs. Ces répercussions sont beaucoup plus marquées chez les coureurs le long du mois de Ramadan, à partir du 10^e J du Ramadan. La déshydratation induite par l'effort et la température ambiante semble augmenter l'hémoconcentration (Bouhleb et al., 2006) influençant en conséquence les tissus mous (muscles, tendons, ligaments, capsules, ...etc).

L'épreuve de course de navette exploitée dans cette étude est une épreuve progressive de 1 km/mn, (validé avec de nombreux test de laboratoire), sollicitant le $\dot{V}O_2$ max. du sujet lors des derniers paliers réalisés. L'effort ainsi fourni mobilise à la fois les processus de la glycolyse anaérobie lactique (30%) et la glycolyse aérobie (70 %) (De Newshoime et al., 1990). Cependant au cours du jeûne, lors des exercices physiques intenses, l'énergie est dérivée de l'oxydation des acides gras (Bouhlef et al., 2006 ; Stephen et al. 2008) au détriment de l'utilisation du glycogène, ainsi à travers l'analyse des données, nous avons remarqué un effet inverse entre les deux groupes.

Par rapport à la norme de référence, les athlètes de notre étude présentaient dans les conditions habituelles, un niveau élevés de $\dot{V}O_2$ max ($61.53 \pm 2.8 \text{ ml. min}^{-1}\text{kg}^{-1}$) et de puissance aérobie maximale, vu la nature et le mode d'entraînement adopté en demi-fond. Mais, ils présentent une baisse de leur $\dot{V}O_2$ max. pendant les 20 premiers jours du Ramadan avant de les stabiliser en fin de ce dernier. Ce constat dégagé à travers notre étude est confirmé par les résultats conclus par Zerguini et al. (2007) observant une réduction de 20% du $\dot{V}O_2$ max lors d'un test de 12 mn de course chez des sportifs professionnels. D'autres études menées au cours de Ramadan, ont montré aussi de faible diminutions du $\dot{V}O_2$ max (1.32 % en 1ere semaine et 5.96 % en 4eme semaine) chez les sujets actifs (Stephen et al., 2008 ; Stannard et Thompson, 2008 ; Kinugosa et al., 2010). Ces résultats sont interprétés comme étant la conséquence de l'effet de la déshydratation sur le système cardiovasculaire. dans les disciplines à forte demande énergétique en aérobie (Jousselin, 1990) et détermine de façon directe les prestations surtout sur les distances allant de 1500 à 5000 mètres (Peronnet et al., 1990). Ainsi Sweileh et al. (1990, 1992) ont montré chez des sujets adultes âgés entre 22 et 35 ans, que la $\dot{V}O_2$ max diminuait lors de la première semaine du Ramadan avec un retour aux valeurs initiales en fin de Ramadan lors des exercices d'endurance et de puissance aérobie.

Cependant, il a été remarqué dans notre étude une stabilité du niveau du $\dot{V}O_2$ max chez les footballeurs pendant le début du Ramadan, puis une reprise progressive vers la fin de Ramadan et même après ce dernier. Des travaux antérieurs confirment cette conclusion, montrant une le maintien des performances dans la première dizaine de Ramadan, au niveau de la vitesse aérobie maximale (VAM) lors du test de Cooper de 12 mn chez des footballeurs âgés de 18 ans (Kirkendall et al., 2008), des jeunes judokas âgés 18 ± 1 ans (Chaouachi et al., 2009) et même chez des sédentaires (Barac Niéto et al., 2000). Le résultat constaté à travers notre étude pour le paramètre $\dot{V}O_2$ max est confirmé également par les travaux de Ramadan et al. (1994), lors d'un exercice sous-maximal réalisé à puissance constante (100 w), chez 15 sujets adultes masculins ($36,5 \pm 8,1$ ans), pendant lequel la consommation d'oxygène ($\dot{V}O_2$ max ml/min/kg) augmentait significativement pendant Ramadan par rapport à celle relevée lors de la période située avant ce dernier.

Les joueurs de notre étude s'entraînant pendant de longues séances avant la rupture du jeûne, cet investissement appauvrit jusqu'au bout leur réserves en glycogène hépatique et musculaire, et provoque, à la rupture du jeûne, une reconstitution des réserves à un niveau supérieur par rapport à l'état initial (surcompensation), ce processus répétitif au cours du Ramadan explique vraisemblablement l'amélioration des performances constatée vers la fin de Ramadan, constaté également chez des adolescents (Brikci et al. 2000), toute fois sans exclure l'hypothèse de l'effet test-retest, en effet, les donnée relevées dans notre échantillon au niveau du $\dot{V}O_2$ max Av.R ($54.67 \pm 5.1 \text{ ml. min}^{-1}\text{kg}^{-1}$) sont en deçà de l'intervalle de référence des joueurs de foot-ball ($55-65 \text{ ml/kg/min}$), mentionné par plusieurs rapports de recherche ce qui leur donne des possibilités de

progrès au cours des périodes d'évaluation. De plus, l'état d'humeur et la motivation du sportif à fournir un effort maximal sont des déterminants difficilement contrôlables.

Il apparaît donc, par rapport à nos deux groupes de sportifs, que le jeûne du Ramadan engendre alors des effets variables sur les paramètres de la capacité aérobie. Les résultats observés laissent envisager que les sportifs entraînés répondent différemment aux conditions du jeûne de Ramadan, selon le mode d'entraînements et le niveau des capacités physiques sollicitées.

Les principaux résultats obtenus à travers cette étude, montrent globalement une réduction de la souplesse musculo-tendineuse, et une augmentation des performances après Ramadan chez les deux groupes par rapport au début du mois. Les coureurs semblent être plus influencés par la privation de nourriture et d'apports hydriques au cours du jeûne que les footballeurs dans les épreuves mobilisant le V_{O_2} max et le métabolisme aérobie. Cependant, d'autres facteurs extérieurs dépendants des habitudes de vie alimentaire et du climat de la région dans laquelle s'est déroulée cette étude, ne peuvent être exclus. La pratique du sport pendant Ramadan a besoin d'explorer de nouvelles stratégies d'entraînement pour optimiser la performance.

Références bibliographiques

Aziz A.R., Chia M.Y.H., Wahid M.F., Png W., Wong J.T.Y., and The K.C. (2010). Effects of Ramadan fasting on maximal Bench press strength Performance in trained athletes. Proceedings of the III International Conference of Physical Education and Sports Science, *ICPESS*, Singapore.p:101-107.

Abdallaoui F. (1994). Conséquences du Ramadan sur l'équilibre de l'écosystème buccal chez 21 jeunes adultes marocains. Proceeding du 1^{er} congrès International sur la santé et le Ramadan, Casablanca, janvier. 131-147.

Adlouni A., Ghalim N., Benslimane A., Lecerf JM., Saile R. (1997). Fasting during Ramadan induces a marked increase in high-density lipoprotein cholesterol and decrease in low-density lipoprotein cholesterol. *Ann Nutr Metab* ; 41:242-9.

Afifi ZE. (1997). Daily practices, study performance and health during the Ramadan fast. *J R Soc Health*,117:231–235.

Ali M.R, Amir T. (1989). Effects of fasting on visual flicker fusion. *Percept. Mot-Skills*; 69: 627-31.

Ballal M, Bakir, S.M. (1993). Effect of Ramadan fasting on physical fitness. *J.I.Med.Assoc.*, 25:117-119.

Beltaifa L., Bouguerra R., Ben Salma C., Jabrane H., El-Khadhi A., Ben Rayana MC., Doghri T. (2002). Food intake and anthropometrical and biological parameters in adult Tunisians during fasting at Ramadan. *East Mediterr Health J*; 8:603–611.

Ben Salama F., Hsairi M., Belaid J., Achour N, Achour, A. and Nacef, T. (1993). Food intake and energy expenditure in high school athletes before, during and after the month of Ramadan: effect of fasting on performance. *La Tunisie Médicale*; 71(2), 85-89.

Bouhleb E., Salhi Z., Bouhleb H., Mdella S., Amamou A., Zaouali M., Mercier J., Bigard X., Tabka Z., Zbidi A., Shephard RJ. (2006). Effect of Ramadan fasting on fuel oxidation during exercise in trained male rugby players. *Diabetes Metab*, 32:617-624.

De Newshoime E.A. (1990). Physical and mental fatigue: metabolic mechanisms and importance of plasma amino acids. *Br.Med.Bull.*; 448-77.

Donald T.J., Leiper J.B., Bartagi Z., Dvorak J., Zerguini Y. (2008). The influence of Ramadan on physical performance measures in young Muslim footballers. *Journal of Sports Sciences*, December; 26(S3): S15–S27.

Elati J., Beji C., Danguir J. (1995). Increased fat oxidation during Ramadan fasting in healthy women: an adaptive mechanism for body-weight maintenance. *American journal of clinical nutrition*; 62: 302–7.

Elati J, Khallal Z., Beji C, Danguir J. (1994). Comportement alimentaire durant le Ramadan : Repercussion sur les paramètres biologiques. Dans: Actes du 1er congrès international sur Ramadan et santé. Casablanca, janvier; 159-173.

