

رقم:.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التربية الحركية



مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر  
تخصص نشاط بدني رياضي تربوي

العنوان

تأثير المستوى المعرفي على أداء الأنشطة الرياضية الفردية  
( دفع الجلة - سباق السرعة - الوثب الطويل )

دراسة ميدانية على ثانويات مدينة سيدي عقبة

تحت إشراف:  
- د. أحمد لزنك

من إعداد :  
- سعدية محمد كمال

السنة الجامعية : 2021 / 2022

# خطة البحث

1- الجانب التمهيدي: 1-1-1- مقدمة وإشكالية البحث

1-2-1- الفرضيات

1-2-1- الفرضية العامة

1-2-2- الفرضيات الجزئية

1-3- أهداف البحث

1-4- أهمية الدراسة

1-5- أسباب إختيار الموضوع

1-6- المفاهيم و المصطلحات الواردة في البحث

1-7- الدراسات السابقة و المشابهة

1-8- التعليق على الدراسات السابقة

2- الفصل الأول : المعرفة العامة و المعرفة في التربية البدنية و الرياضية

- تمهيد

2-1- مفهوم المعرفة

2-1-1- البناء المعرفي

2-1-2- النمو المعرفي

2-2- العوامل المؤثرة في تعلم المهارات المعرفية و تطبيقها في ت ب

2-2-1- الإهتمامات المعرفية

2-2-2- الضبط المعرفي

2-2-3- الأسلوب المعرفي

2-3- مفهوم المجال المعرفي

2-4- أهمية المجال المعرفي في التربية البدنية و الرياضية

2-5- علاقة المجال المعرفي بالمجال الحركي

خلاصة

3- الفصل الثاني : أداء الأنشطة الرياضية الفردية التربوية

- تمهيد

3-1- الأداء الرياضي

3-1-1- مفهوم الأداء

3-1-2- العوامل المساهمة في الأداء

3-2- الأنشطة البدنية و الرياضية

3-2-1- مفهوم النشاط البدني الرياضي

3-2-2- أهمية النشاط البدني الرياضي

3-2-3- أهداف النشاط البدني و الرياضي

3-2-4- أنواع النشاط البدني الرياضي

- خلاصة

4- الفصل الثالث : مرحلة التعليم الثانوي

تمهيد

4-1- مفهوم المراهقة

4-2- تعريف المراهقة

4-3- مراحل المراهقة

4-4- مشاكل المراهقة

4-5- خصائص و إحتياجات التلاميذ في المرحلة الثانوية

4-6- أهمية التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للتلميذ في الثانوي

- خلاصة

## 5-الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للبحث

- تمهيد

5-1- منهج الدراسة

5-2- الدراسة الإستطلاعية

5-3- متغيرات البحث

5-4- أدوات الدراسة

5-5- مجتمع و عينة الدراسة

5-6- مجالات البحث

5-7- المعالجة الإحصائية

- خلاصة

## 6- الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

### 1-1- مقدمة وإشكالية البحث :

إن التربية البدنية و الرياضية مادة تعليمية كسائر المواد التعليمية الأخرى , تساهم بقسط وافر في بلورة و تطوير شخصية الطفل , و تتميز بالتأثير المباشر على السلوكات و التصرفات و تحويلها من تلقائية و موروثية إلى سلوكات مبنية و مكيفة , بمنهج علمي شامل ذو نظرة منفتحة على المحيط بأبعاده و يعتبر اللعب المجال الأوفر في هذه المرحلة من التعليم حيث يشكل الركيزة الأساسية لاكتشاف الطفل نفسه و محيطه و التكيف معهما , و الوسيلة المثلى لتطوير قدراته البدنية و الفكرية , و الرفع من درجة استثمار موارده الذاتية و العمل على تنوع المهارة الحركية موازاة مع تطوير الأجهزة الحيوية و الوظيفية<sup>1</sup>.

و المعرفة الرياضية تعتبر إحدى الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية و الرياضية , كما أنها تعبر عن وجه ثقافي و حضاري متميز , و لأن على الإنسان أن يعرف قبل أن يمارس فإن دور المعرفة الرياضية لا يمكن اعتباره دورا هامشيا , خاصة بين أواسط الشباب , حيث يشكل مطلبا هاما لهم و بذلك فإنه يعتبر أحد المطالب الأساسية لدرس التربية البدنية و الرياضية .

و ينفق كثير من العلماء في المجال على أن المعرفة الرياضية تعتبر حافزا هاما للمشاركة في الأنشطة الرياضية على مختلف أنواعها , ففي دراسة (هينينغ) التي أجريت على 1300 طالب بألمانيا , أظهرت النتائج أهمية ثلاثة عوامل أساسية في الارتقاء بالمستوى الرياضي كان من بينها المعرفة الرياضية , و بدون مستوى معرفي معين لا تتشكل الاهتمامات بصورة صحيحة , كما لا تكون مستقرة و لذلك يشير الاجتماعي الرياضي (بونا ماريوف ) إلى أهمية تشكيل الاهتمامات الخاصة بالتربية البدنية و الرياضية للشباب كأسلوب رفيع لتنمية الشخصية .

و من ضمن ما تضمنته نظرية التعلم الحركي ما يسمى بالمرحلة المعرفية , حيث تبرز هذه المرحلة ضرورة تقديم معارف و معلومات مباشرة و غير مباشرة عن النشاط الممارس إلى الشخص المتعلم , فليس معقولا أن يمارس الفرد النشاط و يتقنه دون ذخيرة من المعارف تساعده على ذلك , و يذكر صبحي و حمدي نقلا عن (كوزكوفسكي) أن المعرفة تكتسب من خلال عملية التعلم و أنها تخزن بالذاكرة و تساعد في عملية التفكير , و هي أساس توجيه السلوك , كما يشيران نقلا عن (بورمان) إلى أن المعرفة الرياضية إحدى الشروط لتنفيذ أي مهارة حركية , و بدونها يغيب أحد المقومات الرئيسية , و ينطبق ذلك على معظم أنواع النشاط الرياضي , و هذا ما يؤكد أهمية المعرفة في نجاح العمل الذي يقوم به الفرد الرياضي<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>لوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الأولى ابتدائي .2003.ص212

<sup>2</sup>أحسن أحمد ،2010،ص312

## 1- الجانب التمهيدي

بما أننا طلاب تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي وجب علينا الخوض في دراسة الوسط التربوي كوننا عايشنا و لسنوات عديدة الرياضة المدرسية من خلال التظاهرات الرياضية المدرسية و بعدما تواصلنا مع بعض أساتذة التعليم الثانوي أدركنا أن تدريس التربية البدنية و الرياضية في حالة يرثى لها و من خلال قيامنا بدراسة استطلاعية معمقة لاحظنا أن هناك نقصا في البحوث و الدراسات التي تناولت موضوع تأثير المستوى المعرفي على الأداء الرياضي ، ارتأينا أن نطرح التساؤل التالي :

-هل يؤثر المستوى المعرفي على أداء الأنشطة الرياضية الفردية(دفع الجلة،سباق السرعة،الوثب الطويل)؟  
و منه طرحنا التساؤلات التالية :

01-هل يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في سباق السرعة ؟

02-هل يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في دفع الجلة ؟

03-هل يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في الوثب الطويل ؟

### 1-2-1-الفرضيات :

#### 1-2-1-1-الفرضية العامة :

نعم يؤثر المستوى المعرفي على أداء الأنشطة الرياضية الفردية(دفع الجلة،سباق السرعة،الوثب الطويل).

#### 1-2-2-1-الفرضيات الجزئية :

01-نعم يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في سباق السرعة.

02-نعم يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في دفع الجلة.

03-نعم يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في الوثب الطويل.

## 1- الجانب التمهيدي

### 1-3- أهداف البحث :

تتجه أهداف الدراسة إلى عدة نقاط تتمثل فيما يلي :

01- معرفة مدى تأثير الأداء في الأنشطة الرياضية الفردية (سباق السرعة ، دفع الجلة ، الوثب الطويل) بالمستوى المعرفي.

02- إبراز الدور الذي يلعبه المستوى المعرفي لتلاميذ المرحلة الثانوية في الرفع من أدائهم في سباق السرعة.

03- أهمية المستوى المعرفي في تطوير أداء دفع الجلة عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

04- مساهمة المستوى المعرفي في تحقيق أفضل أداء في الوثب الطويل.

### 1-4- أهمية الدراسة :

تتبع أهمية البحث من أهمية الموضوع الذي تناولناه في دراستنا هذه و هو :

تأثير الأداء في الأنشطة الرياضية الفردية (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل) بالمستوى المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، و الذي يجب إعطائه الأهمية البالغة في حصة التربية البدنية و الرياضية ، و من جانب آخر لكي نبرز مكانة هذا الجانب و انعكاسه على تطوير الأداء في هذه المرحلة ، كما يمكن حصر بعض النقاط في أهمية البحث و المتمثلة في :

01- إبراز أهمية الجانب المعرفي في المجال الرياضي.

02- إبراز دور الجانب المعرفي في ممارسة الأنشطة الرياضية التربوية الفردية.

03- تسليط الضوء على الآثار السلبية التي يتركها غياب الجانب المعرفي عند ممارسة الأنشطة الرياضية.

04- استنارة الأساتذة و التلاميذ قصد الاهتمام بالجانب المعرفي للأنشطة الرياضية التربوية.

05- تزويد الباحثين بموضوعات جديدة تحتاج أبحاثا علمية.

### 1-5- أسباب اختيار الموضوع :

\*نقص الدراسات في المعاهد التربوية و معاهد التربية البدنية خاصة على المستوى المحلي التي إهتمت بالمجال المعرفي الرياضي.

## 1- الجانب التمهيدي

\*النقص الكبير في عدد الحصص النظرية التي يبرمجها الأستاذ إن لم نقل عدم وجودها أصلاً.

\*عدم وجود مقرر مدرسي خاصة بمادة التربية البدنية و الرياضية.

\*لفت انتباه أهل الاختصاص لإعطاء المجال المعرفي الأهمية البالغة التي يكتسبها خلال دراسة التربية البدنية و الرياضية.

### 1-6- المفاهيم و المصطلحات الواردة في البحث :

من أجل تحقيق التواصل بين الباحث و القارئ نرى أنه من الضروري تحديد المفاهيم التي تتكرر طوال البحث حتى تتكون للقارئ رؤية واضحة حول دواعي استعمالها ، و أهمية ذلك في الفهم الجيد للبحث ، و منه فإن أهم المفاهيم الواردة في هذا البحث هي كما يلي :

**المعرفة** : لغة : مصدر الفعل (عرف) و تعني إدراك الشيء على ما هو عليه.

**اصطلاحاً** : هي مجموعة من المعاني و المعتقدات و الأحكام و المفاهيم و التصورات الفكرية التي تتكون لدى الإنسان نتيجة لمحاولاته المتكررة لفهم الظواهر و الأشياء المحيطة به.<sup>1</sup>

**المستوى المعرفي** : هو التعبير الشامل لعمليات الإدراك ، الاكتشاف ، التعرف ، التمثيل ، الحكم ، التعلم و التفكير ، و التي يستطيع الفرد من خلالها أن يحصل على المعارف و الفهم الإدراكي لها.

