



جامعة محمد الصديق بن يحي

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص تدريب رياضي تنافسي

حصة التربية البدنية والرياضية ومدى مساهمتها في توجيه

تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة

دراسة مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في توجيه تلاميذ الطور

المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية

دراسة ميدانية في متوسطات ولاية ميله

الأنشطة اللاصفية

تحت إشراف الأستاذ:

سي طاهر حسن

إعداد الطلبة:

بن خلاف أيوب

فقر اوي أسامة

السنة الجامعية 2016/2017

الشكر والتقدير

أهدي هذا العمل إلى نور العيون.... و رمش الجفون و السر المكنون و الحب
المجنون في القلب المفتون و العقل المقرون و الصدر الحنون, إلى البلمس الشافي
و القلب الدافئ الحنان الكافي, إلى التي حاطتني بسياج حبا إلى التي يعجز الفم واللسان
على خطها في كلمات إلى من جعلت نفسها شمعة تحترق من أجل أن تنير دربي و إلى
من تعبت و شقت من أجل راحتي و سعادتي إلى أروع أم في الوجود.

--أمي الحبيبة--

إلى من تاهت الكلمات في وصفه و عجز اللسان في ذكر مآثره إلى سندي وعوني و قدوتي
إلى نور الوضاء مصدر فخري و ذخري إلى ذلك الينبوع الذي اغترفت منه الحنان.

إليك --أبي الغالي--

إلى إخوتي وأخواتي

إلى أستاذي الفاضل سي طاهر حسن ، الذي لم يبخل علي بشئ من الجهد .

بارك الله فيك أستاذي.

أسامة

الشكر والتقدير

أهدي تحياتي إلى أعز الناس وأحנם على قلبي أُمي العزيزة التي كانت سندا لي في كل شئ فقد كانت معي في كل خطوة أخطوها .

وأبي الذي تعب ليحقق لي كل طلباتي فقد رباني وعلمني وقدم لي كل النصائح عندما كنت في أمس الحاجة إليهما .

أُمي وأبي أتمنى أن يطيل الله بعمركما وشرا على كل ما علمتموني من صبر وعطاء.

إلى إخوتي وأخواتي ، وكل الأصدقاء

شكري الخالص للأستاذ سي طاهر حسن الذي كان عوناً لي والذي لم يبخل علي يوماً في تقديم النصائح والإرشادات المفيدة والذي علمني أن النجاح ثمرة الجد والاجتهاد شكراً لك أستاذي .

أيوب

الصفحة	قائمة المحتويات
أ	الشكر و التقدير
هـ	قائمة المحتويات
و	قائمة الجداول
ي	قائمة الأشكال
	مقدمة
	الجانب النظري
2	1- اشكالية
3	2- فرضيات
3	3- أسباب اختيار الموضوع
4	4- أهمية الدراسة
4	5- أهداف الدراسة
4	6- تحديد المفاهيم و المصطلحات
7	7- الدراسات السابقة و المشابهة
8	8- التعليق على الدراسات السابقة
	الباب الأول : الجانب النظري
	الفصل الأول : حصة التربية البدنية و الرياضية
12	تهميد :
13	1- التربية البدنية و الرياضية.
13	1-1- تعريف التربية العامة.
13	1-2- تعريف التربية البدنية و الرياضية.
15	1-3- طبيعة التربية البدنية و الرياضية
16	1-4- أهداف التربية البدنية و الرياضية.
16	1-5- أهداف التربية الرياضية
19	1-6- أهمية التربية البدنية و الرياضية.
20	1-7- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة
21	2- أستاذ التربية البدنية و الرياضية.
21	2-1- مفهوم أستاذ التربية البدنية و الرياضية.
21	2-2- شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

22	2-3- صفات أستاذ التربية البدنية و الرياضية.
23	2-4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية.
25	2-5- الخصائص و الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية و الرياضية.
29	2-6- واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية.
31	3- حصة التربية البدنية و الرياضية.
31	3-1- تعريف حصة التربية البدنية و الرياضية.
32	3-2- محتوى حصة التربية البدنية و الرياضية.
34	3-3- أهمية حصة التربية البدنية و الرياضية.
35	3-4- أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية.
35	3-5- تحصيل حصة التربية البدنية و الرياضية.
36	3-6- طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية.
38	خلاصة
الفصل الثاني : الأنشطة اللاصفية	
40	تمهيد
41	1- النشاط الرياضي اللاصفي.
42	2- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.
43	3- أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.
45	4- أسس اعداد و تنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.
49	5- أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي.
50	6- أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.
51	7- التطور التاريخي للنشاط اللاصفي.
52	8- خصائص النشاط اللاصفي في التربية البدنية و الرياضية.
52	9- الصعوبات التي تواجه تطبيق النشاطات اللاصفية الخارجية.
53	10- بعض الاقتراحات للتغلب على هذه العقبات.
55	خلاصة.
الفصل الثالث : المراهقة (11 - 15)	
57	تمهيد
58	1- أهمية التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهق.

59	2- خصائص المرحلة المراقبة.
59	3- مراحل تحديد المراقبة.
60	4- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراقب.
61	5- علاقة التلميذ المراقب بأستاذ التربية البدنية.
62	6- أهمية الممارسة الرياضية عند المراقب.
62	7- مشاكل المراقبة.
64	8- كيفية القضاء على مشاكل المراقبة.
65	9- مصادر التأثير على المراقب.
66	10- النظريات المفسرة للمراقب.
69	خلاصة.
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية	
72	تمهيد
73	1- الدراسة الاستطلاعية.
73	2- منهج البحث.
74	3- كيفية البحث.
74	4- اختيار العينة.
75	5- متغيرات البحث.
75	6- وسائل أدوات البحث.
76	7- مجالات البحث.
76	8- الوسائل الاحصائية.
77	9- صعوبات الدراسة.
78	خلاصة.
الفصل الخامس : عرض و تحليل نتائج الدراسة	
تمهيد	
80	1- تحليل نتائج استبيان الأساتذة .
81	2- تحليل نتائج الاستبيان للتلاميذ.
95	خلاصة.
110	

	الفصل السادس : مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
112	تمهيد
113	1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى.
114	2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية.
116	3- الخلاصة.
117	الاستنتاج العام
118	الاقتراحات
120	خاتمة
122	قائمة المراجع و المصادر
	الملاحق

قائمة الجداول :

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	يبين توجيه الأستاذ للتلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.	81
2	يبين مدى الأخذ بعين الاعتبار ميول و اهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.	83
3	يبين مدى مساهمة الانجازات المحققة في المنافسات بين المدارس في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصفية.	84
4	يبين ما اذا كان يتم اعلان التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية.	85
5	يبين مدى مساهمة الانجازات في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الانخراط في الانشطة البدنية اللاصفية.	87
6	يبين مدى مساهمة حصة التربية البدنية و الرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.	88
7	يبين مدى محبة التلاميذ لحصة التربية البدنية و الرياضية	90
8	يبين مدى مشاركة التلاميذ في النشاط الرياض الخارجي	91
9	يبين ما اذا كانت حصة التربية البدنية من بين الأسباب التي تجعل التلاميذ يقبلون على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية	93
10	يبين ما تعنيه حصة التربية البدنية و الرياضية للتلاميذ	94
11	يبين معرفة مدى تشجيع فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية	96
12	يبين مدى توجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية	97
13	يبين مدى تأثير التلاميذ المنخرطين في النوادي على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية و الرياضية	98
14	يبين مدى تأثير حصة التربية البدنية و الرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي	100
15	يبين مدى أهمية الممارسة الرياضية في النوادي بالنسبة للتلاميذ	101
16	يبين ما اذا كانت الممارسة الرياضية في النوادي مكملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية و الرياضية	102
17	يبين مدة تأثير حصة التربية البدنية على التوجيه الرياضي للتلاميذ	104
18	يبين الأسباب التي تدفع التلاميذ للممارسة الرياضية في النوادي	105
19	يبين مدى مساهمة ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات الفراغ	106
20	يبين مدى تأثير الهيئة الحسنة لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في تكوين الرغبة لدى التلاميذ للانضمام للنوادي الرياضية	108

قائمة الأشكال :

رقم الجدول	عنوان الأشكال (الدائرة النسبية)	الصفحة
1	تبين توجيه الأستاذ للتلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية	81
2	تبين مدى الأخذ بعين الاعتبار ميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية	83
3	تبين مدى مساهمة الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصفية.	84
4	تبين ما إذا كان يتم إعلام التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية.	86
5	تبين مدى مساهمة الإنجازات في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الانخراط في الأنشطة البدنية اللاصفية.	87
6	تبين مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.	89
7	تبين معرفة مدى محبة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية	90
8	تبين مدى مشاركة التلاميذ في النشاط الرياضي الخارجي.	92
9	تبين ما إذا كانت حصة التربية البدنية من بين الأسباب التي تجعل التلاميذ يقبلون على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.	93
10	تبين ما تعنيه حصة التربية البدنية والرياضية للتلاميذ.	94
11	تبين مدى شجيع فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية.	96
12	تبين مدى توجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية.	97
13	تبين مدى تأثير التلاميذ المنخرطين في النوادي على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية.	99
14	تبين مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي.	100
15	تبين مدى أهمية الممارسة الرياضية في النوادي بالنسبة للتلاميذ.	101
16	تبين ما إذا كانت الممارسة الرياضية في النوادي مكملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية والرياضية.	103
17	تبين مدى تأثير حصة التربية البدنية على التوجيه الرياضي للتلاميذ.	104
18	تبين الأسباب التي تدفع التلاميذ لممارسة الرياضة في النوادي.	105
19	تبين مدى ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات الفراغ.	107
20	تبين مدى تأثير الهيئة الحسنة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تكوين الرغبة لدى التلاميذ للانضمام للنوادي الرياضية.	108

مقدمة

مقدمة : لعل أهم الأشياء التي يتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا هو تقدير الرياضة والعمل على تدعيمها وإيجاد السبل من أجل النمو بها وتطويرها فالرياضة ذات أهمية كبيرة من جوانب شتى منها النفسية والحركية والبدنية والعقلية والاجتماعية تقوي النسق الاجتماعي لأي بلد ينمو الفرد في مجتمع سليم ، ويتفاعل معه تفاعل إيجابي ينشأ فيه تنشئة اجتماعية جدية .

حيث أن من أهم ما تركز عليه العمليات التربوية في عصرنا هذا هو تربية الفرد وإدماجه في مجتمعه ، وخاصة فئة المراهقين التي تعتبر الفئة الفعالة في المجتمع بحكم طبيعتهم النفسية والاجتماعية ، فمن خلال حصة التربية البدنية والرياضية يستطيع التلميذ المراهق أن يشبع رغباته وميوله ، وأن ينمي جسمه تنمية متزنة تكسبه التناسق بين الحركات حتى يحقق له الاتزان بين العقل والجسم .

وعليه فإن تربية التلاميذ وتوجيههم على ممارسة الأنشطة الرياضية من أهم واجبات المسؤولين عن الثقافة البدنية والرياضية في البلاد ، والذي من بينهم أستاذ التربية البدنية والرياضية حيث له احتكاك مباشر مع التلاميذ .

انطلاقا من المعطيات السابقة ونظرا لأهمية الموضوع المطروح سنحاول إظهار أنه لحصة التربية البدنية والرياضية مدة ومساهمة في توجيه تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية ، في ولاية ميله التي كانت محل دراستنا .

من هذا المنظور قسمنا دراستنا إلى بابين : الباب الأول تناولنا فيه الجانب النظري الطي يحتوي على الفصل التمهيدي وثلاث فصول ، أما الباب الثاني والمتمثل في الجانب التطبيقي فيحتوي على ثلاث فصول أيضا .

حيث تطرقنا في الباب الأول إلى الفصل التمهيدي الذي تناولنا فيه الإشكالية والفرضيات كما تم تحديد هدف البحث وذكر الدراسات السابقة التي لها علاقة بالبحث وتعليق على الدراسات ، وأخيرا تعرضنا إلى تعريف أهم المصطلحات الواردة في البحث حتى تجعل القارئ يعرف جيدا ما يريد من وراء هذه المصطلحات الموظفة في بحثنا ، ففي الفصل الأول تناولنا من خلاله حصة

التربية البدنية والرياضية أما الفصل الثاني فتطرقنا فيه إلى الأنشطة اللاصفية ، أما الفصل الثالث وبما أن الدراسة تخص تلاميذ الطور المتوسط كان محور هذا الفصل يدور حول خصائص تلاميذ هذه المرحلة (المراهقة) ، في حين الباب الثاني فقد تضمن الجانب التطبيقي للبحث وهو يضم الفصول التالية : الفصل الأول : يحتوي على منهجية البحث عامة ، حيث تم فيه استعراض المنهج المتبع والتعريف بمكان وزمان الدراسة ، ثم عينة البحث وكيفية اختيارها ، ثم نتطرق إلى وصف الأداء المستعملة لجمع المعلومات وبعدها نعرض الأسباب الإحصائية المطبقة في الدراسة .

الفصل الثاني يحتوي على تحليل وعرض النتائج المتحصل عليها ، الفصل الثالث يتناول مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات إضافة إلى الاستنتاجات والتوصيات ، الخاتمة ، المراجع والملاحق .

الجانب التمهيدي

تمهيد :

تحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية ، بحيث تعتبر أنها من أهم السبل في النشء وتربيته تربية شاملة ، وعنصرا فعالا في الإعداد لمجتمع أفضل ، لأنها تساهم في العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني وإثراء الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية للفرد ، كما أنها تسعى إلى تحقيق التوازن والتعاون ضمن التركيبة التي بنشط فيها الفرد .

ويقصد بالتربية البدنية قابلية الفرد على لتكيف مع طبيعته وبيئته وسيطرته عليها وكذلك قابلية النمو ، فهي تنمي شخصيته من جميع النواحي وتعدده للحياة لهدف القيام بدور اجتماعي كما تسبه العديد من صفات المواطنة الصالحة التي تؤهله لأن يكون شخصا نافعا لنفسه ومجتمعه .

وها نحن في هط الفصل نسلط الضوء على بعض المفاهيم المتعلقة بحصة التربية البدنية والرياضية وكذلك بتاريخها ، وأهدافها ، وأهميتها وتكاملتها مع بعض المواد .

1. التربية البدنية والرياضية :

(1) تعريف التربية العامة :

التربية في أبسط معنى لها تعني (عملية التوافق بين الفرد أو التكيف) فالتربية حسب ذلك المفهوم عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد وبيئته الإجتماعية ، وذلك بغرض التوافق أو التكيف بين الأفراد والقيم والاتجاهات التي تفرغها البيئة الإجتماعية لدرجة تطور المادي الروحي معا .

فالتربية تفرضها الممارسة والإنسان يتعلم عن طريق الممارسة ، والتي تحدث في الفصل ، المكتبة ، الملعب ، المنزل ، وكذلك الرحلات فهي إذ لا تقتصر على المدرسة بل تحدث أينما يجتمع الأفراد وإم الهدف الإسمي للتربية هو مساعدة الشخصية على أن تنمو انفعاليا واجتماعيا سلميا .¹

وبعبارة أخرى أن التربية تعني أن يصبح الإنسان انسانا في خصائص الكائن الإنساني من التفكير والإرادة والوجدان وهي تأخذ مكانها داخل الفرد وتمثل انعكاسا للنمو الاجتماعي ، وللتقافية التي نعيشها .²

أما جون ديوي فيعرفها بأنها " إعادة بناء الأحداث التي تكون أحداث الأفراد حتى يصبح ما يستتجد من عوارض وأحداث ذات غرض ومعنى أكبر " .

ويظهر من خلال تفسير ديوي أنه يعني أن الفرد يفكر تبعا لخبرته السابقة كما يعني أيضا أن تربية الفرد تتكون من كل ما يفعله من الولادة حتى الموت .³

(2) تعريف التربية البدنية والرياضية :

يعتقد الكثير من الناس أن التربية الدنية هي مختلف أنواع الرياضات ، أو أنها عضلات وعرق ، أو ادراع قوية وأرجل قوية ، أو أنها تربية الأجسام ولهذا تعددت تعريفاتها فمن الباحثين من ذهب إلى ربطها بالتربية العامة كما هو الشأن بالنسبة لـ :

¹ - محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري و التطبيق ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، الجزائر 1992 ، ص9 .

² - أحمد صلاح الدين محاور : تدريس التربية الاسلامية أسسه وتطبيقاته التربوية ، دار القلم للطباعة والنشر ، ط4 ، الكويت 1988 ، ص5 .

³ - محمد سعيد عزمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري والتطبيق ، منشآت المعارف ، الاسكندرية ، مصر ، 1996 ، ص17 .

- وسيت ، بوتشر 1990 WUEST BUCHER (الذي يرى أن التربية هي عملية تربية تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك)
- وترى Lumpkin أن التربية البدنية هي العملية التي يكتسبها الفرد خلال أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني .
- كما هو الشأن أيضا بالنسبة إلى : Koslik kopexky الذي يربط التربية البدنية بالتربية العامة التي تساهم في بناء الفرد والمواطنة ، حيث يبرز تعريفه قائلاً أن : التربية البدنية جزء من التربية العامة ، هدفها تكوين المواطنة بدنياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق هذا الهدف .
- ومن العلماء من يربط التربية بالشخصية المتكاملة ومن هؤلاء العلماء Peter Arnold الذي عرف التربية البدنية بأنها ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية والعقلية ، الاجتماعية الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيس عبر النشاط البدني المباشر¹.

وهناك بعض التعريفات الأخرى :

- هي ذلك الجانب المتكامل من التربية الذي يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسمانياً وعقلياً ووجدانياً عن طريق الأنشطة الرياضية المختارة ، والتي تمارس تحت إشراف قيادية صالحة لتحقيق أسمي القيم الإنسانية².
- وعرفت بأنها جميع الأعمار الرياضية المنظمة ، ذات أهداف تربية التي تستخدم الرياضة وسيلة لها³.
- التربية البدنية عنصر من عناصر التربية العامة وعلاقتها بها هي علاقة الجزء بالكل ، فهي تعمل على تعديل السلوك للفرد عن طرق أوجه النشاط المختلف⁴.

¹ - أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية مدخل تاريخ الفلسفة ، دار الفكر العربي ، 1996 ، ص 35-36 .

² - حسن شلنتوت ، حسن معوض : التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، 1993 ، ص 79 .

³ - غسان محمد الصادق ، سامي الصفار : التربية البدنية ، دار الكتاب للطباعة النشر ، جامعة الموصل ، 1988 ، ص 17 .

⁴ - محمد سعيد عزمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري والتطبيقي ، مرجع سابق ، ص 18 .

1-3-1- طبيعة التربية البدنية والرياضة :

1-3-1- التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي :

التربية البدنية والرياضية نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام ، من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي ، يتميز بحصائل تعليمية وتربوية هامة وتعمل التربية البدنية والرياضية كنظام على اكتساب المهارات الحركية الأكثر نشاطا بالإضافة إلى تحصيل المعارف وتنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط البدني .

وفي هذه السياقات يمكن التعريف بالتربية البدنية والرياضية كنظام تربوي (أكاديمي) فالنظام التربوي هو بنية المعارف المنظمات الرسمية التي تتميز بتركيزها الواضح على دراسة نشاط أو ظاهرة ما ، وفي ضوء ذلك يمكن اعتبار التربية البدنية والرياضية نظاما تربويا باعتبار أن تركيزه الأساسي ينصب على دراسة ظاهرة حركة الإنسان ونشاطه البدني .

و التربية البدنية و الرياضية تشارك في تحقيق الاهداف التربوية في المجتمع و لكن من خلال انشطتها و طرقها الخاصة بها. و على هذا الاساس لا يجب ان تتعرض اهداف التربية البدنية و الرياضية و أهداف التربية، ما دام الهدف لهما هو اعداد افراد اعدادا شموليا متكاملًا كمواطن ينفع نفسه ووطنه، و التربية و الرياضية لها دور رئيسي في المجتمع، بكل مؤسساته و أنظمتها، ولا يستطيع اي نظام آخر ان يقدم هذا الدور الذي يتلخص في التنشئة الاجتماعية للفرد، من خلال الرياضة و من أجل الرياضة، و بذلك يستفيد المجتمع من الحصائل الاجتماعية و التربوية.

للتربية البدنية و الرياضية في تطبيع الفرد اجتماعيا، و العمل على تنشئته من خلال معطيات الأنشطة الرياضية كما تعمل أيضا على تطبيع الفرد على الرياضة، فينشأ متفهما لأبعادها متبنيا الاتجاهات الايجابية نحوها، مكتسبا قدرا ملائما من المهارات الحركية، التي يتكفل له ممارسة رياضة او ترويحية مفيدة و ممتعة من خلال حياتهم، مما يساعد على بناء و تآكل التربية العامة، و التي تهدف الى بناء و اعداد المواطن الذي يتطلع اليه مجتمعنا المسلم¹.

¹ - أمين أنور الخولي وآخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية دار الفكر العربي ، القاهرة 1994 ، ص 19-20 .

1-3-2- التربية البدنية و الرياضية كمهنة :

يحترف عدد كبير من المتخصصين في مجالات العمل التربوي البدني و الرياضي، و لقد تمت أفرع و مجالات العمل المهني في التربية و الرياضية بشكل كبير فبعد أن كانت مقتصرة على التعليم (التدريس)، أصبح الآن تظم التدريب الرياضي، و الادارة الرياضية، و اللياقة البدنية، و التأهيل الرياضي، و الاعلام الرياضي، و الترويج البدني، و الرياضة الجماهيرية (الرياضة للجميع).

بفضل جهود أبناء المهنة أصبح لها عدد من الجمعيات و الروابط المهنية للحفاظ على حقوق المهنيين و منع الدخلاء و غير المؤهلين الى الانضمام إليها، و المهنة التي تعتمد على بنية المعرفة و علومها و مباحثها و فنونها لتقدم ارفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف مجالات التخصص المهني.

1-3-3- التربية البدنية و الرياضية كبرامج :

و هي المنظور الأقدم الذي ارتبط بالتربية البدنية و الرياضية منذ القدم و مازال الذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في أنشطة بدنية حركية منتقاة بعناية و بتتابع منطقي و عبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية و عبر فئات من النشاط كالجمباز و السباحة و ألعاب القوى و المنازلات¹.

1-4- أهداف التربية البدنية و الرياضية :

التربية البدنية و الرياضية كأى مجال لها أهدافها، التي تسعى إليها، و تحديد الأهداف ليس بالعمل السهل و سوف نستعرض فيما يلي بعض النماذج من أهداف التربية البدنية منا وضعها بعض قادة و رواد التربية البدنية.

حيث لخص براوتل وجمان أهداف التربية البدنية فيما يلي :

- اللياقة البدنية.
- المهارات الاجتماعية و الحركية.
- المعارف و المفاهيم.

¹ - أمين أنور الخولي ، وجمال الدين الشافعي : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، ملتزم الطبع والنشر ، ط2 ، 2005 ، ص29-30 .

- عدة اتجاهات و التذوق.

و يرى ناش NACH بأن أهداف التربية البدنية هي :

- النمو العضوي.

- النمو العضلي العصبي.

- النمو العاطفي¹.

كما ترمي التربية البدنية و الرياضية الى تحقيق عدة أهداف منها :

1-4-1- الناحية البدنية :

تهدف التربية البدنية و الرياضية الى تحسين القدرات البدنية من خلال تحكم جسماني أكبر و تكيف السلوك مع البيئة و ذلك بتسهيل تحويلها الى سبيل ناجح و منظم عقليا.

1-4-2- الناحية الاقتصادية :

تهدف الى تحسين استعمال القوى المستخدمة في العمل، استعمال محكما و هذا ما يؤدي الى زيادة المردودية الفردية و الجماعية في عالم الشغل اليدوي الفكري.

1-4-3- الناحية الاجتماعية و الثقافية :

ان التربية البدنية و الرياضية الحاملة للمبادئ و القيم الثقافية و الخلقية تقود أعمال كل مواطن و تساهم في تعزيز الوئام الوطني و توفر الظروف الملائمة للفرد، و تنمية روح الانضباط و التعاون و المسؤولية و الشعور بالواجبات المدنية.²

¹ - محمد صبحي حسنين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط4 ، دار الفكر العربي ، 2001 ، ص74 .

² - محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري والتطبيق ، مرجع سابق ، ص24 .