El-Hazmi MAF., Al-Faleh FZ, Al-Mofleh IB. (1987). Effect of Ramadan fasting on the values of hematological and biochemical parameters. *Saudi medical journal* ; 8:171–6.

[Faye J](#), [Fall A](#), [Badji L](#), [Cisse F](#), [Stephan H](#), [Tine P](#).(2005). Effects of Ramadan fast on weight, performance and glycemia during training for resistance. *Dakar Med.*, 50(3):146-51.

Fedail SS, Murphy D, Salih SY, Bolton CH, Harvey RF. (1982). Changes in certain blood constituents during Ramadan. *American Journal of Clinical Nutrition*; 36(2): 350-353.

Haghdoust A.A., PoorRanjbar M. (2009). The interaction between physical activity and fasting on the serum lipid profile during Ramadan. *Singapore Med J*; 50(9): 897.

Hussain R., Duncan MT., Cheah SH., Ch'ng SL. Effects of fasting in Ramadan on tropical Asiatic Moslems. *British Journal of Nutrition* 1987; 58(1): 41-48.

Jousselin E. (1990). “Etat de forme” et épreuves d’effort. Dans: X^e séminaire de bioénergétique: Entraînement /surentraînement. Paris, 10-11, Décembre, pp: 7-11.

Karli U., Guvenc A., Aslan A., Hazir T., Caner A. (2007). Influence of Ramadan fasting on anaerobic performance and recovery following short time high intensity exercise. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 490-497.

Karli U., Guvenc A., Aslan A., Hazir T., & Acikada C. (2007). Influence of Ramadan fasting on anaerobic performance and recovery following short time high intensity exercise. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 490-497.

- Kayrkçoiglu O., Erkin, E.F., Erakgûn T. (1999). The influence of religious fasting on basal tear secretion tear break-up time. *International ophthalmology* ; 22: 67-69.
- Kinugasa T., Nair G., and Aziz A.R., 2010. Effects of Ramadan fasting on physical performance and psychological characteristics in youth soccer players. Proceedings of the III International Conference of Physical Education and Sports Science, ICPESS 2010 Singapore:187-193.
- Leger L., Cloutier L., Rowan, C. (1985). Test progressif de course navette de 20 m avec paliers de 1min. *Université de Montréal*.
- Montmayer A Villaret M. (1990) Étude de la vitesse maximale aérobie derrière cycliste - valeur prédictive sur la performance en course à pied. *Sci. Mot.* 10: 27-31.
- Naif A., Sliman F., Khatib A. (1988). Effect of fasting in body weight and some blood constituents of healthy muslims. *Nutritional reports international*, 38: 1299-1306.
- Newsholme E., Blomstrand E. & al. (1992). *Brit.Med.Bul.*, 48 (3) : 477-495.
- Peronnet F. (1991). Le Marathon. Editions Vigot, Paris, *Decarie Montréal*.
- Ramadan J., Telahoun G., Al-Zaid N.S., Baracnieto M. (1999). Responses to exercise, fluid and energy balance during Ramadan in sedentary and active males. *Nutrition* ; 15 (10):735-739.
- Ramadan, J.M. and Barac-Nieto, M. (2000). Cardio-respiratory responses to moderately heavy aerobic exercise during the Ramadan fasts. *Saudi Medical Journal*, 21(3), 238-244.
- Soulière D. (1981). Flexibilité. Fascicule D-a. *Tests d'évaluation de la condition physique de l'adulte* (TECPA), Kino-Quebec, Canada.
- Stannard S, Buckley A., Thompson M. (2004). Endurance exercise training in the fed vs. overnight fasted state. *Journal of Science and Medicine in Sport*; [Volume 7, Issue 4, Supplement 1](#), December, p : 65.
- Stannard SR, Thompson MW.(2008). The effect of participation in Ramadan on substrate selection during submaximal cycling exercise. *Journal of Science and Medicine in Sport*; 11:510-517.
- Stephen R. Stannarda, Martin W. Thompson B. (2008). The effect of participation in Ramadan on substrate selection during submaximal cycling exercise. *Journal of Science and Medicine in Sport*; 11, 510-517.
- Sweileh N, Schnitzler A, Hunter GR, Davis B. (1992). Body composition and energy metabolism in resting and exercising muslims during Ramadan fast. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 32(2): 156-163.
- Sweileh N., Schnitzler A, Hunter G., Davis B. (1992). Body composition and energy K metabolism in resting and exercising muslims during Ramadan fast. *J. of sports medecine and physical fitness*. 32 (2): 156-163.

Thibaut G. et Mercier D. (1981). La planification de l'entraînement des coureurs du fond. *Revue Québécoise de l'activité Physique 1* : 11-19.

Yoav M., Aobeida I., Alon E. (2008). The effect of the Ramadan fast on physical performance and dietary habits in adolescent soccer players. *Eur J Appl Physiol*; 102:651–657.

Zerguini Y., Kirkendall D., Junge A., Dvorak J. (2007). Impact of Ramadan on Physical Performance in Professional Soccer players. *Br J Sports Med.*, 10,1136.

Zerguini Y. Kirkendall D, Junge A., Dvorak J.(2007). Impact of Ramadan on physical performance in professional soccer players. *Br J Sports Med.* Jan 15.

Ziaee V., Razaee M., Ahmadinejad Z., Shaikh H., YouseW.R., Yarmohammadi L., Bozorgi F., Behjati MJ. (2006). The changes of metabolic profile and weight during Ramadan fasting. *Singapore Med J* 47:409–414.

EVOLUTION DES FILIERES AEROBIE ET ANAEROBIE AU COURS DU DEVELOPPEMENT PUBERTAIRE CHEZ DES NAGEURS DE 11-14 ANS.

KHIAT Belkacem

Institut de l'Education Physique et Sportive

Université des Sciences et de la Technologie Mohamed Boudiaf d'Oran ; Algérie.

Résumé :

Le but de cette investigation longitudinale est d'étudier l'évolution des puissances maximales aérobie et anaérobie des nageurs durant le développement pubertaire.

12 nageurs âgés de 11 à 14 ans ont suivi le protocole de recherche durant deux années et demi. L'âge pubertaire a été estimé selon la classification de Tanner. Les mesures anthropométriques ont été prises. L'évaluation de la consommation maximale d'oxygène (VO₂max) a été faite d'une manière indirecte par le test navette de 20m de Léger et Gadoury. Pour l'évaluation du processus anaérobie on a utilisé le test de force-vitesse de Vandewalle.

Aucune évolution significative n'a été constaté pour tous les indices aussi bien morphologiques que physiologiques. Cela suggère d'une part une inadéquation des protocoles d'entraînement utilisés particulièrement en matière de volume et d'intensité de la charge de travail, et d'autre part cela suppose que l'on n'a pas su rentabiliser cet intervalle situé entre les stades pubertaires 2 et 3 mis en évidence par une même étude similaire que l'on a effectuée sur des sédentaires .

ملخص :

هدف هذا البحث الطولي هو دراسة نمو القدرات القصوى الهوائية و ألا هوائية للسباحين أثناء أطوار البلوغ. 12 سباح من 11 إلى 14 سنة خضعوا لبروتوكول البحث مدة سنتين و نصف. سن البلوغ قدر حسب تصنيف Tanner . المقاييس الانطربوميترية قيست. قدر الاستهلاك الأقصى للأكسجين (VO₂max) بصفة غير مباشرة عن طريق اختبار الجري المكوكي لمسافة 20 م ل Léger et Gadoury . و لتقييم القدرة ألا هوائية استعمل اختبار قوة السرعة ل Vandewalle , لم نلاحظ أي تطور دال للمعايير المرفلوجية و لا للمعايير الفيزيولوجية . هذا يوحي من جهة أن برتوكولات التدريب كانت غير ملائمة خاصة بالنسبة لحجم و شدة العمل, و من جهة أخرى هذا يتبين أن الفترة ما بين مرحلي البلوغ 2 و 3 التي أبرزناها في دراسة مماثلة على غير الرياضيين لم تستثمر.

I. INTRODUCTION :

L'importance de cette phase cruciale qu'est la puberté tant sur le plan du développement morphologique que physiologique, en particulier endocrinien, se manifeste par des modifications sensibles et distinctes du potentiel physique des jeunes individus à même âge chronologique.

L'enfant prépubère 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 oxydatif (cycle de Krebs) sont égales et même le plus souvent supérieures à celles de l'adulte. L'augmentation des possibilités maximales de consommation d'oxygène (VO_2 max.) par l'entraînement est une donnée classiquement observée chez l'adulte et l'adolescent, à condition que celui-ci respecte certaines caractéristiques de durée, nature, intensité et fréquence (American College of Sports Medicine, 1990 ; Saltin, 1986).

Au contraire le métabolisme anaérobie lactique est peu efficace et immature aux âges prépubères. 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 (Eriksson, 1987). Le but de notre étude a été d'analyser les profils d'évolution des puissances maximales aérobie et anaérobie au cours de l'adolescence de sportifs de compétition afin de déterminer le stade le plus indiqué pour l'introduction d'un entraînement anaérobie adapté.