**إجرائياً** : مصطلح عام يعبر عن العمليات الخاصة بالإدراك و التعلم ، التذكر و التفكير و التخيل و التعرف و التي يحصل من خلالها الفرد على المعلومات المعارف و الفهم الإدراكي و التفسيري و تمييزها عن العمليات الانفعالية و يتم ذلك من خلال عمليات العرض و استخدام أساليب التغذية الراجعة.

**الأداء** : لغة : أدى الشيء : أوصله و الأداء إيصال الشيء إلى المرسل إليه.<sup>2</sup>

**اصطلاحاً** : عرفه عصام عبد الخالق : أنه عبارة عن انعكاس لقدرات و دوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية ، و غالباً ما يؤدي بصورة فردية.

و هو وسيلة للتعبير عن التعلم تعبيراً سلوكياً.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> عبد الباسط محمد السيد ، مذكرة ماجستير في التمثيل الغذائي من جامعة القاهرة ، 1971، ص92

<sup>2</sup> قاموس المجدد في اللغة و الإعلام ، 1997، ص6.

<sup>3</sup> قلق المنافسة : ضغوط التدريب – إحتراق الرياضي ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر، 1997.

## 1- الجانب التمهيدي

إجرائيا : نقصد بالأداء : النتائج التي يحققها الفرد الرياضي خلال الاختبارات و المهارات الرياضية ، يمكن قياسها و تقويمها.

### الأنشطة البدنية و الرياضية :

اصطلاحا : هو ميدان مال تربية عموما ، و التربية البدنية خصوصا و يعد عنصرا فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات و مهارات حركية تؤدي إلى توجيه النمو البدني و النفسي الاجتماعي و الخلقى للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع.<sup>1</sup>

**النشاط الرياضي :** هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربية متزنة و متكاملة من النواحي : الوجدانية و الاجتماعية و البدنية و العقلية ، عن طريق برامج و مجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق أهداف النشاط الرياضي بما يساهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية ، و تحسين مهاراته الحركية و بقصد التسلية و الترفيه.

### الأنشطة الرياضية الفردية :

تعتبر قليلة بالمقارنة مع الرياضة الجماعية و هي الرياضة التي يمارسها شخص واحد دون مساعدة من مجموعة أو أشخاص و نجد أمثلة لهذا النوع من الرياضة مثل لعبة التنس و رياضة الجري و أنواع أخرى من الرياضات حيث يحاول كل شخص يمارس هذا النوع من الرياضة بالفوز على الآخر و تحقيق أهدافه و الممارسة لهذه الرياضة يحتاج للياقة بدنية عالية لأنه يمارسها لوحده دون الحاجة للآخر.

### المراقبة :

و هي مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان و أصعبها كونها تشمل عدة تغيرات على المنتجات الفكرية ، كذلك تتميز بتغيرات عقلية و أخرى جسمانية ، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع الغير منظم و قلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو ، الانفعال ، و التخيل و الحلم.<sup>2</sup>

جرائيا : هي مرحلة زمنية أو قفزة نوعية من الطفولة إلى النضج و هي فترة صعبة تتميز بتراكم الطاقات و هي من سن 17 إلى 21.

<sup>1</sup> البحث العلمي في الجزائر بين غياب السياسة و ثقل مهمة التنمية، عيسى بن صديق ، 2000.  
<sup>2</sup> ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة و المراقبة ، دار الافاق الجديدة بيروت ، 1991، ص277.

## 1- الجانب التمهيدي

### المرحلة الثانوية :

نقصد بها تلك المرحلة التعليمية الأخيرة قبل التعليم العالي ، و هي من أشد و أصعب مراحل التعليم في حياة الإنسان أو المراهق ، و تدوم ثلاث سنوات من العمل<sup>1</sup>.

### 1-7- الدراسات السابقة و المشابهة :

و هي من أهم المحاور التي يجب أن يتناولها الباحث و يثري بحثه من خلالها و الهدف من الدراسات المشابهة و المرتبطة هي المقارنة و الإثبات و النفي و قد اعتمدنا على مجموعة من الدراسات أجريت و اعتمدنا في تحليلنا لهذه الدراسات على النقاط التي خرجت بها كل دراسة و التي نذكر منها :

### \*الدراسة الأولى :

-أثر غياب الكتاب المدرسي للتربية البدنية و الرياضية على رفع المستوى المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (رسالة ماجستير).

دراسة ميدانية لثانويات ولاية الجزائر العاصمة من إعداد الباحث بجاوي فاضلي تحت إشراف الدكتورة سامية لزعر سنة 2008-2009 و هدف البحث إلى :

-الوصول لمجموعة من الحقائق حول أثر الكتاب المدرسي على المستوى المعرفي للتلاميذ.

-معرفة المستوى المعرفي للتلاميذ و علاقته بالكتب الخارجية للتربية البدنية و الرياضية.

-تحسين صورة الحصص في الوسط التربوي.

شملت عينة البحث المقابلة مع إطار في وزارة التربية و التعليم و إطار في معهد البحث في علوم التربية مفتشين للتربية و أيضا شملت عينة البحث أساتذة التربية البدنية و الرياضية للمرحلة الثانوية على مستوى ولاية الجزائر العاصمة البالغ عددهم 41.

و على ضوء الدراسة توصل الباحث إلى :

<sup>1</sup> دليل المدرس في الثانوية , ديوان المطبوعات الجامعية , بدون طبعة , سنة 1990 , ص 17

## 1- الجانب التمهيدي

\*إجبارية وجود الكتاب المدرسي الذي يعتبر حامل لمنهجية تربوية لتحسين القدرات المعرفية للتلاميذ في العمليات التفكيرية ، فالجانب النظري يساهم في تطوير التفكير العلمي لدى التلاميذ بطريقة علمية و يكون فيه منهجية تربوية.

و قد اقترح الباحث جملة من الاقتراحات من بينها :

-إعطاء الإمكانيات المادية و الهيكلية التي تنقص مادة التربية البدنية و الرياضية.

-إعطاء الوسائل اللازمة للأساتذة للحكم في الآليات المعرفية و العلمية و البدنية في مادة التربية البدنية و الرياضية.

-ضرورة إدراج الجانب النظري فيما يخص مادة التربية البدنية و الرياضية.

### \*الدراسة الثانية :

**-قياس المستوى المعرفي لطلاب كليتي التربية البدنية و علوم التربية البدنية و الرياضية ( مجلة عالم الرياضة و العلوم التربوية – العدد 13 – 2016) بجامعة طرابلس.**

دراسة ميدانية على جامعة الزاوية بطرابلس ، من إعداد : أ- سالم محمد مفتاح سعيد ،د- خديجة يوسف أبو خريص ،د-ربيعة المبروك سويسي ، سنة 2016.

و قد شملت الدراسة تلاميذ مدرسة القدرات الذهنية البسيطة بالزاوية و البالغ عددهم 63 تلميذا و تلميذة ، و قد لخصت الدراسة أن للجانب المعرفي دور هام في ممارسة الأنشطة الرياضية و أن هذا الدور فعال في إتقان المهارة و تحسين مستوى الأداء و الذي بدوره يحقق الفائدة المرجوة من الممارسة و هي اكتساب اللياقة البدنية العامة و التنمية لكل الجوانب ( البدنية و المهارية و العقلية و الاجتماعية و النفسية ) ،وبذلك يحدث النمو المتزن و الكامل لجميع مكونات الجسم ، لأن غياب الجانب المعرفي في ممارسة الرياضة يترك اثار سلبية في تحسن فن الأداء المهاري و الإلمام بكل الجوانب الإيجابية و السلبية لمزاولة النشاط الرياضي.

### \*الدراسة الثالثة :

**-اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية إربد الجامعية للبنات (المجلة العلمية لعلوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية – العدد 11 – 2014)**

دراسة ميدانية لكلية إربد للبنات من إعداد : أ-ساعة صالح عبيدات ،د-ناجح محمد الذيابات 2014.

## 1- الجانب التمهيدي

هدفت الدراسة إلى التعرف على اختبار المستوى المعرفي في اللياقة البدنية لموظفات كلية إربد الجامعية ، حيث ضمت العينة 103 موظفات من الكلية.

و أهم ما توصلت إليه الدراسة :

-وجود مستوى متوسط في معرفة اللياقة البدنية لدى موظفات كلية إربد الجامعية.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) على متغير المؤهل العلمي لصالح فئة البكالوريوس.

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) على مستوى اللياقة البدنية تبعاً لمتغيرات الشخصية الأخرى(عدد سنوات الخبرة و المسمى الوظيفي).

و قد توصلت الدراسة إلى جملة من الاقتراحات و التوصيات أهمها :

-ضرورة زيادة الوعي عن اللياقة البدنية و نشر المعلومات عن أهميتها بالنسبة لصحة الفرد الاجتماعية و النفسية و المهارية.

### \*الدراسة الرابعة :

#### -الكشف عن المستوى المعرفي للأنشطة الرياضية لتلاميذ الثالثة ثانوي :

دراسة ميدانية أجريت على تلاميذ و أساتذة بعض الثانويات بشرق وهران ، من إعداد قidal محمد و إلياس وليد تحت إشراف د-بوكريريس الهواري،موسم 2008/2007.

و قد شملت عينة الدراسة تلاميذ الثالثة ثانوي و البالغ عددهم 60 تلميذاً على مستوى شرق ولاية وهران و اختيرت هذه العينة بطريقة عشوائية.

هدف البحث إلى :

-معرفة واقع الجانب النظري المعرفي لبعض ثانويات شرق وهران.

-الكشف عن المستوى المعرفي في النشاطات الرياضية الفردية لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

-تحديد الصعوبات و العراقيل التي تحول دون اكتساب مستوى معرفي جيد للتلاميذ في النشاطات الفردية الرياضية بصفة خاصة و الرياضية بصفة عامة.

-إبراز واقع درس التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية بولايتي الشلف و تيسمسيلت.

## 1-الجانب التمهيدي

و قد توصلت الدراسة إلى جملة من الاستنتاجات نذكر منها :

-معظم الأساتذة لا يركزون على الجانب الفني وجانب القواعد و القوانين.

-معظم الأساتذة لا يبرمجون حصص كافية في برنامج التربية البدنية و الرياضية.

-ضعف المستوى المعرفي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المجالين الفني و قواعد و قوانين النشاطات المذكورة.

### 1-8-التعليق على الدراسات السابقة :

لقد أشار الباحثون أصحاب الدراسات السابقة رغم تباين درجاتهم العلمية و رغم تباين الأوساط و الأماكن التي شملتها الدراسات التي قاموا بها إلى الأهمية الكبيرة للجانب المعرفي لمادة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة و قد اتفق الباحثون على جملة من النقاط أهمها : ضرورة إدراج الجانب النظري فيما يخص مادة التربية البدنية و الرياضية في غياب الجانب المعرفي في ممارسة الرياضة يترك آثار سلبية في تحسن فن الأداء و الإلمام بكل الجوانب الإيجابية و السلبية لمزاولة النشاط الرياضي كما أن معظم الأساتذة لا يركزون على الجانب الفني و جانب القواعد و لا يبرمجون حصص نظرية كافية في برنامج التربية البدنية و الرياضية خاصة في ظل غياب الكتاب المدرسي في المقرر الدراسي و هذا قصد تحسين صورة حصة التربية البدنية في الوسط التربوي.