1-4-4- هدف الترويج و أنشطة الفراغ :

تشير الأصول الثقافية للرياضة الى انها نشأت بهدف التسلية و المتعة و الترويج و تشغل أوقات الفراغ، و مازالت الرياضة تحتفظ بذلك كأحد أهدافها الذراعية في اطار التربية البدنية و الرياضية، و هو الهدف الذي يمرى الى اكتساب الأفراد المهارات الحركية و الرياضية مدى الحياة.¹

تهدف الممارسة الرياضية الى تطوير اللياقة الصحية و كيفية الحفاظ عليها، فالبرامج الرياضية تهدف الى جانب معالجة العيوب الجسمية و حسب " ماكرنيكو " فان الاهداف العامة هي :

- التربية العقلية.
- التربية العملية.
- التربية الخلقية.
- التربية البدنية.²

1-4-5- التنمية المعرفية :

و هذا الهدف يرتبط بالجانب العقلي و المعرفي و يمكن المساهمة في تنمية المعرفة و الفهم و التحليل و التركيب، و قواعد اللعب الخاصة بها، و أساليب التدريب و الممارسة و قواعد التغذية و ضبط الوزن الخاص بها و طرق اللعب و الخطط المتنوعة، و تشكل لدى الفرد حصيلة تربوية لما يمكن ان نطلق عليها الثقافة الرياضية كما تنمي لدى الفرد المهارات الذهنية التي تفيدها في حياتها اليومية و تساعدها على التفكير في اتخاذ القرارات.

1-4-6- التنمية النفسية و الاجتماعية:

تستفيد التربية البدنية و الرياضية من المعطيات الانفعالية و الوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني، في تنمية شخصية الفرد، و التربية تنسم بالاتزان و الشمول و النضج بهدف التكيف النفسي الاجتماعي للفرد من مجتمعه، و تعتمد أساليب و متغيرات التنمية الانفعالية و انتقال أثر التدريب على اعتبار ان الفرد كيان مستقل

¹ - أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، ط3 ، 2001 ، ص155 .

² - المندلوي وآخرون : دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1990 ، ص10 .

له قدراته الخاصة به التي تختلف عن بقية أقرانه، و على اعتبار ان القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في البرامج المقننة للتربية البدنية و الرياضية تنعكس أثرها من داخل الملعب الى خارجه في شكل سلوكيات مقبولة.¹

1-5- أهداف التربية البدنية و الرياضية :

لقد أعطى منهاج التربية البدنية و الرياضية أهداف تختلف نوعا ما عن الأهداف المبرمجة في المرحلة الثانوية، و يمكن أن نوجز أهداف التربية البدنية و الرياضية في هذه المرحلة في النقاط التالية :

- تنمية الكفاءة و صيانتها.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- إتاحة الفرصة للنابعين رياضيا من الكلاب للوصول الى مراتب البطولة.
- تنمية الحواس و القدرة على التفكير.
- تنمية الثقافة الرياضية.
- تنمية الصفات الخلقية و الاجتماعية المنشودة.
- تنمية صفة القيادة و التبعية الصالحة.
- حسن قضاء وقت الفراغ.²

1-6- أهمية التربية البدنية و الرياضية :

أهتم الانسان منذ القديم بجسمه و صحته و لياقته كما تعرف عبر ثقافته المختلفة عن الفوائد و المنافع التي تعود عليه من اجراء ممارسته للأنشطة البدنية و كذا التدريب البدني ادراك ان المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني و الصحي فحسب و انما تعرف على الآثار الايجابية النافعة لها على الجوانب النفسية و الاجتماعية و العقلية و المعرفية و المهارة الحركية و الجمالية النفسية، فهي في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا متكامل.³

¹ - عباس أحمد صالح : طرق تدريس التربية البدنية والرياضية ، بغداد الجزء الأول ، المكتبة الوطنية ، 1981 ، ص 95 .

² - أكرم زاكي خطايبية : المنهاج المعاصرة في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر ، القاهرة 1997 ، ص 132 .

³ - أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية مدخل تاريخ الفلسفة ، مرجع سابق ، ص 41 .

فالتربية البدنية تكتسب الأطفال المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة و ينمو اجتماعيا كما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يسغ على حياتهم الصحية باكتسابهم الصحة الجسمية و العقلية.¹

1-7- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة :

اكتسب تعبير التربية البدنية معنى جديد بعد اضافة كلمة البدنية اليها فكلمة بدنية تشير الى البدن و هو كثير ما تستخدم للإشارة الى صفات بدنية مختلفة كالقوة البدنية، النمو البدني، و صحة البدن و المظهر الجسماني و ذلك حينما تضاف اليها كلمة البدنية نحصل على تعبير التربية البدنية، والمقصود تلك العملية التربوية التي تتم ممارستها اوجه النشاط التي تنمي و تصون جسم الانسان.

و مما سبق يتضح ان هناك علاقة وصل واضحة بين التربية و الرياضة و يمكن توضيحها من خلال ما يلي :

أن سجل تاريخ التربية يطوي بين صفحاته حقيقة مؤكدة مفادها ان لدرس تعلمه الانسان في الحياة كان على هيئة نشاط بدني، فعندما واجه الانسان البدائي القديم مخاطر الطبيعة و الوحش لم يجد أمامه غير الحركة تنقذه من الفناء.

و هذا يؤكد العلاقة القوية بينهم ففي علاقة أزلية قديمة قدم التاريخ اتخذت أشكال مختلفة غير الأزمنة و أصبحت في العصر الحاضر أكثر وضوحا نتيجة تطور نظريات التربية و تغيير قيمتها و أساليبها و قد انفق العلماء بأن التربية تهتم بنمو الفرد ككل من الناحية البدنية، الاجتماعية، النفسية، العقلية و ايماننا بان الفرد وحدة واحدة كل ما يؤثر في نفسه و يؤثر بالتالي في عقله و بدنه، و كذلك الأمر بالنسبة للتربية الرياضية التي ارتقت فلسفتها من مجرد وسيلة لتحقيق القوة البدنية الى كونها رسالة متكاملة تساهم في تربية الأفراد من كافة النواحي، النفسية، العقلية، الاجتماعية، البدنية.

ان التربية الرياضية جزء مكمل للتربية الحديثة التي تراعي ميول و الدوافع الانسانية.²

¹ - حسن أحمد الشافعي : الرياضة والقانون ، دار الوفاء ، الاسكندرية ، ص 11 .

² - ركية ابراهيم كامل : وآخرون : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء الاسكندرية ، 2007 ، ص 126-127 .

2- أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

2-1- مفهوم أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية و الرياضية صاحب الدور الأساسي و الفعال في عملية التعلم و التعليم، حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في درس التربية البدنية و الرياضية و خارجه، التي يستطيع من خلالها تحقيق الاهداف التعليمية و التربوية و ترجمتها و تطبيقها على ارض الواقع، و أستاذ التربية البدنية و الرياضية هو أكثر الأساتذة في المدرسة تأثير على التلاميذ، فلا يقتصر دوره على تقديم أوجه النشاط المتعددة البدنية و الرياضية بل له دور أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم واجبات التربية من خلال الأنشطة البدنية و الرياضية التي تهدف الى تنمية و تشكيل القيم و الأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ، مع مراعاة ميول التلاميذ و رغباتهم المتوفرة و قدرات الأستاذ نفسه في اختيار هذه الأنشطة، و هذا يساعد على اكتساب التلميذ للقدرات البدنية و القوام المعتدل للصحة العضوية و التقنية و المهارات الحركية و العلاقات الاجتماعية و التعارف و الاتجاهات و الميولات الايجابية.¹

2-2- شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

2-2-1- الشخصية التربوية للمدرس :

نظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم و التعلم يجب علينا اذا ان نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه العنصر الاهم في العملية التعليمية، و ذلك يكون من الناحية النفسية و البدنية و الاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم و يدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية و المعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم، و يفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو و التكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج و الدروس، كما أن للأستاذ تأثيرا كبيرا على جانب القيم و الأخلاق.

2-2-2- الشخصية القيادية للمدرس :

يقول أرنولد ARNOLD ان أستاذ التربية البدنية و الرياضية يعتبر قائدا لحد كبير بحكم سنه، و تخصصه الجذاب، كما يعتبر من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل و هو اللعب، كما زادت وسائل

¹ - مصطفى كمال زنگلوجي : اضواء على مناهج التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء للطباعة والنشر الإسكندرية ، 2007 ، ص98 .

الاعلام من فرض شخصية الأستاذ في أيامنا هذه و يعتقد وليامز **WILLIAMS** ان دور معلم التربية البدنية و الرياضية فعال جدا و ذلك ايجابيا و سلبيا، بالنظر الى ان الطفل يطبق ما تعلمه من أسرته و مدرسه و مجتمعه.

و لقد أفادت بعض الدراسات ان شخصية مدرس التربية البدنية و الرياضية له دور على النمو الاجتماعي و العاطفي للتلميذ، و من الواجب ان يدرك أستاذ حساسة التلاميذ و المشاكل التي يعانون منها و الفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

و في دراسة قدمها **WITTY** و قام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ و طفل و مراهق تتصل بتصوراتهم عن أكثر المدرسين مساعدة له فوجد أن أهم صفات هذا المدرس هو قدرته على توفير الأمان و تقديرات التلاميذ، تليها صفات مثل (اهتمامه بالحوافز، التعرف على تلاميذه، اظهار الحنان و الألفة، اتصافه بروح مرحة، اهتمامه بمشاكل التلاميذ، التعاطف، التسامح).

و لقد توصلت **جينخنز** بأن لوصف الغالب للقيادات الناجحة هو انهم اناس يعطون الآخرين احساسا بالارتياح و لديهم القدرة على اشعارهم بالأمان و الانتهاء و بعض الاهتمام.¹

2-3- صفات أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

لا يستطيع الأستاذ القيام بمهامه على أحسن وجه إلا اذا توفرت فيه بعض الصفات و التي سنحاول إدراجها فيما يلي :

- أن يلم بالطبيعة البشرية و احتياجاتها و بالمفاهيم و الاتجاهات الاجتماعية في المجتمع الذي يعيش فيه و يسعى لتحقيقها.
- أن يؤمن بالرسالة التربوية.
- ان يلم بالمادة الدراسية و ما يتصل بها من حقائق و معلومات و آراء بكل الفروع العلمية كعلم الاجتماع، علم النفس و التربية، طرق التدريس، علم التشريح و وظائف الأعضاء و علم الحركة ... إلخ و يقدر ما يستطيع ان يستمد منه التلاميذ من المعلومات و الخبرات التي يحتاجونها.
- القدرة على أداء المهارات الحركية بمستوى جيد و المحافظة على أدائها مع تقدمه بالعمر.

¹ - امين انور الخولي وآخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، ط4 ، القاهرة ، 1998 ، ص43-44 .

- القدرة على توصيل المعلومات و الخبرات للتلاميذ.
- القدرة على الشرح، و الايضاح و التعبير عن النفس و الكتابة و انتقاء الألفاظ المناسبة.
- العلم بخصائص وحاجات التلميذ.
- القدرة على فهم الادارة و التنظيم و القوانين و طرق التعامل معها.
- القدرة على فهم البيئة المحيطة و التأثير بها.
- ان يراعى أهداف المنهج المدرسي و توجيهاته.
- العلاقة الطيبة مع زملائه المعلمين.
- أن يكون على صلة طيبة مع تلاميذه و يتميز بالعدل و النزاهة و الاخلاص في العمل.
- أن يتصف بصفات القائد و الحائز على الثقة و يتحمل المسؤولية.¹
- القدرة على خلق المواقف التعليمية المناسبة.
- القدرة على الملاحظة و حسن التصرف.
- القدرة على الحصول على نتائج ملموسة.
- الصدق في القول و العمل.
- الاهتمام بصحته، و مظهره الخارجي، فيكون نظيفا لطيفا.
- أن يراعي شعور الآخرين و يضبط عواطفه و نفسه و يكون مرحا واسع الصدر صبورا.
- ان يكون سليم من الشكوى و التذمر بل يظهر الرضا و القناعة.
- الابتعاد عن التصنع و التكيف.²

2-4- مسؤليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

2-4-1- فهم أهداف التربية البدنية و الرياضية :

يتحتم على مدرس التربية البدنية و الرياضية فهم أهداف مهنته التربية البدنية و الرياضية سواء كانت طويلة المدى او أغراض مباشرة، فان معرفة المدرس للأهداف التي يسعى الى تحقيقها تجعله قادرا على النجاح في عمله اليومي، و اذا ما عرفت أغراض التربية البدنية و الرياضية جيدا أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجها.

¹- نصر الدين زدي : سيكولوجية مدرس دراسة وصفية تحليلية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، جامعة الجزائر ، 2005 ، ص34-35 .

²- اكرم زكي خطابية : مناهج المعاصرة في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ط1 ، 1997 ، ص167 - 168 .

2-4-2- تخطيط برنامج التربية البدنية و الرياضية :

المسؤولية الثانية لمدرس التربية البدنية و الرياضية هي تخطيط برنامج التربية البدنية و الرياضية و ادارتها في ضوء أغراض، و هذا يعني الاهتمام باعتبارات معينه أولها و أهمها :

احتياجات و رغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم : و يراعي عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، و هناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة مثل العمر، و كذلك يجب ان يضع نصب عينه عدد المدرسين، و الأدوات، و حجم الفصل، وعدد التلاميذ، و الأحوال المناخية.

و كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية و الجسمية للمشاركين، و توفير عامل الأمن و السلامة و من البديهي أن يتناسب مع المراحل التعليمية المختلفة.

2-4-3- توفير القيادة :

ان توفير القيادة الرشيدة يساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية و الرياضية، و القيادة خاصة تتوفر في المدارس الكفاء، هذه الخاصية لها أثر على استجابة التلاميذ لشخصية المدرس و توجيهاته و من بين الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد الى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية و العصبية و العقلية و الاجتماعية و القيادة لا تتأثر ما لم يحصل المدرس على التدريب المهني الكافي كي يصبح قادرا على فهم مشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية و الرياضية، و يجب أن يدرك مدرس التربية البدنية و الرياضية أن مسؤولياته تمتد خارج نطاق الجماعة الى المدرسة التي يعمل بها، و ليس المدرسة فحسب بل المجتمع المحيط به، فهو موجود وسط يجب أن يؤثر فيه و يتأثر به.

2-4-4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية اتجاه المادة التعليمية :

يحظى أستاذ التربية البدنية و الرياضية اليوم بتجربة أكبر في تحدي المنهج و أنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد و جماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية و كذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا

نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم ان صح التعبير، و انما أتاحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، و المناهج و الطرق العلمية انطلاقا من واقع التلميذ من داخل او خارج الصف المدرسي.¹

2-4-5- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية أتجاه التقويم :

ان عملية تقويم عمل التلميذ هي عملية دقيقة و هامة جدا، و لكي تسير بصفة صحيحة يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، و للقياس الصحيح لنمو التلميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الاختبارات و غيرها من أدوات القياس، و على عكس الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد اعدادا سليما حيث تعلم ان يقوم النمو في الاتجاهات و المنل و العادات و الاهتمامات كما أنه قادر على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم و اعداده بالمواد و الأساليب العلاجية.

2-4-6- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية أتجاه البحث العلمي :

تتخصر هذه النقطة في بذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله، فهو مطالب بالإبداع في العمل المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم، ولا يبقى خاملا معتمدا دوما على معارفه السابقة، فيجب ان يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية و التعليم و علم النفس و كل ما له علاقة بمجال عمله، محاولا دمج كل هذه المعارف مع مكتسبه من خبرة ميدانية و هذا بدوره سينعكس ايجابا على كفاءته المهنية و يجعله أكثر قناعة بالعمل الذي يؤديه.²

2-5- الخصائص و الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

إن أستاذ التربية البدنية و الرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع و التلميذ، و نموذجا يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على معارف جديدة كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية و قدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة، و لكي يؤدي أستاذ التربية البدنية و الرياضية وظيفته بصفة جيدة و يجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلما و مربيا و أستاذا.

¹ - محمد سعيد زغلول ، مصطفى السايح محمد : تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية ، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر ، ط2 ، الاسكندرية ، مصر 2004 ، ص20 .

² - نثيبال كانتور : المعلم ومشكلات التعليم والتعلم ، ترجمة حسني الفقهي ، دار المعارف ، ط2 ، مصر 1972 ، ص161 .

2-5-1- الخصائص الشخصية :

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لابد أن يلتزم به جميع الأساتذة يطبقون قيمه و مبادئه على جميع أنواع سلوكهم، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ و ذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة، تمحورت هذه الدراسة حول العناصر التالية : الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط و الخمول ...) علاقته مع التلاميذ، مع زملائه، مع رؤسائه، أولياء أمور التلاميذ.¹

و لذلك تحتاج مهنة التدريس الى صفات خاصة حتى يصبح هدف التعليم سهل التحقيق و يمكن ايجاز هذه الصفات فيما يلي :

- الصبر و التحمل : إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر الى الحياة بوجهة نظر مليئة بالتفاؤل فيقبل على عمله بنشاط و رغبة، فالتلاميذ كونهم غير مسؤولين هم بحاجة الى السياسة و المعالجة و لا يمكن للأستاذ فهم نفسية التلميذ الا اذا كان صبورا في معاملتهم قوي الأمل في نجاحه في مهنته.
- العطف و اللين مع التلاميذ : فلو كان الأستاذ قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم فعليه، و يفقدهم الرغبة في اللجوء اليه و الاستفادة، كما لا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له و محافظتهم على النظام.
- الحزم و المرونة : فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك على التلاميذ و احترامهم له.
- أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه و زملائه.

2-5-2- الخصائص الجسمية :

- لا يستطيع أستاذ التربية البدنية و الرياضية القيام بمهمته على أكمل وجه إلا اذا توفرت فيه خصائص جسمية هي :
- القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.
- التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله.

¹ - رايح تركي : أصول التربية والتعليم ، المدرسية الوطنية للكتاب ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1990 ، ص426 .

- أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول يهمل علمه ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه.
- يجب أن يتمتع بالاتزان و التحكم العام في عواطفه و نظرتة للآخرين، فالحصة النفسية و الجسدية و الحيوية تمثل شروطا هامة في انتاج تدريس ناجح و مفيد.

2-5-3- الخصائص العقلية و العلمية :

على الأستاذ ان يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة و تركيز، و ذلك لأنه يحتاج دائما الى تحليل سلوك التلاميذ، و تحليل الكثير من المواقف التي تنطوي على مشكلاتهم التربوية.

و بصفة عامة فعملية التربية تقتضي من صاحبها سرعة الفهم و حسن التصرف و اللياقة و المرونة فيجب على الأستاذ ان يصل الى مستوى عالي من التحصيل العلمي و هو مستوى لا يمكن الوصول اليه دون ذكاء. ومن خلال ما سبق يمكننا تلخصي أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته مايلي :

- أن يتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكير مستقلا وحر .
- أين يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون ، الحرية ن العمل برغبة ، والجمع بين الناحيتين العلمية والعملية في عملية التعليم .
- على الأستاذ أن يكون شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ واحترامهم .
- ان يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع الثقة .
- المثابرة دورما للتجديد في العمل نحو الأفضل والأنجح .¹

كما يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية منظم التفكير قوي العقل ، واسع النظرة للحياة ، سريع الملاحظة ، قادر على التصور والتخيل والاستنباط ، بالإضافة إلى هذه الصفات يجب أن يكون متصفا بالمميزات التالية :

¹- محمد الساعي : معلم الغد ودوره ، دار المعارف ، ط1 ، 1985 ، ص38 .

الإلمام بالمادة :

الأستاذ الكفاء هو الأستاذ الواسع الاطلاع والثقافة والواثق بنفسه ، كما يجب أن يكون قادرا على اجتذاب ثقة تلاميذه له ، أما ضعف الأستاذ في مادته فيؤدي إلى قصور تحصيل التلاميذ في هذه المادة ، وكذلك يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية ميالا للاطلاع وتنمية المعارف ، لأن إفادة التلاميذ من طرف الأستاذ تكون من خلال المعلومات والمعارف الواسعة لدى الأستاذ .¹

الذكاء :

فالأستاذ على صلة دائمة بالتلاميذ ومشاكلهم ، لذا عليه أن يكون ذا تصرف حكيم وان تكون له القدرة على حل المشاكل ، فنجاحه متوقف على مدى ذكائه وسرعة بديهته وتفكيره ، فلا بد أن يكون دقيق الملاحظة متسلسل الأفكار قادرا على المناقشة والإقناع يخلق الميل لمادته عند التلاميذ .

2-5-4 - الخصائص الخلقية والسلوكية :

لكي يكون لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور فعال وأثر ايجابي خلال تدريس مادته على تلاميذه وكذلك في معاملته مع المحيط المدرسي يجب أن تتوفر فيه خصائص منها :

- أن يكون محبا لمهنته جادا فيها ومخلصا لها .
- أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه ، ما أمكنه من توضيحات .
- أن يحكم بإنصاف فيما يختلف فيما يختلف فيه التلاميذ ، ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة فهذا يؤدي إلى إثارة الغيرة بين التلاميذ .
- يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا لهم .
- الأمل والثقة بالنفس ، فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى يصبح في مهمته ، وأن يكون واسع الآفاق كي يصل إلى تفهم التلاميذ وهذا يكون إلا بالثقة .

¹ - محمد مصطفى زيدان " الكفاية الإنتاجية للمدرس ، دار الشروق ، ط1 ، بيروت ، لبنان ، ص60 .

2-5-5 الخصائص الاجتماعية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية شخص له تجاربه الاجتماعية في الحياة تكبد مشاقها وصبر على أغوارها بما واجهه من صعوبات نفسية واجتماعية ، واجهته خلال الحياة حيث أكسبته رصيда معرفيا صقل تلك المعارة ورسخت لديه بما أحاط به من دراسة علمية قبل أن يكون مربيا أو أستاذ لذا يعتبر الأستاذ رائد لتلاميذه ، وقدرة حسنة لهم ، وله القدرة على التأثير في الغير .

كما أن له القدرة على العمل الجماعي ، لذا يجب أن يكون لديه الرغبة في مساعدة الآخرين وتفهم حاجاتهم ، وتهيئة الجو الذي يبعث على الارتياح والطمأنينة في القسم .

وهو إلى جانب ما سبق يعد رائدا اجتماعيا وبالتالي فهو متعاون في الأسرة التربوية وعليه أن يساهم في نشاط المدرسة ويتعاون مع إرادتها في القيام بمختلف مسؤوليتها¹.

2-6 - واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية :

2-6-1 الواجبات العامة :

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي تعمل بها ، وهي في نفس الوقت تعتبر النشاطات والفعاليات التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق التعليمية التعليمية المدرسية .

ولقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من درس التربية البدنية والرياضية الجديد ما يلي :

- لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق والالتزان
- يعد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس مادة التربية البدنية والرياضية .
- يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة .
- يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأسس لخبرات التعليم .
- لديه القابلية للنمو المعني الفعال والعمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني .
- لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط .

¹ - محمد مصطفى زيدان : الكفاية الانتاجية للمدرس ، مرجع سابق ، ص60 .

2-6-2 الواجبات الخاصة :

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به ، يتوقع أو يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة للمؤسسة ، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة ، وفي نفس الوقت تعتبر من الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس للمدرسة ومنها :

- حضور اجتماعات هيئة التدريس ، واجتماعات القسم ولقاءات تقييم التلاميذ وفق للخطة الموضوعية.
- تنمية واسعة للمهارات الحركية والقدرات البدنية لدى التلاميذ .
- تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية .
- السهر على سلامة التلاميذ ورعايتهم بدنيا وعقليا وصحيا .
- الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية¹ .

2-6-3 واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضو في المجتمع :

من أهم واجبات المدرس تدهيم العلاقة بين المدرسة التي يعمل فيها والبيئة المحيطة به من خلال :

- التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع وخاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته
- إشراك أهالي الحي في نواحي النشاط المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم مسابقات وبطولات مفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل مسابقات الجري للجميع .
- التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية وأن يساهم بمجهوده البناء في أن يحقق هذه الهيئات والنوادي وأهدافها المساهمة في خدمة المجتمع بالإشراك في الأعمال التي يطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدفاع المدني أو التمريض أو التوعية إذ يحتاج الأمر ذلك .
- أن يتبع التقاليد والحدود التي يضعها المجتمع المحلي وأن يكون مثلا للمواطن الصالح علما وخلقا .
- أن يوثق بين المنزل والمدرسة فيدعو أولياء أمور التلاميذ لحضور الحفلات والمهرجانات التي تقام داخل المدرسة ويناقشهم في المشاكل العامة التي قد تتعرض أبنائهم .

¹ - أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، ط2 ، القاهرة ، 2002 ، ص152-153 .

2-6-4 واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضو في المهنة :

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يفهم مسؤولياته كعضو في المهنة وعليه أن يحترم تقاليد مهنته وأن يكون عضو فعال من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد في كفاءته وتدفعه للتقدم المستمر في مهنته ، ويشمل هذا النشاط النواحي التالية :

- إذا لم يكن قد تلقى إعداد كامل فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان
- الاطلاع المستمر على إحداه ما نشر من بحوث في التربية البدنية والرياضية وطرق التدريس وان يطبق معلوماته في تدريسها بقدر الإمكان .
- الاشتراك في المجالات والمطبوعات الدورية المهنية .
- محاولة الحصول على درجات علمية أعلى
- العمل على زيادة ثقافته العامة وذلك عن طريق الاطلاع المستمر على كل ما هو جديد
- أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية .

3- درس التربية البدنية والرياضية :

3-1 - تعريف حصة التربية البدنية والرياضية :

إن حصة التربية البدنية والرياضية تعتبر وسيلة هامة من الوسائل التربوية لتحقيق الأهداف المسطرة في تكوين الفرد ، حيث أن الحركات البدنية التي يقوم بها الفرد في حياته على المستوى التعليمي البسيط في إطار المنظم والهيكلي ، تعمل على تنمية وتحسين وتطوير هياكل البدن ومكوناته ، من جميع الجوانب العقلية والنفسية ، الاجتماعية ، الخلقية والصحية لضمان تكوين الفرد وتطوره وانسجابه في مجتمعه ووطنه وأن أفضل الطرق لاكتساب هذه الصفات وتتميتها عن طريق الممارسة .

فحصة التربية البدنية والرياضية جزء متكامل من التربية العامة ، بحيث تعتمد على الميدان التجريبي لتكوين الأفراد عن طريق ألوان وأنواع من النشاطات البدنية المختلفة التي اختيرت بغرض تزويده بالمعارف والخبرات والمهارات التي تسهل إشباع رغباته عن طريق التجربة ، ليكيف هذه المهارات لتلبية حاجاته ويتعامل بها مع الوسط الذي يعيش فيه وتساعد على الاندماج .

بذلك فحصة التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات تحقق أيضا هذه الأهداف ، ولكن على مستوى المدرسة فهي تضمن النمو الشامل والمتزن للتلاميذ وتحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحل سنهم وتدرج قدراتهم الحركية وتغطي بها الفرصة نابغين منهم الإشتراك في أوجه النشاط التنافسي داخل وخارج المدرسة وبهذا فإن حصة التربية البدنية والرياضية لا تغطي المساحة الزمنية فقط ولكنها تحقق الأغراض التربوية التي رسمتها الساسة في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات .

وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحدة الأساسية لتكوين الدورة ويتمثل مركز اهتمامها في النشاط الرياضي ، أو تغير جسدي أو فعل حركي معين ، ويتم تحديد مركز الاهتمام أو الموضوع للحصة تبعا للأهداف المرجوة أو المنشودة من خلال الإجراءات الخاصة بالحصة والتي تساهم كل واحدة في خدمة المحور الآخر .¹

3-2- محتوى حصة التربية البدنية والرياضية :

بالرغم من الاختلاف الموجود بين المدارس المعروفة في التربية البدنية والرياضية كالاتحاد السوفييتي والولايات المتحدة الأمريكية وألمانيا في عدد أقسام حصة التربية البدنية والرياضية إلا أنه لا يمكن إعتبار واحد أحسن من آخر وهذا بحكم النتائج التي حققتها المدرستين الشرقية والغربية .

فالمدرسة الشرقية تقسم حصة التربية البدنية والرياضية إلى :

- المقدمة
- الجزء الرئيس
- الجزء الختامي

أما المدرسة الغربية والولايات المتحدة الأمريكية تقسمه إلى :

- المقدمة
- التمرينات
- النشاط التطبيقي
- الجزء الختامي .

¹ - محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري والتطبيقي ، مرجع سابق ، ص 94 - 96 .

ومن خلال هذا التقسيم نلاحظ أن كلا المدرستين تشترك في جوهر واحد الحصة التربوية البدنية والرياضية لا يختلفان إلا في الجزء الرئيس أو جسم الحصة كما يسمونه والطي يشمل على النشاط التعليمي ، التطبيقي .
وتعتبر الطريقة الأولى هي أكثر استعمالا في المغرب العربي ، وفيما يلي شرح لأهم اجراء حصة التربية البدنية والرياضية .¹

3-2-1- مقدمة الحصة :

أو كما يسمى بالاحتماء وهو جملة من الحركات التي تعمل الوصول إلى الحالة القصوى من التحضير البدني والغرض منه هو إهداء التلميذ (فيزيولوجيا ، نفسيا) لنقيس الوجبات الحركية المختلفة سواء في النشاط التعليمي أو النشاط التطبيقي معا ويذكر (ماتفيك) أن الجزء التحضيري يضمن قبل كل شيء بداية منظمة للحصة ويحدد نجاح المدرس إلى المدرب والحالة النفسية والانفعالية والبدنية للأفراد .

ومن أهم مميزات هذا القسم :

- أن تكون هناك تمارين غير مملة أو تحتاج إلى جهد عصبي في أدائه .
- تمارينات بسيطة
- أن تتناسب التمارينات هذا الجزء من السن والجنس والأفراد .
- ألعاب مسلية .

3-2-2 - القسم الرئيس :

ويضم هذا القسم التدريب بمعناه الواسع ، ويختلف محتوى المرحلة الأساسية على حسب تحضير الرياضي بصفة عامة ، كما يجب في هذه المرحلة مراعاة توافق الجانبين التقني والبدني .

ويحتوي هذا القسم :

أ. النشاط التعليمي :

ويجب أن تقدم في هذا الجزء المهارات والخبرات الواجب تعلمها سواء كانت فردية أو جماعية ، مثل الجري ، القفز ، كرة الطائرة ، كرة السلة ، كرة اليد ، كرة القدم ، إلخ

¹ - عباس أحمد صالح : التربية البدنية والرياضية وأثارها على المجتمع ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1981 ، ص 40 - 42 .

وطريقة التعليم تلعب دورا في استيعاب الأفراد للمهارات أو الخبرات .

ب. النشاط التطبيقي :

ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم باستخدام الوعي في الواقع العلمي ويقدم ذلك في الألعاب الفردية مثل ألعاب القوى ، الجمباز أو في الألعاب الجماعية مثل كرة القدم ، كرة السلة ، كرة الطائرة ، وكرة اليد .

وأهم ميزة يتميز بها النشاط التطبيقي هو بروز روح التنافس بين مجموعات الأفراد مما يؤدي إلى نجاح الحصّة التدريبية أو التعليمية .

3-2-3 القسم الختامي :

الهدف منه التقليل من شدة التدريب للعودة بالجسم إلى الحالة العادية وتهدئة أعضائه الداخلية وإعادتها بقدر المستطاع إلى ما كانت عليه سابقا ويتضمن الجزء تمرينا تهدئة الجهد كتمرينات لتتنفس والاسترخاء وبعض الألعاب ذات الطابع الهادئ .

إن تقسيم الحصّة إلى أجزاء ماهي إلا طريقة لتمكين المعلم أو المدرب من تنفيذ خطة الحصّة ، بأسلوب أكثر اقتصادي أو بما يحقق مهام الدرس الموضوعية عن طريق قيام كل جزء بواجباته الخاصة والمعروفة .

وعلى ذلك كل جزء مهام وواجبات تعطيه صفة وحجم وأهمية نوعية في حدود الدرس .¹

3-3 أهمية حصّة التربية البدنية والرياضية :

اهتم الانسان منذ القديم بجسمه وصحته ولياقته ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة عن الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال متعددة كاللعب والرقص والتدريب البدني ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني والصحي فحسب ، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها على الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية والمعرفية والجوانب المهارية الحركية ، الجوانب الجمالية الفنية ، وهي في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا ومتكاملا .²

¹ - عناف عثمان عثمان ، وآخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، دار الوفاء ، مصر ، 2007 ، ص 105 ، 109 .

² - أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية والرياضية ، مرجع سابق ، ص 41 .

فالتربية البدنية والرياضية عملية توجيه للنمو البدني وقيام الإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحية التي تشترك مع الوسط التربوية بتنمية الجوانب النفسية والاجتماعية والخلقية .

ولكن على مستوى المدرسة فهو يتضمن النمو الشامل والمتزن للتلاميذ ليحققوا احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنية ، وتدرك قدراتهم الحركية في الاشراف في أوجه النشاط التنافسي داخل وخارج المؤسسة .

وكما يعتقد المفكر "ريد" أن التربية البدنية والرياضية تمدنا بتهديب للإرادة ويقول أنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدرستنا .

3-4- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية :

لقد تحددت أهداف حصة التربية البدنية والرياضية فيما يلي :

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلميذ .
- المساعدة على تكامل المهارات الخبرات الحركية ، ووضع القواعد الصحية والصحيحة لكيفية ممارستها داخل أو خارج المدرسة أو النادي مثل القفز ، الرمي ، المشي والجري... إلخ
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل القدرة ، السرعة ، التحمل ، المرونة ، الرشاقة .
- التحكم في القوى في حالتها السكون والحركة .
- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق على أسس الحركة البدنية وألوهها البيولوجية الفيزيولوجية و البيوميكانيكية .
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات المنتظمة للأنشطة الرياضية .
- تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الانشطة .¹

3-5 - تحضير حصة التربية البدنية والرياضية :

لا يختلف تحضير حصة التربية البدنية على باقي دروس الأكاديمية ، على المدرس أن يكون ملما اماما كافيا بالمادة وطرق وأساليب تدريسها ولتحضير الحصة يجب مراعاة ما يلي :

- تحديد الهدف بدثة ووضع نصب أعين النتائج المحتملة .

¹ - محمود عوض بسيوني ، نظريات وطرق التربية البدنية ، مرجع سابق ، ص 54 - 94 - 96 .

- أن يلتزم المدرس بالخطة الموضوعة للمرحلة السنوية والسنوية والجزئية .
- دراسة شاملة لإمكانية المدرسة وربطها مع الدرس .
- مراعاة الإمكانيات الأجهزة المتيسرة ووضع الحلول البديلة في حالة عدم توفرها .
- مراعاة الترتيب المنطقي في تسلسل المهارات واعتماد على ما درس من قبل وممهلهما هو قادم .
- احتواء الحصة على تمرينات والألعاب المنسجمة ذات التأثير العام على النمو البدني والقائم للتلاميذ .
- أن تكون الحصة شاملة وتشبع رغباتهم في اللعب .
- التخطيط الزمني والتنظيمات التشكيلية .
- إعداد الخطة مسبقا¹ .

3-6- طرق التدريس في التربية البدنية :

إن مدرس التربية البدنية والرياضية عليه أن يأخذ بعين الاعتبار مختلف المتغيرات كالمستوى السني للتلاميذ والإمكانيات المتاحة أثناء اختيار طريقة للتدريس بحيث يجب أن يختار الطريقة المناسبة لتحقيق الهدف المراد من الدرس ، وهناك بعض الطرق التي تستعمل غالب في تدريس التربية البدنية نذكر منها :

3-6-1 الطريقة الجزئية : حيث تجزأ المهارات إلى أجزاء صغيرة كل جزء على حدة ويتم تعليم كل حركة أو جزء منفصلا عن الآخر ، ثم يتم الانتقال من الجزء الذي تم تعلمه إلى الجزء التالي حتى يتم تعليم كل الأجزاء ، ثم تربط الأجزاء وتعلم الحركة كاملة .

3-6-2 الطريقة الكلية : وهي عكس الطريقة الجزئية حيث تعرض فيها الحركات أو المهارات كاملة كوحدة واحد غير مجزأة ويردي المدرس نموذج المهارات بعد ذلك يعقبه أداء التلميذ ، وهذه الطريقة محببة لدى التلاميذ لأنها تساعدهم على أخذ تصور كلي عن المهارات .

3-6-3 الطريقة الجزئية الكلية : عبارة عن خليط بين الطريقة الكلية والطريقة الجزئية حيث يتم تقسيم الحركة إلى وحدات ، وتعلم الوحدات ثم ينتقل إلى الوحدة الثانية ثم ربطهما ككل وهكذا ، من سماتها أن تراعي الفروق الفردية في القدرات الحركية .

¹ - بن خاتم الله نور الدين : دراسة تأثير أساليب التدريس على تعليم المهارات الحركية في حصة التربية البدنية والرياضية ، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية ، جامعة باتنة ، 2008 ، ص11 .

3-6-4 طريقة المحاولة والخطأ : في هذه الطريقة يحاول التلميذ أداء الحركة حسب قدرته الحركية وما على الأستاذ سوى القيام بدور الموجه والمرشد من خلال إعطاء النقاط التعليمية او التصحيحية وتساعد هذه الطريقة التلميذ على اكتشاف أخطائه بنفسه وبذلك محاولة تصحيحها سريعاً .¹

¹ - ناهد محمود سعد ، نللي فهميم ، طرق التدريس في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، ط2 ، مصر الجديدة ، 2004 ، ص79 - 80 .

خلاصة :

ومما سبق ذكره وظيفة الأستاذ لا تقتصر على التعليم ، أي إيصال العلم إلى المتعلم وإنما تعدت ذلك إلى دائرة التربية ، ولذا كان إلزام على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتمتع بمجموعة من السمات والخصائص القيادية التي تتطلبها مهنته ، ومن خلال هذا وجب على الهيئات التربوية الحرص على توفير جميع حقوق الأستاذ ، وكذا مراعاة الجانب الاجتماعي للأستاذ .

وبعد أن تكلمنا على الأستاذ وأهميته في العملية التربوية ودوره في تنمية الجانب النفسي والخلقي الاجتماعي للتلميذ فيجب معرفة الوسيلة التي يتصل من خلالها الأستاذ مع التلاميذ وهي الدرس أو الحصة وتهدف حصة التربية البدنية والرياضية إلى تنمية السمات الخلقية وإدماج الفرد ضمن المجتمع ، وتنشئته على التحلي بالصبر ، واحترام الآخرين وكما تهدف إلى تعريفهم بأهمية ممارسة نشاطات التربية البدنية والرياضية .

الفصل الثاني

الأنشطة الالصفية

تمهيد :

إن الأنشطة اللاصفية هي أحد أنواع النشاطات المدرسية التي لها دور كبير في تكوين التلاميذ من عدة جوانب .

فمن الناحية البدنية يعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية وتحسين الصحة العامة للجسم للتمتع بها كذلك اكتساب اللياقة البدنية والقوام المعتدل ، أما من الناحية الاجتماعية فهو يحقق التكوين الاجتماعي والاتجاهات المرغوبة فيها ، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب التوجيه التعليمي والمهني الصحيح ويرجع ذلك بالدرجة الأولى إلى أستاذ التربية البدنية والطبي يجب عليه أن يعي جيدا ويقوم بعمله على أحسن وجه إزاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها حتى يستطيع النجاح في عمله ، أما من الناحية النفسية تهدئته وصرف طاقته الداخلية وفق ما يعود بالفائدة على بدنه وفكره ، فبالممارسة يتعلم كيف يواجه مشاكله وحل عقده ومشاكله النفسية ، فيتعلم المثابرة وعد الاستسلام ومواجهة الواقع مهما كان نوعه والاتكال على نفسه في تلبية حاجياته اليومية ومتطلبات الحياة.

1- النشاط الرياضي اللاصفي :

1-1 النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي :

هو النشاط الذي يقدم خرج أوقات الدروس داخل المؤسسات التعليمية والغرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ لممارسة النشاط المحبب إليه ، ويتم في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم المدرسي ، وينظم طبقا للخطة التي يضعه المدرس سواء كانت مباريات بين الأقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية.¹

ويعرف النشاط الرياضي الداخلي بأنه :

البرنامج الذي تديره المدرسة خارج الجدول المدرسي ، أي النشاط اللاصفي ، وهو في الغالب نشاط اختياري وليس إجباريا كدرس التربية البدنية والرياضية ولكنه يتيح الفرصة لكل تلميذ إن يشترك في نوع أو أكثر من النشاط الرياضي ، وإقبال التلاميذ على هذا النشاط أكبر دليل على نجاح البرنامج ، إذ شمل نشاط أكثر عدد من التلاميذ ويعتبر هذا النشاط مكملا للبرنامج المدرسي ، ويعتبر حقه للممارسة النشاط الحركي خصوصا تلك الحركات التي يتعلمها التلميذ في درس التربية الرياضية.²

وعلى ضوء ما تقدم فإن النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي هو تلك المسابقات الداخلية في المؤسسات التربوية ، والتي تجري بين الأقسام ويشمل الرياضات الجماعية والرياضات الفردية ، كما أن النشاط الداخلي هو كذلك تمهيد لنشاط أهم وأساسي وهو النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي .

2-1 النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة والمدارس الأخرى ، وللنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي العام الذي يبدأ من الدرس اليومي ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي حيث يصب فيه خلاصة الجد والمواهب الرياضية في مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية كما يسهل من خلاله اختيار لاعبي منتخب المدارس لمختلف المنافسات الإقليمية والدولية.³

¹ - د. محمود عوض ، د. فيصل ياسين - نظريات وطرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1989 ، ص 132 .

² - د. عقيل عبد الله ، وآخرون ، الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية - بغداد ، 1886 ، ص 65 .

³ - قاسم المندلوي وآخرون ، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ، الجزء الثاني ، الموصل ، العراق ، 1990 ، ص 55 .

كما يمكن اعطاء مفهوم للنشاط الخارجي بأنه : يتمثل في نشاطات الفرق المدرسية الرسمية كما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الألعاب الجماعية ، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة ، وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية والرياضية للمدرسة ، وفي هذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية والنشاط الداخلي .¹

2- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

وعن أهمية النشاط الخارجي يرى الدكتور هاشم الخطيب النشاط الرياضي الخارجي ناحية أساسية مهمة في منهاج التربية الرياضية ودعمه قوية تركز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى ذلك فإنه يكمل النشاط الذي يزاوله الدروس المنهجية .²

2-1 تنمية النضج الانفعالي :

إن معرفة الفرد أو الفرق لنواحي قوته ونواحي ضعفه هي أو خطوة في سبيل النقد الذاتي وعلامة من علامات النضج الانفعالي كما يعتبر التحكم في النفس أثناء اللعب وتقبل النتائج مهما كانت بهدوء وعدم الانفعال وخاصة عندما يرتكب أحد اللاعبين خطأ ضد آخر أو حينما يحاسب اللاعب على خطأ يعتقد أنه لم يرتكبه ويعتبرها علامة من علامات النضج الانفعالي .³

2-2 الاعتماد على النفس :

إن ممارسة الاعتماد على النفس ، وكذلك الصفات الخلقية الأخرى ، كتحمل المسؤولية وقوة الإرادة ، وعدم اليأس والإحراز على النصر وإنكار الذات ، كل هذه ميزات وصفات واجب حضورها وتوفيرها أثناء الاندماج في المقابلات الرياضية المدرسية .

¹ - د . محمود عوض ، د. فيصل ياسين ، مرجع سابق ، ص 133 .

² - منذر هاشم الخطيب ، تاريخ التربية الرياضية ، الجزء الثاني ، بغداد ، 1988 ، ص 689 .

³ - الأستاذ حسن شلتوت ، حسن معوض ، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، مطبعة الفكر العربي ، 1981 ، العراق ، ص 65-66 .

2-3 حسن قضاء وقت الفراغ :

إن من أكبر مشاكل العصر الحديث كثرة وازدياد وقت الفراغ وعن قياس مدى تقدم الدول حديثاً مرهونا بمدى معرفة أبنائهم لكيفية قضاء أوقات فراغهم ، والتنافس الرياضي يعتبر من أنجح الوسائل لقضاء وقت الفراغ .

2-4 تعلم قوانين الألعاب وتكتيك اللعب :

هذا غرض عقلي اجتماعي ، فتفهم القوانين نصا وروحا ، ثم دراسة التكتيك سواء كان فرديا أو جماعيا يتطلب مقدرة عقلية وفكرية معينة ، أما التطبيق العملي لهذا التكتيك مع الالتزام بما تفرضه القوانين والقواعد يعتبر ممارسة اجتماعية على احترام القوانين واللوائح والقواعد والعمل في حدودها وعدم الخروج من إطارها العام .

• إن النشاط الرياضي الخارجي هو تلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي ، أو هو نشاطات الفرق المدرسية ، هذه الفرق الرياضية تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة ، وهذا من حيث الاختيار وانتقاء الطلاب الرياضيين وتشكيل الفرق الرياضية المدرسية في بداية الموسم الدراسي ، وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق ، حيث نصت (المادة 07) من التعليمات الوزارية المشتركة رقم : 15 أن تتكون الممارسة التنافسية التربوية من تدريبات رياضية متخصصة وتحضيرية للمنافسة ، فهي تستهدف المشاركة في التعبئة والاندماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة سلمية ، تشغيل الجهاز الوطني لفرز وانتقاء الشباب ذوي المواهب الرياضية خاصة في أوساط التربية والتكوين.¹

3-أغراض النشاط الرياضي :

إن الهدف العام والأصلي للنشاط الخارجي هو نفسه الهدف العام لكل عملية تربوية ، وهو تنمية الفرد تنمية سليمة متكاملة ، أن الأغراض القريبة فيمكن إيجازها فيما يلي :

¹ - تعليمات وزارية مشتركة رقم 15 مؤرخة في 03 فيفري 1993 ، متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي للمؤسسات التربوية .

3-1 الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي :

إن المباريات الرياضية ما هي إلا منافسات بين أفراد أو فرق تحاول كل منها التفوق على الأخرى في ميدان كل مقوماته الأداء الرياضي الفردي والجماعي ، وبذلك يتم الاستعداد لمقاومة المتنافسين بالإعداد والتدريب المنظم الصحيح ووضع عال للمستويات المهارية ، وبذلك يرتفع الأداء الرياضي ، ويزيد التمتع بالناحية الفنية الجمالية لهذا الفن ، وقد يكون هذا المستوى موضوعا يمكن قياسه كما في القفز العالي و الطويل ، ويكون اعتباريا نسبيا كما ف الألعاب الجماعية .¹

3-2 اكتساب الصحة البدنية والعقلية والنفسية والمحافظة عليها وتميئتها :

لقد أمست الصحة وقفا على خلو الجسم من الأمراض ، بل قاعدة أساسي للصحة فقط ، أما التعريف العام فيشمل صحة الجسم والعقل مع النضج الانفعالي والمقدرة على التكيف الاجتماعي ، وتتطلب المباريات الرياضية أن يعمل الفرد بكل قواه الجسمية والعلية و الوجدانية في تكامل وتنافس يؤدي إلى توازن الشخصية .

والمباريات الرياضية بما فيها من انطلاق وتعبير عن النفس تعتبر مجال الافصاح عن المشاعر والعواطف ، كما أنها في كثير من الأحيان تكون صمام الأمان لشخصية الفرد من الإنهيار ، فاشترك الفرد مع فريق مدرسته يمثل في حد ذاته الاعتراف بذاتيته وامتيازه .

3-3 التدريب على القيادة :

من المعلوم ان لكل مجموعة قائد ولكل فريق رئيس ، وتنص قوانين أغلب الرياضات الجماعية أن رئيس الفريق هو الممثل الرسمي للفريق ، وهذه مسؤولية قيادية ، وتوفر مباريات النشاط الرياضي الخارجي مواقف عديدة لممارسة اختصاصات هذا المركز القيادي بما فيه من مسؤوليات وسلطات ، وفي هذا تدريب على القيادة .²

¹ - بلحساين عز الدين ، حماد الواسني ، الرياضة المدرسية ودورها في بعث الحركة الرياضية الوطنية ، مذكرة ليسانس ، مستغانم ، 1991 ، ص 41 .

² - أ حسن شلتوت ، حسن معوض ، التنظيم والإدارة ف التربية الرياضية ، مطبعة دار الفكر العربي ، 1981 ، العراق ، ص 66 .

4- أسس إعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

يكتمل مفهوم النشاط الرياضي الخارجي سائر أجزاء البرنامج من حيث الوجبات التدريبية ، وفي بعض دول العالم يوجد تنظيم متقدم للغاية لإدارة هذا اللون من النشاط بين المدارس وفي أغلب هذه الدول توجد اتحادات رياضية متخصصة في إدارة هذه النشاط الرياضي المدرسي ، ولكي نتيح فرص النجاح للنشاط الرياضي الخارجي يرى الدكتور محمد الحماحمي في كتبه (أسس بناء التربية الرياضية ، ص190) أن من أهم هذه الأسس التي يجب على المدرس مراعاتها ما يلي :

- مراعاة المرحلة السنية للطلاب عند اختيار الفرق الرياضية ، حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص بدنية وقدرات خاصة .
- مراعاة اختيار أعضاء الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة والمستوى المناسب في الأداء ، الاهتمام بتحديد فترات لتدريب أعضاء الفرق الرياضية وبحيث لا يعوقهم التدريب عن التحصيل المدرسي .
- الاهتمام بتوفير الامكانيات اللازمة لنجاح النشاط ، العمل على تكوين فرق رياضية في عدة نشاطات متنوعة وعد الاقتصار على نوع واحد أو نوعين من النشاط
- الاهتمام بضرورة إحترام أعضاء الفرق الرياضية للقوانين وللروح الرياضية وللقيم التربوية ، تخصيص جوائز للفائزين ولأحسن فرق مهزوم ولأحسن لاعب في الأخلاق .