II. MATERIELS ET METHODES :

Population :

12 nageurs de compétition affiliés à des clubs ont consenti de participer à l'étude après avoir pris connaissance du protocole.

PROTOCOLE :

Chaque sujet a été examiné afin d'éliminer les inaptitudes majeures à la pratique des tests.

A/ Détermination des Caractéristiques Biométriques :

Par le même examinateur ont été mesurés la Taille, le Poids et les Périmètres des biceps, triceps et cuisse ainsi que la mesure des Plis Cutanés (Triceps, biceps, omoplate, et hanche du côté gauche).

Les Stades Pubertaires étaient déterminés selon la classification de Tanner (1962).

La technique établie par l'international programme de biologie (Weineck et Laurie, 1981) a été utilisée pour l'estimation du pourcentage de la Masse Grasse et à déduire le Poids maigre.

B/ Détermination de la Consommation Maximale d'Oxygène (VO_2 max.) :

La VO_2 max. a été déterminée d'une manière indirecte par le test progressif de course navette de Léger et Gadoury, 1989.

Le test consiste à effectuer le plus longtemps possible des allers et retours à vitesse imposée entre deux lignes parallèles distantes de 20 mètres. La vitesse est imposée au moyen de signaux sonores enregistrés sur une bande magnétique et émis à intervalles réguliers. A chaque signal le sujet doit se trouver au niveau de la zone située entre 18 et 20 mètres.

L'arrêt de l'épreuve se fait quand le sujet ne parvient plus à suivre le rythme imposé.

C/ Détermination de la Puissance Maximale Anaérobie (Wanmax.):

Wanmax. était déterminée par le test de force-vitesse de Vandewalle, 1988.

matériels :

- vélo ergométrique à poids type Monark.
- Ordinateur pourvu d'un logiciel permettant le calcul automatique des valeurs de Wanmax., de la force maximale (Fo) et de la vitesse maximale (Vo).
 - le test est fait de répétitions d'exercices brefs et intenses (sprints de 6 secondes). L'épreuve est arrêtée quand la vitesse atteint 90 tours/mn. Une récupération passive de 3 à 5 minutes est obligatoire entre différents paliers. Les valeurs de Fo, Vo et Wanmax. sont données directement sur un graphe.

III. RESULTATS :

Le Tableau 1 représente les valeurs moyennes et leur écart type par stade pubertaire des caractéristiques générales du groupe de nageurs étudié.

Tableau 1. Moyennes et écarts types des mesures biométriques.

Stades Pubertaires	AGE (ans)	Tail. (cm)	Pds (kg)	%M.G.	Pds M. (kg)	Péri.B. (mm)	Péri.C. (mm)	Péri.M. (mm)
S 1	11,5	144.2	36.10	8.55	32.8	19.2	39.9	28.3
(n= 5)	±1,1	± 5.11	± 7.05	± 2.53	± 5.56	± 1.25	± 2.58	± 1.15
S 2	12.8	145.4	39.7	8.32	36.91	21.1	42.6	30
(n= 5)	± 1.1	± 13.9	± 5.10	± 0.87	± 4.47	± 2.7	± 4.2	± 1
S 3	13.5	157.7	41.66	8.59	37.82	20	39.67	30.33
(n= 3)	± 1.1	± 2.08	± 1.52	± 2.85	± 1.04	± 1.73	± 2.5	± 0.57

Il n'y a eu aucune évolution significative de tous les indices morphologiques entre les stades 1 et 3 sauf pour le périmètre du mollet . Cette absence d'évolution est aussi constatée entre les stades 1 et 2 ainsi qu'entre les stades 2 et 3.

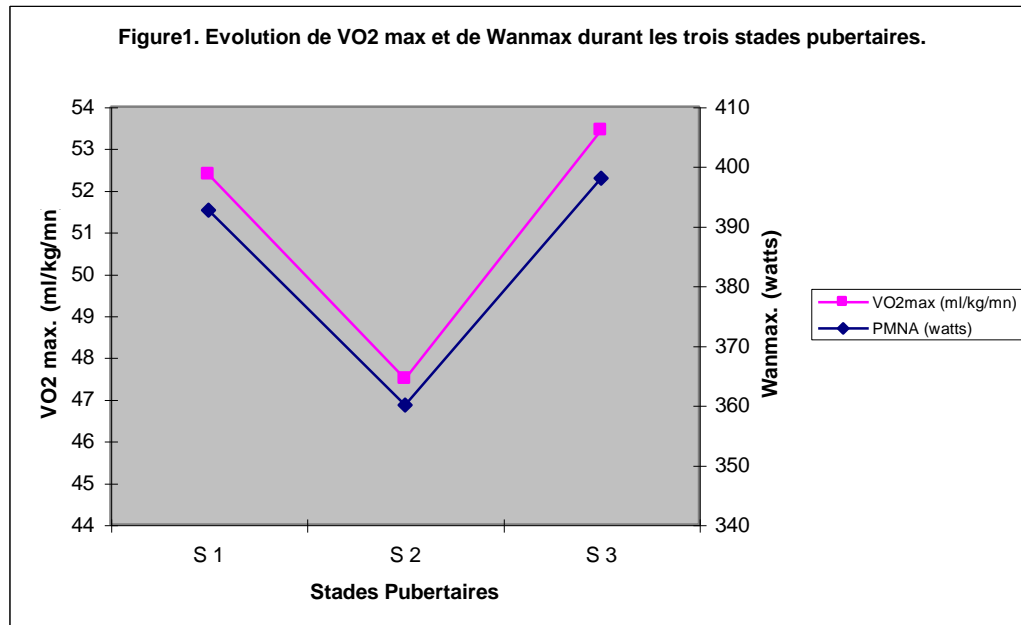
Le tableau 2 représente les valeurs moyennes et l'écart type de la consommation maximale d'oxygène (VO2 max. en ml/kg/mn), de la puissance maximale anaérobie (Wanmax. en watts), de la force maximale (Fo en kgf) et de la vitesse maximale (Vo en trs/mn).

Tableau 2. Moyennes et écarts types des indices physiologiques de l'effort.

Stades Pubertaires	VO2max (ml/kg/mn)	Wanmax (watts)	Fo (kgf)	Vo (trs/mn)
S 1	52.38	392.65	9.16	141.94
(n= 5)	± 2.12	± 37.15	± 3.10	± 44.44
S 2	47.48	360.06	8.2	173.48
(n= 5)	± 6.41	± 66.52	± 1.77	± 15.70
S 3	53.43	397.97	10.26	163.92
(n= 3)	± 1.67	± 90.18	± 2.49	± 13.11

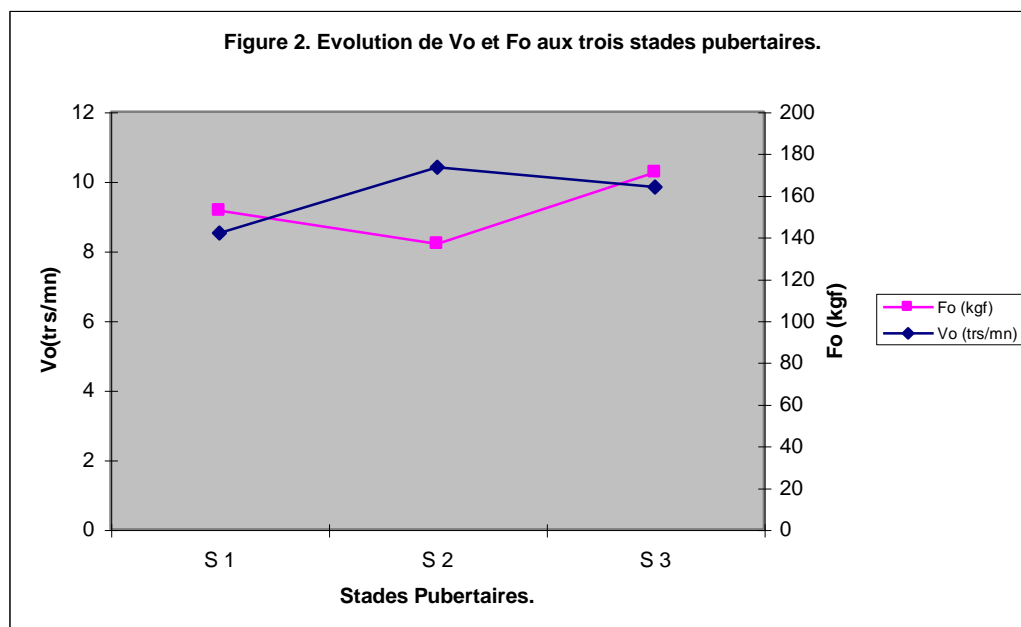
Aucune différence significative n'a été relevée pour tous les indices physiologiques aux trois stades pubertaires.

La figure 1 représente les courbes d'évolution des valeurs moyennes de VO₂ max. (ml/kg/mn) et de Wanmax. (watts) en fonction des trois premiers stades pubertaires.