### تمهيد :

بدا الاهتمام بموضوع المعرفة منذ أكثر من ألفين عام و لكن الدراسات العلمية لها لم تبدأ إلا منذ السنوات القليلة فقط.

و لعلنا نجد أن التكنولوجيا قد ساعدت العلماء النفس المعرفة على القيام بمجهودات كبيرة في الفترة الزمنية الأخيرة و يرجع ذلك إلى توفير العديد من المعلومات و كذلك نتائج النظريات المعاصرة في مجال الإدراك و التذكر ، و التفكير ، كما تم معالجة مختلف المعلومات للتحقق من الارتباط بين العقل المفكر و الأنشطة العصبية الفسيولوجية.

### 2-1- مفهوم المعرفة :

يقترح جيلفورد التعريف التالي للمعرفة :

المعرفة تسهل الوعي بالمعلومات أو اكتشافها اكتشافا مباشرا أو (إعادة اكتشافها أو التعريف بها) . ويعقب (فؤاد أبو حطب ، سيد عثمان) هذا التعريف بأن المعرفة يجب أن تمتد لتشمل عمليات التفكير جميعها.<sup>1</sup>

معرفة هي مجموعة من المعاني و المعتقدات و الأحكام و المناهج و التصورات الفكرية التي لدى الإنسان نتيجة للمحاولات المتكررة لفهم الظواهر المحيطة به.<sup>2</sup>

### 2-1-1- البناء المعرفي :

البناء المعرفي أو البنية المعرفية ، كما يطلق عليها البعض هي القاعدة التي تحكم المعرفة و التي يمكن تطبيقها في الظروف المتعددة ، و هي أطر و أشكال عامة للتفكير و التي يمكن أن تنمو و تزيد بزيادة السن و الخبرة.<sup>3</sup>

و البنية المعرفية لدى أوزوبل ، هي إطار لمجموعة منظمة من الحقائق و المفاهيم و التعليمات التي تعلمها الفرد و بإمكانه تذكرها ، و يميز أوزوبل بين أسلوبين في تشكيل بنية الفرد المعرفية. أولهما : التلقي السلبي للمعلومات و أسماء ( الاستقبال ) .والثاني : اكتشاف المعلومات حيث المتعلم نشط في سبيل ما أسماه (بالاستكشاف) .(نفس المرجع السابق،ص74).

<sup>1</sup> أمين خولي و محمود عنان ، 1999، عن فؤاد أبو حطب، 1980، ص71.

النقد في التربية البدنية و الرياضية ، حسن أحمد الشافعي، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر الإسكندرية، 2004، ص96.

المعرفة الرياضية : الإطار المفاهيمي – اختبارات المعرفة الرياضية – اسس بنائها و نماذج كاملة منها ، أمين خولي و محمود عنان ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1999، ص73.

### 2-1-2-النمو المعرفي :

و يقرر بياجيه أن الذكاء لا يتكون من مقولة منفصلة عن العمليات المعرفية ، فهو حالة توازن تستهدفها تراكيب أخرى تبدأ بالإدراك الحسي و العمليات الحس حركية الأولية ، و بذلك فهو مصطلح نوعي يشير إلى الصور العليا من التنظيم أو التوازن في التراكيب المعرفية.<sup>1</sup>

### 2-2- العوامل المؤثرة في تعلم المهارات المعرفية و تطبيقها في التربية البدنية :

إذا كان تعلم المعلومات « Information » هو الاستدعاء فإن هدف تعلم المهارات المعرفية " Skills Cognitive" هو انتقال جوانب التعلم بحيث تكون مفيدة ، موظفة في مواقف جديدة مغايرة ، و لفاعلية هذا الانتقال يجب مراعاة الأسس التالية التي تعمل على فاعلية التعلم المعرفي.<sup>2</sup>

-الاهتمامات المعرفية -الضبط المعرفي -الأسلوب المعرفي.

### 2-2-1-الاهتمامات المعرفية :

يبتغي على المدرسة و المعلم بل و ولي الأمر استثارة اهتمام التلاميذ نحو استيعاب المعرفة ، و تفتقر التربية البدنية سواء في برامجها أو طرق تدريسها إلى الاهتمام بالناحية المعرفية من منطلق النظرة الضيقة التي تغلب الأهداف البدنية و الحركية على بقية الأهداف مما يقلل الدافع من قبل المدرس و المدرسة إلى الاهتمام بالنواحي المعرفية بها.<sup>3</sup>

### 2-2-2-الضبط المعرفي :

هو نظام المعارف و الآراء و المعتقدات الذي يتخذه الفرد نحو البيئة و نحو نفسه و سلوكه ، و من خلاله تخضع تأثيرات الدافع للانتقاء ، و يرجع ذلك إلى الحدود التي يهيئها الضبط المعرفي للفرد.(نفس المرجع السابق ص84)

### 2-2-3-الأسلوب المعرفي :

هو تلك العملية التي يقوم الفرد بها لتصنيف و تنظيم إدراكاته للبيئة ، و للطريقة التي يستجيب بها للمثيرات البيئية أو المنهج الذي يتخذه في السيطرة عليها و توجيهها.

<sup>1</sup> أمين خولي و محمود عنان ، 1999 عن بياجيه، 1978

المعرفة الرياضية : الإطار المفاهيمي – اختبارات المعرفة الرياضية –اسس بنائها و نماذج كاملة منها ، أمين خولي و محمود عنان ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1999، ص87.

<sup>2</sup> المعرفة الرياضية : الإطار المفاهيمي – اختبارات المعرفة الرياضية –اسس بنائها و نماذج كاملة منها ، أمين خولي و محمود عنان ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1999، ص82.

وقد أطلق عليها (احمد زكي صالح ) العادة الفكرية و عرفها بأنها "طريقة التفكير التي يكتسبها الإنسان في ظروفه الاجتماعية"<sup>1</sup>.

### 2-3- مفهوم المجال المعرفي :

هو تعبير شامل لعمليات الإدراك ، الاكتشاف ، التعرف ، التخيل ، الحكم ، التعلم ، التفكير ، والتي من خلالها يحصل الفرد على المعارف و الفهم الإدراكي ، التوضيح أو التفسير ، تمييزا لها عن العمليات الانفعالية.(نفس المرجع السابق،ص88).

### 2-4- أهمية المجال المعرفي في التربية البدنية و الرياضية:

و يمثل المجال المعرفي في التربية البدنية و الرياضية إحدى الدعائم المهمة لتنمية البرامج و الأنشطة كما أنها تعبر عن وجه حضاري و ثقافي مميز و لأن على الإنسان أن يعرف قبل أن يمارس فإن من دور المعرفة الرياضية لا يمكن اعتباره دورا هامشيا في أوساط الشباب باعتباره مطلبا مهما .(نفس المرجع السابق ،ص89).

### 2-5- علاقة المجال المعرفي بالمجال الحركي :

يقرر بول ودرنج (WOODRING) \_المفكر التربوي\_ أن عمليات التعلم تتضمن بشكل عام استجابات من المتعلمين ، و لكن كل الاستجابات في صورتها تأخذ الشكل البدني ، لذا فإنه من الصعب وضع حدود بين التربية البدنية و التربية العقلية.<sup>2</sup>

و يؤكد كارول و آخرون (Carroll) 1978 أن المجال المعرفي وثيق الصلة بالمجال الحركي ، و لعل ما يؤكد ذلك تسمية أول مراحل تعلم المهارة الحركية باسم المرحلة المعرفية (Phase Cognitive) ، و هذا الفصل بين المجالات الثلاثة إنما يهدف إلى التحديد و الدقة في القياس لما تحصل عليه التلاميذ ، كما يعين المدرس على تنويع و شمول و تكامل محتوى المنهج الدراسي و اختيار الإستراتيجيات المناسبة للتدريس.<sup>3</sup>

وتعد المرحلة المعرفية لهم هذه المراحل و هي تتصل بالمجال المعرفي اتصالا وثيقا ، فبالإضافة إلى نموذج الأداء ، يكتسب المتعلم المهارات المعرفية التالية : معرفة متى يؤدي الواجب ، معرفة متى يتم إنجازه ، تقرير ما يعمل في الأداء ، معرفة ما يعمل بعد الأداء ، معرفة لماذا يتم الواجب في ظروف معينة ، معرفة كيف يستدعي و يبلغ الواجب.

<sup>1</sup> أمين خولي و محمود عنان، 1999 عن سيد عثمان فؤاد أبو حطب، 1978 عن احمد زكي صالح، ص85

<sup>2</sup> أمين خولي و محمود عنان ، 1999 عن بول ودرنج، 1966، ص90

<sup>3</sup> أمين خولي و محمود عنان، 1999 عن كراتي عن كارول و آخرون، 1978، ص94

### خلاصة :

إن اهتمام الجزائر بالتربية البدنية و الرياضية و اجتهادها في السعي لتطويرها و تنظيمها بأحدث المنشآت الرياضية و الملاعب و الفضاءات اللازمة و تكوين الإطارات و إحداث القوانين المختلفة الخاصة بها دليل قاطع على أهميتها البالغة و دورها الفعال في تربية النشء و تنمية الفرد تنمية شاملة و استثمار أوقات فراغه بما يعود عليه بالنفع بغية تكوين مجتمع متماسك يتحلى بالقيم و الأخلاق النبيلة بعيدا عن كل الآفات الاجتماعية و العادات السيئة الهدامة ، و من ظاهر هذا الإهتمام نجد إدراجها في جميع المراحل التعليمية كمادة تعليمية إجبارية ، خاصة في المرحلة الابتدائية لحاجة أطفال هذه الفئة العمرية للحركات و النشاط ، غير أنه بالنظر لوجود جملة من العراقيل التي تقف عائقا في وجه الممارسة الرياضية في هذه المدارس الابتدائية نرى أن هذه المادة الهامة تعاني من واقع سيء و تراجع ملحوظ اذا ما قورنت بغيرها من المستويات المتوسطة و الثانوية.

#### تمهيد :

تعد مقولة "العقل السليم في الجسم السليم" من المقولات المأثورة عندنا و لا غرور في ذلك فالحركة و النشاط ضرورتان محتمتان لجسم الإنسان بالطبع ليمارس نشاطا بدنيا ، فعظامه و عضلاته قوية و مفاصله مرنة و حركاته متناسقة كما أن له مخزونا كبيرا من الطاقة و أجهزة قادرة على حفظ توازنه في الظروف المتغيرة ، و قد تطور نشاط الإنسان عبر العصور فبرزت الرياضة كمظهر من مظاهر تقدم المجتمع و ميزة من ميزات الحضارة ، كما أن النشاط البدني الرياضي يعد أحد أنواع النشاطات المدرسية و للنشاط البدني أشكال عديدة تتغير مع المراحل العمرية و تخضع لضوابط و قواعد تفرضها ضرورة اعتبار البنات الجسمانية و الحالات الصحية و تنسجم مع الوسط و البيئة.