وفي هذا السياق يرى الدكتور عباس أحمد صالح أنه يجب أن يكون تنافس بين البرامج الصفية والبرامج اللاصفية ، أي يجب أن يتدرب الطلاب على ما تعلموه من الدرس ، حيث أن النشاط اللاصفي يهدف إلى أساسين :

- تنمية الصفات الأساسية عند الطلاب مثل القوة العضلية ، السرعة ، المطاولة ، الرشاقة والمرونة ، وهي صفات يمكن تمييزها والتقدم بها في النشاطات اللاصفية ، حيث لا يسعنا الدرس في المدرسة إلى تمييزها
- ترقية المهارات الرياضية والنشاطات اللاصفية مجال كبير لترقية المهارات الرياضية والسيطرة عليها ، حيث يوجد متسع من الوقت لذلك وعلى ذلك يمكن تحديد الاسس الرئيسة للنشاطات اللاصفية فيما يلي :

- أن تكون مرتبطة بنشاطات درس التربية البدنية والرياضية ، وتتبع خطة متقنة على مدار السنة
- أن تهدف إلى تنمية الصفات البدنية الأساسية والتي نوهنا عنها .
- أن تهدف إلى ترقية المهارات والألعاب الرياضية الموجودة في الخطة .
- أن تحظى بإمكانات تتلاءم مع حجم النشاط من ملاعب ومدربين مؤهلين
- أن تحقق أدنى طموحات الطلاب وأن تحقق أهداف الرياضة المدرسية .¹

4-1 الفرق الرياضية :

كل مؤسسة تربوية يجب أن تنشئ جمعية رياضية² ، ويرى السيد قريشي عبد الكريم المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن الجمعية الرياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك الفرق للمنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى ، ويضيف قوله بأنه لا توجد أي خطة رسمية أو مناشير عن كيفية الانتقاء والتدريبات والاتحادات بالتنسيق مع الوزارة المعنية تسعى جاهدة لإنشاء هذه الخطة ، وإن مهمة انتقاء وتشكيل وإعداد الفرق الرياضية المدرسية في الواقع الرهن توكل إلى الجمعية الرياضية ، وهذا حسب ظروفها الخاصة ، حيث تضع البرنامج التدريبي الخاص بها وفقا للملاعب والقاعات والاجهزة والعتاد المتوفر لديها ، ولهذا اقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية ، حيث نصت (المادة 05) أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية الرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية .³

إن الانضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية هو العملية التي تسمح للجمعيات الرياضية للهيئات بالتسجيل في الهيئات الرياضية المدرسية للنشاط في الرياضات المبرمجة لدى الاتحادية ، وعلى ضوء القانون العام للاتحادية نتعرف على كيفية الانضمام إلى الاتحادية فالجمعية التي تنشأ على مستوى الثانوية تكون ملف اعتماد و تضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية الموجودة على مستوى كل ولاية ، ويتكون ملف الاعتماد من : طلب الانضمام ، قائمة للجنة المديرية بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء ، ثلاث نسخ من اعتماد أعضاء الجمعية ومحضر الجمعية العامة ، للإشتراكات السنوية ، واللجنة المديرية هي المؤسسة أما الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية ، والرابطة الولائية للرياضة

¹ - د. عباس أحمد صالح ن طرق تدريس التربية الرياضية ، الجزء الأول ، جامعة بغداد ، 1981 ، ص 209 .

² - القانون العام ، الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية ، الانضمام والتأهيل ، المادة 02 ، الجزائر .

³ - تعليمية وزارية مشتركة ، رقم 15 ، مؤرخة في 03 فيفري 1993 ، متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية .

المدرسية ترد على طلب إنضمام أي جمعية في 15 يوما التي تلي والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الانضمام ، البطاقات ، التأمينات ، تصب هذه النفقات إلى الرابطة .

ويؤكد السيد قريشي عبد الكريم المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن السبيل الوحيد لنشاط الجمعية الثقافية الرياضية هو الانضمام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية على مستوى كل ولاية من ولايات الوطن ، وتعتبر الرابطة الولائية للرياضة المدرسية بمثابة حلقة وصل بين الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية في الجزائر العاصمة .

4-1-1 طرائق إختيار الفرق الرياضية المدرسية :

في القطر الجزائري وحسب المسؤول الأول والمباشر السيد عبد الكريم قريشي المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن مهمة إختيار الفرق توكل إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية ، ومن بين أعضاء الجمعية أساتذة التربية والرياضية ، الطين تسند إليهم مهمة إختيار الفرق الرياضية وتشكيلها و في الغلب يقع الاختيار على الطلاب الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية والرياضية المنهجية المقررة والاجبارية ، ويرى الدكتور قاسم المندلوي وآخرون ان طريقة انتقاء واختيار الفرق الرياضية المدرسية تكون كما يلي :

يقوم مدرس التربية الرياضية بإختيار أعضاء الفرق من الطلاب ذوي الاستعدادات الخاصة ، وكذلك الممتازين منهم من قدامى اللاعبين والمستجدين بالمدرسة وذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة ، دروس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي يتم تنفيظ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين الانضمام لكل فريق ، ثم يقوم بإجراء بعض الاختبارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم ، تسجيل أسماء المختارين من اللاعبين في سجل خاص بكل فريق وينجز لكل طالب استمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى استعداداه ، وبعض الانتهاء من إختبار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع في العملية التدريبية يجب على كل طالب إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفريق الرياضي المدرسي ، وبعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي لإثبات لياقة الصحة .

حيث يوقع و يختم الطبيب على ظهر الرخصة الشخصية لمشاركة الطالب في الفريق المدرسي.¹

¹ - قاسم المندلوي وآخرون ، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ، الجزء الثاني ، الموصل ، العراق ، 1990 ، ص57، 56 .

4-1-2- العملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية :

في الجزائر و كما سبق و ذكرنا ان خطة اعداد و تدريب الفرق توكل الى استاذ التربية البدنية و الرياضية الذي يكون عضوا في الجمعية الرياضية على مستوى المؤسسة التربوية التي يشغل بها، و يراعى ان يكون التدريب في حدود القواعد الصحية و التربوية، بحيث يضمن عدم إرهاق الطالب بدنيا و انفعاليا او حرمانه من ممارسة أوجه النشاط الأخرى و التأثير في تحصيله الدراسي، و يرى الدكتور قاسم المندلوي و آخرون أنه على مدير التربية البدنية و الرياضية ان يقوم بوضع خطة و برنامج زمني لتدريب الفريق قبيل بدء المباريات بأشهر مع إقامة بعض المباريات لقياس مستوى الطلاب و التكيف على روح المنافسة.¹ و يرى الدكتور منظر هاشم الخطيب انه يجب ان لا يعني بجماعة دون أخرى أو بفريق آخر، و العمل على رفع المستوى الرياضي الاجتماعي لجميع الطلاب على حد سواء، و على المدرس أن يعتني بكل الفرق الرياضية على السواء، و أن لا ينسى من يبذل الجهد من الطلاب فيشجعه و لا يهمل الارشاد و التوجيه.²

على ضوء ما تقدم يمكننا ان نستنتج ان وضع خطة للعملية التدريب للفرق الرياضية المدرسية من طرف مدرس التربية البدنية و الرياضية في المؤسسة التربوية أمر في غاية الأهمية و بدونها يفشل المدرس في اعداد فرقة لا يستطيع الوصول بهم بعيدا، و عند تنفيذ الخطة التدريبية يعمل المدرس على تأكيد الروح الرياضية و نشر كل مبادئها ليتحلى بها الطلاب في كل لقاء تدريبي فيما بينهم، كما يجب على المدرس توفير الأمن و السلامة للاعبين أثناء التدريبات.

4-1-3- اشتراك الفرق المدرسية في المنافسات الرياضية :

يجب الاهتمام بالمنافسات الرياضية على أساس فلسفة تربوية تهدف الى افساح المجال اما الطلاب الموهوبين للمشاركة الفعالة في المسابقات و المباريات المختلفة.

تهدف المسابقات الرياضية المدرسية الى جملة من الفوائد للطلبة منها :

- تطوير العلاقات الاجتماعية و الانسانية بين الطلبة عن طريق المنافسة الحرة الشريفة و الاحتكاك المباشر بين الطلبة من مختلف المدارس و المناطق.

¹- المرجع نفسه ، الصفحة نفسها .

²- د . منذر هاشم الخطيب ، تاريخ التربية الرياضية ، الجزء الثاني ، بغداد ، العراق ، 1988 ، ص 689 .

- اظهار مواهب و قدرات الطلبة من خلال المشاركة الفعلية في المسابقات.
- تنمية الروح الرياضية و المعنوية العالية و الميل الى التعاون و التماسك بين أعضاء الفريق.
- تعليم نظام الطاقة، تنفيذ الخطط و التصاميم، تفهيم القوانين و التعليمات الخاصة بالمسابقات، اكتساب المهارة الفنية في الألعاب المختلفة.
- رفع اللياقة الصحية و البدنية و النفسية للطلبة من خلال المشاركة المنتظمة في التدريبات و المسابقات و حب المدرسة و حب الوطن من خلال التمثيل الصادق في السباقات و المباريات المدرسية.¹

و من واجب أستاذ التربية البدنية و الرياضية المشرف على اعداد فريق رياضي او اكثر ان يولي اهتماما خاصا للمنافسة و ان يعد المدرس المباراة عنصرا تربويا مهما فيعمل على رفع مستوى اللاعبين فنيا و خلقيا و ان يجعل روح المباراة و سيرها شأنا كبيرا و على المدرس ان يجل التعاون بين الطلاب من أهم العناصر الأساسية، ليس بين الفريق الواحد بل بينه و بين الفرق الأخرى لغرض رفع الروح و جعل المباراة سليمة نظيفة و منتظمة.²

5- أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي :

- منافسات في الألعاب الجماعية المختلفة بين الأقسام و السنوات المختلفة.
- منافسات في الأنشطة الجماعية الاجتماعية بين هيئة التدريس و التلاميذ و أولياء الأمور.
- منافسات في الأنشطة الفردية (تنس الطاولة، جمباز) منازلات فردية (جودو، ملاكمة)
- منافسات في اللياقة البدنية بين الفصول.
- عروض رياضية للتمرينات بين الفصول المختلفة.
- مهرجانات و حفلات مدرسية بمناسبة الأعباء القومية و الاجتماعية.³

واجبات استاذ التربية البدنية و الرياضية اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي :

- وضع الجدول الزمني للمنافسات في مكان واضح بالمدرسة.
- اختيار الأنشطة وفقا لرغبات و ميول و خصائص التلاميذ

¹- قاسم المندلاوي وآخرون ، مصدر سابق ، ص 57 .

²- د . منذر هاشم الخطيب ، تاريخ التربية الرياضية ، الجزء الثاني ، بغداد ، العراق ، 1988 ، ص 689 .

³- ناهدة محمود سعد ، نيلي رمزي فهم ، نفس المرجع السابق ، ص 240 .

- تناسب الأنشطة مع الامكانيات المادية بالمدرسة.
- اشتراك تلاميذ المدرسة او هيئة التدريس في تخطيط و تنظيم و تنفيذ برامج الأنشطة.
- مراعاة ان تكون برامج الأنشطة الداخلية مكملة لمنهاج الدروس اليومية.¹

6- أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

- منافسات في الأنشطة الرياضية الجماعية بين المدرسة و مدارس أخرى (كرة اليد، السلة، الكرة الطائرة، كرة القدم، ... الخ)
- منافسات في الأنشطة الرياضية الفردية بين المدرسة و مدارس الأخرى، تنس الطاولة، جمباز، العاب القوى، .. إلخ و منازل فردية (جودو، مصارعة، كاراتيه ... الخ)
- منافسات بين فريق اللياقة البدنية بين المدرسة و المدارس الأخرى.
- إقامة المهرجانات الرياضية على مستوى المدرسة، المنطقة، الجمهورية.
- إقامة الأنشطة الكشفية و خدمة البيئة المحلية.²

واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

ان من أهم المهام التي تستند الى أستاذ التربية البدنية و الرياضية ما يلي :

- الاشراف و تدريب الفرق الرياضية المدرسية.
- المساهمة في التخطيط و وضع البرامج الرياضية التي تنفذ بالمدرسة في غير أوقات الدراسة.
- إقامة أيام رياضية مع المدارس و الهيئات المجاورة.
- تصميم العروض الرياضية على مستوى المدرسة، المنطقة، الجهة، الولاية.³
- الاهتمام بتحديد فترات معينة لتدريب أعضاء الفرق الرياضية بشرط أن لا يعيقهم ذلك عن تحصيلهم الدراسي.
- مراعاة ان يتم اختيار أعضاء الفرق الرياضية بشرط ان لا يعيقهم ذلك عن تحصيلهم الدراسي.
- مراعاة ان يتم اختيار أعضاء الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة و السلوك القويم و المستوى المناسب في الأداء حتى يتم تجنب السلوكات المنحرفة و العنف أثناء اللعب.

¹ - السايح محمد مصطفى : أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، مكتبة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر ، 2003 ، ص73.

² - ناهدة محمود سعد ، نيلي رمزي فهم ، نفس المرجع السابق ، ص243 .

³ - ناهدة محمود سعد : طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 ، ص242 .

- الاهتمام بتوفير الامكانيات اللازمة و الادوات و المنشآت الرياضية لنجاح حصص التدريب و المنافسات و كذلك العمل على صيانة الأدوات القديمة و غير الصالحة لتجنب وقوع إصابات للتلاميذ.
 - العمل على تكوين فرق رياضية في نشاطات متنوعة و عدم اقتصار على نوع واحد او نوعين من النشاط حتى يتم التعرف على كل المواهب الرياضية.
 - ضرورة احترام أعضاء الفرق الرياضية للقوانين و الروح الرياضية و القيم التربوية.¹
- 7- التطور التاريخي للنشاط اللاصفي :

مرت الأنشطة بأربعة مراحل :

المرحلة الأولى : تهمش و عدم اهتمام فكان عدد النشطة قليل و كان ينظر الى النشاط على انه جانب ترفيهي غير عقلي، لا نبغي ان يهتم به المعلم كثيرا فالمعلم عليه ان يركز جهده على المادة العلمية التي يقوم بتدريسها.

المرحلة الثانية : فكانت مرحلة المعارضة الشديدة، عارضت ادارة المؤسسة قيام التلاميذ بأية أنشطة داخل المدرسة أو خارجها، و يفسر رجال التربية هذا السلوك من قبل ادارة المؤسسة بأنه جاء كرد فعل لما حدث بين انتشار كبير للأنشطة و تنوعها و ازدياد عددها بحيث طغت وفاق الاهتمام بها الاهتمام بالدرس و التحصيل (ما زاد على الحد انقلب الى الضد).

المرحلة الثالثة : هي مرحلة الرضا و القبول، و قد قبلت الادارة ممارسة التلاميذ لهذه الأنشطة بسبب اصرار أولياء أمور التلاميذ و ايمانهم بأن هذه الأنشطة تعطي أبنائهم الكثير من المزايا و الفوائد كإكساب المهارات و الاتجاهات و نمو الشخصية ككل و انها تقدم لأبنائهم ما يعجز العمل داخل الفصل عن تقديمه بسبب التقيد بالحصص و المقرر الذي يسير وفق خطة محددة، و كان هذا لما نادى به رجال التربية، و قد قبلت المدرسة النشاط كجزء من وظيفتها، و لكن خارج برنامج المدرسة و خارج المنهج.

المرحلة الرابعة : و هي المرحلة المستمرة حتى الآن و ظهرت في ضوء ما تنادى بها التربية الحديثة من أن النشاط ليس شيئاً كمالياً و لكنها جزء مكمل و متمم للمنهج المدرسي لا يستقيم بدونها و ظهر المصطلح الأنشطة المصاحبة للمنهج.¹

¹- محمد سعد زغلول ، مصطفى السايح : نفس المرجع السابق ، ص 37 .

8- خصائص النشاطات اللاصفية في التربية البدنية و الرياضية :

- 1- اختيارية بناء على ميول و رغبات الطلاب.
- 2- ليس بها نجاح او رسوب و ليس لها درجات.
- 3- غير مقيدة بجدول زمني و تمارس خارج الجدول المدرسي.
- 4- غير مقيدة بصفوف دراسية و الاشتراك متاح لجميع الطلاب.
- 5- تحظى بقبول الطلبة اقبالهم على المشاركة فيها بدافعية و حماس كبيرين.
- 6- تتسم بالأداء الحسي و الحركي.
- 7- تمس معظم جوانب النمو لدى الطلبة (بدني، انفعالي، مهاري .. الخ)².

9- الصعوبات التي تواجه تطبيق النشاطات اللاصفية الخارجية :

تكمن أهم العوائد في طريق تحقيق و تجسيد النشاطات اللاصفية في التربية البدنية و الرياضية على أرض الواقع في المدارس و الاكاديميات و الثانويات و حتى في الجامعات، الا ان الأستاذ يقدم مجهود اضافي و يعمل ساعات اخرى خارج دوامه دون الحصول على المقابل، فاذا كانت النشاطات اللاصفية تهدف الى تحقيق و اشباع حاجات الطلبة، فإنها بهذه الطريقة لا تحقق اشباعا لدى الأستاذ باعتباره مشرفا على عملية تنظيم العملية و السهر على نجاحها و ادائها لوظائفها، و ذلك على اعتبار عملية الاشراف عملية تبادلية يحقق من خلالها كل من المشرف و الاتباع أهدافهم.

و لذلك فان التركيز على زيادة الانتاجية لدى الأستاذ من خلال زيادة ساعات عمله و دون زيادة في الاجر يجعل من الأستاذ مجرد آلة، في حين ان حتى الآلة تحتاج الى زمن معين من العمل حتى تستمر في العمل.

كما ان زيادة الأجر لدى الأستاذ في سبيل تحقيق هذه الأهداف في النشاطات اللاصفية و انقاص عدد الساعات و تعويضها بساعات للأنشطة اللاصفية يساهم في انقاص ظاهرة اللجوء الى متعاقدين جدد

¹ - المجلس الأعلى للتعليم ، سياسات أنظمة النشاط اللاصفي ، الدوحة ، قطر ، 2005 ، ص32 .

² - مفتي ابراهيم حماد ، التدريب الرياضي الحديث ، ط2 ، دار الفكر العربي ، مصر ، 2001 ، ص31 .

مستخلفين تتقصم الخبرة للقيام بهذا الدور، كما تتيح الفرصة للاستفادة من خبرة الأستاذ في الاشراف على هذا النوع من النشاط.

كما ان هذه الزيادة لا تعتبر كهبة من الأستاذ و انما هي تعبر بكل صدق عن ما يستحقه نظير الساعات الاضافية التي سوف يقدمها في النشاطات اللاصفية، لذلك فان عملية الاستفادة من خبرة الأستاذ تتم بالنشاطات و التنسيق و التدريب.

لتطوير مناهج و أساليب التعليم و مساعدة الأساتذة الجدد و التلاميذ المتأخرين و زيادة الأجور، و ليس بزيادة ساعات العمل فقط.

و من العوائق كذلك قلة او عدم توافر الامكانيات الضرورية اللازمة (المادية، المالية، البشرية) لممارسة النشاط بفاعلية، و كذلك عدم جدية مديري المدارس فيما يخص النشاط اللاصفي و ساعاتهن و عدم متابعة و التوجيه.

بالاضافة الى عدم الاقتناع و الاهتمام من طرف اولياء بمشاركة أبنائهم في النشاطات اللاصفية و تركيز كل أهتمامهم على التحصيل الدراسي، و لهذا لا يشجعون أبنائهم على المشاركة في هذه الأنشطة.

و من جهة يعاني الأستاذ من ضعف تكوينه فيما يخص جانب النشاطات اللاصفية.¹

10- بعض الاقتراحات للتغلب على هذه العقبات :

1- توفير الامكانيات اللازمة لتنفيذ النشاط اللاصفي في التربية البدنية و الرياضية بشكل يؤدي الى تحقيق اهدافه التربوية.

2- تعيين مشرف متخصص في النشاطات اللاصفية في التربية البدنية و ذلك بعد تخفيض معدل ساعات عمله.

3- التخطيط المسبق و الجيد للنشاط و الابتعاد عن العشوائية و الارتجالية و ذلك حتى يصبح جزء من العملية التربوية.

¹ - صالح علي فضالة ، مهارات التدريب اللاصفي ، دار السلام ، عمان ، الأردن ، ص46

- 4- تعدد و تنوع الأنشطة اللاصفية بمختلف الأنشطة الرياضية الجماعية و الفردية لتتاح الفرصة للتلميذ من اختيار النشاط الذي يتلائم و رغباته و استعداداته.
- 5- ربط الأنشطة اللاصفية بالأهداف و البرامج التربوية و ممارستها في بيئة ترويحوية تتسم بروح الهواية و المتعة.
- 6- تشجيع أولياء التلاميذ على تحفيز أبنائهم للاشتراك في الأنشطة من خلال دعوتهم للاطلاع على أنشطة أبنائهم و انجازاتهم.
- 7- وقوف المدير مع المشرفين على النشاط و مساعدتهم بكل قدراته و خبراته التربوية، و توعية جميع التلاميذ بأهمية أهدافه، و الموافقة على الأنشطة التي تم اختيارها من طرف اللجنة المتكفلة بتنظيم الأنشطة اللاصفية و التي يترأسها هو، و توفير الامكانيات اللازمة لتنفيذ الأنشطة و توزيعها بشكل ملائم، و محاولة معرفة نقاط الضعف في تنفيذ هذه الأنشطة.¹

¹- يوسف محمد الزامل ، الثقافة الرياضية ، الأردن ، عمان ، الطبعة الأولى ، 2011 ، ص68 .

خلاصة :

من خلال من سبق يتضح أن النشاط الرياضي اللاصفي له تأثير ايجابي واضح على نفسية التلاميذ، و كلما تعددت الأنشطة الرياضية كلما زاد ذلك في بناء شخصية متزنة هادئة و رزينة بالنسبة للتلميذ، كما يعتبر من أنسب الطرق التي تساهم في تزويده بأنواع الخبرات المختلفة، لذا تكتسب الأنشطة اللاصفية دورا هاما في تربية و تنشئة الفرد أي أن التربية البدنية و الرياضية و التربية مقرونتان من أجل العمل نحو الفرد من الناحية الاجتماعية و العقلية و الجسمية و النفسية انطلاقا من النشاطات اللاصفية التي تدرس داخل المؤسسة و بقيادة صالحة تكون بمثابة القدوة الحسنة.

الفصل الثالث

المراهقة (11 - 15)

تمهيد :

تعتبر المراهقة مرحلة من مراحل النمو الانساني يمر بها الفرد من البلوغ الى سنة الرشد و هذا بين الجنسين سواء الذكر ام الأنثى، فالمراهقة مرحلة من المراحل الرئيسية و الهامة في حياة الفرد و أصعبها، اذ تتميز بالنمو السريع غير المنتظم و قلة التوافق العصبي بالإضافة الى النمو الانفعالي و التخيل و الألم تمر عبر عدة تغيرات عضوية و نفسية و واضحة.

و في هذا الفصل سوف نتطرق الى أهم مراحل المراهقة و الخصائص المميزة لها بالإضافة الى النظريات المعتمدة لها.

1- أهمية التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهقين :

تظهر أهمية مادة التربية البدنية و الرياضية كمادة مساعدة و مكيفة و منشطة لشخصية و نفسية المراهق، لكي تحقق له فرصة اكتساب الخبرات و المهارات الحركية التي تزيد رغبة و تفاعلا في الحياة، فنجعله يحمل على القيم التي يعجز على تحقيقها له¹.

- كما تقوم التربية البدنية و الرياضية بصقل مواهب المراهق و قدراته البدنية و العقلية بما يتماشى و متطلبات هذا العصر، لهذا يجب على مناهج التربية البدنية ان تفسح المجال للطلاب من أجل انماء و تطوير الطاقات البدنية و النفسية، بدلا من أن تقف عائقا لذلك و لا يأتي ذلك الا بتكليف ساعات تخصص التربية البدنية و الرياضية خارج و داخل المتوسطة لأنها تشغل الوقت الذي يحسن فيه المراهق بالملل و القلق، وعندما يتعب المراهق عضليا فإنه يستسلم للراحة و النوم باعتبارهما ضروريان لهذه المرحلة عوض ان يستسلم للكسل و الخمول.

و هذا بطبيعة الحال دائما من أجل استعادة النشاط الفكري و الدراسي بعد ذلك و من الناحية الاجتماعية فان التربية البدنية و الرياضية تلعب دورا كبيرا من حيث النشأة الاجتماعية للمراهق، اذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة اوامر الاخوة و المسافة و بين التلاميذ و كذا الاحترام و كيفية اتخاذ القرارات الجماعية و مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة.