On constate une évolution parallèle des courbes de VO₂ max. et Wanmax. Bien qu'il n'y a eu aucun accroissement significatif pour les deux indices, on constate un accroissement entre les stades 2 et 3.

La figure 2 représente l'évolution des courbes de Vo (trs/mn) et de Fo (kgf) selon les trois stades pubertaires.



Bien qu'aucune augmentation significative de Vo et de Fo n'ai été relevée on note une tendance à la baisse de Vo entre les stades 2 et 3 et dans le même intervalle un accroissement de Fo.

IV. DISCUSSION :

L'influence de l'activité physique sur la croissance est toujours matière à débat (Cunningham , 1990 ; Theintz, 1994).

L'absence de différences significatives pour la majorité des indices anthropométriques chez notre population de nageurs peut être imputée d'une part au faible nombre de l'échantillon et à la dispersion des moyennes pour chaque paramètre mesuré. D'autre part cette absence de différences significatives peut être due aussi à une inadéquation du volume et de l'intensité des entraînements.

Certaines études n'ont constatées aussi aucun effet significatif de l'entraînement sportif sur la croissance des enfants et des adolescents (Malina et Bouchard, 1991 ; Bouix et coll., 1997).

Concernant les indices physiologiques de l'effort leurs augmentations significatives sont habituellement associées, selon la littérature, à des charges d'entraînement supérieures à 18 heures par semaine (Bouix et coll., 1997 ; Tharp et coll ., 1985). Aussi , l'entraînement de 8 à 10 heures par semaine suivi par nos sportifs peut être considéré comme très modéré, de l'ordre de 300 à 400 km/an (niveau international : 10 à 12 heures d'entraînement par semaine, soit une moyenne de 2600 à 3200 km/an), en tout cas pas assez étendu et pas assez intense pour induire des changements significatifs.

Par ailleurs l'absence d'amélioration significative de VO₂ max. constatée dans notre étude a été fréquemment identifiée par les études qui se sont concentrées sur la période qui précède tout juste la puberté (Cunningham et coll., 1984 ; Daniels et Oldridge, 1971; Ekblom, 1969 ; Koch, 1980 ; Mirwald et coll., 1981 ; Rutenfranz et coll ., 1981). L'accroissement de la puissance aérobie est basé sur la relation significative avec la croissance physique (Taille et Poids particulièrement) , or ces dernier n'ont pas évolués significativement.

Les résultats de Wanmax. aussi sont restés non-significatifs aux trois stades pubertaires étudiés. Les travaux de Docherty et coll. (1987) ainsi que ceux d'Eriksson et coll. (1974) ont permis de constater qu'il est peu probable de développer chez les jeunes la puissance maximale lactique, pas plus que la production des enzymes impliquées dans le processus anaérobie et dans l'élimination de l'acide lactique ou encore la production de catécholamines.

D'autre part bien que des études (Gaul et coll., 1995 ; Payne et Morrow, 1993 ; Rostein et coll., 1981 ; Sprynarova et coll., 1978 ; Williams et Armstrong, 1991) aient montré que les enfants pré pubères et pubères peuvent augmenter leur force musculaire par l'entraînement, dans notre étude aucune différence significative dans l'évolution de Fo n'a été relevée. Ainsi il est évident que l'entraînement de nos nageurs n'a pas induit de changements significatifs de leur Fo.

De même que pour la Fo, aucune différence significative de Vo n'a été constatée chez nos nageurs. La vitesse maximale semble être un facteur déterminé génétiquement dont les bases biologiques s'établissent très tôt durant l'enfance (Manno, 1989 ; Weinek, 1992). L'augmentation généralement constatée chez les sportifs est surtout liée, selon l'étude de Méro et coll. (1988), à une amélioration de la puissance anaérobie et de la force, ce qui n'est pas le cas pour notre échantillon.

V. CONCLUSION :

La connaissance précise des capacités physiques contribue à la programmation des entraînements sportifs. En outre l'utilisation de la classification pubertaire permet de différencier d'une manière significative les potentialités des jeunes à même age

chronologique et par conséquent facilite l'orientation de l'entraînement. Dans ce sens, l'étape significative entre les stades 2 et 3 mise en relief par une même étude que l'on a faite sur des jeunes non-sportifs et qui permet de différencier l'évolution des aptitudes physiques et leur développement en fonction de la maturation biologique n'apparaît pas clairement chez nos nageurs.

Cette absence d'un accroissement significatif des différents paramètres morphologiques et particulièrement physiologiques dans notre population sportive suggère d'une part une inadéquation des protocoles d'entraînement utilisés particulièrement en matière de volume et d'intensité de la charge de travail, et d'autre part cela suppose que l'on n'a pas su rentabiliser cet intervalle situé entre les stades pubertaires 2 et 3 mis en évidence par une même étude similaire que l'on a effectuée sur des sédentaires signalée plus haut.

REFERENCES :

1. **AMERICAN COLLEGE of SPORT MEDICINE.** The recommended quantity and quality of exercise for developing cardiorespiratory fitness and muscular fitness in healthy adults. *Med. Sci. Sports* 22: 265-74, 1990.
2. **BOUX O., BRUN J.F., FEDU C., MICALLEF J.P., CHARPIAT A., RAMA D. et ORSETTI A.** Exploration de gymnastes adolescents de classe sportive : quel suivi médical pour la croissance et la puberté ? *Science et Sports*, 12 : 51-65, 1997.
3. **CUNNINGHAM L.N.** Physiologic comparison of adolescent female and male cross-country runners. *Ped. Exerc.Sci.* 2: 313-321, 1990.
4. **CUNNINGHAM D.A., PATERSON D.H., BLIMKIE C.J.R. and DONNER A.P.** Development of cardiorespiratory function in circumpubertal boys: A longitudinal study. *Journal of Applied Physiology*, 56: 302-307, 1984.
5. **DANIELS J. and OLDRIDGE N.** Changes in oxygen consumption of young boys during growth and running training. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 3: 161-5, 1971.
6. **DOCHERTY D., WENGER H.A. and COLLIS M.L.** The effects of resistance training on aerobic and anaerobic power of young boys. *Med. Sci. Sports Exerc.* 19: 389-392, 1987.
7. **EKBLOM B.** Effect of physical training in adolescent boys. *Journal of Applied Physiology*, 27: 350-55, 1969.
8. **ERIKSSON B.O. et coll.** Muscle metabolism and enzyme activities after training in boys 11-13 years old. *Acta Physiologica*, pp. 485-492, 1987.
9. **ERIKSSON B.O. and SALTIN B.** Muscle metabolism during exercise aged 11 to 16 years compared to adults. *Acta Paediatrica Belgica*, 28: 257-65, 1974.
10. **GAUL C.A., DOCHERTY D. and CICCHINI R.** Differences in anaerobic performance between boys and men. *Int. J. Sports Med.* 16: 451-455, 1995.
11. **KOCH G.** Aerobic power lung dimensions, ventilatory capacity, and muscle blood flow in 12-16 year old boys with high physical activity. In *Children and Exercise (edited by K. Berg and B.O. Eriksson)*, vol. 9, pp. 64-8. Baltimore: University Park Press, 1980.
12. **LEGER L. et GADOURY C.** Validity of a the 20 m shuttle run test with 1 mn stages to predict VO₂ max. in adults. *Can. J. Spt. Sci.* 14: 21-26, 1989.
13. **MALINA R.M. and BOUCHARD C.** Growth and physical activity. *Human Kinetics, Champaign, Il.*, 1989.
14. **MANO R.** Les bases de l'entrainement sportif. *Edition :Revue E.P.S.*, 223 p., 1989.

15. **MERO A., KAUFANEN H., PELTOLA E. and VUORIMAA T.** Changes in endurance strength and speed capacity of different prepubescent athletic groups during one year of training. *J. Hum. Mvt.* 14: 219-239, 1988.
16. **MIRWALD R.L., BAILEY D.A., CAMERON N. and RASMUSSEN R.L.** Longitudinal comparison of aerobic power in active and inactive boys aged 7 to 17 years. *Annals of Human Biology* 8: 405-414, 1981.
17. **PAYNE V.G. and MORROW J.R.** The effect of physical training on prepubescent VO₂ max.: a meta-analysis. *Res. Q. Exerc. Sport* 64: 305-313, 1993.
18. **ROSTEIN A., DOTAN R., BAR-OR O. and TENENBAUM G.** Effect of training on anaerobic threshold, maximal aerobic power and anaerobic performance of preadolescent boys. *International Journal of Sports Medicine* 7: 281-6, 1981.
19. **RUTENFRANZ J., LANGE-ANDERSEN K., SELIGER V., KLIMMER F., BERNDT I. and RUPPEL M.** Maximum aerobic power and body composition during the puberty growth period: similarities and differences between children of two European countries. *European Journal of Pediatrics* 136: 123-33, 1981.
20. **SALTIN B.** Physiological adaptation of physical conditioning: old problems revisited. *Acta Med. Scand. Suppl.* 711: 11-24, 1986.
21. **SPRYNAROVA S., PARIZKOVA J. and IRINOVA I.** Development of the functional capacity and body composition of boys and girls swimmers aged 12-15 years. In: *Pediatric Work Physiology (edited by J. Borms and M. Hebbelinck), pp. 32-8. Basel: Karger, 1978.*
22. **TANNER J.M.** Growth at adolescence (2nd ed. *Oxford, Blackwell Scientific Publications, 1962.*
23. **THARP G.D., NEWHOUSE R.K., UFFELMAN L., THORLAND N.G. and JOHNSON G.O.** Comparison of sprint and run times with performance on the Wingate anaerobic test. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 56, 1: 73-76, 1985.
24. **THEINTZ G.E.** Endocrine adaptation intensive physical training during growth. *Clinical Endocrinology* 41: 267-272, 1994.
25. **VANDEWALLE H. et FRIEMELF.** Tests d'évaluation de la puissance maximale des métabolismes aérobie et anaérobie. *Science et Sports* 4 : 265-279, 1989.
26. **WEINEK J.** Biologie du sport. *Edition : Vigot, 783 p., 1992.*
27. **WILLIAMS J.R. and ARMSTRONG N.** The influence of age and sexual maturation on children blood lactate response to exercise. *Ped. Exerc. Sci.* 3: 11-120, 1991.