### 3-الفصل الثاني :

### أداء الأنشطة الرياضية الفردية التربوية

#### 3-1- الأداء الرياضي :

#### 3-1-1- مفهوم الأداء :

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار للإنتاج الذي أنجز، فيذكر "thomas" ((أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة ، و ترتبط كثيرا بين العمل و الرياضة و الفريق ، لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء كانت ذات صلة كبيرة بالإنتاج.

و كان تعريف منصور 1973 للأداء (بأنه كفاءة العامل لعمله و مسلكه فيه ، و مدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله و تحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة )،و تأسيسها على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تركز على أمرين إثنين هما :

\*مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله ،أي واجباته و مسؤولياته.

\*صفات الفرد الشخصية،و مدى ارتباطها و أثارها على مستوى أدائه لعمله.

و يعرف عصام عبد الخالق (1992) ، الأداء بصفة عامة حيث يذكر "هو انعكاس لقدرات و دوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية ، غالبا ما يؤدي بصورة فردية و هو نشاط أو سلوك يوصل لنتيجة و هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم ، أو هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيراً سلوكياً.

و للأداء الرياضي درجات و مستويات منها :

-الأداء الأقصى : و يقصد به أن يؤدي الفرد أفضل أداء ممكن قدر استطاعته.

-الأداء المميز : و يقصد به ما يؤديه الفرد بالفعل و طريقة أدائه،وليس ما يستطيع أدائه.

#### 3-1-2- العوامل المساهمة في الأداء :

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأولى و غيرها من الحركات الأخرى،و تعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد و هي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس و قواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط ، و تختلف درجة الأداء الرياضي و المهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي :

-درجة صعوبة أو سهولة المقابلة .

-الغرض من الأداء،يمكن أن يكون تروحي أو تنافسي.

مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط و هي تختلف باختلاف المناخ و الطقس و طبيعة النشاط و الغرض من الأداء و السن و الجنس و غيرها.<sup>1</sup>

### 2-3- الأنشطة البدنية و الرياضية:

#### 1-2-3- مفهوم النشاط البدني الرياضي:

يعتبر النشاط البدني الرياضي أحد الأشكال الراقية لظاهرة الحركة لدى الإنسان، وهو الأكثر مهارة من الأشكال الأخرى للنشاط البدني، ويعرفه "مات فيف" أنه (نشاط بشكل خاص جوهره المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات و ضمان أقصى تحديد لها). "وبذلك فإن ما يميز النشاط البدني الرياضي بأنه التدريب البدني الذي يهدف إلى تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة، ليس من أجل الفرد الرياضي فقط و إنما من أجل النشاط الرياضي في حد ذاته و يضيف طابعا اجتماعيا ضروريا و ذلك لأن النشاط البدني نتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي.

و يشير "كوشين وسيج" إلى أن النشاط البدني الرياضي يمكن أن يعرف بأنه مفعم باللعب التنافسي و الداخلي و الخارجي، يتضمن أفرادا أو فرقا تشترك في مسابقة و تقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية و الخطط.<sup>2</sup>

#### 2-2-3- أهمية النشاط البدني الرياضي :

للنشاط الرياضي أهمية كبيرة تتمثل في:

-يعتبر النشاط الرياضي من أهم وسائل التعبير عن الذات بالنسبة للتلاميذ داخل المدرسة فبواسطته يعبر التلاميذ عن رغباتهم و ميولهم و كذلك مواهبهم عن طريق اللعب كما يعمل على تنشيطهم من الناحية الفيزيولوجية و النفسية.

-يعتبر النشاط مجال لتعبير التلاميذ عن ميولهم و إشباع حاجياتهم التي إذا لم تشبع كان ذلك من عوامل جنوح التلاميذ و ميولهم للتمرد عن الدراسة.

-النشاط وسيلة لتنمية ميول التلاميذ و مواهبهم و فرصة للكشف عن المواهب مما يساعد على توجيههم، التوجيه التعليمي المهني و الصحيح.<sup>3</sup>

#### 3-2-3- أهداف النشاط البدني و الرياضي:

من بين أهداف النشاط الرياضي ما يلي:

<sup>1</sup> دراسة تحليلية لمراحل النمو الإنساني ، المرحلة الأولى ، بلال رضوان محمد ، شركة فينيكس، 1987  
<sup>2</sup> الرياضة و المجتمع ، أمين أنور الخولي ، المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الأداب ، الكويت ، 1996.  
المعرفة الرياضية : الإطار المفاهيمي - اختبارات المعرفة الرياضية - أسس بنائها و نماذج كاملة منها ، أمين خولي و محمود عنان ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1999، ص22.

### 3-الفصل الثاني :

### أداء الأنشطة الرياضية الفردية التربوية

-زيادة قدرة الفرد على التركيز و الانتباه و الإدراك و الملاحظة و التصور و التخيل و الابتكار.

-رفع كفاءة الأجهزة الحيوية للفرد كالجهاز الدوري التنفسي.

-اكتساب الصحة العامة للجسم.

-اكتساب اللياقة البدنية و القوام المعتدل.

-تحقيق التكيف الاجتماعي و النفسي للفرد داخل أسرته و مجتمعه و وطنه.

اكتساب القيم الاجتماعية و الاتجاهات المرغوب فيها.<sup>1</sup>

### 3-2-4- أنواع النشاط البدني الرياضي:

**3-2-4-1- النشاط البدني و الرياضي الجماعي:** وهو النشاط الذي يمارسه الفرد داخل الجماعة و هو ما يسمى "بنشاط الفرق" مثل كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد.....الخ.

**3-2-4-2- النشاط البدني و الرياضي الفردي:** هو ذلك النشاط الذي يمارسه الفرد دون الاستهانة بالآخرين في تأديته و من بين أنواع هذا النشاط: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، ألعاب القوى، السباحة.....الخ.

ومن بين الأنشطة الرياضية الفردية و المقرر تدريسها في الأوساط التربوية ما يلي:

### 3-2-4-1- دفع الجلة:

الجلة كروية الشكل سطحها أملس مصنوعة من الحديد أو النحاس أو الصلب أو من أي معدن آخر لا يقل في ليونته عن معدن النحاس، أو أن يكون الغطاء المعدني محشو بالرصاص، وتزن الجلة بالنسبة للرجال "7.260كلغ" و بالنسبة للنساء "4كلغ" و بالنسبة للأداء الحركي لدفع الجلة لا يختلف التكتيك الخاص بالأداء بين الرجال و النساء.<sup>2</sup>

إن الرمي في بداية الحال كان يؤدي من الثبات ثم من الحركة عن طريق أخذ خطوات للأمام ثم تطور شيئاً فشيئاً حتى وصل إلى بروز و ظهور طرق متعددة و التي يمكن تلخيص أبرزها كما يلي:

\*1 الطريقة الجانبية

\*2 طريقة اوبريان.

\*3 طريقة الخطوة الخلفية.

<sup>1</sup> أمين الخولي، الرياضة و المجتمع، ص 124

سباقات المضمار و مسابقات الميدان ، تعليم- تكتيك – تدريب، بسطويسي احمد ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر ، 1997، ص85.

4\*طريقة الدوران.

و لعل ابرز الطرق الشائعة الاستعمال الآن في مجال فعاليات الرمي طريقة أوبريان(الزحف) و طريقة الدوران<sup>1</sup>.

**-المراحل الفنية للأداء الحركي لدفع الجلة بطريقة الزحف للخلف (اوبريان):**

يمكن تقسيم المراحل الفنية للأداء الحركي لدفع الجلة إلى خمس مراحل حركية ، وذلك من الوجهة النظرية كما يلي :

**أ-مرحلة التحفيز:**

**-بداية و نهاية المرحلة:** تبدأ تلك المرحلة بوقف الاستعداد و تنتهي بوضع البداية حيث تصل الجلة إلى أدنى مستوى.

الغرض من المرحلة:\*اخذ انيب وضع لبداية جيدة.

\*التأقلم مع الجلة.

تعتبر مرحلة التحفيز من وجهة النظر الميكانيكية دون تأثير يذكر و مباشر على مستوى الدفع،وبذلك لا يوجد لها أي تأثير على الأداء في تلك المرحلة الحركية،حيث أن وظيفتها هي إعداد اللاعب في أحسن وضع بداية ،و بذلك ينصح بالألا تكون العضلات في حالة شد في تلك المرحلة ، و بذلك يمكن تقسيم المرحلة إلى:

\*وقفة الاستعداد.\*حركة التحفيز.

**-وقفة الاستعداد:** يقف اللاعب مواجهة بالظهر مقطع الرمي،حيث يضع القدم اليمنى"قدم التزلح" خلف طوق الرمي مباشرة و على خط المنتصف تقريبا ،الرجل اليسرى الممرجة المظللة في اتجاه الدفع و للخلف قليلا و الذراع اليسرى أماما عاليا.

**ب-حمل الجلة :** إن الحمل الصحيح للجلة يؤثر تأثيرا كبيرا على مسافة الرمي و ان اي خطأ في طريقة حمل الثقل يؤدي إلى اختلال زاوية الانطلاق و عدم انطلاقها بالزاوية المناسبة التي تؤثر بالتالي على مسافة الرمي و هناك ثلاث طرق لحمل الجلة.

التحليل الحركي : كتاب منهجي لطلبة الدراسات الأولية و العليا لكليات التربية الرياضية , ريسان خريبط مجيد<sup>1</sup> و مهدي شلش , دار الثقافة للنشر و التوزيع , 1999 , ص64.

### 3-الفصل الثاني :

### أداء الأنشطة الرياضية الفردية التربوية

**1-مرحلة البداية :** بداية و نهاية المرحلة : تبدأ تلك المرحلة من وضع البداية و تنتهي بعد الدفع  
بالقدم اليمنى استعدادا للزحقة.<sup>1</sup>

الغرض من المرحلة:خلق أول سرعة لعملية الدفع.

تعتبر تلك المرحلة أول مرحلة تتزايد فيها السرعة تزايدا ايجابيا من خلال عمل كل من الرجل  
الممرجة و مد الرجل اليمنى حيث تحقق تلك المرحلة الحركية من 12-20 % من سرعة انطلاق  
الأداة.

**2-عمل الرجل اليسرى (الممرجة):** تمرج الرجل اليسرى بفاعلية من مفصل الركبة واطئة ما  
أمكن ذلك و في اتجاه منطقة الدفع ترتفع القدم عن المقعدة ، و حتى لا تعمل سلبا في رفع مركز الثقل  
بدرجة كبيرة.

**3-حركة مد الرجل اليمنى:** تمد الرجل اليمنى منخفضة في اتجاه الدفع بزاوية في حدود 60  
درجة،وبذلك تنجز تلك الحركة أما على المشط أو الكعب ،فإذا استخدم الكعب و هو الأفضل هذا يعني  
بقاء مركز الثقل منخفضا.