- و من الناحية التربوية فان التربية البدنية و الرياضية تنمي للمراهق الصفات الخلقية، كالطاعة و الصبر، و الشعر بالصدقة و اقتسام الصعوبات مع الزملاء، كما تستطيع حصة التربية البدنية و الرياضية ان تخفف وطأة المشكلة البدنية فعند المراهق النشاطات الرياضية تختلف في مشاركته في اللعب و يستطيع المربي ان يحول اتجاهات الطفل غير المرغوب مثل : الخوف، القلق، الكراهية، الى منفذ صحي و سليم للعواطف و اعطائه نظرة جميلة للحياة.

¹ - أحمد طويسي : أسس ونظريات الحركة ، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، القاهرة ، 1996 ، ص 178 .

2- خصائص مرحلة المراهقة :

2-1- الخصائص الانمائية الجسمية :

و يقصد بها التغير نحو اتجاه عادي مقبول و عند المراهق تظهرين ناحيتين أساسيتين :

أولا : الناحية الفيزيولوجية : و يشمل نمو و نشاط بعض الغدد و الاجهزة الداخلية التي توافق بعض الظواهر الخارجية او اكتمال الغدد، غدد الجنس ذات الأثر البالغ على الجسم او الحالة المزاجية و النفسية للمراهقين.

ثانيا : المرحلة الجسمية المورفولوجية : و تشمل الزيادة في الطول و الحجم و الوزن حيث يتأخر نمو الجسم العصبي بمقدار سنة تقريبا مما يسبب للمراهق قلقا و تعباً و ارهاقا، كما أن سرعة النمو في الفترة الاولى من المراهقة يجعل الحركة غير دقيقة و يميل نحو الكسل و التراخي.¹

كما يبلغ الفتیان و الفتيات نضجهم البدني الكامل تقريبا، حيث تأخذ ملامح الوجه صورها النمائية تقريبا و تصبح عضلات الفتیان أطول و أثقل من الفتيات.

2-2- الخصائص الحركية :

في مرحلة النمو الحركي يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك و الاضطراب الحركي و تأخذ مختلف النواحي للمهارات الحركية في التحسن لتصل الى درجة عالية من الجودة و يستطيع فيها الفتیان بسرعة اكتساب و تعلم مختلف الحركات، و ممارسة عدة أنواع من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوى الحركية و العضلية، كما أن زيادة مرونة عضلات الفتاة تساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجمباز و السباحة.

3- مراحل تحديد المراهقة :

بداية المراهقة تختلف من شخص الى آخر و من جنس لآخر و من سلسلة الى اخرى و نستدل بعدم القدرة على تحديد فترة المراهقة بقول " جوزيف ستون و تشوشين " ان المراهقة تبدأ عند مظاهر البلوغ و هي ليست دائما واضحة و تأتي دائما مع النضج الاجتماعي و لهذا فقد قسم العلماء المراهقة الى مراحل فرعية أهمها :

¹ - خليل ميخائيل عومنا: سيكولوجية الأمومة والطفولة والمراهقة ، دار الفكر العربي ط1 ، الإسكندرية ، 2000 ، ص301 .

3-1- المراهقة المبكرة : تبدأ من 11 الى 14 سنة حيث تصادف هذه المرحلة الطور الثالث من التعليم تعتمد من بدء النمو السريع الذي يصاحبه البلوغ حتى نهاية البلوغ بسنة تقريبا اي عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة للفرد.

3-2 المراهقة المتوسطة : تتراوح من 14 الى 18 سنة تصادف في الغالب الطور الثانوي¹.

3-3 المراهقة المتأخرة : فيها يحاول المراهق تكيف نفسه مع المحيط الذي يعيش فيه محاولا التعود على ضبط النفس و غالبا ما تمتد هذه المرحلة ما بين 18 و 21 سنة.

4- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهق :

لكل فرد في الوجود دوافع تحثه و أسباب واضحة للقيام بعمل ما و لقد حدد العالم الباحث "Rrdik" اهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي و قسمها الى نوعين أساسيين :

أولا : الدوافع المباشرة

- كالإحساس بالرضى و الاشباع بعد نشاط عضلي يتطلب جهدا و وقتا خاصة عند تحقيق النجاح.
- المتعة الجماعية بسبب رشاقة و مهارة و جمال الحركات كالجمباز و التزلج.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتعب على التدريبات الصعبة و الشاقة و التي تتطلب المزيد من الشجاعة و الإرادة.
- الاشتراك في المنافسات الرياضية التي تعتبر ركن هام من أركان النشاط الرياضي " تدريب المراهق دون اشراكه في المنافسات يستدعي الملل و الكراهية ... "

تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات واحراز الفوز².

ثانيا : الدوافع غير المباشرة :

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط الرياضي.
- ممارسة النشاط لإسهامه في رفع قدرة الفرد على العمل والانتاجية .

¹- خليل ميخائيل عومنا : مرجع سبق ذكره ، ص 333 .

²- أحمد بطويصي : مرجع سابق ، ص 179 .

- الوعي بالشعور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضية ، إذ يرى الفرد بانتمائه إلى النوادي الرياضية أنه يمثلها رياضيا واجتماعيا .

كما قام المفكر الباحث " محمد حسين علاوي " حسب ما جاء في كتاب "علاوي محمد صالح" عندما أراد التعرب على دوافع النشاط الرياضي ، لأصحاب المستويات العالية من ذكور واناث إذا...

5- علاقة التلميذ المراهق بأستاذ التربية البدنية :

إن علاقة أستاذ التربية البدنية والرياضية تلعب دوراً أساسيا في بناء شخصية المراهق بدرجة كبيرة ، فيمكن اعتباره حلقة وصل في نجاح الموقف التعليمي وفشله حيث يعتبر التلميذ مرآة تعكس حالة الأستاذ المزاجية واستعداداته والانفعالية .

فإن اظهر هو روح التفتح في الحياة والاستعداد للعمل بكل جد وحزم نجد نفس الصفات عند تلاميذه ، أما إذا كان الأستاذ يميل إلى السيطرة ويستعمل القوة في معاملة تلاميذه ، فالنتيجة التي يجنيها الأستاذ تكون حتما سلبية حيث يميل التلميذ إلى الإنسحاب والعدوان والانحراف ، ومن هذا استنتاج إن العلاقة بين التلميذ وأستاذ التربية البدنية والرياضية ليست بالأمر السهل والبسيط الذي يتصوره البعض ، حيث النجاح أو الفشل لهذه العلاقة مرتبط ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل المعتمدة منها علاقة التلميذ بوالديه وعلاقته بالأصدقاء والمجتمع¹.

فالعلاقة بين الطرفين يجب أن تكون مبنية على أسس الاحترام والصدقة والمحبة ، لا على أساس السلطة والسيادة .

ويجب أن يكون الأستاذ قادر على التحلي بروح المسؤولية تجاه تلاميذه المراهقين ، وإن يشرف عنهم بكل نزاهة وأمانة وإخلاص وإن يفتح أمامهم مجال للتعبير عن هواياتهم والكشف عنها .

وهذا بطبيعة الحال لا يأتي إلا إذا كان الأستاذ ملما بأسرارها وتغيراتها ، ومحيطا بحديثيات مادته ومستعملا أنجع وأحسن الطرق في توصيل المعلومات لتلاميذ هذه المرحلة مما ينعكس إيجابيا على مردودهم الفكري و المهاري ، كما على الأستاذ توجيه المسار النهائي للناشئ ومساعدته على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها ، ومساعدته

¹- أحسن زين : سيكولوجية الطفل المراهق ، منشورات دار الأمواج ، ط1 ، سكيكدة ، 2006 ، ص105 .

على الصمود آنان الصعوبات خاصة في التكيف وعلى مواجهة الاتجاهات الشاذة والعادات المدمرة وغيرها من المعوقات التي تعرقل سيرورته كائنا سويا وشخصية نامية .

6- أهمية الممارسة الرياضية عند المراهق :

- الرياضة عند المراهق :

في مرحلة المراهقة لا تصبح المهارة والتقنية هما الأساسيتين في الرياضة وإنما التلميذ المستعمل لهما ، أي الاهتمام بقدراته وامكانياته التي تحدد نوع اللعب الرياضي الذي سوف يمارسه ولهذا فإن الرياضة تستدي بعض الشروط حتى يمكن تسليط الضوء على بعض المشاكل التي يتعرض إليها المراهق .

7- مشاكل المراهقة : ونذكر منها

7-1 المشاكل النفسية : من المعروف أن هذه المشاكل تؤثر على نفسية المراهق وانطلاقا من العوامل النفسية التي تبدو واضحة في تطلع المراهق أو التحرر أو الاستقلال ، وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب فهو لا يضع لقيود البيئة وتعليماتها أحكام بل أصبح يناقشها بتفكيره وعقله .

وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس باحساسه ، إذا فهو يسعى دون قصد لأن يؤكد بنفسه ، بثورته وعناده ، فإن كانت كل من الأسرة والزملاء لا يفهمون قدراته وموهبة ولا تعامله كفرد مستقل ولا تشبع فيه حاجاته الأساسية ، فهو يجب أن يحس بذاته وأن يكون شيئا ينكر حتى يعترف الكل بقوته وقيمه¹.

7-2 المشاكل الإنفعالية : إن العامل الإنفعالي في حياة المراهقين يبدو واضحا في عنف إنفعالاته وحدتها وشدة اندفاعها ، وهذا الاندفاع الانفعالي ليست أسبابه نفسية خالصة بل يرجع ذلك للتغيرات الحسية .

فإحساس المراهق بنمو جسمه وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال وصوته قد أصبح خشنا فيشعر المراهق بالفخر ، وكذلك يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو الطارئ ، كما يتجلى بوضع خوف المراهق من هذه الرحلة الجديدة التي ينتقل إليها والتي تطلب منه أن يكون رجلا في سلوكه وتصرفاته .

ما لا شك فيه هو أن توتر الآباء والأمهات والقادة في المجتمع قد يترك أثرا في نفس المراهق ويترتب على هذا نظرته للحياة تصبح كئيبة مليئة بالحقد عامرة بالقلق والاضطرابات بدلات من أن تكون نظرة تفاؤل وحب وسعادة

¹ - إبراهيم طيبي : أثر مشكلات المراهقين على التحصيل الدراسي ، مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس ، الجزائر ، 1990/1989 ، ص 27 .

3-7 المشاكل الاجتماعية : قد تنشأ مشاكل المراهقة من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع والإحساس بأن الفرد المرغوب فيه فعلا ، لذلك لكل من الأسرة والمجتمع والمدرسة مصادر تأثير على المراهق وكيف يتعامل مع هذا الأخير .

4-7 المشاكل الصحية : يضيف حامد عبد السلام مشاكل المراهقة لقوله الصحة حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وليس غياب أو إنعدام أعراض المرض النفسي ، وإن الصحة النفسية تؤدي إلى التكيف بالجديد الذي يدعو إلى الصحة فهما عنصران متكاملان .

إن الاضطرابات في النمو قد يكون بداية المشكلات الصحية وطلبك حسب تكرارها ودرجتها في التأثير من أهم هذه الاضطرابات نجد :

- الاضطرابات السلوكية : أو قضم الاظافر .
- الاضطرابات في التغذية : كقلة النوم ، ونقص الشهية ، أو الافراط أو الشراهة الزائدة .
- الأزمات العصبية : كرفع الرجلين ، أو الرأس أو الكتفين وعدم الاستقرار والانفعالات وسرعة الغضب .
- اضطرابات النوم : تشمل الكلام ، والمشي أثناء النوم ، الأحلام المزعجة أو أحلام اليقظة¹.

5-7 المشاكل الأسرية والاقتصادية : إن علاقة المراهقين بوالديهم أو بالكبار الذي يحيطون بما قد تبدوا شعار منه أو متناقضة لأنه من ناحية ينكر أن المراهقين يريدون التخلص من سيطرة آباءهم وأمهاتهم كما أن أفكارهم كذلك مستقلة مثل : التقلب في الضحك إلى البكاء ، النفور الشديد ، وبخصوص الجو الاقتصادي الأسري ، أي الواقع الذي تعيشه الأسرة من حيث المداخل والمصاريف ترى أن الأسرة تتعطف أما نحو الفقر ، أو الاحتياج ، وأما المتوسط والغنى وكذلك العطف له الأثر البالغ في تكييف الأبناء واتجاههم ، فعدم قدرة الأسرة على تلبية متطلبات المراهقين من توفير الغذاء والملابس والأدوات تجعله يعيش في قلق وعدم الارتياح .

6-7 المشاكل الجنسية والاختلاط والمشاكل الصحية :

أ- المشاكل الجنسية :

لقد أشرنا في تعريف المراهقة أن بداية المرحلة تكون صعبة وهذا بسبب التغيرات الفيزيولوجية والتحوليات ، إذ نجد المراهق يبدأ في الميل إلى الجنس الآخر والتحدث إليه وهذا من كلا الجنسين الذكور والإناث .

¹ - إبراهيم طيبي : مرجع سابق ، ص 28 .

وبطبيعة الحال فإن الرغبة إلى الجنس الآخر تخلف عدة مشكلات ومناقضات صعب على المراهق التخلص منها ، فمنهم في تشابه الغيرة ومنهم يتظاهر بالحياء والاحتشام والإخفاء ومنهم من يتقبل هذه التغيرات بكل بساطة مادامت الظاهرة واضحة للعالم ولتجاوز هذه الأزمة الخطيرة لجأ علماء التربية لحل هذه المشكلة عن طرق تدريس التربية الجنسية لتحقيق عدة أهداف منها :

- تعليم الألفاظ المتصلة بالأعضاء الجنسية ، أي بأعضاء التناسل والسلوك الجنسي .
 - تزويد الفرد المراهق المبتدأ بالمعلومات الصحية اللازمة عن ماهية النشاط الجنسي¹ .
 - ضمان إقامة علاقة سليمة بين الجنسين ، قائمة على فهم دقيق وتقدير كامل للمسؤولية الفهم الصحيح لنوعية العلاقة .
 - اكتساب التعاليم الدينية والقيم الأخلاقية ويقول محمد مهدي الأشبول " علينا محادثة الأولاد والبنات عند المسألة الجنسية بالكلام عليها بصورة مكشوفة قدر الإمكان ولكن بأسلوب دقيق ولفظ لا يثير حساسيتهم
- ب- مظاهر الاختلاط :

كثيرا ما يكون الاختلاط الجنسي وسيلة إغرائية حيث يلاحظ داخل الأقسام و الساحات ، الصور ، والكتابات الغرامية ، بل وحتى الهمسات والملامسات للجنس الآخر .

ففي هذه المرحلة يلاحظ على المراهقين والمراهقات بعض التصرفات الجنسية كتبادل الكتابات والمواعيد الغرامية والاعجاب والجاذبية والاكتشاف ، ودوافع الزواج .

8- كيفية القضاء على مشكال المراهقة :

أطلق على مرحلة المراهقة "عمر المشاكل" و "مرحلة الأزمات" وغيرها من التسميات لاحتوائها على الصعوبات من الصعب التخلص منها إلا بتظافر جهود و مساعي الجميع من مجتمع ، أسرة ، مربي ، مدرسة ... إلخ ، لأن المراهق بمفرده لا يستطيع الخروج من دائرة المشاكل الجسمية والنفسية ، الاجتماعية بل قد يصل إلى أمراض منها :

1-8 أمراض بدنية : تتمثل في تشوهات بدنية ، سمنة ، أو قصور في القامة والسبب هو عدم الاعتناء بالطفل خلال نموه مثل قلة التغذية ونقص الحركات البدنية التي تساعد على هرمونات النمو حيث هناك عدة دراسات

¹ - حامد عبد السلام زعران : علم النفس الأمومة والمراهقة ، ب ط ، علم الكتاب ، القاهرة ، 1986 ، ص 263 .

أقيمت في هذا المجال أين تأكدت أهمية الفيتامينات والحركات البدنية في زيادة طول العظام والخلايا في العضلات¹.

2-8 أمراض نفسية : بسبب التغيرات الجسمية والجنسية التي تحدث للمراهق فإنه يصاب بعدة أمراض نفسية كالقلق والخوف ، الاضطرابات التي تؤثر على تكوين شخصيته لذا يجب على الكبير مساعدة والوقوف بجانب المراهقين في وضعيتهم مثل تربيتهم جنسيا حيث يجب على المراهق أن يتعلم شيئا عن ظاهرة التوالد ، وان تتعرف البنات عن سبب المحيض وكيف يقابله ، كما يجب تقديم الارشادات والمساعدات على خلق جو اجتماعي سليم يحقق النمو النفسي المتكامل .

3-8 أمراض اجتماعية : تتميز هذه المرحلة من المراهقة بالصراع بين المراهقين والمجتمع ، التقاليد والأسرة حيث أن المراهق له رغبة في التحرر من سلطة الأسرة واكتساب الامتيازات التي يتمتع بها الكبار ، فهذا الصراع يمكن أن يؤدي بالطفل المراهق إلى عدة مشاكل اجتماعية ، كالخروج من البيت والقيام بعلاقات اجتماعية والاهتمام بالعلاقات الجنسية فهنا تبرز أهمية المحيط

9- مصادر التأثير على المراهق :

1-9 الأسرة كمصدر تأثير : إن المراهق في هذه الفترة من العمر يميل إلى الإستلالية والحرية والتحرر من عالم الطفولة وعندما تتدخل الأسرة في شؤونه فإنه يعتبر هذا الموقف صغير الشأن ، واحتقار لقدراته ، كما أنه يرفض أن يعامل معاملة الصغر ، لذلك نجد المراهق يميل إلى نقد ومناقشة ما يعرض عليه من آراء وأفكار ولم يعد يتقبل كل ما يقال له ، بل وأكثر من هذا تصبح له مواقف وآراء يتعصب لها أحيانا لدرجة العناد .

إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والنزاعات الموجودة بينه وبين أسرته وتكون نتيجة هذا الصراع إما خضوع المراهق وامتناله أو تردده أو عدم استقلاله .

2-9 المجتمع كمصدر تأثير : الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية أو العزلة ، فالبعض منهم يمكنه عقد صلات اجتماعية بسهولة لتمتعهم بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب الأصدقاء ، بالمقابل هناك من يميل إلى العزلة والابتعاد عن الآخرين لظروف أو اختلاف قدراتهم على اكتساب مهارات اجتماعية .

¹ - إبراهيم طيبي : مرجع سابق ، ص 29 .

إن الفرد لكي يحقق النجاح الاجتماعي ينهض بالعلاقة الاجتماعية ، لابد أن يكون محبوباً من طرف الآخرين أن يكون له أصدقاء وأن يشعر بتقبل الآخرين له ¹ .

ان الانتقال من مرحلة الطفلة إلى المراهقة إلى الرشد أو النضج تتسم بالهدوء والاستقرار على عكس مرحلة المراهق في المجتمعات الغربية المتحضرة وتصنيف نفس العاملة أن المراهقة في مجتمع "سامو" لا تعبر مرحلة عواطف أو أزمات وقلق لأنها مرحلة نمو طبيعي وتلقائي هادئ في الميول والأنشطة المخلفة ، كما أنهم لا يؤكدون كثيراً على النواحي الجنسية لأنها نواحي تلقائية وعادية كما أن مجتمع -سامو- تخنفي منه المنافسة والصراع والقلق والتوتر والأزمات التي نلمسها في المجتمعات الغربية² .

9-3- التمهد كمصدر تأثير : المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهقين معظم أوقاتهم، و تأثير المدرسة تعرض لثورة المراهق و طمسها، و بالمقابل المراهق يحاول ان يتمرد عليها بحكم طبيعة المرحلة الصدرية، و يرى ان السلطة المدرسية اشد من السلطة الأسرية، فلا يستطيع ان يفعل ما يريد في المدرسة، و على هذا الأساس فهو يأخذ مظهرًا سلبيًا عن ثورته كاصطناع الغرور، او الاستعانة بالدروس او قد توصله الثورة أحياناً لدرجة التمرد عن السلطة المدرسية و المدرسين بوجه خاص.

10- النظريات المفسرة للمراهقة :

لقد تعدت النظريات المفسرة للمراهقة بحسب تعدد اتجاهاتها و ابعادها فالكل منهم ينظر و يفسر المراهقة من ناحية خاصة و النظرية النفسية لها تفسير خاص، المعتمد على الصراع القائم بين مكونات الشخصية و النظرية البيولوجية تركز على التحولات البيولوجية في تفسيرها للمراهقة ثم النظرية الاقتصادية التي ترى ان المراهقة مرتبطة بالجانب المادي و تأتي في الأخير النظرية النفسية الحديثة للمراهقة و سوف نشير لكل منهم كما يلي :

10-1 النظرية النفسية :

حيث بدأت الدراسة النفسية التحليلية على يد " سيمون فرويد " حيث اوضح ان الصراع الاساسي لمرحلة المراهقة هو صراع توازن بين مطالب اللهو و مطالب الأنا الأعلى او الضمير، و يصبح قوة داخلية تتحكم و

¹ - ابراهيم طيبي : مرجع سابق ، ص 29 .

² - سعيد كامل أحمد : مرجع سابق ، ص 85 .

تسيطر على السلوك، كما اوضحت "انا فرويد" على ما سبق بأنها، قدرت على تقييم الذات " « Belfevaluation او هي الفرق بين الطفل و المراهق و يعتبر هذا ابداعا علميا في ميدان دراسة المراهقة.¹

كما أوضحت الدراسة النفسية الحديثة للمراهقة ان هذه الاخيرة هي مرحلة مستقلة قائمة بذاتها كما كانت هذه المرحلة في نظرهم تتميز بالتوتر المتمرد، القلق و الصراع و يتجه علم النفس الحديث الى اعتباره هذه المراهقة مرحلة غير مستقلة عن بقية المراحل الأخرى للنمو و هي تتضمن التدرج في النضج البدني و الجسمي و العقلي و الجنسي و الانفصالي و المعرفي و ذلك ان الدعامات الاولى لجانب النمو المختلفة قد بدأت في فترة الطفولة ثم اخذت تفسير نحو النضج في فترة المراهقة.

و قد اتجه الباحثون الى اتجاهين رئيسيين هما :

أ- ان المراهقة ليست بحثا جديدا للحياة لأن كل التغيرات الظاهرة في هذه المرحلة هي في الحقيقة مركزة و موضوعية في المراهقة منذ الطفولة.

ب- ان المراهقة ليست فترة تمرد او ثورة بقدر ما هي نمو طبيعي و كل ما يميز هذا التمرد، او اللهو نمو الجهل في نفسية المراهق و ظروفه و تقيده بالقيود التي تحول بينه و بين الى بناء ذاته و اكتشاف قدرته.

10-2- النظرية البيولوجية :

قد عرف "Asubell" هذه المرحلة بأنها " الوقت الذي يحدث فيه التحول في الوضع البيولوجي للفرد "² هذه النظرية ترى ان الغرب يتغير فيسيولوجيا و عضويا، حيث يتحول من كائن ي جنسي الى كائن جنسي قادر على ان يحافظ على نوعية و يستمر بالمحافظة على نوعه، كما تعتبر هذه المرحلة التي يصطلح عليها بالمراهقة.

بدأت المراهقة او البلوغ الجنسي او المرحلة الثانية في حياة الفرد، حيث تصل سرعة النمو الى أقسامها، حيث يؤدي هذا النمو السريع على احداث تغيرات جوهرية و عضوية و فيسيولوجية و نفسية، و لهذا يختل توازن المراهق للاختلال سرعة النمو و السرعات الجزئية المصاحبة لها، و هكذا يشعر المراهق بالارتباك و القلق، كما يميز سلوكه الى ما يشبه السلوك الإنحرافي، و هذا ما يجعل هذه المرحلة تمتاز بالسلبية الخاصة من الناحية النفسية.

¹ - سعيد كامل أحمد ، الصدمة النفسية والتوافق النفسي ، مركز الإسكندرية للكتاب ، الإسكندرية ، 1999 ، ص 80 ، 81 .

² - كامل سعيد أحمد : مرجع سابق ، ص 82 .