Recherche de solution dans l'actualisation des conduites motrices dans des situations d'enseignement de l'EPS en 3^{ème} année cycle moyen : Étude du problème de transfert

Dr: REMAOUN Med

Maitre de conférences «A »

Université Abdelhamid Ibn Badis MOSTAGANEM

Résumé

Toute éducation est une tentative pour modifier des comportements selon des objectifs et une finalité

Finalité et objectifs doivent être clarifiés, mécanismes d'intervention et processus d'apprentissage doivent être élucidés.

L'adoption d'un plan d'expérience dans le cadre d'hypothèses établies, le choix d'une procédure qui permette la mesure, le souci de contrôler et de mobiliser les variables donne à cette étude un caractère expérimental. Il n'échappe pas que le problème traité est celui du transfert en EPS, notion clef des processus d'apprentissage c'est-à-dire de toute acquisition

Cette recherche s'inscrit dans la voie de l'EPS en tant que champ de connaissances et non pas comme un champ de croyances ce qui est l'un des garants d'une pédagogie objective

Mot- clés : transfert – conduites motrices-situations d'enseignement - EPS

Abstract

All education is an attempt to modify some behaviors according to objectives and a finality. Finality and objectives must be clarified, mechanisms of intervention and processes of training must be clarified.

The adoption of an experience plan in the setting of established hypotheses, the choice of a procedure that permits the measure, the worry to control and to mobilize the variables deal to this survey an experimental character. It doesn't escape that the treated problem is the one of the transfer in physical education, key notion of the training processes that is all acquirement. This research appears in the way of the physical education as field of knowledge and not like a field of beliefs what is one of the guarantors of an objective pedagogy

Word - keys: transfer. Conducted motorcar-Situations of teaching - Physical Education

L'existence de phénomènes de transfert a été déduite à partir de la constatation d'effets d'interaction entre des apprentissages différents. Chaque fois qu'un apprentissage moteur, soit par facilitation, soit par interférence, modifie un autre apprentissage, on dit qu'il y a transfert. Celui-ci est pro-actif si un premier apprentissage modifie un apprentissage ultérieur, il est rétro-actif quand il efface ou consolide un apprentissage déjà acquis (PARLEBAS, 1986).

S'il s'agit d'effets facilitants, on parle au contraire de transfert positif. Dans le cas d'effets d'obstacle, on parle au contraire de transfert négatif.

Dans notre étude, nous nous sommes uniquement préoccupés de tester les effets de transfert pro-actif positifs résultant de différentes interventions pédagogiques dans le domaine de l'Éducation Physique.

L'intervention de l'enseignant d'Éducation Physique et Sportive auprès des élèves s'exerce à deux niveaux :

1) Au niveau de l'organisation du milieu c'est-à-dire de l'organisation des tâches et situations à exécuter ou résoudre (nous avons essayé de contrôler les effets de transfert obtenus selon que l'apprentissage initial portait sur une tâche unique ou selon qu'il se faisait à partir de tâches multiples).

2) Au niveau du comportement personnel de l'enseignant (nous avons seulement essayé de comparer une intervention qui impose la répétition et l'imitation à une autre qui, elle, crée des situations favorables à la prise de conscience des principes d'exécution des mouvements).

HYPOTHESES:

1) Au niveau de la nature de la tâche: l'apprentissage de plusieurs parcours variés permet d'obtenir un transfert positif lors de l'apprentissage d'un nouveau parcours.

2) Au niveau de l'intervention de l'enseignant: une intervention pédagogique uniquement fondée sur le renforcement et sur un apprentissage par imitation provoque un transfert moindre que celui qui est obtenu par une intervention pédagogique reposant sur l'explication des principes d'exécution des mouvements.

Comment avons-nous testé les effets de transfert ?

Tout d'abord, en observant le niveau de performance atteint dans la tâche de transfert après l'apprentissage de cette tâche.

Ce niveau de performance témoigne des effets des apprentissages antérieurs sur cet apprentissage final. Nous avons également pensé qu'il pouvait être intéressant de tester ce niveau de performance, non seulement après l'apprentissage de la tâche mais également au tout début, lorsque les élèves se trouvent pour la première fois devant le parcours de transfert (mise en évidence de l'adaptabilité).

Pour contrôler cette adaptabilité, nous avons fait passer le parcours pré-test (p1) puis le dernier parcours de l'expérience (p8) aux sujets pris un à un, isolés dans la salle, et en veillant à ce que les obstacles n'aient pu être repérés que visuellement.

Dispositif expérimental:

Groupes		Phases							3 Contrôle	4 ^{ème} Apprentissage		Observation
		1 Pré test		2 Apprentissage								
Groupes expérimentaux A	15 Sujets A1	Pla	P1b	P1- 2	P1- 3	P1-4	P1-5	P1-6	P1-7	P8a	P8b	Répéterions de même parcours selon deux pédagogies déférentes
	15 Sujets A2	Pla	P1b	P1- 2	P1- 3	P1-4	P1-5	P1-6	P1-7	P8a	P8b	
B	15 Sujets B1	Pla	P1b	P2	P3	P4	P5	P6	P1-7	P8a	P8b	Changement t de parcours à chaque séance deux pédagogies déférentes
	15 Sujets B2	Pla	P1b	P2	P3	P4	P5	P6	P1-7	P8a	P8b	
Groupes contrôle C	15 Sujets C	Pla	P1b	Rien						P8a	P8b	

Plan d'expérience**Organisation de l'expérience****A/ La tâche des élèves:**

La tâche est d'effectuer un parcours jalonné d'obstacles.

La forme, l'organisation et la variation des différents parcours devaient répondre à une double exigence :

- d'abord, les parcours sont supposés mettre en évidence des mécanismes psycho- moteurs.
- ensuite, les parcours devaient correspondre à nos hypothèses ce qui entraînait le choix d'un matériel permettant de conserver la similitude des tâches et réponses malgré les variations de parcours.

(Même nombre d'obstacle similaires, respect de l'ordre des obstacles, liaison entre les obstacles.)

B/ les groupes d'élèves:

Les élèves ont été répartis, en groupes, en fonction de résultats obtenus sur le parcours pré test P1 (réalisation du parcours 2 fois avec chronométrage) .

L'objectif a été de constituer des groupes appareillés, c'est-à-dire homogènes sous plusieurs aspects:

- élèves de même âge (3^{ème} année cycle moyen)
- Sexe: masculin
- Même milieu social
- Capacités physiques à peu près similaires

Schématiquement, nous avons utilisé trois grands groupes d'expérience (confère plan de l'expérience)

C/ les phases de l'expérience:

Notre expérience comporte quatre grandes phases:
(Voir plan de l'expérience)

- la phase 1 ou phase du pré- test
- la phase 2 ou phase de l'apprentissage de la tâche
- la phase 3 ou phase de contrôle
- la phase 4 ou phase d'apprentissage d'un nouveau parcours P8, pour tous les groupes: cette phase capitale nous a permis d'apprécier la différence entre un apprentissage obtenu par répétition de la même tâche et un apprentissage supposant une variation dans les situations.

D) Analyse des résultats :

Pour effectuer l'analyse des résultats, les tests de MANN et WITHNEY ont été utilisés

Résulta:

groupe		PTA	PTB	Différence	P1.2	P1.3	P1.4	P1.5	P1.6	P1.7	P8a	P8b	Différence
parcours													
a	A1	A1.2	35.3	05.8	32.9	32	30.4	30.8	29.5	28.9	37	33.8	3.1
	A2	A1.1	35.5	05.6	32.4	31.6	30.5	29.6	28.9	28.3	36.8	33.6	3.1
B	B1	40.8	5.3	5.3	36.1	37.5	38.7	40.4	38.1	31.2	33.3	31.4	1.9
	B2	41.1	5.5	5.5	35.3	35.2	38.7	40.1	37	30.8	32.9	31.3	1.6
C	C	41	5.5	5.5							10.3	35.6	4.7

Moyennes des temps mis pour effectuer les parcours par chaque groupe (en secondes).**1 Analyse des résultats:**

_ Pour chaque groupe, la distribution des performances est dissymétrique par rapport à la moyenne.