**4-وضع الجذع:** لا يتغير وضع الجذع عما هو في وضع البداية ، و مع ذلك تؤثر حركتا دفع الجلة  
اليمنى و مرجحة الرجل اليسرى على ارتفاع مستوى الجذع قليلا،وبذلك يأخذ مسار دفع الجلة في تلك  
المرحلة زاوية تتراوح ما بين 15-20 درجة عما كان في وضع البداية.

**ج-مرحلة الزحقة:** بداية و نهاية المرحلة: تبدأ تلك المرحلة من آخر دفع بالقدم اليمنى قبل الزحقة و  
تنتهي عند الاستناد بالقدم اليمنى بعد الزحقة الغرض من المرحلة:

\*اكتساب الجسم أول حركة في اتجاه دفع الجلة.

\*الاستعداد لأخذ الجسم وضع الدفع الأمثل.

\*اكتساب عملية عصر(تعامد إحدى الكتفين و الحوض).

و تبدأ تلك المرحلة بزحقة الرجل اليمنى على الكعب و بسرعة و بدون احتكاك مباشر مع الأرض  
كما تكلمنا على أن يكون خط عملها أسفل مركز الثقل،حتى تصل القدم إلى منتصف الدائرة مع إنشاء  
سريع في مفصل الركبة و في أثناء تدوير رجل الزحقة في اتجاه منطقة الدفع يدور معها الجانب  
الأيمن للمقعدة و في نفس اللحظة تنجز مرجحة الرجل اليسرى في اتجاه منطقة الدفع أيضا و لأسفل  
بحيث لا ترتفع عن مستوى المقعدة أثناء المرجحة.

التحليل الحركي : كتاب منهجي لطلبة الدراسات الأولية و العليا لكليات التربية الرياضية , ريسان خربيط مجيد  
1 و مهدي شلش , دار الثقافة للنشر و التوزيع , 1999 , ص66.

و بذلك يرتفع خط مسار الجلة في تلك المرحلة على إطار مسار عمل الجلة و الذي له تأثير إيجابي على إكسابها السرعة اللازمة لدفعها أكبر مسافة ممكنة.<sup>1</sup>

**د-المرحلة الانتقالية:** بداية و نهاية المرحلة:تبدأ تلك المرحلة من وضع القدم اليمنى بعد الزحقة و تنتهي بوضع القدم اليسرى عند الحافة الداخلية للدائرة مباشرة.

الغرض من المرحلة: الربط و التوافق بين كل من حركتي الزحقة و الدفع.

تبدأ تلك المرحلة بوضع القدم اليمنى في منتصف الدائرة بعد عملية الزحقة و حتى وضع القدم اليسرى عند الحافة الداخلية للدائرة و على بعد نصف قدم من خط المنتصف، و بذلك يجب أن تنجز تلك الحركة بنشاط و في تلك المرحلة يجب أن يكون هناك تتابع و توافق حركي نشط و مؤثر مع مرحلة الزحقة السابقة لتأثير ذلك ايجابيا على عملية الدفع.

**ه-مرحلة الدفع:** بداية و نهاية المرحلة: تبدأ تلك المرحلة بوضع القدم اليسرى عند الحافة الداخلية للدائرة موضع الرمي و تنتهي بدفع الجلة و التخلص منها.

الغرض من المرحلة:\*مواصلة و عدم توقف السرعة.

\*نقل السرعة المكتسبة من الجسم للجلة.

\*تحقيق أكبر مسافة دفع ممكنة للجلة.

يأخذ اللاعب وضع الدفع بمجرد وضع القدم اليسرى عند الحافة الداخلية للدائرة حيث تبدأ عملية الدفع و التي يجب أن تكون مميزة بدفع انفجاري من عضلات الجسم مبتدئة بعضلات الرجلين حيث يقوم الجانب الأيمن للجسم بحركة النفاذ سريعة حول الجانب الأيسر مع ثباته في تلك اللحظة بتهيئة جميع المفاصل الواقعة عليه كمفصل القدم و الركبة و المقعدة و حتى الكتف و بذلك يعمل رافعة ترتكز عليها عملية الدفع(مع عدم رجوع الكتف الأيسر إلى الخلف)(نفس المرجع السابق،ص66).

التحليل الحركي : كتاب منهجي لطلبة الدراسات الأولية و العليا لكليات التربية الرياضية , ريسان خريبط مجيد<sup>1</sup> و مهدي شلش , دار الثقافة للنشر و التوزيع, 1999, ص68-66.

- بعض القوانين الرسمية:

الجلة دائرية الشكل ذات سطح أملس قطرها عند الرجال لا يقل عن 100 ملم و لا يزيد عن 130ملم، أما عند الإناث فلا يقل عن 95ملم ولا يزيد عن 110ملم،أما وزنها:

إناث	ذكور	
2كلغ	3كلغ	مبتدئين
3كلغ	4كلغ	أصاغر
3كلغ	5كلغ	أشبال
4كلغ	6كلغ	أواسط
4كلغ	7.260كلغ	أكابر

-مجال الرمي:

- 1\*دائرة الرمي قطرها 2.13 ذات سطح صلب تحدها صفيحة من الحديد ارتفاعها 2سم تقسم الدائرة إلى نصفين بواسطة خط عرض 5 سم و يمتد على حافتي الدائرة على 75سم.
- 2\*ساحة الرمي: محددة بواسطة خطان منبعثان من مركز الدائرة بزاوية 40درجة عرض كل واحد منها 5سم كما أنهما لا يدخلان ضمن هذه المساحة.<sup>1</sup>
- 3\*الحاجز: يكون بين دائرة الرمي و الساحة حيث يبلغ ارتفاعه ما بين 98ملمة 102ملم و طوله 112إلى 300ملم.

-احتساب الرمية:

- 1\*يجب أن يبدأ المنافس الرمية من وضعية الثبات داخل الدائرة.

<sup>1</sup>سباقات المضمار و مسابقات الميدان , بسطويسي أحمد , دار الفكر العربي للطباعة و النشر , 1997,ص73.

- 2\*الجلة ترفع من الكتف بيد واحدة.
- 3\*الجلة يجب أن تلمس أو قريبة من الذقن.
- 4\*الجلة لا يجب أن تسحب من خلف الكتف عند الرمي.
- 5\*لا تحتسب الرمية إذا لمس المتنافس بأحد أجزاء جسمه الحاجز من الأعلى أو الأرض خارج دائرة الأرض.
- 6\*لا يحق للمتنافس مغادرة الدائرة قبل أن تلمس الجلة الأرض و حينها يغادر من الجزء الخلفي.
- 7\*تحقيق الرمية التي تقع داخل مجال الرمي دون أن تلمس الخطان الجانبيين.
- 8\*لكل متنافس الحق ب3 محاولات تسمى بالمحاولات التصفاوية.<sup>1</sup>

### 3-2-4-2-2- الوثب الطويل:

#### -مفهوم الوثب الطويل:

يعتبر الوثب الطويل كنشاط حركي من الأنشطة البسيطة في أدائها و خصوصا في مرحلة تعلمه الأولى، و المحببة و الأكثر شيوعا في ممارستها ليس فقط في مجال الميدان و المضمار، ولكن بالنسبة للألعاب و الفعاليات الرياضية المختلفة، و على ذلك يقبل تلاميذ المدارس على أدائه دون معلم متنافسين بعيدين عن فنون حركاته المتمثلة في التكتيك الخاص بالأداء ، حيث ينمي عندهم قوة الارتقاء من جراء الوثب المتكرر في حفرة الوثب و من هنا ظهرت أهميته كنشاط بدني مدرسي.

#### -المراحل الفنية للأداء الحركي للوثب الطويل:

يمر الأداء الحركي للوثب الطويل بمراحل فنية متلاحقة و التي تتمثل في الاقتراب ثم الارتقاء، فالطيران أخيرا الهبوط، و لكل مرحلة من تلك المراحل واجباتها الحركية الخاصة، و حيث أنه لا يمكن فصل بعضها عن بعض من الناحية العملية إلا أنه يمكن تقسيمها إلى مرحلتين أساسيتين للصلة الوثيقة بينهما و المرحلتين هما:

\*مرحلة الاقتراب المرتبطة بمرحلة الارتقاء.

\*مرحلة الطيران المرتبطة بمرحلة الهبوط.

وبذلك يتوقف مستوى الوثب الطويل على العنصرين التاليين و بصورة كبيرة:

\*السرعة المكتسبة من الاقتراب وربطها بالارتقاء.

<sup>1</sup>،1982 ص66 et autres claud

\*القوة المكتسبة من الارتقاء و ربطها بالطيران.<sup>1</sup>

أ-مرحلة الاقتراب: الواصلين الجيدين يمكنهم انجاز مسافة الاقتراب و التي تتراوح ما بين 40-45م في حدود 22-24 خطوة هذا بالنسبة للرجال أما بالنسبة للسيدات فيكون عدد خطوات الاقتراب محددًا بمسافة الاقتراب و التي تقل عن ذلك حيث يقتربن في حدود 30-35م ، و بذلك يمكنهم انجاز من 17-20 خطوة هذا بالنسبة للاعبات المتقدمات في المستوى ، حيث يتوقف عدد الخطوات عامة على طول و تردد الخطوة.

ب-مرحلة الارتقاء: بداية و نهاية المرحلة : تبدأ تلك المرحلة ببداية ارتطام قدم الارتقاء للوحة الارتقاء و تنتهي بتركها للوحة بامتداد مفاصل القدم و الركبة و الحوض.

الغرض من المرحلة: \*الوصول إلى انصب زاوية دوران(20-24درجة).

\*بأعلى سرعة ممكنة.

\*تحقيق أعلى نقطة طيران مناسبة.

و بالرغم من قصر الزمن الذي يستغرقه الواصل في تلك المرحلة إلا أنه يمر بثلاث مراحل متصلة و ذلك من الناحية النظرية و كما يلي:

\*مرحلة بدأ وضع قدم الارتقاء على لوحة الارتقاء.

\*مرحلة بقاء قدم الارتقاء على لوحة الارتقاء.

\*مرحلة الدفع القوي بقدم الارتقاء من لوحة الارتقاء.

ج-مرحلة بدأ وضع قدم الارتقاء على لوحة الارتقاء: تحتل تلك المرحلة بالنسبة لعملية الارتقاء بصفة عامة وضيافة هامة لارتقاء مؤثر شكل(11) فبعد أن يأخذ الجذع وضعه الأفقي و ذلك في آخر خطوة من خطوات الاقتراب يبدأ الواصل بارتطام قدم الارتقاء بحركة نشطة قوية و سريعة على لوحة الارتقاء بحيث تكون زاوية خلف الركبة ممدودة و في حدود 170 درجة و زاوية استناد قدم الارتقاء على الأرض في حدود 120 درجة (نفس المرجع السابق،ص113).

سباقات المضمار و مسابقات الميدان ، بسطويسي أحمد ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر ، 1997، ص112، 113.

إن عمل قدم الارتقاء يبدأ بوضع كعب قدم الارتقاء قبل لوحة الارتقاء مباشرة ، و تكون بذلك سلاميات أصابع القدم على لوحة الارتقاء.