10-3- النظرية الاقتصادية :

ان المراهقة هي مرحلة بطالة اقتصادية، حيث يعتمد فيها المراهق على الآخرين كما أن المراهقة بطالة جنسية، يكون المراهق فيها قادرا على المعاشرة الجنسية، و لكنه لا يستطيع ذلك لعدم مقدرته اقتصاديا على الزواج، و هذا الأخير لا يستطيع تحقيقه الا بعد فترة طويلة، او هي المرحلة التي لا يوجد فيها تغيير هام في الجماعات المرجعية و على هذا فهامشيته تبرز في عدم الاستقرار الانفصالي او ما يسمى بكره الذات او هي بمعنى آخر دفعة نفسية لا شعورية جديدة هدفها استخراج معنى جديد للحياة.¹

10-4 النظرية الانثروبولوجيا الثقافية :

لقد اوضحت الدراسات الأنثروبولوجيا دور العوامل الثقافية و الحضارية لفهم المراهقة، و أكدت نتائج الأبحاث ان سلوك المراهقين يعتمد كثيرا على دور العوامل الثقافية اكثر من العوامل في تحديد نمو شخصية المراهق، و ان دور المؤشرات الثقافية لا يمكن تجاهلها او انكارها في تحديد ابعاد الشخصية و نموها في مرحلة المراهقة، لقد اوضحت " ماري جريمي، M.Meed" في دراستها، الأنثروبولوجيا في جزيرة " تسامو Samceo"، على أن الأطفال يدخلون المراهقة و لا يحدث لهم أي اضطراب او توتر او قلق، بل العكس

¹ - سعيد كامل أحمد : مرجع سابق ، ص 43 ، 84 .

خلاصة الفصل :

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى معرفة أهم المراحل التي يمر بها الشخص المراهق على اعتبار أن المراهقة هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد مرفوقة بعدة تغيرات شاملة في كل المستويات الفيزيولوجية والجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية ، تأتي دائما مع انسام النضج الاجتماعي دون تحديد ما قد يصل إليه الفرد .

الفصل الرابع

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد :

من خلال تطرقنا للجانب النظري و الذي تناولنا فيه حصة التربية البدنية و الرياضية و مدى مساهمتها في توجيه تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية بنوعها الداخلية و الخارجية و كذا الممارسة على مستوى النوادي سنحاول في هذا الجزء ان نحيط الموضوع من الجانب التطبيقي بدراسة ميدانية عن طريق توزيع استمارة الاستبيان على تلاميذ و أساتذة المرحلة المتوسطة الذي تتمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها، ثم تقديم مناقشة تحليل نتائج الأسئلة التي طرحناها في الاستبيان و قمنا بوضع جداول و التمثيل البياني لهذه الأسئلة تتضمن عدد الاجابات و النسب المئوية المرافقة لها، و في الأخير نقوم بعرض الاستنتاج و نوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.

1- الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله، و هي خطوة أساسية و مهمة في البحث العلمي، اذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها و دقتها و وضوحها.¹

-المعرفة المسبقة لظروف اجراء الدراسة الميدانية الأساسية، و بالتالي تفادي الصعوبات و العراقيل التي من شأنها أن تواجهها.

2- منهج البحث :

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة، فاختيار المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث.

و نظرا لطبيعة موضوعنا و من أجل تشخيص الظاهرة و كشف جوانبها، و تحديد العلاقة بين عناصرها (حصة التربية البدنية و الرياضية و مدى مساهمتها في توجيه تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية)، تبين أنه من المناسب استخدام المنهج الوصفي وذلك لثباته من هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف الى تقرير خصائص ظاهرة معينة او موقف معين بالاعتماد على جمع الحقائق و تفسيرها و تحليلها ايجاد العلاقات بين متغيراتها، و استخلاص دلالاتها، فهي اذا كما يعرفها " مصطفى حسن باهي ..."

يعتبر المنهج الوصفي من أكثر مناهج البحث استخداما و خاصة في مجال البحوث التربوية و النفسية و الاجتماعية و الرياضية ، حيث يهتم بجمع أوصاف دقيقة و علمية للظاهرة المدروسة، و وصف الوضع الراهن و تفسيره، كما يهدف الى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة، و لا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات و تبويبها، و انما يمتد الى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات، لذا يجب على الباحث تصنيف البيانات و الحقائق، و تحليلها تحليلا دقيقا و كافيا للوصول الى تعميمات بشأن موضوع الدراسة ...²

¹- محي الدين مختار : بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1955 ، ص74 .

²²- مصطفى حسان باهي : الإحصاء وقياس العقل البشري ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، بدون طبعة ، 2000 ، ص83 .

3- كيفية البحث :

مفهومها :

هي مجموعة جزئية من مجتمع البحث يتم اختيارها بطريقة معينة و اجراء دراسة عليها، و من ثم استخدام تلك النتائج و تعميمها على كامل مجتمع الدراسة.

و بما أنه من الصعب على الباحث أن يتصل بعدد كبير من المعنيين بدراسته لكي يطرح عليه الأسئلة و يحصل منهم على الأجوبة، فإنه لأصغر من اللجوء الى اسلوب اخذ العينات الي تمثل المجتمع الأصلي حتى يستطيع أن يأخذ صورة مصغرة عن التفكير العام، و اختيار هذه العينة هي العامل الذي يتوقف عليه تعميم النتائج بالنسبة للبحوث العلمية و تعتبر ركيزة ما يقوم به الباحث.

و في بحثنا هذا تطرقنا الى حصة التربية البدنية و الرياضية و مدى مساهمتها في توجيه التلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية لذي سيكون مجتمع بحثنا هو مرحلة التعليم المتوسط بولاية ميلة.

4- اختيار العينة :

حرصا منا على الوصول لنتائج أكثر دقة و موضوعية، و مطابقة للواقع قمنا باختيار عينة البحث من الأساتذة و تلاميذ مستوى الرابعة المتوسط، و لم تخص العينة بأي خصائص او مميزات كالجنس مثلا.

4-1- العينة الأولى :

متمثلة في أساتذة التعليم المتوسط في مادة التربية البدنية و الرياضية و عددهم 20.

4-2- العينة الثانية :

متمثلة في تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط من المستويات الرابعة متوسط و شملت 200 تلميذ.

5- متغيرات البحث :

العامل المستقل :

و هو المتغير الذي يؤثر في حدوث موقف معين، فلو أردنا مثلاً دراسة أثر زيادة عدد السيارات في البلد على الحوادث، فإن زيادة عدد السيارات هو المتغير المستقل، و عدد الحوادث هو التابع.

العامل التابع :

هو المتغير الذي يحدث نتيجة لتأثير المتغير المستقل، او عموماً يتبع في حدوث المتغير المستقل و يسمى العامل التابع بالعامل الناتج.¹

و في بحثنا هذا المتمثل في " حصة التربية البدنية و الرياضية و مدى مساهمتها في توجيه التلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية " فان حصة التربية و الرياضية هي المتغير المستقل، و مدى مساهمتها في توجيه التلاميذ هو المتغير التابع.

6- وسائل و أدوات البحث :

6-1- الاستبيان :

تم الاعتماد على استمارتي استبيان احدهما خاصة بالأساتذة و الأخرى خاصة بالتلاميذ هذا قصد جميع البيانات من الجانبين أي جانبي العملية التعليمية.

و يمكن تعريف الاستبيان كما يلي : " عبارة عن لائحة مؤلفة من مجموعة من الأسئلة ترتبط بموضوع الدراسة و بعد تصميمها بشكل صحيح و دقيق من المراحل المنهجية الماسة، التي يتعين على الباحث ان يولها اهتمامه، ان الافتراضات التي ستحول الى أسئلة ضمن الاستمارة بشكل اللبانات الأول في بناء المنطقات النظرية المعرفية للبحث المدروس .²

¹- نادية قطايمي : محمد بروهوم ، طريق دراسة الطفل ، ط1 ، دار النشر ، عمان ، 1989 ، ص 58 .

²- محمد شفيق : البحث العلمي ، الخطوات المنهجية لإعداد البحث ، بدون طبعة ، المطبعة المصرية ، الإسكندرية ، 1986 ، ص 86 .

و يمكن أن تكون الأسئلة من النوع المفتوح المغلق بمعنى أن يقدم المجيب معلومات كافية عن السؤال و قد يكون من النوع المقيد الذي يجاب عليه بنعم أو لا .¹

7- مجالات البحث :

7-1- المجال المكاني :

أجرينا بحثنا في بعض متوسطات ولاية ميلة اين وجدنا بها تسهيلات فيما يخص أساتذة التربية البدنية و الرياضية كما قمنا بتوزيع الاستبيان على التلاميذ و الأساتذة.

7-2- المجال الزمني :

تمت معالجة البحث في الفترة الممتدة من شهر أفريل الى غاية شهر ماي حيث شرعنا بالعمل في شهر أفريل على الجانب النظري.

أما الجانب التطبيقي فقد كان في شهر ماي ثم خلاله تحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة الاستبائية و توزيعها على العينة المختارة، و من ثم قمنا بعملية جمع النتائج و تحليلها و مناقشتها.

8- الوسائل الاحصائية :

حتى تكون نتائج الاستبيان لها معنى و دلالة و أهمية، يتطلب منا القيام بمعالجة احصائية لجمع نتائجه، و قد استعملنا في تحليل الاستبيان ما يلي :

8-1- النسب المئوية :

استعملنا أثناء بحثنا هذا التحليل و تفسير النتائج المتحصل عليها عملية حساب النسبة المئوية، و ذلك بتطبيق القاعدة الثلاثية و صيغتها كالاتي :

¹ -نادية قطايمين محمد برهوم ، مرجع سبق ذكره ، ص58 .

النسبة المئوية تساوي عدد التكرارات $\times 100$ على عدد العينة .

$$ع \longleftarrow \%100 : ت$$

$$ت \longleftarrow س \text{ عدد العينة}$$

$$\text{ومنه : س} = \frac{100 \times ت}{ع} \quad \text{ت : عدد التكرارات} \quad \text{س : النسبة المئوية.}$$

8-2- اختبار (χ^2)

استعملنا اختبار χ^2 الذي يعتبر من أهم المقاييس الاحصائية التي تستخدم لاختبار الفرض الصفري و هو يستخدم عندما يمكن تقسيم الأفراد الى فئات و خاصة في حالة التقسيم مثل قبول و رفع ... الخ ، و هو يستخدم لاختبار مدى دلالة الفرق لتكرار حصل عليه الباحث.

القانون :

حيث :

$$\chi^2 = \text{مج} \left\{ \frac{(ت م) - (ت ن)^2}{ت ن} \right\} \quad \chi^2 : \text{الكاف التربيع} / ت م : \text{التكرار}$$

$$\text{مج} : \text{مجموع} / ت ن : \text{التكرار النظري}$$

حساب التكرار النظري :

$$ت ن = \frac{\text{المجموع}}{\text{عدد الإقتراحات}}$$

9- صعوبات الدراسة :

واجهنا عدة صعوبات في اعدادنا لهذه الدراسة نذكر منها ما يلي :

- نقص المراجع على مستوى مكتبتنا الجامعية.
- نقص الدراسات التي لها علاقة بموضوع دراستنا.
- صعوبة الوصول الى بعض المتوسطات لبعدها عن اقامتنا.

خلاصة :

لا يخلو اي بحث علمي من اجراءات منهجية يمر بها الباحث للوصول الى اجابة علمية دقيقة لإشكالية بحثه و على هذا الأساس قمنا بتخصيص هذا الفصل للتعريف بمنهج البحث و مجتمع البحث و عينته، أداة الدراسة و صدقها مجالات البحث، الأساليب الاحصائية المستخدمة فيها.

الفصل الخامس

عرض وتحليل نتائج الدراسة

تمهيد:

بعد التطرق في الفصل السابق إلى مختلف الإجراءات المنهجية المتبعة في الجانب الميداني للدراسة، وبعد جمع البيانات باستخدام تقنية الاستبيان سنتناول في هذا الفصل عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها حيث سنعرضها في جداول تتضمن عدد الإجابات والنسب المئوية وقيم الكاف التريبيعي .

1- عرض وتحليل نتائج المحور الأول الخاص بالفرضيتين الأولى (دور حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية)

1-1 تحليل نتائج استبيان الأساتذة:

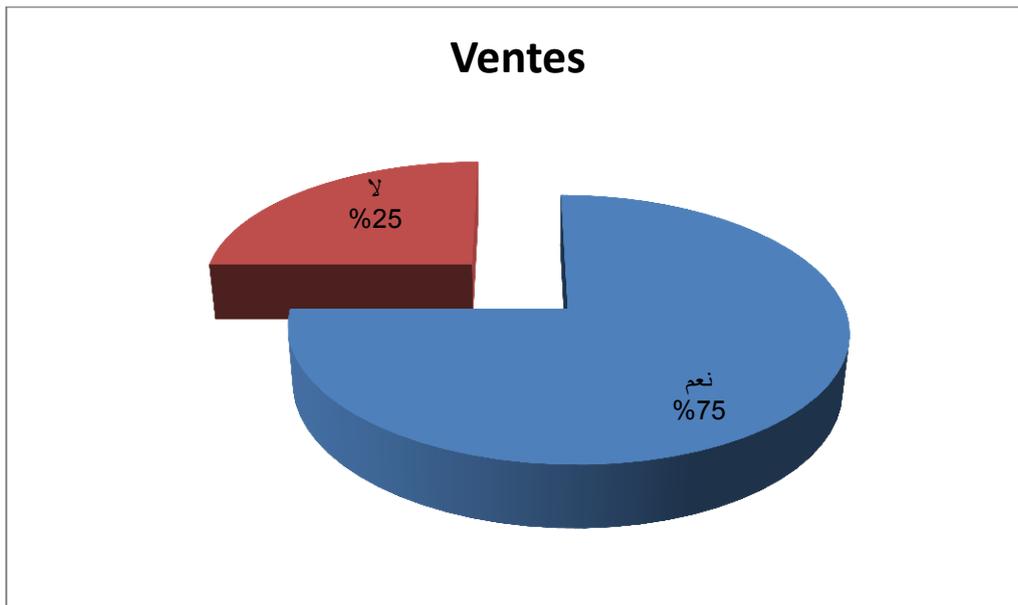
السؤال 01: هل تقومون بتوجيه التلميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية؟

الغرض منه: معرفة مدى توجيه الأستاذ للتلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

الجدول رقم (01): يبين توجيه الأستاذ للتلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك المحدودة	ك المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	15	%75	6.66	5.99	0.05	2	دال
لا	05	%25					
أحيانا	00	%00					
المجموع	20	%100					

شكل رقم 01: دائرة نسبية تبين مدى توجيه الأستاذ للتلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.



تحليل نتائج الجدول رقم 01:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ ان: 75% من أساتذة العينة يقومون بتوجيه التلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية، تليها نسبة 25% من الأساتذة أجابت بلا، في حين نسجل آخر نسبة تقدر بـ 0% الذين أجابوا بـ، "أحيانا" وإذا قمنا بجمع نسبة الأساتذة الذين أجابوا بـ "نعم" ونسبة الأساتذة الذين أجابوا بـ "لا" نتأكد من توجيه الأساتذة للتلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

وهذا ما تم تمثيله في الشكل 01 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة [5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 6.66 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن معظم أساتذة العينة يقومون بتوجيه التلاميذ على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية، وذلك لغرض تطوير قدرات التلاميذ البدنية منها والمهارية وغيرها.

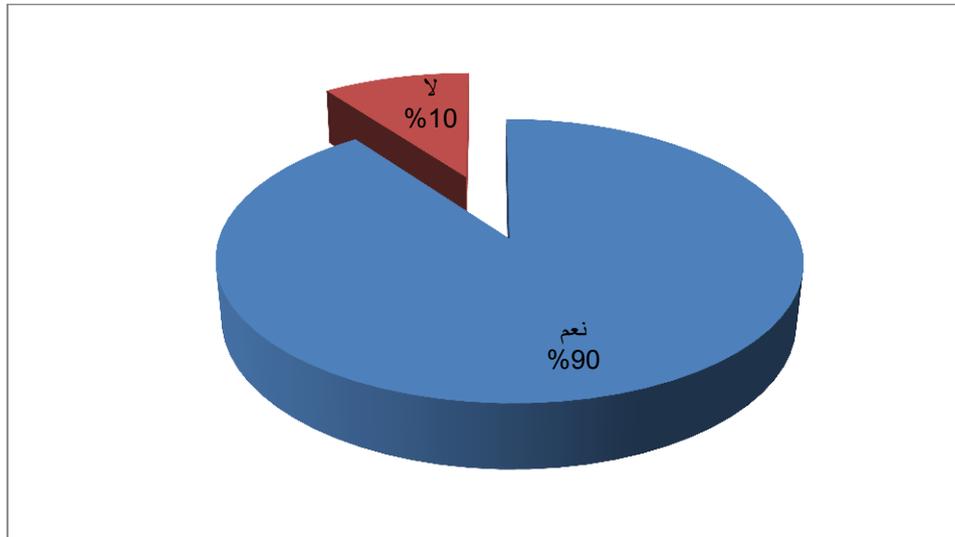
السؤال الثالث : هي يتم الأخذ بعين الاعتبار ميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة البدنية اللاصفية؟

الغرض منه: معرفة مدى الأخذ بعين الاعتبار ميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة البدنية اللاصفية.

الجدول رقم (02): يبين مدى الأخذ بعين الاعتبار ميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	18	% 90	35.56	3.84	0.05	1	دال
لا	02	% 10					
المجموع	20	%100					

شكل رقم 02: دائرة نسبية تبين مدى الأخذ بعين الاعتبار ميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.



تحليل نتائج الجدول رقم 02:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن 90% من مجموع العينة قد تم الأخذ بعين الاعتبار ميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية حيث يدركون أهمية هذه الأنشطة تليها 10% من الأساتذة صرحوا بأنهم لا يتم الأخذ بعين الاعتبار لميول واهتمامات التلاميذ في عملية توجيههم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية يرجع ذلك لعدم مبالاتهم.

وهذا ما تم تمثيله في الشكل 02 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 77.36 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن أغلبية أساتذة التعليم المتوسط يراعون ميول واهتمامات التلاميذ في النشاط الرياضي اللاصفي وذلك من خلال التنوع في الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، وهذا ما يؤثر تأثيراً إيجابياً على إقبال التلاميذ على هذه الأنشطة الرياضية.

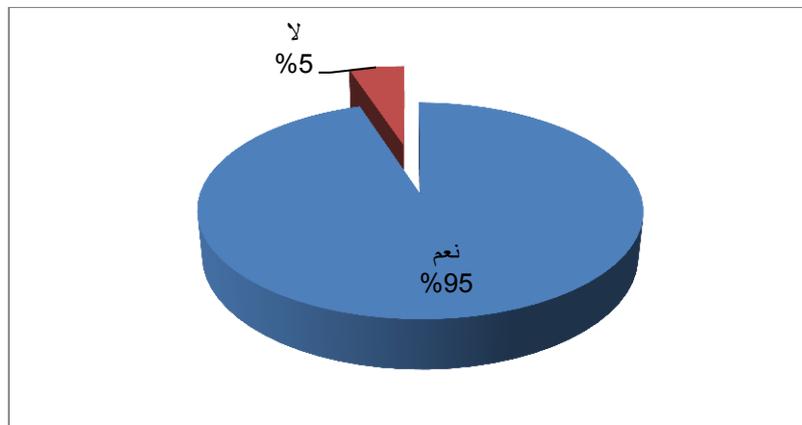
السؤال 03: هل تساهم الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصافية؟

الغرض منه: معرفة مدى مساهمة الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصافية.

الجدول رقم (03): يبين مدى مساهمة الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصافية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	19	% 95	85.26	3.84	0.05	1	دال
لا	01	%5					
المجموع	20	%100					

شكل رقم 03: دائرة نسبية تبين مدى مساهمة الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصافية.



تحليل نتائج الجدول رقم 03:

نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه أن: 95% من أساتذة العينة قد صرحوا بأن الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس تساهم في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الأنشطة البدنية اللاصفية تليها نسبة 05% من الأساتذة الذين يرون بأن الإنجازات المحققة في المنافسات بين المدارس لا تساهم.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 03 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة ب 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة ب 85.26 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن الإنجازات المحققة في الأنشطة اللاصفية الخارجية تساهم بشكل كبير في توليد الرغبة وإيقاض الدافع لدى تلاميذ الطور المتوسط م نأجل إقبال على الأنشطة الرياضية اللاصفية.

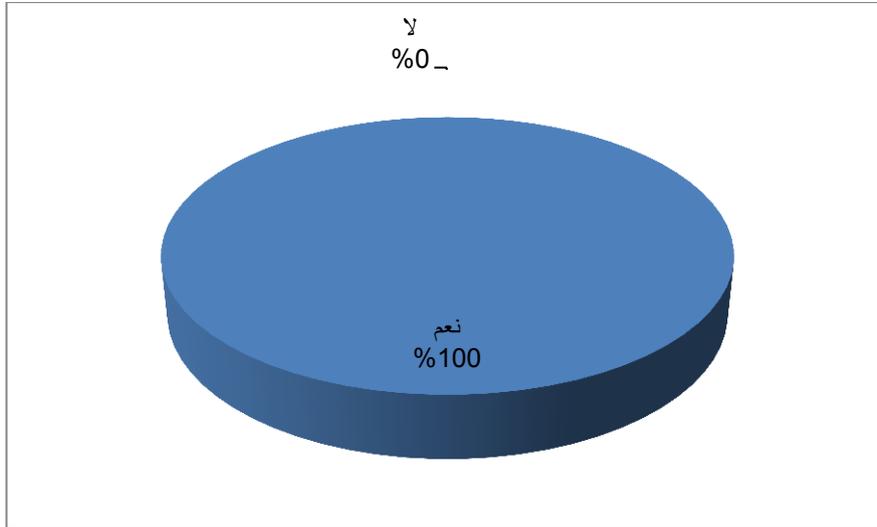
السؤال 04: هل يتم إعلام التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية ؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان يتم إعلام التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية .

الجدول رقم (04): يبين ما إذا كان يتم إعلام التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية .

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	20	%100	5	3.84	0.05	1	دال
لا	00	%0					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 04: دائرة نسبية تبين ما إذا كان يتم إعلام التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية.



تحليل نتائج الجدول رقم 04:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، تبين لنا أن نسبة 100% من أساتذة العينة قد صرحوا بأنهم يقومون بإعلام التلاميذ بمواعيد المنافسات الرياضية الخاصة بالأنشطة اللاصفية.

ويمكن تفسير نتائج الجدول السابق في أن الكثير من أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط يهتمون بتوفير الأسباب التي تجعل التلاميذ يقبلون على الأنشطة اللاصفية.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 04 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 95 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن أكبر نسبة من الأساتذة يقومون بإعلام التلاميذ عن مواعيد المنافسات الرياضية في الأنشطة اللاصفية مما يجعل التلاميذ يستعدون لهذه المنافسات بدنيا ونفسيا كما ان إعلام التلاميذ مسبقا عن مواعيد المنافسات يؤدي حتما إلى موافقة أولياء التلاميذ على المشاركة في هذه المنافسات.

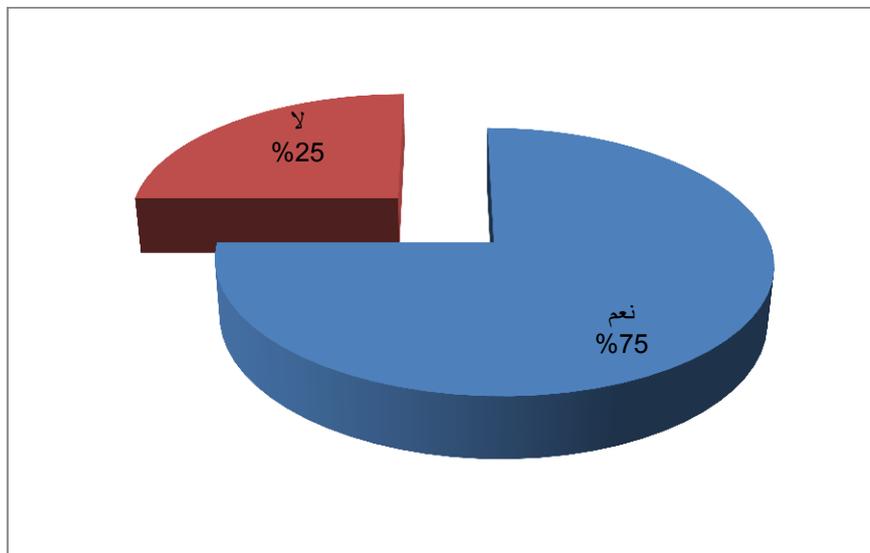
السؤال 05: هل تساهم الإنجازات في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الانخراط في الأنشطة البدنية اللاصفية؟

الغرض منه: معرفة مدى مساهمة الإنجازات في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الانخراط في الأنشطة البدنية اللاصفية .

الجدول رقم (05): يبين مدى مساهمة الإنجازات في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الانخراط في الأنشطة البدنية اللاصفية .

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	15	%75	6.67	3.84	0.05	1	دال
لا	5	%25					
المجموع	20	%100					

الجدول رقم 05: دائرة نسبية تبين مدى مساهمة الإنجازات في توليد الرغبة لدى التلاميذ في الانخراط في الأنشطة البدنية اللاصفية.