1- Comparaison des résultats obtenus par des groupes qui s'entraînent selon deux interventions pédagogiques déférentes:**A) Comparaison des groupes A1, A2:**

Il n'y a pas de différence significative entre les résultats obtenus sur le parcours P8 pour le groupe A, qui s'est entraîné selon une pédagogie dogmatique et ceux obtenus par le groupe A2 qui s'est entraîné selon une pédagogie explicative.

Cette absence de différence significative entre les deux pédagogies se constate aussi lors de la comparaison des résultats obtenus au dernier passage de P 1 à savoir à l'épreuve de contrôle de la phase 3.

B) Comparaison des groupes B1, B2:

Il n'ya pas de différence significative entre les deux groupes, aussi bien en ce qui concerne le dernier passage de P1 que pour les temps réalisés sur le parcours nouveau P8.

Il semblerait donc que la pédagogie fondée sur la compréhension n'ait pas été plus efficace que la pédagogie dogmatique.

2) comparaisons des résultats obtenus par les groupes répétant le même parcours et les groupes changeant de parcours à chaque séance:

a) comparaison de groupes A1, B1 :

Pour la même intervention pédagogique dogmatique, nous obtenons une différence significative entre les résultats obtenus par le groupe A, (qui répète toujours le même parcours) et ceux obtenus par le groupe B, (qui change de parcours à chaque séance).

b) comparaison des groupes A2, B2 :

Ici aussi nous obtenons des différences significatives entre les deux groupes.

Nous concluons qu'un apprentissage fondé sur un changement continu de parcours favorise plus les acquisitions sur un parcours nouveau que la répétition d'un parcours unique.

3) contrôle des résultats de l'adaptabilité à un nouveau parcours:

Le groupe qui améliore le plus sa différence initiale est celui qui possède la meilleure adaptabilité à un parcours nouveau.

Il n'y a pas de différence significative entre les groupes A1 et B1 et entre A2 et B2. Il n'apparaît donc pas que le changement de parcours ait permis aux sujets des groupes B1 et B2 d'obtenir dès le premier passage sur le parcours nouveau, un temps très proche de leur meilleur temps final.

Cependant si nous faisons des comparaisons entre les temps obtenus lors du premier passage sur le parcours nouveau, nous enregistrons une importante différence significative au seuil de 0,1" en faveur des groupes B1 et B2 par rapport à A1 et A2.

Ces différents résultats nous permettent de supposer que la variation des parcours à chaque séance permet aux élèves des groupes B1 et B2 de réaliser sur un parcours nouveau une performance nettement supérieure à celle réalisée par les élèves des groupes A1 et A2.

4) comparaison des résultats obtenus par tous les groupes lors du franchissement du parcours P1 :

Nous trouvons une différence significative entre A1 et B1 et entre A2 et B2. La répétition d'un parcours unique permet donc d'atteindre sur ce parcours un niveau d'apprentissage plus élevé que la variation des parcours.

Par ailleurs, tous les groupes améliorent significativement leur performance par rapport au pré-test.

Conclusion :

Un apprentissage, établi sur sept séances et pendant lequel les élèves à chaque séance doivent faire face à un parcours différent provoque un effet de transfert positif lors de l'apprentissage d'un parcours nouveau.

Un apprentissage étalé sur 7 séances où tous les élèves se trouvent confrontés constamment avec le même parcours, n'entraîne aucun effet de transfert lors de l'apprentissage d'un parcours nouveau.

Dans des conditions de parcours identiques, une intervention pédagogique fondée sur l'explication des principes d'exécution des mouvements ne paraît pas plus efficace qu'une intervention reposant sur les seuls principes de renforcement et imitation.

Un apprentissage caractérisé par la variation des parcours à chaque séance permet d'obtenir au moment du passage sur un parcours nouveau, sans entraînement préalable, un niveau de

performance supérieur à celui que l'on peut atteindre grâce à un apprentissage fondé sur la répétition du même parcours.

La répétition d'un même parcours pendant sept séances d'affilée donne pour ce parcours, un niveau de performance nettement supérieur à celui qui est obtenu par un apprentissage fondé sur la variation des parcours.

Les constatations auxquelles notre expérience nous a permis d'aboutir ne nous permettent pas de tirer des conclusions définitives en ce qui concerne les hypothèses que nous avons exposé au début.

Cela tien essentiellement à la complexité de nos parcours dont il ne nous a pas été possible de contrôler la variable quantitative. Il s'agit donc d'approfondir la question et d'étudier notamment le problème de la sommation des tendances à la généralisation et celui des effets de transfert en fonction des difficultés relatives des taches initiales et finales.

BIBLIOGRAPHIE

- A.A.H.P.E.R.D.(1980) :American Association for Health, Physical Education, Recreation and Dance, Youth Fitness test items , WASHINGTON, Res, Quat.

BAYER, C.(1979) : L'enseignement des jeux sportifs collectifs, PARIS ,Vigot.

BONNET.J.P (1983) : Vers une pédagogie de l'acte moteur .réflexions critiques sur les pédagogies sportives, PARIS, VI GOT.

CATTELL, R.B.(1986). Tests d'intelligence, échelle 2A, Culture free, Les Editions du centre de psychologie appliquée, PARIS. (Réetalonnées par le COSP de Mostaganem).

CAZORLA, G (1982) : Evaluation des capacités physiques in E.THILL et coll, manuel de l'éducateur physique, PARIS, VIgot, 2 Ed.

DEKKAR, N. (1986): Croissance et développement de l'élève algérien, thèse de doctorat en sciences médicales, ALGER.

D'HAINAUT L.(1978) : Concepts et méthodes de là statistique;

BRUXELLES, Ed LABOR, Tomes 1 et 2.

FAMOSE.F.P.(1990) : Apprentissage moteur et difficulté de la tache PARIS Ed. INSEP.

HEBRARD.A. (1986) : L'éducation physique et sportive, réflexions et ,1 perspectives ARIS. Ed. Revue EPS.

PUBLICATION INSEP (1984) : Evaluation de la valeur physique in travaux et recherches en EPS, N°7.

Revue EPS.(1980) : Jean Piaget 30 ;5 ;6 -19.

THOMAS.R.ECLACHE, J. P, KELLERJ. (1985) : Les aptitudes motrices: structure et évaluation, PARIS,VIGOT.

L'hétérogénéité : obstacle ou ressource pour les apprenants et les formateurs**Hanane Mrabet , Hafsi Bedhioufi et Mohamed Ali Jbali****Unité de recherche « Psychologie du sport » (UR05SEP01)****Institut Supérieur *du sport et de l'Education Physique de Ksar Saïd - Tunisie*****Résumé :**

Ce travail fait partie du processus de formation des enseignants d'éducation physique et sportive (EPS) à l'Institut Supérieure des Sports et d'Education Physique du Kef (ISSEP).

La formation des étudiants enseignants d'EPS s'appuie sur la conception de deux champs des savoirs, théoriques et pratiques, qui doivent s'articuler pour dépasser la séparation entre la pensée et l'action, « puisque la pensée, les actions ... ont besoin d'autrui pour signifier » (Bakhtin, 2000). Par contre, cette formation; qui suscite notre attention pose un problème capital « qui s'attaque aux rapports difficiles entre les savoirs des praticiens et les savoirs issus de la recherche. » (Perrenoud, Ph. 2002).

En mettant l'accent sur les supports juridiques et institutionnels qui organisent la formation des enseignants en d'éducation physique et sportive, on essaiera de voir si le projet de « la maîtrise des facteurs d'apprentissage » constitue-telle la préoccupation première des enseignants ? Ainsi, la formation pédagogique actuelle répondrait-elle à la réalité vécue par les enseignants d'éducation physique et sportive. Le stage « qui ne peut se faire sans l'interface de différents intervenants? » (Altet, 2009) est conçu « comme vecteur de professionnalisation ». Il détermine directement quelles seront les modalités d'apprentissage. Il fait partie du programme de formation des étudiants en éducation physique mais il varie d'un institut à l'autre selon les ressources et les spécificités humaines et géographiques. L'objectif initial est la formation des « futurs enseignants » de l'éducation physique. (Laursen, 2007).

Mots Clés : Apprentissage ; Formateur en EPS

1- La rénovation en formation pédagogique

L'idée du temps qui passe, des événements qui se développent et qui évoluent constitue une dimension importante dans le paradigme de la transformation. Loin de vouloir figer ces événements, il faut pouvoir les percevoir dans leur dynamique et leur contexte historique. Le projet de la formation pédagogique se déroule dans le temps. Certains nombres de repères peuvent être facilement identifiables, par exemple la durée du stage et sa fin, la date officielle du début etc. Il est par contre, beaucoup plus difficile de fixer des repères liés aux processus. Donc le découpage ne peut être qu'artificiel et difficilement généralisable. Tout en tenant compte des expériences antérieures le stage de pré-professionnalisation s'engage vers la réalisation de ses objectifs. Pris dans son sens général, le terme processus signifie « l'évolution et les étapes de l'évolution d'un phénomène ou d'un organisme dans une direction déterminée » (Mucchielli et al., 1969, p.134).