**د-مرحلة بقاء قدم الارتقاء على لوحة الارتقاء:** تتركز أهمية تلك المرحلة في الإعداد الجيد لدفع قوى بقدم الارتقاء، فبعد وضع القدم على لوحة الارتقاء، يحدث انثناء خفيف في مفصل القدم و الركبة و المقعدة فتقل بذلك زاوية خلف الركبة من 170 درجة إلى 140 درجة حيث يحدث:

تحميل زائد في تلك المرحلة على تلك المفاصل ، و ينصح بألا تقل زاوية خلف الركبة في تلك المرحلة عن 145 درجة حتى لا يؤخر ذلك في عملية الارتقاء السريع.

**هـ-مرحلة الدفع بقدم الارتقاء إلى لوحة الارتقاء:** يبدأ الواثب تلك المرحلة بانتقال مرحلة دفع قدم الارتقاء حركي من الأطراف إلى الجذع ، و هذا الانتقال يتمثل في سلسلتين حركيتين الأولى سلسلة مقفولة من الأرض، و تمثل الدفع القوي لقدم الارتقاء مع لوحة الارتقاء و تنتهي بمد رجل الارتقاء كاملاً، وذلك عندما تتمرجح الرجل الحرة و تعبر رجل الارتقاء و بذلك تصل زاوية الارتقاء في حدود 76-80 درجة.

**و-مرحلة الطيران:** بداية و نهاية المرحلة: تبدأ تلك المرحلة بترك قدم الارتقاء للوحة و تنتهي بهبوط القدمين لحفرة الرمل.

الغرض من المرحلة:

\*الاحتفاظ بتوازن الجسم و أخذ مركز الثقل مساره الحركي الصحيح.

\*الاحتفاظ بما اكتسبه الجسم في مرحلة الارتقاء.

الإعداد لهبوط اقتصادي و جيد.<sup>1</sup>

كما تعتبر تلك المرحلة مرحلة إعداد للهبوط حيث يمثل الهبوط آخر مرحلة من مراحل الأداء الحركي للوثب الطويل و على ذلك مر بتاريخ تكتيك الطيران في الوثب الطويل عدة طرق فنية مختلفة و التي تتمثل فيما يلي:

**-طريقة القرفصاء:** و تعتبر أسهل طرق الطيران و ابسطها و يمكن لتلاميذ المدارس أدائها دون معلم و من أهم مميزاتها تقارب مراكز ثقل أجزاء الجسم المختلفة إلى مركز ثقل الجسم أثناء الطيران أما ما يعيب تلك الطريقة فهو عملية الهبوط غير الاقتصادية و

سباقات المضمار و مسابقات الميدان ، بسطويسي أحمد ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر ، 1997، ص116.

التي يفقد فيها الواثب الكثير من مسار مركز الثقل ، و لذلك لا ينصح بتعليمها الآن سواء لتلاميذ المدارس أو المبتدئين.

**-طريقة التعلق:** يعتبر التعلق طريقة قديمة أيضا و غير اقتصادية ، حيث يتباعد مراكز ثقل أجزاء الجسم أثناء الطيران و هذا ما يعيبها أما بالنسبة لمرحلة الهبوط فتؤدى بطريقة اقتصادية ، و لا ينصح بتعليم تلك الطريقة لتلاميذ المدارس و المبتدئين.

**-طريقة المشي في الهواء:** تعتبر طريقة الطيران "المشي في الهواء" الطريقة الاقتصادية و المثلى و المستخدمة من قبل أبطال العالم حيث حققوا بها أحسن المستويات ، لكونها الطريقة الأفضل التي تضمن لمحاور الجسم الاتزان أثناء عملية الطيران عن طريق المشي في الهواء لخطوتين و نصف مع وجود دورانات قليلة حول تلك المحاور ، هذا بالإضافة إلى أنها تمهد و تعد لهبوط اقتصادي و جيد، كما أن عملية المشي في الهواء تعتبر امتدادا طبيعيا لحركات العدو في الاقتراب ، بذلك نجد أن الجسم لا يفقد كثيرا من مساره الحركي أثناء الطيران ، و تلك أهم ما يميزها. و ما يعيب تلك الطريقة صعوبة أدائها و طريقة تعلمها حيث يأخذ من المتعلم وقتا و جهدا كبيرين للسيطرة على التكتيك الخاص بها.<sup>1</sup>

**ي-مرحلة الهبوط:** بداية و نهاية المرحلة : تبدأ تلك المرحلة عندما يستعد الجسم للهبوط في حفرة الرمل و تنتهي بتجمع أجزاء الجسم و هبوطها في حفرة فوق مكان القدمين في الرمل.

الغرض من المرحلة: عدم فقد مسافة من منحى الطيران بالهبوط الجيد.

\*امتداد الرجلين للأمام مع رفعهما عن الأرض.

\*ميل الجذع أماما.

\*مرجحة الذراعين أماما أسفل خلفا.

\*إزاحة الركبتين و الحوض للأمام عند بداية ملامسة القدمين للرمل.

لا تصل مرحلة الهبوط عن المراحل الحركية السابقة ،الطيران،الارتقاء،الاقتراب، فكلها مراحل حركية متتالية تعمل سلسلة حركية واحدة حيث تتم إحداها الأخرى و هكذا تعتبر مرحلة الهبوط آخر مرحلة.

<sup>1</sup> العباب القوي، ريسان خربيط و عبد الرحمان مصطفى الأنصاري، دار الثقافة للنشر و التوزيع، 2002 ،ص34

### -قوانين رسمية:

\*لوحة الارتقاء: يحدد مكان الارتقاء بلوحة في مستوى طريق الاقتراب، طولها 45 مترا على الأقل.

\*لا تقل المسافة بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط عن عشرة أمتار.

\*توضع لوحة الارتقاء بحيث لا تقل المسافة بينها و بين منطقة الهبوط عن متر واحد.

\*تصنع هذه اللوحة من الخشب يتراوح طولها بين 1.21م و 1.22م أما عرضها فيتراوح بين 19.8سم و 20سم و أقصى عمق لها 10 سم و يجب أن تطلّى باللون الأبيض.

\*منطقة الهبوط: الحد الأدنى لعرضها 2.75م.

\*قياس مسافة الوثبة: تقاس جميع الوثبات من أقرب أثر تركه أي جزء من جسم أو أطراف المتنافس في منطقة الهبوط.<sup>1</sup>

### 3-2-4-2-3-السرعة:

-مفهوم سباق السرعة: هو أحد الأنشطة الفردية و هو القدرة على الوصول إلى خط النهاية في أقصى وقت ممكن، يمارس في المسافات القصيرة 100م، 200م، 400م، سواء كانت منبسطة أو بالحواجز ، كما توجد سباقات التتابع.

### -المراحل الفنية للأداء الحركي لسباق السرعة:

يمر عداء 100م بمراحل فنية تكتيكية متتالية و ذلك منذ وضع البدء و حتى نهاية السباق و على ذلك يمكن تقسيم السباق إلى ثلاث مراحل أساسية ، مستنديين في ذلك التقسيم إلى التسلسل الحركي من جهة ، و منحني السرعة الذي يمثل النتيجة النهائية للسباق من جهة أخرى و المراحل الأربع نعرضها فيما يلي:

### \*مرحلة البدء و الانطلاق و تنقسم إلى:

أ-وضع البدء: يستخدم العداء " البدء المنخفض" و ذلك في عدو المسافات القصيرة لأهميته في اكتساب العداء سرعة عالية في البداية و ذلك نتيجة لسهولة نقل مركز ثقل العداء في الوضع المناسب عند أخذ وضع الاستعداد و الذي يمكنه من الانطلاق الجيد لذلك نصت عليه القوانين،(في جميع السباقات حتى و شاملة 400 م حيث يجب اتصال اليدين بالأرض عندما يكون المتنافس في وضع الاستعداد).

<sup>1</sup>سباقات المضمار و مسابقات الميدان، بسطويسي أحمد ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر ، 1997، ص87.

**ب-وضع خذ مكانك:** يبدأ العداء هذا الوضع عند سماع إذن البدء قوله "خذ مكانك" و بذلك يضع القدم الأمامية على بعد (2-1.75) قدم من خط البداية(بدء متوسط التوزيع) بحيث تكون مستندة على المكعب الأمامي "الجهاز البدء" و يضع القدم الخلفية على بعد(3-3.5) قدم من خط البداية أيضا بحيث تكون مستندة على المكعب الخلفي لجهاز البدء ثم يجثو بحيث يكون وضع المقعدة فوق القدم الأمامية و ركبة الرجل الخلفية في تجويف القدم الأمامية و تبعد عنها مسافة قليلة لراحة الحوض.<sup>1</sup>

**ج-وضع الاستعداد:** لأخذ وضع الاستعداد الجيد بعد سماع النداء من الإذن بالبدء "استعد" على العداء دفع المقعدة و ذلك في مستوى الكتفين أو أعلاهما قليلا و بذلك تترك ركبة الرجل الخلفية الأرض حتى تصل زاوية خلف الركبة من 110-130 درجة أما زاوية ركبة الرجل الأمامية فتصل في حدود 80-90 درجة.

**د-حركة الانطلاق:** تمثل حركة الانطلاق خروج القذيفة من المدفع و بذلك يجب أن تؤدي بأسرع ما يمكن عن بذل أقصى قوة ممكنة "قدرة انفجارية" و ذلك عند سماع طلقة الإذن بالبدء ، حيث يتوقف ذلك على سرعة التلبية عند العداء شكل(21). و خروج القدمين من أجهزة البداية يجب ألا يزيد عن 12-16 من الثانية بالنسبة لسباق 100 م عدو رجال، و يزداد هذا الزمن عند السيدات.

**\*مرحلة تزايد السرعة:** إن أول خطوة للعداء بعد دفع مكعبات البداية يجب أن تكون سريعة ما أمكن ، و على ذلك نسحب القدم الخلفية واطئة على الأرض ليضعها العداء أمامه و قبل نقطة مركز الثقل بمسافة قصيرة بحيث تشير مقدمة القدم للأمام في اتجاه مسار العدو و على العداء بعد ذلك العمل على تزايد كل من طول الخطوة و سرعة تردها و يضل ميل الجسم الخطو الأولى مائلا إلى الأمام مع عدم التسرع في استقامته و ذلك في حدود العشرين متر الأولى من السباق، أي في حدود (8-12) خطوة و حتى يأخذ الجسم الوضع السليم في العدو، و بعد أخذ الجسم الوضع السليم في العدو يجب أن يعمل الجذع زاوية ما بين 85-90 درجة أي يكون إلى حد كبير في الوضع الرأسي طيلة السباق ، لا ينصح بميل الجذع للأمام حتى لا يؤثر سلبا على كل من طول الخطوة و تردها و اللذين يعملان على إعاقة السرعة. (نفس المرجع السابق،ص114).

**\*مرحلة الاحتفاظ بأقصى سرعة:** تبدأ مرحلة الحفاظ على تلك السرعة و هي مرحلة صعبة حيث يحاول العداء جاهدا المحافظة على تلك السرعة ، و تتوقف طول تلك المرحلة على مستوى العداء البدني و الفني نتيجة للبرامج التدريبية الخاصة بذلك، فالتدريب على السرعة القصوى و جلد السرعة أهم عنصرين بدنيين خاصين لتلك المرحلة و يبلغ طول تلك المرحلة في حدود 45 مترا للعدائين المتقدمين أما المبتدئون و الناشئون فتتراوح ما بين 25-30 مترا حسب مستوياتهم.