تحليل الجدول رقم 05:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ ان 25 % من أساتذة العينة يرون ان الإنجازات المحققة في توليد الرغبة لدى التلاميذ لا يساهم في الانخراط في الأنشطة البدنية اللاصفية، في

حين نجد ان نسبة 75 % وهي النسبة الأكبر من الأساتذة يرون ان الإنجازات المحققة في توليد الرغبة لدى التلاميذ تساهم بشكل كبير في الانخراط في الأنشطة اللاصفية البدنية.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 05 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة ب 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة ب 6.67 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن الإنجازات المحققة في الأنشطة الاصفية الخارجية تساهم بشكل كبير في إيجاد الرغبة وإيقاض الدافع لدى تلاميذ الطور المتوسط من أجل الاقبال على الأنشطة البدنية اللاصفية.

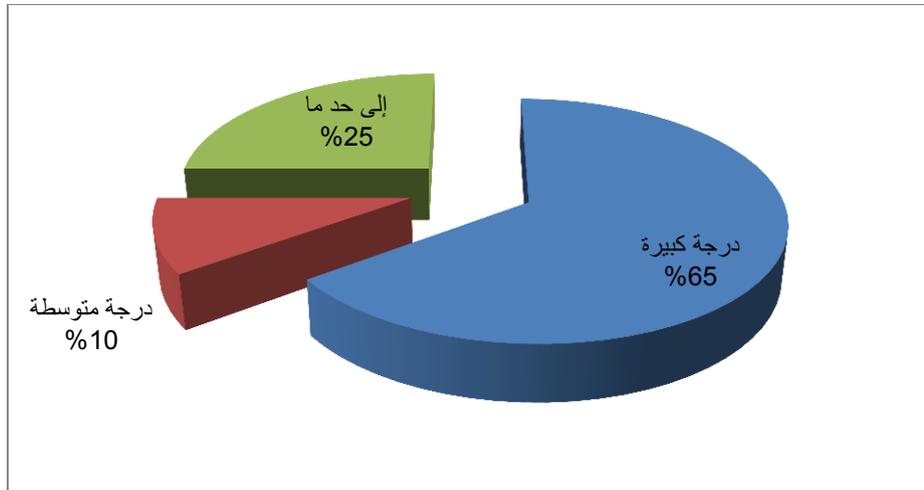
السؤال 06: إلى أي مدى تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية؟

الغرض منه: معرفة مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية؟

الجدول رقم (06): مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية؟

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
درجة كبيرة	13	65%	13.95	5.99	0.05	2	دال
درجة متوسطة	02	10%					
إلى حد ما	05	25%					
المجموع	20	100%					

الشكل رقم 06: دائرة نسبية تبين مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.



تحليل الجدول رقم 06:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، نلاحظ ان 65 % من أساتذة العينة يقومون بتوجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية في مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية بدرجة كبيرة تليها نسبة 10 % من الأساتذة أجابت بأنها درجة متوسطة، في حين نسجل آخر نسبة تقدر بـ 25 % الذين أجابوا "إلى حد ما" وإذا قمنا بجمع نسبة الأساتذة الذين أجابوا بـ "إلى حد ما" نتأكد من مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 06 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 13.95 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم بدرجة كبيرة في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية.

1-2- تحليل نتائج استبيان التلاميذ

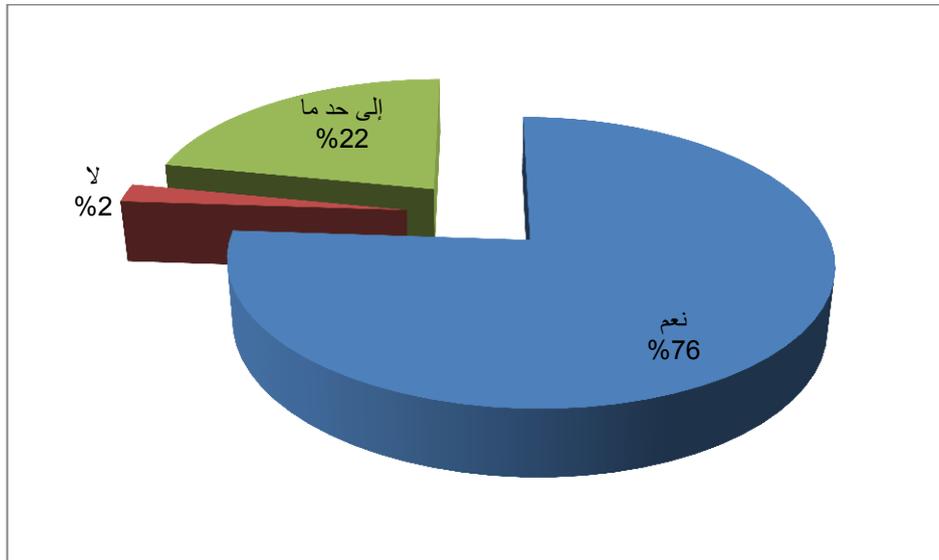
السؤال رقم 07: هل تحب حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة مدى محبة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية .

جدول رقم 07 : يبين مدة محبة التلاميذ لمادة التربية البدنية والرياضية .

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	143	71.5%	172.28	5.99	0.05	2	دال
لا	04	02%					
إلى حد ما	53	20.5%					
المجموع	200	100%					

الشكل رقم 07: دائرة نسبية تبين معرفة مدى محبة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية.



تحليل الجدول رقم 07:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، نلاحظ ان 71.5 % من مجموعة العينة قد صرحوا بأنهم يحبون حصة التربية البدنية والرياضية حيث يدركون أهميتها، تليها نسبة 2.5% من التلاميذ

صرحوا بأنهم لا يحبون حصة التربية البدنية والرياضية، ويرجع ذلك لعدم مبالاتهم بهذه الحصة، في حسن نسجل آخر نسبة تقدر بـ 20.5% من التلاميذ أجابوا بـ "إلى حد ما".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 07 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 172.36 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلبية التلاميذ يحبون حصة التربية البدنية والرياضية وذلك بسبب ما تتميز به من المتعة والتسويق والحماس، وهذا راجع إلى ما تكسيه حصة التربية البدنية من أهمية كبيرة بالنسبة للتلاميذ من جهة، وإلى باقي المواد من جهة أخرى، وهذا من شأنه أن يعط الرغبة للتلاميذ لتنمية ما يتلقونه في الحصة من خلال المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

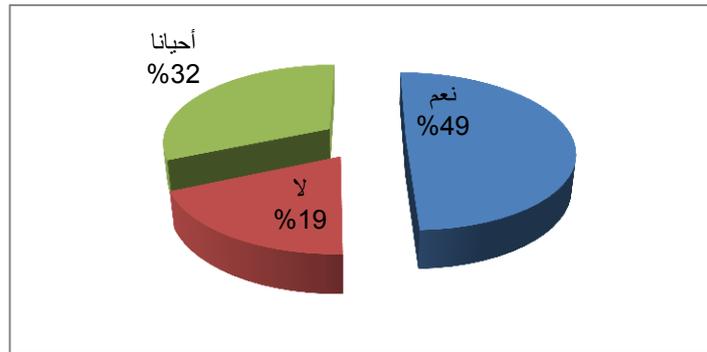
السؤال رقم (08): هل تشارك في النشاط الرياضي الخارجي مثل المنافسات بين المدارس؟

الغرض منه: التعرف على مدى مشاركة التلاميذ في النشاط الرياضي الخارجي.

جدول رقم (08) يبين مدى مشاركة التلاميذ في النشاط الرياضي الخارجي.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	99	49.5%	162.35	5.99	0.05	2	دال
لا	38	19%					
أحيانا	63	31.5%					
المجموع	200	100%					

الشكل رقم 08: دائرة نسبية تبين مدى مشاركة التلاميذ في النشاط الرياضي الخارجي.



تحليل الجدول رقم 08:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن: 49.5% من تلاميذ العينة أجابوا بأنهم يشاركون في النشاط الخارجي مثل المنافسات بين المدارس تليها نسبة 19% من التلاميذ الذين لا يشاركون في النشاط الرياضي الخارجي وهي نسبة ضئيلة في حين تسجل آخر نسبة تقدر بـ 31.5% من التلاميذ الذين أجابوا بـ "أحيانا".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 08 وهو ما يؤكد أن مقدار K^2 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة K^2 المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة K^2 المحسوبة والمقدرة بـ 162.35 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن معظم التلاميذ يشاركون مع مؤسساتهم في المنافسات الرياضية مع المؤسسات الأخرى، وذلك راجع إلى معرفتهم بأهمية هذه المنافسات واهتماماتهم بها، هذا الاهتمام كثيرا ما تدعمه إدارة المؤسسات من خلال تخصيص ميزانية لهذه الأنشطة.

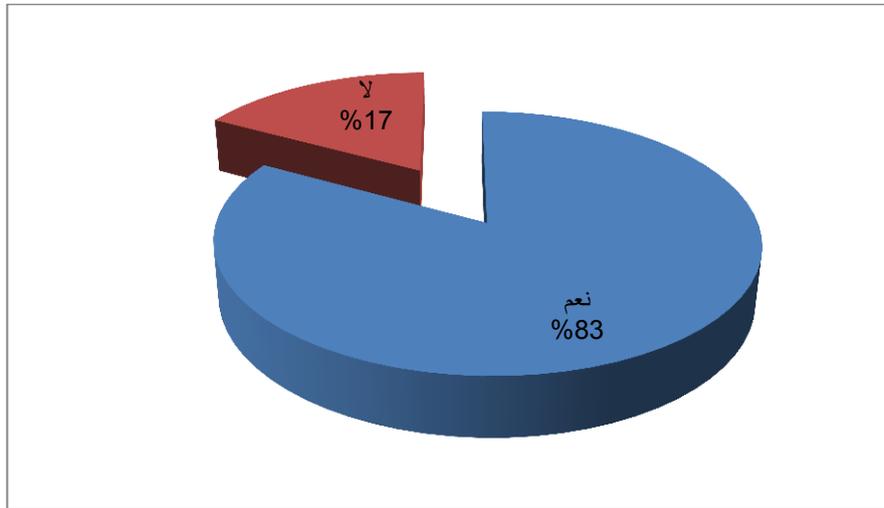
السؤال رقم 09: هل حصة التربية البدنية من أحد الأسباب التي تجعلك تقبل على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كانت حصة التربية البدنية من بين الأسباب التي تجعل التلاميذ يقبلون على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

جدول رقم (09): يبين ما إذا كانت حصة التربية البدنية من بين الأسباب التي تجعل التلاميذ يقبلون على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	166	%83	163.54	3.84	0.05	1	دال
لا	34	%17					
المجموع	200	%100					

الشكل رقم (09): دائرة نسبية تبين ما إذا كانت حصة التربية البدنية من بين الأسباب التي تجعل التلاميذ يقبلون على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.



تحليل جدول رقم (09):

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن أكبر نسبة وتقدر بـ 83% من التلاميذ يصرحون بأنه حصة التربية البدنية والرياضية من الأسباب التي تجعلك تقبل على المشاركة في الأنشطة اللاصفية في حين نجد 17% من التلاميذ قد صرحوا بأنها لا تجعلك تقبل على المشاركة في الأنشطة البدنية اللاصفية.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 09 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 163.54 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلبية تلاميذ التعليم المتوسط يرون أن حصة التربية البدنية من أهم الأسباب التي تجعل من التلاميذ الإقبال على الأنشطة البدنية اللاصفية.

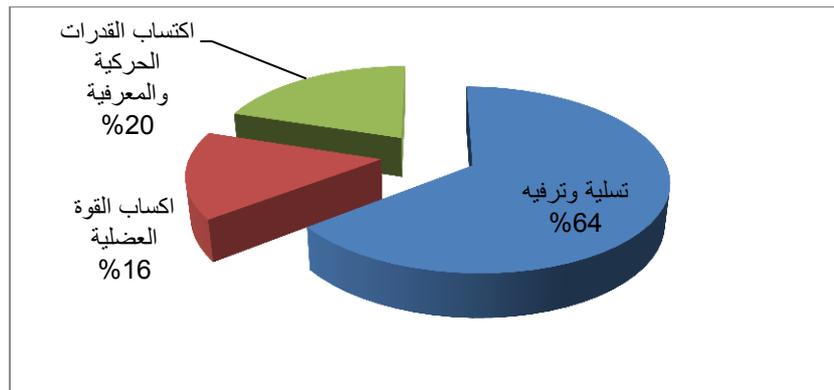
السؤال رقم 10: ماذا تعني لك حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة ماذا تعني حصة التربية البدنية والرياضية للتلاميذ.

الجدول رقم (10): يبين ما تعنيه حصة التربية البدنية والرياضية للتلاميذ.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
تسلية وترفيه	129	64.5%	162.91	5.99	0.05	2	دال
اكساب القوة العضلية	31	15.5%					
اكتساب القدرات الحركية والمعرفية	40	20%					
المجموع	200	100%					

الشكل رقم (10): دائرة نسبية تبين ما تعنيه حصة التربية البدنية والرياضية للتلاميذ.



تحليل الجدول رقم 10:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن: 64 % من تلاميذ العينة تعني لهم حصة التربية البدنية والرياضية تسلية وترفيه، تليها نسبة 15.5 من التلاميذ أجابوا "اكتساب القوة العضلية" في حين تسجل آخر نسبة تقدر بـ 20 % الذين أجابوا "اكتساب القدرات الحركية والمعرفية".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 10 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 162.91 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلب آراء التلاميذ صبت في فكرة ان حصة التربية البدنية والرياضية مجرد حصة للتسلية والترفيه بالدرجة الأولى، حيث تساهم في إبعاد الضغط المدرسي عنهم وأيضا التصورات السلبية، مما يؤدي بالبعض منهم من محاولة البحث عن مواصلة التسلية والترفيه وهذا ما يجدره في النوادي الرياضية التي تعطي لهم وقتا أكبر عكس حصة التربية البدنية التي تتميز بحجم ساعي قليل.

2- عرض وتحليل نتائج المحور الأول الخاص بالفرضية (دور التربية والرياضة في توجيه التلاميذ نحو المشاركة في الأنشطة البدنية في النوادي).

2-1- تحليل نتائج استبيان التلاميذ :

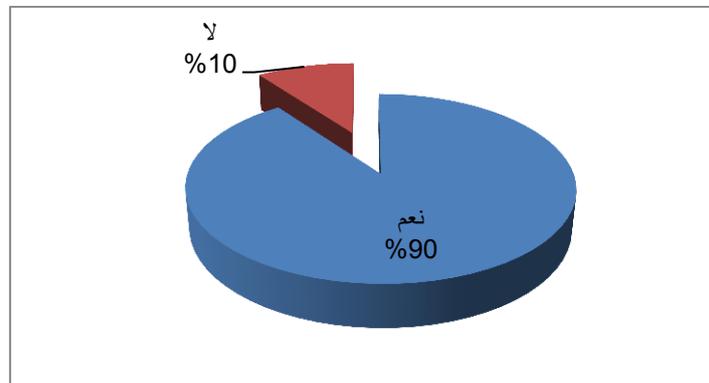
السؤال (11): هل تشجع فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية؟

الغرض منه: معرفة مدى تشجيع فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية.

جدول رقم 11 : يبين معرفة مدى تشجيع فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية .

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	18	%90	35.56	3.84	0.05	1	دال
لا	02	%10					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 11: دائرة نسبية تبين مدى شجيع فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية.



تحليل الجدول رقم 11:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن أكبر نسبة وتقدر بـ 90% من الأساتذة من يشجعون فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية في حين نجد 10% من الأساتذة صرحوا بأنهم لا يشجعون فكرة التحاق التلاميذ بالنوادي الرياضية ويمكن تفسير ذلك بعدم اهتمام أساتذة التربية البدنية والرياضية بتشجيع هذه الفكرة.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 11 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 35.56 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن معظم أساتذة العينة يشجعون فكرة انضمام التلاميذ للالتحاق بالنوادي الرياضية حيث أن اهتمام أساتذة التربية البدنية والرياضية بالتلاميذ خلال حصة التربية البدنية وكذلك الاهتمام بالأنشطة الرياضية اللاصفية يكون سببا في دفع التلاميذ وتشجيعهم على إكمال مسيرتهم الرياضية في النوادي.

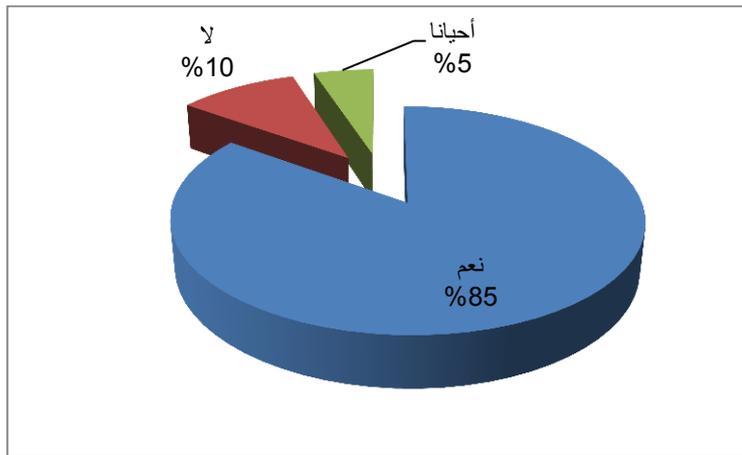
السؤال 12: هل تقومون بتوجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية؟

الغرض منه: معرفة مدى توجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية

الجدول رقم 12: يبين مدى توجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نعم	17	%85	49.19	5.99	0.05	2	دال
لا	2	%10					
أحيانا	1	%05					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 12: دائرة نسبية تبين مدى توجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية.



تحليل الجدول رقم 12:

يتبين لنا من خلال الجدول أن معظم أفراد العينة من الأساتذة قد أكدوا بأنهم يقومون بتوجيه التلاميذ الموهوبين على الالتحاق بالنوادي الرياضية وذلك بنسبة عالية وصلت إلى 85% ثم تليها نسبة 5% من الأساتذة الذين أجابوا بـ "لا" في حين تسجل آخر نسبة تقدر بـ 10% من الأساتذة الذين أجابوا بـ "أحياناً".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 12 وهو ما يؤكد أن مقدار χ^2 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة χ^2 المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة χ^2 المحسوبة والمقدرة بـ 49.19 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج ان غالبية الأساتذة يقومون بتوجيه التلاميذ الموهوبين نحو النوادي الرياضية وذلك وعيا منهم أن حصة التربية البدنية لا تكفي لصقل موهبتهم وتطويرهم من كل النواحي البدنية والتقنية والتكتيكية كما قد يجعلهم ذلك أبطالا في المستقبل في الرياضة الذي وجههم إليها أساتذة التربية البدنية.

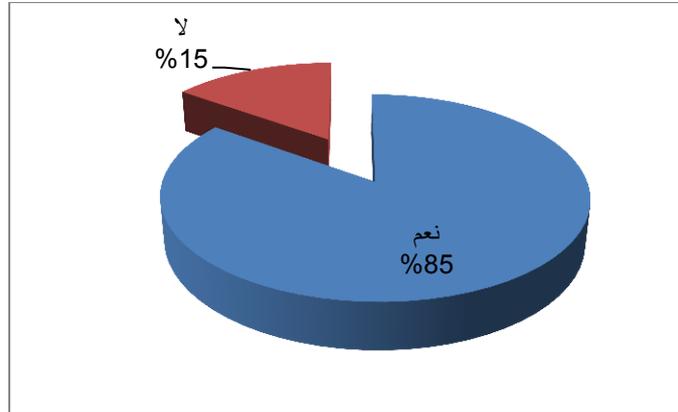
السؤال رقم 13: هل للتلاميذ المنخرطون في النوادي تأثير على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة مدى تأثير التلاميذ المنخرطين في النوادي على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم 13: يبين مدى تأثير التلاميذ المنخرطين في النوادي على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	χ^2 المحسوبة	χ^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	17	85%	19.21	3.84	0.05	1	دال
لا	03	15%					
المجموع	20	100%					

الشكل رقم 13: دائرة نسبية تبين مدى تأثير التلاميذ المنخرطين في النوادي على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية.



تحليل الجدول رقم 13:

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ ان نسبة كبيرة من أساتذة العينة قدرت بـ 85 % أجابوا بأنه للتلاميذ المنخرطين في النوادي تأثير على التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية، في حين نسبة 15 % من الأساتذة أجابوا بـ "لا".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 13 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 19.21 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

مما سبق نستنتج أن معظم الأساتذة من خلال ملاحظتهم على التلميذ في الحصة أكدوا أن للتلاميذ المنخرطين في النوادي تأثير كبير على أداء التلاميذ الآخرين فهم يتعلمون منهم بسبب احتكاكهم المباشر معهم، فيجعلوهم يقبلون على الانضمام إليها.

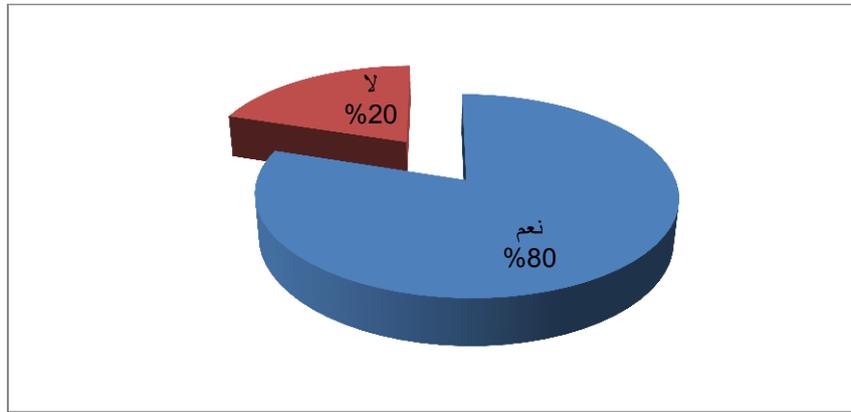
السؤال رقم 14: هل لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي؟

الغرض منه: معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي.

جدول رقم (14): يبين مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	16	%80	11.25	3.84	0.05	1	دال
لا	04	%20					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 14: دائرة نسبية تبين مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي.



تحليل الجدول رقم 14:

نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه أن: 80 % من أساتذة العينة قد صرحوا بأنه هناك تأثير لحصة التربية البدنية والرياضية في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي، تليها نسبة 20 % من الأساتذة يرون أنه ليس هناك أي تأثير أي صرحوا بـ "لا".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 14 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 11.25 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن معظم الأساتذة أكدوا على التأثير الكبير لحصة التربية البدنية والرياضية في عملية توجيه التلاميذ إلى الممارسة الرياضية في النوادي، فالحصة المتنوعة والمتميزة بالتشويق تساهم في تكوين الرغبة لدى التلاميذ في المواصلة على نسقها في النوادي أو أحسن.

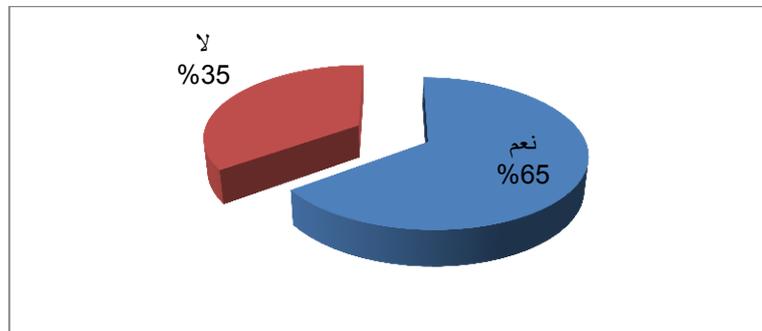
السؤال 15: هل تعتقد أن الممارسة الرياضية في النوادي هامة بالنسبة للتلاميذ؟

الغرض منه: معرفة مدى أهمية الممارسة الرياضية في النوادي بالنسبة للتلاميذ.

الجدول رقم (15): يبين مدى أهمية الممارسة الرياضية في النوادي بالنسبة للتلاميذ.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	13	%65	1.98	3.84	0.05	1	دال
لا	7	%35					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 15: دائرة نسبية تبين مدى أهمية الممارسة الرياضية في النوادي بالنسبة للتلاميذ.



تحليل الجدول رقم 15:

نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن: 65 % من أساتذة العينة يعتقدون أن الممارسة الرياضية في النوادي هامة بالنسبة للتلاميذ، في حين نجد نسبة 35 % من الأساتذة صرحوا بـ "لا".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 15 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 1.98 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج ان رأي معظم الأساتذة قد صب في اتجاه تأكيد أهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للتلميذ فهو يؤثر إيجابا على أدائه في الحصة وتؤثر على زملائه الغير منظمين إلى نادي رياضي فيتعلمون منهم وينظموا مستقبلا إلى نادي رياضي كما تساهم في السير الجيد للحصة وتحقق الأهداف بسرعة، كما تحقق الفوائد الجوهرية للممارسة الرياضية بالنسبة للتلميذ، وتحسن أيضا من تحصيله الدراسي فهي تطور المجال الذهني لهم والقدرة التفكيرية.