En ce qui concerne la formation pédagogique, c'est l'évolution du savoir relatif à la pratique pédagogique dans lequel l'apprenant cherche à développer son potentiel par le biais de ses connaissances, de ses habiletés et de ses attitudes. L'arrêté ministériel (JORT du 22 Juillet 1997, n°58) fixe le régime des études pour les deux cycles de formation dans les ISSEP : le diplôme Universitaire et la maîtrise dans les deux spécialités Education Physique et Sport. Les études, en vue de l'obtention du Diplôme Universitaire en Education Physique (DUEP), durent deux années et comportent un volume horaire global de 1469 heures minimum par an. Les enseignements comportent dix modules obligatoires. Les études en vue de l'obtention du diplôme de maîtrise en Education Physique sont répartie en deux cycles de deux années chacun et comportent un volume horaire global de 2678 heures minimum par an. Les enseignements du deuxième cycle comportent onze modules obligatoires. L'arrêté fixant le régime des études universitaires et des examens ne présente pas d'originalité que se soit des intitulés ou des contenus. Comme le fait remarquer Maurice Piéron dont il note que : « Le curriculum de formation des spécialistes de l'éducation physique comporte un ensemble de matières qui sont considérées comme indispensables à la pratique raisonnée de la profession » (Piéron, 1996, p.119). La profession d'enseignant d'éducation physique et sportive n'a pas dépassé le cadre étroit de l'enseignement, si on exclue l'entraînement sportif. Car cette dernière est confondue avec celle de l'enseignement dans les établissements scolaires. Aucune évolution ne c'est senti lors de l'élaboration de l'arrêté d'application de 1997.

Cette nouvelle « philosophie » de la formation est restée prisonnière dans l'Hier. Cette stérilité vient du fait qu'elle n'a pas pu adapter le contenu de la formation aux besoins de la nouvelle clientèle intéressée par les pratiques corporelles. Pire encore, lorsqu'on découvre qu'il n'y a même pas un respect des lois précédente. Comme celle qui stipule que : « Les institutions supérieurs d'éducation physique et sportive doivent obligatoirement inscrire dans leurs programmes officiels la spécialité d'éducation physique pour handicapés » (loi 104 104, chapitre I, section II, article 14). Cette formation académique est rendu possible suite aux besoins créés par l'obligation de l'enseignement de l'éducation physique pour tout handicapé inscrit dans un centre d'éducation ou de formation (article 12). Cette ambiguïté rende la tâche des formateurs difficile. Car il existe fréquemment un décalage entre les objectifs des formateurs universitaires et ceux des futurs enseignants. Les rapports entre stagiaires, enseignants, formateurs et chercheurs sont complexes. L'importance de l'enjeu mérite des efforts d'explications et de conviction d'un coté et une volonté de dépasser la routine quotidienne pour entrer dans une démarche réflexive de l'enseignement d'un autre coté.

Le projet centré sur l'évolution des besoins et des attentes des stagiaires doit favoriser les démarches et les stratégies, les attitudes et les mots qui renouent le dialogue avec toutes les dimensions de l'apprenant.

Dans la mouvance actuelle, d'un côté la pédagogie est définie comme un art personnel. Le bon pédagogue est celui qui maîtrise un ensemble de connaissances ou de techniques et qui est capable par le seul fait de ses qualités personnelles de communiquer son savoir. Cette tendance condamne toute tentative de formation pédagogique des enseignants. Elle considère la formation pédagogique une perversion qui met à mal la maîtrise des disciplines académiques. Mais cette formation pédagogique peut avoir quelques vertus professionnelles lorsqu'il s'agit de transmettre un contenu élémentaire. La formation pédagogique est d'autant utile quand il s'agit de transmission de recettes ou encore d'art de faire.

A cette conception s'oppose celle qui défend l'idée que l'activité d'enseignement, de formation, d'éducation est complexe. Pour apprendre à l'élève une compétence motrice certes connaître cette activité est primordiale mais il faut aussi une connaissance minimale des étapes de la croissance, de l'âge mentale, des étapes d'apprentissage, de la méthode d'enseignement etc.

Pour aller au-delà de cette confrontation il convient de considérer la pédagogie comme pratique sociale. Elle est un processus de transformation d'une matière première brute diversifiée à un produit déterminé homogène. Cette pratique est fixée par l'institution et se fait dans des établissements scolaires.

Au cours des développements qui suivent nous allons essayer d'analyser les trois étapes du profil pédagogique.

2- Approche théorique de la formation

a- Matière première brute diversifiée

Matière première brute diversifiée	Processus de formation	Produit déterminé homogène
Etudiant	Cycle de formation en deux années pour les étudiants filières DUEP et quatre années pour la filière maîtrise en EP	Etudiant stagiaire

Profil Pédagogique

L'étudiant qui est admis après le concours d'entrée, a une histoire familiale, scolaire, voire professionnelle. Il a déjà des acquis, des représentations de ce qu'il doit ou souhaite s'approprier. Ces derniers conditionnent la réussite de la formation pédagogique proposée par les formateurs des Instituts Supérieurs de Sport et de l'Education Physique.

La population étudiante est très hétérogène, car la nature du baccalauréat et le vécu sportif ne sont pas les seuls critères pour poursuivre des études dans les ISSEP. De part cette histoire l'étudiant a élaboré des capacités, des savoirs, mobilisé des représentations, met en œuvre des conduites et des comportements ou encore des manières de faire, d'agir qui lui sont propres.

Les acquis constituent à la fois des contraintes et des ressources pour la formation pédagogique dont le but final est de faciliter et non de contrarier cette formation. Pour estimer les acquis les formateurs se réfèrent aux diplômes possédés et au vécu sportif.

Le concours d'entrée aux ISSEP, à sa manière actuelle, nous renseigne sur peu de choses à propos de notre sujet recruté.

b- Processus de formation

Les savoirs sur lesquels s'appuient les enseignants dépendent directement des conditions sociales et historiques dans lesquelles ils exercent leurs professions.

Les savoirs enseignants se caractérisent donc par les traits suivants :

- ils sont acquis en partie à l'intérieur d'une formation universitaire spécifique
- L'acquisition de ces savoirs s'accompagne d'une socialisation professionnelle doublée d'une expérience de la pratique
- Ils sont mobilisés dans une institution spécialisée, l'école, et donc liés à son contexte
- Ils sont utilisés dans le cadre d'un travail : l'enseignement
- Ils s'inscrivent sur un fond de tradition du fait que, sauf exception, tout individu a déjà vu enseigner. En ce sens nous pouvons parler ici de savoirs pré-professionnels.

Dans le processus de formation en pédagogie pratique nous allons analyser le module qui touche la formation pédagogique intitulé « Théorie et pédagogie de l'éducation physique ». Deux matières d'enseignements sont assurées dans ce module : « Théorie et Didactique de l'EPS » et « Pédagogie Pratique ».

Dans le cycle de formation initiale en DUEP et en deuxième année, en plus de la formation pédagogique assurée pendant les cours, la formation pédagogique occupe une place importante. Le stagiaire est appelé à faire quatre heures d'enseignements pratiques. (Comme le montre le tableau ci-dessous).

Formation théorique et pratique en 2^{ème} Année DUEP

<i>Module</i>	<i>Enseignement</i>	<i>Nature et volume horaire</i>	<i>Pondération interne au Module</i>	<i>Coef Module</i>
Théorie et pédagogie de l'Education Physique	Théorie et Didactique de l'EPS	39 Heures de C.M et 26 H de T.D	01	02
	Pédagogie Pratique	104 H de TP	02	

C.M : Cours Magistral

T.D : Travaux Dirigés

T.P : Travaux Pratiques

Cette formation pédagogique est différente dans le cycle de la maîtrise en Education Physique. Elle s'étale sur deux années. Le volume horaire est de deux heures par semaines dans la première année du second cycle.

Formation théorique et pratique en 1^{ère} Année du second cycle

<i>Module</i>	<i>Enseignement</i>	<i>Nature et volume horaire</i>	<i>Pondération interne au Module</i>	<i>Coef Module</i>
Théorie et pédagogie de l'Education Physique	Théorie et Didactique de l'EPS	39 Heures de C.M et 26 H de T.D	01	03
	Pédagogie Pratique	78 H de TP	02	

La formation pratique progresse en 2^{ème} Année du second cycle pour atteindre les quatre heures par semaine.