سباقات المضمار و مسابقات الميدان ، بسطويسي أحمد ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر ، 1997، ص114، 103.

\*مرحلة تناقص السرعة و نهاية السباق: إن مراحل سباق 100 متر عدوا متداخلة و يوجد هذا التداخل واضحا بين المرحلتين الثالثة والرابعة فالمرحلة الأخيرة مكملة للمرحلة السابقة لها حيث نجد هبوط منحى السرعة أكثر وضوحا في تلك المرحلة(مرحلة تناقص السرعة) ، إن العداء الجيد لا يستطيع المحافظة على سرعته أكثر من 45 مترا أما المبتدئ و الناشئ فتتراوح تلك المسافة من 20-30 مترا و على ذلك تبدأ خطوة العداء بعد ذلك في الطول و التردد في النقصان، و عليه تنخفض السرعة في حدود 1 ثانية للمستوى المتقدم ، 5ثانية للمبتدئ هذا يعني تناقصا في السرعة في تلك المرحلة.

إنهاء سباق 100 متر: لإنهاء سباق 100 متر يلزم العداء ميل للأمام و ذلك في آخر خطوة من خطوات السباق حيث يعمل ذلك على مروق سريع للصدر لخط النهاية.(نفس المرجع السابق،ص119).

-قوانين رسمية:

-مسافة الجري:

في القاعة: 50م و 60م لكل الأصناف إضافة 200م للأصغر.

-القوانين الأساسية:

\*انطلاق (وضعية الانطلاق واجبة لكل الأصناف).

\*الأيدي و الأرجل خلف خط الانطلاق.

\*إشارة الانطلاق.

\*استعداد للإشارة(مستعد خلف الخط).

\*تحضر(مستعد في حالة تكون خلف خط الانطلاق).

\*انطلاق(الكل ينطلق).

\*الانطلاق الخاطئ واحد مسموح به من طرف الرياضي(2تجارب الخطأ).

\*يجب على المتسابق الجري في رواقه(كل من يضع رجله في رواق زميله).

\*عند وصول الحكم يحكم لأول من يرفع برأسه للأمام.<sup>1</sup>

#### \*خلاصة:

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

### تمهيد:

يعتبر النمو خاصية لدى كل الكائنات الحية و هو عبارة عن تغيرات متجهة نحو تحقيق غرض ضمني، و هو النضج و الكبر فهو سلسلة متتابعة و متماسكة من التغيرات التي تهدف إلى غاية واحدة و هي اكتمال النضج و الذي يظهر في كل مرحلة من مراحل العمر المختلفة و في هذا الفصل نتطرق إلى مرحلة هامة و جد حساسة في حياة الإنسان و هي مرحلة المراهقة و نتناول فيها النمو الخارجي للمراهق كالجسم و الشكل و الوزن.

و النمو الداخلي نعني به نمو الوظائف الجسمية،العقلية و كذا النفسية التي تسير تطور حياة المراهق و اتساع نطاق بيئته.

و باعتبار المراهقة ظاهرة ليست محدودة و محصورة في مجتمعات معينة دون غيرها بل أضحت تسير الحياة الهامة مشكلة فعلية تواجهها كل المجتمعات بتفاوت خطورتها و عاداتها و درجة فهمها و إستعابها فهذه المرحلة أصبحت محل دراسة العلماء و المفكرين باختلاف أنماط عملهم .فعلماء النفس يعتبرونها بمثابة ميلاد جديد للفرد و علماء الاجتماع و العلماء السلوكيين يرونها بداية تفتح الفرد مع بيئته و المحيط الخارجي.

### 4-1- مفهوم المراهقة :

المراهقة فيما اتفق معظم العلماء أنها بوابة سن الرشد و نهاية الطفولة و فيها يكتمل النمو الجسمي العقلي و الاجتماعي و تبدأ بصفة عامة في سن 12 سنة و تمتد إلى 18 سنة و أحيانا أخرى إلى 22 سنة.

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة التغيرات العميقة في حياة الفرد بدءا بالنمو الجسمي و التقلب الشديد الانفعالات و التغيرات العضوية هذه الأخيرة تسبب الظواهر الخاصة بالمراهقة ،كما تتميز بظهور المشاكل في جميع التكوين النفسي و إذا كانت هذه المشاكل تعود لأسباب عضوية فإن بعضها الآخر يكون نتيجة إهمال تربوي أو اضطراب في الرعاية أو عدم الاهتمام بهذه المرحلة و يجب على المربي و الأولياء مراعاة ما يلي :

العمل على نشوء الثقافة الصحية بين المراهقين و تحديد برنامج رعاية صحتهم و ذلك بواسطة التربية الخلقية و تدريبهم على استخدام الأسلوب العلمي في التفكير و تنمية القدرة على التجديد و الاجتهاد و الابتكار، كما يجب عليهم إقامة علاقة مستمرة مع جميع أفراد المجتمع،و كذا يجب وقايتهم من الانحراف و التسبيب.

### 4-2- تعريف المراهقة:

المراهقة مرحلة حساسة يعيشها المراهق و هي مرحلة انتقالية بين الطفولة و سن الرشد غير أن هذه المرحلة ليست بهذه البساطة من التعريف فمنذ أن حضرت باهتمام السيكولوجيين أخذت التعاريف تتوسع حسب المجالات و الجوانب التي تحيط بها،أصل الكلمة من فعل راهق أي تدرج نحو النضج بدراسة التغيرات التي تطرأ على الفتى من الناحية البدنية و الجنسية و العقلية و الاجتماعية و هي التي تنقل المرء من مرحلة الطفولة إلى فترة الشباب فهي إذا يمر عليها المرء من طفولته إلى رجولته.<sup>1</sup>

و يرى توفيق الحداد المراهقة بأنها الاقتراب و الدنو من الحلم ، و المراهق هو الطفل الذي يدنو من الحلم و اكتمال الرشد و التدرج نحو النضج الجنسي و العقلي و الانفعالي.<sup>2</sup>

و قد عرفت أيضا نواحيها المختلفة إذ ورد أن المراهقة متعددة ، فهي فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية و مرحلة زمنية كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة.<sup>3</sup>

من خلال التعاريف السابقة نستطيع تحديد تعريف إجرائي عام للمراهقة لكونها مرحلة أساسية مهمة في حياة الفرد و فترة حاسمة في تكوين شخصيته حيث تتسم بتغيرات فيزيولوجية و انفعالية و هذه التغيرات هي التي تحدد ميولات المراهق على مواقفه الحياتية في محيطه الخارجي.

<sup>1</sup> مصطفى رزيق:خفايا المراهقة ، دار النهضة العربية ،دمشق1960،ص10

<sup>2</sup> توفيق الحداد:علم النفس،ط1،ص104

<sup>3</sup> ميخائيل إبراهيم أسعد:مشكلات الطفولة و المراهقة ، درا الأفاق الجديدة ، بيروت1991 ، ط1 ، ص225

3-4- مراحل المراقبة:

هناك ثلاث مراحل هي :

\*مرحلة المراقبة المبكرة: تمتد من سن 11 سنة إلى 14 سنة.

\*مرحلة المراقبة المتوسطة: تمتد من سن 14 سنة إلى 18 سنة.

\*مرحلة المراقبة المتأخرة : تمتد من 18 سنة إلى 21 سنة.

فمرحلة المراقبة إذا بصفة عامة هي فترة نمو شاملة و من خلالها يستطيع الكائن البشري الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد.<sup>1</sup>

4-4- مشاكل المراقبة في الثانوية:

يتعرض المراهق في الكثير من الحالات إلى ما يتسبب في انحراف نموه، و يصيبه ببعض المشاكل السلوكية التي تؤثر في نموه النفسي و في تعلمه، و ربما كانت فترة المراقبة أكثر تعرضا من غيرها نتيجة لحساسية المراقبة بنفسه و بمن حوله و امتلاء نفسه بالأطماع و الآمال و ترجع الأسباب لبعض هذه الحالات إلى الجسم باعتماده بنفسه مما يجعله يشعر بكثير من الألم النفسي، فإذا رأى نفسه أقل من أقرانه حجما أو رشاقة أو أكثر منهم بدانة أو إذا انفرد دونهم ببعض العيوب الجلدية مثلا، البنت في دور المراقبة يؤلمها أن تتميز عن قريناتها في القصر أو البدانة أو الضعف أو قبح شعرها ، و هكذا في حالات كثيرة يتحول هذا القلق إلى اضطرابات عصبية تتخذ أشكالا شتى و في كثير من الأحوال تكون أسباب هذا القلق وهمية لا أصل لها.

و هناك نوع آخر من القلق و الاضطرابات تحدث للمراهق لعدة أسباب منها ما يتعلق بالنمو الجسمي أو الزواج أو الدين و العلاقات مع بقية أفراد الأسرة أو التقدم المدرسي و المستقبل المهني.

التعليم الجيد و التوجيه المحكم يحققان من غير شك فرص حدوث هذه الاضطرابات و السبب في هذا نقص رقابة الأسرة على المراهق و قد يزيد الاختلاط برفقاء السوء فينزلق إلى المخالطات السلوكية، و سبب آخر هو ميل المراهق إلى تجربة خبرات جديدة مع ما يحدث له في تلك الفترة من تززع و اتجاهه نحو تكوين فلسفة خاصة في الحياة مما يسهل عليه الخروج إلى معايير الجماعة و السلوك و اتجاهات مختلفة لها ، و هناك سبب آخر في الانحراف و هو قمع العنن الخارجي لنزعاتهم القومية ، فالمراهق بحاجة إلى احترام الغير له ، و اعتبارهم إياه.

كما يشعر بالحاجة إلى الاستقلال و العطف و الأمن ،و كلها لا تتوفر له في مناسبات كثيرة لأن من حوله لا يزالون يعتبرونه طفلا كما كان و هكذا يصل عنف المراهقين في معاملاتهم لغيرهم إلى الاعتداء على الغير ، و كثيرا ما تزيد الحالة سوءا بمضاعفات كانخفاض مستوى الذكاء و ذلك بسبب

<sup>1</sup> ميخائيل إبراهيم أسعد:مشكلات الطفولة و المراقبة ، درا الأفاق الجديدة ، بيروت1991 ، ط1 ، ص225

المشاكل الأسرية كانفصال الوالدين أو الشعور بالضعف نتيجة لعيوب جسمية.<sup>1</sup>

#### 4-5-خصائص و احتياجات التلاميذ في المرحلة الثانوية:

##### 4-5-1- الخصائص الجسمية الحركية:

يشير نصر الدين البراوي(أنه تظهر عند المراهق خصائص عضوية و فيزيولوجية و جسمية و ذلك دليل على نضج الجسم الذي يعتبر خطوة نحو اكتمال شخصيته و يظهر تأثير الناحية الفيزيولوجية بشكل واضح فيزداد حجم القلب و سرعة نمو الجسم عند البنات أكثر منه عند البنون بفارق عامين تقريبا في الوقت الذي تصل فيه البنات إلى أقصى طولها، و من النمو السريع غير المنتظم يضطرب التوافق العصبي العضلي فتقل الرشاقة و الخفة و يختلف الرجل عن المرأة من الناحية التشريحية حيث تكون عظام الرجل أكثر و كمية النسيج العضلي عنده أكثر من الدهن ، إما عند المرأة سعتها الحيوية أقل).