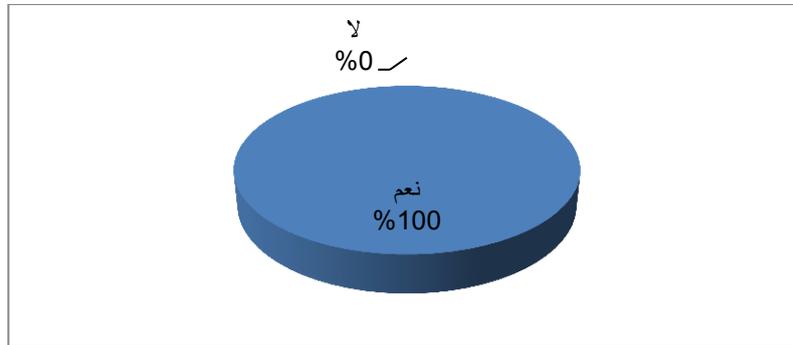
السؤال 16: هل ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي تعتبر مكملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كانت الممارسة الرياضية في النوادي مكملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (16): يبين ما إذا كانت الممارسة الرياضية في النوادي مكملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	20	%100	5	3.84	0.05	1	دال
لا	0	%00					
المجموع	20	%100					

الشكل رقم 16: دائرة نسبية تبين ما إذا كانت الممارسة الرياضية في النوادي مكتملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية والرياضية.



تحليل الجدول رقم 16:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، يتبين لنا أن نسبة 100 % من أساتذة العينة قد صرحوا بأن ممارسة الأنشطة البدنية في النوادي تعتبر مكتملا لما يتلقاه في حصة التربية البدنية والرياضية.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 16 وهو ما يؤكد أن مقدار χ^2 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حيث كانت قيمة χ^2 الجدولة والمقدرة بـ 3.84 أصغر من قيمة χ^2 المحسوبة والمقدرة بـ 5 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن حصة التربية البدنية قادرة على إبراز مواهب في رياضات ما، لكن قصر البرنامج الدوري لرياضة ما والتنويع بين الرياضات في الموسم وقلة الحجم الساعي للحصص لا يساهم في صقل المواهب البارزة على مستوى الحصة مما يجب الانضمام إلى نادي رياضي لتكميل ما تلقوه فيها وتحسين أدائهم المهاري والحركي والخططي في رياضة ما.

2-2- تحليل نتائج استبيان التلاميذ:

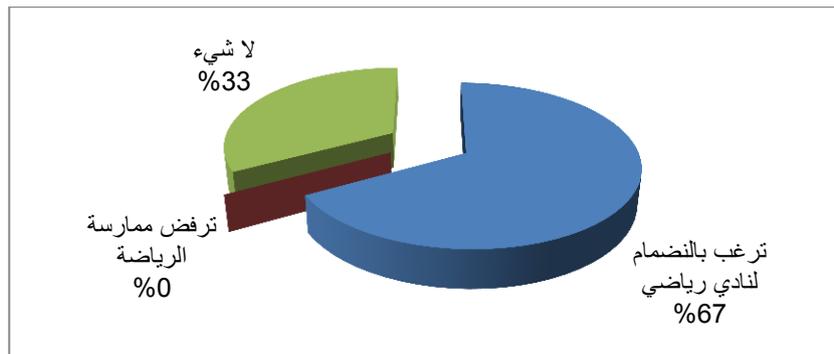
السؤال رقم 17: هل حصة التربية البدنية والرياضية تجعلك؟

الغرض منه: معرفة تأثير حصة التربية البدنية على التوجه الرياضي للتلاميذ.

الجدول رقم (17): يبين مدى تأثير حصة التربية البدنية على التوجيه الرياضي للتلاميذ.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
ترغب بالانضمام لنادي رياضي	134	67%	174.36	5.99	0.05	2	دال
ترفض ممارسة الرياضة	0	0%					
لا شيء	66	33%					
المجموع	200	100%					

الشكل رقم 17: دائرة نسبية تبين مدى تأثير حصة التربية البدنية على التوجيه الرياضي للتلاميذ.



تحليل الجدول رقم 17:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، نلاحظ أن 67% من التلاميذ قد صرحوا بأنه حصة التربية البدنية والرياضية تجعلهم يرغبون بالانضمام إلى نادي رياضي، في حين نجد 33% من التلاميذ قد صرحوا بأنه حصة التربية البدنية والرياضية لا تعني لهم شيء.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 17 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 174.36 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن غالبية التلاميذ تؤثر عليهم حصة التربية البدنية إيجاباً في عملية دفعهم وتوجيههم نحو الانضمام إلى نادي رياضي ما فهذا يدل على أهمية حصة التربية البدنية فهي بمثابة الوسيط بين التلاميذ والرياضة فهي تساهم في ترويح التلاميذ عن أنفسهم وإخراج مكبوتاتهم وتحسن الأداء البدني المهاري لهم مما يجعلهم يحاولون إكمال حصة الفوائد الرياضية التي تعرفوا عليها من خلال الحصة في نادي رياضي.

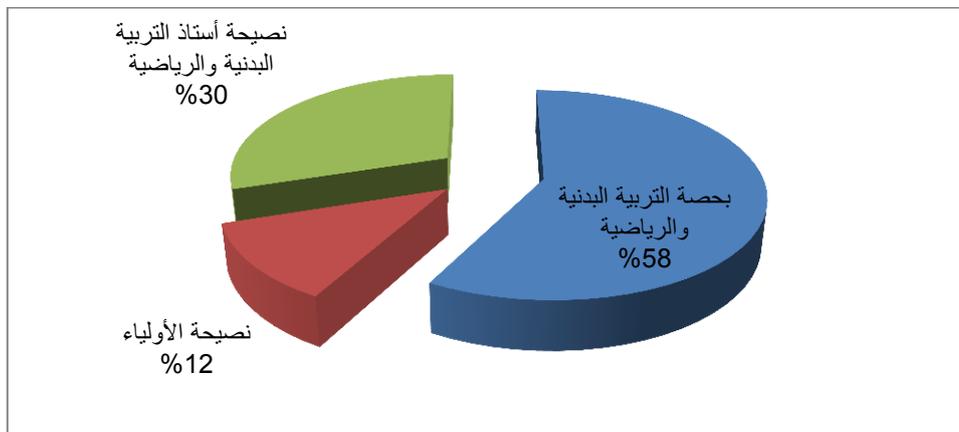
السؤال رقم 18: هل ممارستك للرياضة في النوادي راجع إلى؟

الغرض منه: معرفة أسباب ممارسة التلاميذ للرياضة في النوادي.

الجدول رقم (18): يبين الأسباب التي تدفع التلاميذ لممارسة الرياضة في النوادي.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
*** بحصة التربية البدنية والرياضية	134	58%	168.5	5.99	0.05	2	دال
نصيحة الأولياء	06	12%					
نصيحة أستاذ التربية البدنية والرياضية	60	30%					
المجموع	200	100%					

الشكل رقم 18: دائرة نسبية تبين الأسباب التي تدفع التلاميذ لممارسة الرياضة في النوادي.



تحليل الجدول رقم 18:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، نلاحظ أن أكبر نسبة من التلاميذ وتقدر بـ 58% قد صرحوا بإعجابهم بحصة التربية البدنية والرياضية راجع إلى ممارستهم للرياضة في النوادي، تليها نسبة 12% وتعتبر عن التلميذ الذين أجابوا بـ "نصيحة الأولياء"، أما النسبة الأخيرة التي تقدر بـ 30% ترجع إلى نصيحة الأساتذة.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 18 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 168.5 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن ممارسة الرياضة في النوادي من قبل التلاميذ يرجع بدرجة كبيرة إلى إعجابهم بحصة التربية البدنية، فالتسيير الجيد لها والتنوع في أسلوب تدريسها من شأنه أن يعطي طباعا جيدة للتلاميذ نحو ممارسة الرياضة خارج المؤسسة التربوية، فتوجههم بطريقة غير مباشرة نحو الانضمام لأحد النوادي الرياضية محاولة منهم الاتقان المهاري والحركي وتثمينا وتحسينا لما تلقوه في حصة التربية البدنية، كما تلعب نصيحة الأستاذ دورا مهما من خلال توعيته وانتقائهم للمواهب.

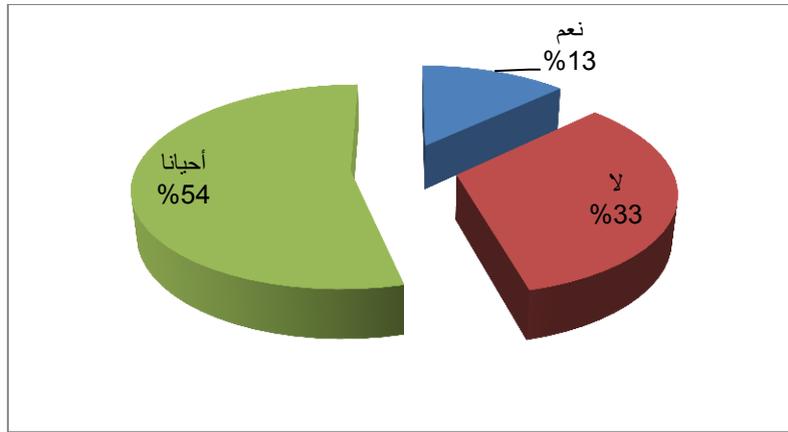
السؤال رقم 19: هل تقوم بممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات فراغك؟

الغرض منه: معرفة مدى ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات الفراغ.

جدول رقم 19: يبين مدى ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية في أوقات الفراغ .

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	26	13%	162.83	5.99	0.05	2	دال
لا	66	33%					
أحيانا	108	54%					
المجموع	200	100%					

الشكل رقم 19: دائرة نسبية تبين مدى ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات الفراغ.



تحليل الجدول رقم 19:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، نلاحظ أن 13 % من التلاميذ يقومون بممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات الفراغ، تليها نسبة 33% أجابت بـ "لا"، في حين تسجل أكبر نسبة وأخرها وتقدر بـ 54% أجابوا بـ "أحيانا" نتأكد من أن التلاميذ يمارسون الأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية في أوقات فراغهم.

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 19 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² المجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 162.83 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن ممارسة الرياضة خارج أوقات الفراغ من قبل التلاميذ إن دل فإنما يدل على حبههم للممارسة الرياضية وإدراكها لأهميتها، والفائدة التي يجنونها من خلال ممارستها ويرجع هذا إلى حصة التربية البدنية وما تقدمه من دوافع هامة للتلاميذ لأجل ممارسة مختلف الأنشطة البدنية خارج المؤسسة التربوية.

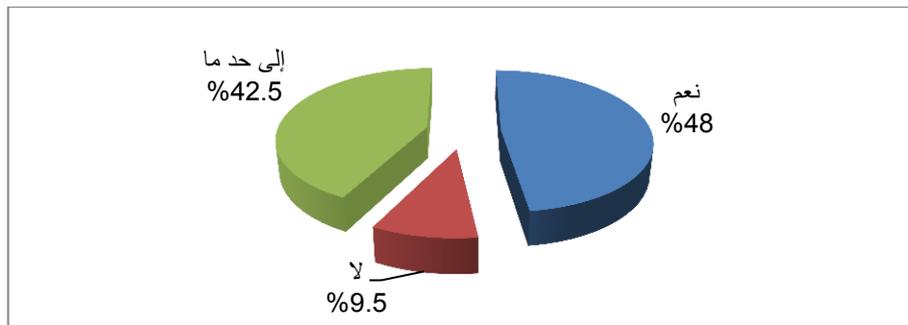
السؤال رقم 20: هل تساهم الهيئة الحسنة لأستاذك في حصة التربية البدنية في تكوين الرغبة لديك في توجيهك للانضمام لأحد النوادي الرياضية؟

الغرض منه: معرفة مدى تأثير الهيئة الحسنة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تكوين الرغبة لدى التلاميذ للانضمام للنوادي الرياضية.

جدول (20): يبين مدى تأثير الهيئة الحسنة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تكوين الرغبة لدى التلاميذ للانضمام للنوادي الرياضية.

الإجابات	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	96	%48	163.35	5.99	0.05	2	دال
لا	19	%9.5					
إلى حد ما	85	%42.5					
المجموع	200	%100					

الشكل رقم 20: دائرة نسبية تبين مدى تأثير الهيئة الحسنة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تكوين الرغبة لدى التلاميذ للانضمام للنوادي الرياضية.



تحليل الجدول رقم 20:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه، نلاحظ أن 48 % من مجموعة العينة قد صرحوا بأنه تساهم الهيئة الحسنة للأستاذ في حصة التربية البدنية والرياضية تليها نسبة 9.5 % من التلاميذ صرحوا، في حين تسجل آخر نسبة تقدر بـ 42.5 % أجابوا بـ "أحيانا".

- وهذا ما تم تمثيله في الشكل 20 وهو ما يؤكد أن مقدار ك² عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة ك² الجدولة والمقدرة بـ 5.99 أصغر من قيمة ك² المحسوبة والمقدرة بـ 163.35 وهذا ما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج:

نستنتج أن المظهر العام للأستاذ وهيئته الحسنة تؤثر على التلاميذ وتكون لديهم الرغبة في الممارسة الرياضية في الحصة أو حتى في النوادي وذلك لغرض تقليده سواء من الناحية المعرفية لمختلف الألعاب او الناحية البدنية المتمثلة في القوام الجيد فالأستاذ يعتبر قدرة للتلاميذ.

خلاصة :

عد جمع البيانات المتحصل عليها ، قمنا في هط الفصل بعرض وتحليل النتائج ووضعناها في جداول تتضمن عدد الإجابات والنسب المئوية والمرافقة لها وقيم الكاي مربع وكذا تمثيلها البياني مع عرض الاستنتاج الخاص بكل جدول .

الفصل السادس

مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات

الاستنتاج العام :

من خلال تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان الموجه للتلاميذ و اساتذة التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط توصلنا الى الاستنتاجات التالية :

1- لحنة التربية البدنية و الرياضية مدى و مساهمة في توجيه تلاميذ الطور المتوسط من خلال طريقة سير الحصة و إنمائها بعناصر التشويق في تقديم الألعاب الرياضية، و توظيف الألعاب شبه رياضية داخل الحصة تنوع أساليب التدريس و الوسائل التعليمية.

2- اهتمام حصة التربية البدنية و الرياضية بالنشاط الرياضي اللاصفي من خلال تنظيم المباريات بين الأقسام و مع المؤسسات الأخرى و حث التلاميذ و توجيههم على المشاركة فيها، مع الأخذ بعين الاعتبار ميولهم و اهتمامهم في ممارسة هذا النشاط.

3- اهتمام أساتذة التربية البدنية و الرياضية بفرقة الموهوبين من التلاميذ، و توجيههم الى الانخراط في النوادي من خلال المساعدة و التوجيه.

الاقتراحات :

بناء على النتائج التي توصلنا إليها غي دراستنا والتي هي بعنوان : حصة التربية البدنية والرياضية ومدة مساهمتها في توجيه تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية ينبغي الإهتمام بما يلي :

1. إعطاء الأهمية لحصة التربية البدنية والرياضية من حيث الموقع في جداول الدروس الأسبوعية وزيادة الحجم الساعي لها ورفع معاملها .
2. ضرورة توفير الألعاب الرياضية الممتعة والمتنوعة التي تلبي احتياجات ورغبات التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية .
3. توفير الأدوات والأجهزة والمنشآت الرياضية ، لتفادي العوائق والصعوبات التي تعرقل السير الحسن للحصة .
4. تخصيص الإدارة لميزانية كافية للأنشطة الرياضية المدرسية وتحفيز الأساتذة على الإهتمام بالنشاط الرياضي اللاصفي
5. الإهتمام بالتلاميذ الموهوبين داخل المؤسسات التعليمية وتشجيعهم وتوجيههم إلى الانخراط في النوادي

خاتمة

خاتمة :

تعد حصة التربية البدنية والرياضية الوسيط بين التلميذ والرياضة ومن بين أسباب ممارسة التلاميذ مختلف الأنشطة الرياضية ، وكذلك تنظيم المنافسات الرياضية المدرسية وتوجيه وإرشاد التلاميذ كلما دعت الضرورة لذلك فهي التي تساعد التلاميذ على تطوير الكثير من الاتجاهات التعليمية الملائمة في تعدد محصلة مجهودات التلميذ في الإتجاهات النافعة .

ومن خلال المجهودات التي قمنا بها في بحثنا بشقه النظري والتطبيقي ، وبعد القيام بتحليل ومناقشة نتائجة توصلنا إلى أن حصة التربية البدنية والرياضية لها مدى ومساهمة في توجيه التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية وكذلك أستاذ التربية البدنية والرياضية من خلال تسيير للحصة وتنويعه لأساليب التدريس والوسائل التعليمية ، وكذا إهتمامه بالرياضة المدرسية من خلال تنظيمه للمباريات والمنافسات الرياضية بين الأقسام وبين المدارس الأخرى ، مما يؤدي بحصة التربية البدنية والرياضية إلى الوصول بالتلاميذ إلى ممارسة الرياضة على مستوى النوادي الرياضية .

وفي الأخير يمكننا القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا وأن كل ما بذلناه من جهد كانت مساهمتنا فيه ضئيلة ولكن هذا لا يمنعنا من القول بأننا أخلصنا فيه كل الإخلاص ، وكانت غايتنا في ذلك إبراز مدى و مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في توجيه تلاميذ الطور المتوسط إلى ممارسة الأنشطة البدنية خارج المؤسسات التربوية .

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع والمصادر:

قائمة المراجع:

باللغة العربية:

1. أحسن زين: سيكولوجية الطفل المراهق، منشورات دار الأمواج، ط، سكيكدة، 2006.
2. أحمد بطويصي: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، 1996.
3. أحمد صلاح الدين محاور : تدريس التربية الإسلامية أسسه وتطبيقاته التربوية ، دار القلم للطباعة والنشر ، ط4 ، 1988 .
4. اكرام زاكي خطابية : المناهج المعاصرة في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر / القاهرة 1997 .
5. أمين أنور الخولي ، وجمال الدين الشافعي : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، ملتزم للطبع والنشر ، ط2 ، 2005 .
6. أمين أنور الخولي وآخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994 .
7. أمين أنور لخولي: أصول التربية البدنية والرياضية (مدخل تاريخ فلسفة)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
8. حامد عبد السلام زهران: علم النفس الأمومة والمراهقة، ب ط، عالم الكتب، القاهرة، 1986.
9. حسن أحمد الشافعي : الرياضة والقانون ، دار الوفاء ، الاسكندرية .
10. حسن شلتوت ، حسن معوض : التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، 1993 .
11. حسن شلتوت ، حسن معوض ، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، مطبعة دار الفكر العربي ، العراق ، 1981 .
12. حسين قايد: الاضطرابات السلوكية، مؤسسة طيبة للطباعة والنشر، مصر.
13. خليل ميخائيل مومن: سيكولوجية الأمومة والطفولة والمراهقة، دار الفكر العربي، ط1، الإسكندرية، 2000.

14. د. عباس أحمد صالح ، طرق تدريب التربية الرياضية ، الجزء الأول ، جامعة بغداد ، 1981 .
15. د. عقيل عبد الله ، وآخرون ، الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية ، بغداد ، 1986 .
16. د. محمود عوض ، د فيصل ياسين : نظريات وطرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1989 .
17. د. مندر هاشم الخطيب ، تاريخ التربية البدنية الرياضية ، الجزء الثاني ، بغداد ، 1988 .
18. رابح تركي : أصول التربية والتعليم ، المؤسسة الوطنية للكتاب ديوان المطبوعات ، الجامعية ، 1990 .
19. زكية ابراهيم كامل : وآخرون : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء ، الإسكندرية ، 2007 .
20. السايح محمد مصطفى : أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، مكتبة لإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر ، 2003 .
21. سعدية محمد علي بهادر: سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، الكويت، 1980.
22. سعيد كامل أحمد: الصدمة النفسية والتوافق النفسي، مركز الإسكندرية للكتب، الإسكندرية، 1999.
23. صالح علي فضالة : مهارات التدريب اللاصفي ، دار السلام ، عمان الأردن .
24. عادل عز الدين: العلاج النفسي الحديث، بدون طبعة، القاهرة، 1986.
25. عباس أحمد صالح : التربية البدنية والرياضية وآثارها على المجتمع ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1981 ،
26. عباس أحمد صالح : طرق تدريس التربية البدنية والرياضية ، بغداد الجزء الأول ، الكتبة الوطنية ، 1981 ،
27. عمر بوسكرة: العوامل المؤثرة في مشاركة طالبات المرحلة الثانوية في الأنشطة الرياضية المدرسية، مجلة الإبداع الرياضي، العدد 3، ديسمبر 2011.
28. غسان محمد الصادق ، سامي الصفار : التربية البدنية ، دار الكتاب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1988 .

29. قاسم المندلوي وآخرون ، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ، الجزء الثاني ، الموصل ، العراق ، 1990 .
30. المجلس الأعلى للتعليم: سياسات أنظمة النشاط اللاصفي، الدوحة، قطر، 2005.
31. محمد السباعي : معلم الغد ودوره ، دار المعارف ، ط1 ، 1985 .
32. محمد سبيحي حسين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط4 ، دار الفكر العربي .
33. محمد سعيد زغلول ، مصطفى السايح محمد : تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية ، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر ، ط2 ، الإسكندرية ، مصر ، 2004 .
34. محمد سعيد عزمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري والتطبيق ، منشآت المعارف ، الإسكندرية ، مصر 1996 .
35. محمد شفيق : البحث العمي ، الخطوات المنهجية لإعداد البحوث ، بدون طبعة ، المطبعة المصرية ، الإسكندرية ، 1986 .
36. محمد شفيق: البحث العلمي، الخطوات المنهجية لإعداد البحوث، بدون طبعة، المطبعة المصرية، الإسكندرية، 1986.
37. محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطئ : أساليب تكوين وتدرس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظري والتطبيق ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، 1992 .
38. محمد مصطفى زيدان : الكفاية الإنتاجية للمدرس ، دار الشروق ، ط1 ، بيروت ، لبنان .
39. محي الدين مختار: بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
40. مصطفى حسان باهي: الاحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب للنشر، مصر، بدون طبعة، 2000.
41. مصطفى كمال زنكلوجي : أضواء على مناهج التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء للطباعة والنشر الاسكندرية 2007 .
42. مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، ط2 ، دار الفكر العربي ، مصر ، 2001 .
43. المندلوي وآخرون : دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1990 .

44. نادية قطايمي، محمد برهوم: طرق دراسة الطفل، ط1، دار النشر، عمان، 1989.
45. ناهد محمود سعد ، نللي فهيم : طرق التدريس في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، ط2 ، مصر الجديدة ، 2004 .
46. ناهدة محمود سعد : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 .
47. نثيال كانتور : المعلم ومشكلات التعليم ، ترجمة حسني الفقهي ، دار المعارف ، ط2 ، مصر ، 1972 .
48. نصر الدين زبدي : سيكولوجية مدرس دراسة وصفية تحليلية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، جامعة الجزائر ، 2005 .
49. يوسف محمد الزامل : الثقافة الرياضية ، الأردن ، عمان ، الطبعة الأولى ، 2011 .

المذكرات:

50. إبراهيم طيبي: أثر مشكلات المراهقين على التحمل الدراسي، مقدمة لنسيل شهادة الماجستير في علم النفس، الجزائر، 1990/1989.
51. بلحساين عز الدين ، حماد الواسني : الرياضة المدرسية ودورها في بعث الحركة الرياضية الوطنية ، مذكرة ليسانس ، مستغرم ، 1991 .
52. بن خاتم الله نور الدين : دراسة تأثير أساليب التدريس على تعليم المهارات الحركية في حصة التربية البدنية والرياضية ، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية ، جامعة باتنة ، 2008 .
53. عمراني إسماعيل: التوجه الرياضي كفاءة الموهوبين، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في التربية البدنية والرياضية، السنة الجامعية 2005/2004.
54. فنوش سمير: الانتقاء والتوجيه الرياضي للتلاميذ الموهوبين في إطار الرياضة المدرسية، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في التربية البدنية والرياضية، 2005/2004، ص06.

المعاجم والقواميس:

55. المنجد في اللغة والإعلام، دار المشرق، بيروت، 1996، ص 283.

القوانين والمراسيم :

56. تعليمة وزارية مشتركة رقم 15 ، مؤرخة بتاريخه 03 فيفري 1993 ، متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي للمؤسسات التربوية .
57. القانون العام للإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية ، الانضمام و التأهيل ، المادة 02 ، الجزائر .
58. المجلس الأعلى للتعليم ، سياسات أنظمة النشاط اللاصفي ، الدوحة ، قطر ، 2005 .

باللغة الفرنسية

59. G . Gazoarla – Chapuis – Chauvier P , legros , mission , Manuel Pele
ducateur , Sportif edition vigot , Paris , 1984 .