Formation théorique et pratique en 2^{ème} Année du second cycle

<i>Module</i>	<i>Enseignement</i>	<i>Nature et volume horaire</i>	<i>Pondération interne au Module</i>	<i>Coef Module</i>
Théorie et pédagogie de l'Education Physique	Théorie et Didactique de l'EPS	39 Heures de C.M et 26 H de T.D	01	03
	Pédagogie Pratique	104 H de TP	02	

c- Produit déterminé homogène

Le formateur qui intervient dans une partie de la formation de l'étudiant doit connaître les contours de cette formation. Il doit disposer d'une définition plus au moins précise des profils professionnels à atteindre. **Dans l'état actuel des choses nous croyons savoir que la formation pédagogique ne répond pas à la réalité vécu par le corps enseignant d'éducation physique.** Dans la seule discipline scolaire ou toutes les catégories professionnelles exercent dans les mêmes établissements et ont les mêmes niveaux de population scolarisée.

Cette première problématique n'est qu'un handicap de conjoncture, mais elle embrouille les objectifs des formateurs. Tenant compte de cette réalité du terrain le formateur doit distinguer la formation pédagogique au niveau des DUEP et celle de la maîtrise en attendant des jours meilleurs.

Le projet de formation à l'ISSEP précise la durée et le contenu, éventuellement les principes de progression et les modes d'évaluation pédagogique.

Avant d'aborder le problème de la formation pour l'insertion professionnelle, il faut rappeler que les ISSEP ne maîtrisent pas la création d'emploi. Donc l'objectif n'est pas une formation à la carte, sur demande. L'objectif est d'avoir un produit homogène identifié. La socialisation professionnelle se poursuit dans et par les stages en situation. Vouloir que l'étudiant stagiaire soit totalement et immédiatement opérationnel en pédagogie pratique dès le premier

stage relève de l'imprudence. Former des étudiants pour exercer plus tard le métier d'enseignant d'éducation physique vise d'abord la préparation à la réussite des examens et à l'obtention des diplômes. Par ailleurs, l'exercice responsable de la pratique pédagogique dans une école ou un lycée contribue à l'acquisition de savoirs pratiques.

À la fin du stage de pré-professionnalisation les capacités et les connaissances sont évaluées. Cependant le formateur, l'inspecteur et le conseiller pédagogique sont reconnus institutionnellement dans cette fonction de jugement et d'évaluation. Mais est-ce que cette tâche est si simple ? En d'autres termes, peut-on répondre à une question précise : quel acquis ? et quel savoir faire peut-on évaluer ?

On reconnaîtra sans peine qu'une formation sans harmonisation entre les différents intervenants n'aboutit qu'à l'échec ou à l'anarchie. Mais de quoi s'agit-il qu'on parle de cette harmonisation ?

- Sommes-nous sûrs que la manière d'apprendre des recettes contribue à former, c'est-à-dire à développer les capacités d'analyses, de raisonnement et de résolutions de problèmes ?
- Sommes-nous sûrs que les formations actuelles sont orientées vers l'acquisition des compétences pour l'exercice d'une fonction ?
- Sommes-nous sûrs que les formes d'organisations actuelles des stages de pédagogies pratiques favorisent l'acquisition des compétences et incitent les étudiants à les développer ?

Se poser ces questions, c'est prendre conscience des difficultés de l'enseignement et de l'apprentissage. Résoudre des problèmes est la finalité de tout apprentissage et acquérir cette compétence doit être le but de la formation pédagogique.

3- Les stages de pré-professionnalisation

Les stages de pré-professionnalisation représentent une ouverture sur la vie professionnelle, celle que l'étudiant aura à la fin de ses études. Ils constituent un début d'expérience pratique, permettant le passage de l'abstrait au concret et fournissent à l'étudiant l'occasion d'appliquer ses connaissances et ses acquis. Confronter à des problèmes réels l'étudiant pourra participer à leur analyse, recueillir les informations nécessaires, envisager les solutions possibles et proposer ou prendre la décision appropriée. Il apprend à découvrir les divers aspects d'un problème, la multiplicité des solutions et les risques de certaines décisions.

L'étudiant prend ainsi conscience de la finalité de l'apprentissage et des compétences requises pour l'exercice de la profession. Il pourra alors se rendre compte qu'il ne suffit pas d'accumuler des connaissances ou d'appliquer de manière mécanique certaines règles pour résoudre un problème et que le traitement d'une situation concrète nécessite à chaque fois la réflexion, de l'invention et de la créativité.

Dans le domaine de l'éducation physique, les stages permettent selon les cas, un exercice d'enseignement pratique. Le stagiaire pourra de la sorte acquérir les éléments élémentaires d'une formation et prendre conscience de l'importance de cet apprentissage.

Dans le domaine des attitudes, les stages visent à développer les capacités de relation. Ils apprennent au stagiaire à travailler en équipe comme il aura à la faire durant la vie professionnelle. Les stages permettent au stagiaire de prendre conscience de l'importance des relations humaines dans le travail et de la nécessité d'une collaboration pour mener à bien une tâche.

Bien que personne ne mette en doute l'absolue nécessité des stages, leur organisation et leur planification posent souvent un problème. En effet, on présume qu'un stagiaire affecté à une

unité de stage finira par acquérir les compétences requises. De la sorte, la valeur du stage est liée bien souvent à la qualité de son contenu. Le stage constitue le complément de la formation dispensée en théorie il est de ce fait partie du programme de formation des étudiants en éducation physique.

4- Pour conclure

L'organisation du stage de pré-professionnalisation varie d'un ISSEP à un autre selon :

- Les conditions matérielles et humaines
- La tradition de pratique particulière à la région : Tunis, Kef et Sfax sont trois villes où la pratique pédagogique est très différente.

Par ailleurs, cette formation est assurée par deux corps différents. D'un côté les enseignants des ISSEP (les plus anciens généralement) et de l'autre, les conseillers pédagogiques (s'il y en a) ou les enseignants dont la compétence est attestée (sic). Dans la plupart des cas le stagiaire se trouve tiraillé entre deux formations différentes. Généralement les rapports entre conseiller (CRJES) et encadreur (ISSEP) sont complexes. Nous souhaitons que la planification de la formation respecte les phases suivantes :

- 1- Le désir d'apprendre : L'action des formateurs doit susciter ce désir d'apprendre chez le stagiaire. Elle met en avant la notion de projet, c'est-à-dire retenir le moment où le stagiaire :
 - conceptualise son action
 - définit le but auquel il doit parvenir
 - détermine les moyens qu'il va mettre en œuvre ou ses chances de réussite.
- 2- Le plaisir d'apprendre : cette phase doit s'attacher à susciter l'intérêt de l'apprenant à travers
 - Les séances dirigées au sein de l'établissement
 - Le dispositif didactique
 - Le plaisir d'agir
- 3- La satisfaction d'avoir appris : l'enseignant qui a vaincu l'obstacle a une prise de conscience tonique et incitatrice d'un projet nouveau. Savoir que ses propres réalisations sont appréciées par les autres ainsi que le cadre pédagogique est très encourageant.

Le but de cette démarche est d'acquérir une compétence particulière au stagiaire. Cette compétence spéciale résulte d'une compétence fondamentale ou tout enfant doit acquérir pour devenir un homme à part entier. Dans la formation du stagiaire on ne crée pas la compétence mais on la prépare.

Bibliographie

- Altet Marguerite**, (2009). « Professionnalisation et formation des enseignants par la recherche dans les IUFM : Avancées et questions vives ». In « Dossier d'actualité de la VST, n° 50 – janvier 2010 – Version intégrale. p 6»,
- BAKHTIN, M**, ,(2000)Estética da criação verbal. São Paulo: Martins Fontes.
- Hédoux J**, (1996) *Se former à la pédagogie*, Paris, Lammare éditions,.
- Jamet M**, (1991). *Le sport dans la société*, Paris, L'Harmattan,
- Laursen Per F**, (2007)« Student teacher's conceptions of theory and practice in teacher education ». In International Study Association on Teachers and Teaching.*ISATT conference, Saint Catherines, Canada, 5-7 juillet 2007*. In « Dossier d'actualité de la VST, n° 50 – janvier 2010 – Version intégrale. p. 4.»,.
- Lebrun N et Berthelot S**, (1995). *Plan pédagogique : une démarche systématique de planification de l'enseignement*, Bruxelles, Editions Nouvelles,
- Mialaret G**, (1990). *Introduction à la pédagogie*, Paris, PUF,
- Minder M**, (1997)*Champs d'action pédagogique : Une encyclopédie ders domaines de l'éducation*, Bruxelles, Département de Boeck Université,.
- Perrenoud, Ph**, (2002) Adosser la pratique réflexive aux sciences sociales, condition de la professionnalisation. Université de Genève : Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation,.
- Reboul O**, (1995).*Qu'est-ce qu'apprendre ?*, Paris, PUF,
- Synthèse sur les Méthodes pédagogiques28/02/2006. doc Page 2
- Vayer P et Roncin C**, (1986). *Le corps et les communications humaines*, Paris, Vigot,



Université
AbdelHamid Ibn Badis
Mostaganem



Institut d'Education Physique et Sportive



Revue Scientifique S.T.A.P.S

Revue Scientifique Indexée



N° 07 – Décembre 2010

ISSN :1112 – 4032