##### 4-5-2- الخصائص النفسية:

يوضح نصر الدين البراوي هذه المرحلة على أنها أصعب مرحلة خصوصا من الناحية النفسية، لأن المراهق سيجابه فيها صراعا نفسيا قويا و يتأرجح من حالة إلى أخرى و يميل إلى التفكير في المشاكل المحيطة به ، فهو يرى نفسه بأنه يصعد صغيرا فيجتمع بالأطفال و يشاركونهم أحاديثهم و ألعابهم بل يرى نفسه كبيرا فيقحم نفسه في أحاديث الكبار ، لكن هؤلاء يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيرا.<sup>2</sup>

##### 4-5-3- الخصائص الانفعالية:

يشير محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطئي أن علماء النفس يجمعون على أن انفعالات المراهق تختلف من نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل و تشمل هذه الاختلافات النواحي التالية:

\*لا يستطيع المراهق التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية إذ ثار أو غضب مثلا يصرخ أو يدفع الأشياء ، و نفس الشيء إذا فرح ، فتجده يشد على رباط الرقبة أو يقوم ببعض الحركات العصبية.

\*يتعرض في بعض الظروف لحالات من اليأس و ينشأ هذا الإحباط بسبب عدم تحقق أمنيته أو عواطف جامحة تدفعه إلى التفكير في الانتحار في بعض الأحيان.

\*يبدأ في تكوين بعض العواطف الشخصية كالاعتزاز بالنفس و العناية بالهندام و طريقة الجلوس و الشعور بأن له الحق في إبداء الرأي و يكون عاطفيا نحو الأشياء الجميلة.

زيدان محمد مصطفى : النمو للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية ، الجامعة الليبية ، ط1 ، 1972 ،  
ص168-169  
محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطئي نظريات و طرق التربية البدنية ، دار المعارف الجزائرية ،  
1992ص56

## 4-الفصل الثالث :

### مرحلة التعليم الثانوي

#### 4-5-4- الخصائص العقلية المعرفية :

حسب فيصل ياسين الشاطئي تتميز هذه المرحلة بأنها فترة نضج في القدرات و النمو العقلي الذي يستوجب التوجيه العلمي و التوجيه المهني ، لذلك نجد السلطات التعليمية تعدد من أنواع التعلم و التوجيه المهني ليتسنى لكل ناشئ أن يختار ما يتفق و قدراته.

#### 4-5-5- الخصائص الاجتماعية :

يرى سعدية محمد علي باهر أن المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يحتم عليه قوانين و تقاليد عليه احترامها و هو لا يريد أن تحد من حريته و بالتالي يحاول أن يتمرد عليها إن استطاع ، و ينشأ صراع بينه و بين المجتمع الذي يعيش فيه المراهق ، إن لم يوجه التوجيه السليم فإنه يضر نفسه و يؤثر على المجتمع الموجود فيه.<sup>1</sup>

#### 4-6- أهمية التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للتلميذ في التعليم الثانوي:

تظهر أهمية حصة التربية البدنية و الرياضية كمادة مساعدة و منشطة ، مكيمة لشخصية و نفسية التلميذ في مرحلة التعليم الثانوي ، إذ تسمح له بتحقيق فرص اكتساب خبرات و مهارات حركية التي تزيد رغبة و تفاعلا في الحياة و تساعده على تحصيل قيم أخلاقية يعجز المنعزل على تحقيقها ، كما تقوم بصقل مواهبه و قدراته البدنية و العقلية بما يتماشى مع متطلبات هذا العصر ، هذا و يجب على مناهج التربية البدنية و الرياضية فسح المجال للطلاب من أجل إنماء و تطوير الطاقات البدنية و النفسية بدل أن تقف عائق لذلك ، و لن يتحقق ذلك إلا بتكثيف ساعات ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة داخل و خارج الثانوية ، و ذلك بتنظيم منافسات و مباريات تشغل وقت المراهق الذي يشعر خصوصا في هذه المرحلة بقوة كبيرة يريد استغلالها ، كما يشعر أيضا بالملل و الضجر و القلق عندما يشعر بوقت ضائع ، لهذا يجب من خلال النشاطات الرياضية أن تشعر المراهق بالتعب عضليا و بذلك يستسلم للراحة و النمو ، بدل من الاستسلام للكسل و الخمول و يضيع وقته في أشياء و أمور خارجية عن أخلاقيات مجتمعنا.

و التربية البدنية و الرياضية تعتبر عملية تنفيس و ترويح لكلا الجنسين بحيث تهيأ للتلاميذ المراهقين نوعا من التداوي الفكري و البدني ، تجعلهم يعبرون عن مشاعرهم و أحاسيسهم المليئة بالاضطراب و العنف عن طريق حركات رياضية متوازنة و منسجمة و متناسقة تخدم و تنمي أجهزتهم الوظيفية و العضوية و النفسية ككل.<sup>2</sup>

من خلال كل ما ذكر في هذا الفصل ، استنتجنا أن مرحلة المراهقة من أهم و أصعب المراحل التي يمر بها الإنسان لكونها تشتمل على عدة تغيرات في جميع المستويات فهي تعتبر فترة نمو شامل ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد ، و ذلك بما فيها من صعوبات نفسية و خصائص حركية جسمية و

محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطئي نظريات و طرق التربية البدنية ، دار المعارف الجزائرية ،

1992ص56

<sup>2</sup> ميخائيل إبراهيم أسعد:مشكلات الطفولة و المراهقة ، درا الأفق الجديدة ، بيروت1991 ، ط1 ، ص277.

## 4-الفصل الثالث :

### مرحلة التعليم الثانوي

انفعالية بالإضافة إلى اجتماعية و عقلية مصطحبة بتغيرات بيولوجية و فيزيولوجية إلى غاية سن الرشد فهي تؤثر على المراهق و على علاقته مع الذين يحيطون به مما تجعله يشعر بأنه ليس ذلك الطفل الصغير و أنه أصبح رجلا يستحق التقدير و الاحترام و يتمتع بالاستقلال الذاتي ، فهو في هذه المرحلة يعارض الأوامر و العقوبات و التهديدات التي يتلقاها سواء كانت من الأسرة أو المجتمع ، فهذه المرحلة تتصف بالاندفاع و التقلبات العاطفية التي تجعل من المراهق سريع التأثر و قليل الصبر و الاحتمال و التي تؤدي إلى القلق ، و أنه من المهم و الضروري عدم ترك المراهق يواجه هذه المصاعب لوحده بل يجب مساعدته و توجيهه توجيها صحيحا حتى يتمكن من تخطي هذه الصعوبات.

و تحقيقا لمبدأ التكامل و الاستمرار في النمو ، تهتم المدرسة الثانوية بالدرجة الأولى بحصة التربية البدنية و الرياضية لتنمية المهارات الحركية التي سبق و أن تعلمها في المراحل السابقة بغية تنمية التطور النفسي و الانفعالي و الاجتماعي و الجسمي و الحركي لكي تكون للتلميذ مكانة و مركز بين جماعته و تكيفه مع البرامج التعليمية.

### خلاصة :

من خلال كل ما ذكر في هذا الفصل ، استنتجنا أن مرحلة المراهقة من أهم و أصعب المراحل التي يمر بها الإنسان لكونها تشتمل على عدة تغيرات في جميع المستويات فهي تعتبر فترة نمو شامل ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد ، و ذلك بما فيها من صعوبات نفسية و خصائص حركية جسمية و انفعالية بالإضافة إلى اجتماعية و عقلية مصطحبة بتغيرات بيولوجية و فيزيولوجية إلى غاية سن الرشد فهي تؤثر على المراهق و على علاقته مع الذين يحيطون به مما تجعله يشعر بأنه ليس ذلك الطفل الصغير و أنه أصبح رجلا يستحق التقدير و الاحترام و يتمتع بالاستقلال الذاتي ، فهو في هذه المرحلة يعارض الأوامر و العقوبات و التهديدات التي يتلقاها سواء كانت من الأسرة أو المجتمع ، فهذه المرحلة تتصف بالاندفاع و التقلبات العاطفية التي تجعل من المراهق سريع التأثر و قليل الصبر و الاحتمال و التي تؤدي إلى القلق ، و أنه من المهم و الضروري عدم ترك المراهق يواجه هذه المصاعب لوحده بل يجب مساعدته و توجيهه توجيها صحيحا حتى يتمكن من تخطي هذه الصعوبات.

و تحقيقا لمبدأ التكامل و الاستمرار في النمو ، تهتم المدرسة الثانوية بالدرجة الأولى بحصة التربية البدنية و الرياضية لتنمية المهارات الحركية التي سبق و أن تعلمها في المراحل السابقة بغية تنمية التطور النفسي و الانفعالي و الاجتماعي و الجسمي و الحركي لكي تكون للتلميذ مكانة و مركز بين جماعته و تكيفه مع البرامج التعليمية.

**تمهيد :**

بعد أن تناولنا الجانب النظري لموضوع الدراسة الحالية ، لابد أن نتطرق إلى الجانب الميداني و الذي نسعى من خلاله للإجابة عن التساؤل العام للدراسة و ذلك قصد التحقق من صحة فرضيات الدراسة أو نفيها ، و هذا من خلال توزيع الاستبيان على العينة التي تم اختيارها و جمع المعلومات و العمل على ترتيبها و تصنيفها و تحليلها و استخلاص النتائج و الوقوف على ثوابت الموضوع المدروس و في الفصل الميداني سنتناول مجالات الدراسة و المتمثلة في المجال الزمني و المكاني و المنهج المستخدم فضلا عن تحديد الأدوات المستخدمة لجمع البيانات و المعلومات التي تهم الموضوع.

### 5-1- منهج الدراسة :

#### \*تعريف منهج البحث :

يمثل المنهج في البحث العلمي مجموعة من القواعد و الأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة انطلاقا من مبدأ أن هذه الأخيرة ليست ملكا لأحد لكنه بناء دائم و مستمر، و هو الطريقة التي يتبعها الباحث لدراسة المشكلة و اكتشاف الحقيقة و يختلف منهج البحث باختلاف المواضيع المعالجة و لهذا توجد عدة أنواع من المناهج العلمية.<sup>1</sup>

سنعتمد على "المنهج الوصفي" منهجا للدراسة فهو يعتمد على جمع الحقائق و تحليلها و تفسيرها و استخلاص دلالاتها و وضع مؤشرات و بناء تنبؤات مستقبلية و من ثم الوصول إلى تعميمات بشأن موضوع الدراسة كما أنه يحضى بمكانة خاصة في مجال البحوث التربوية لملائمته العديد من المشكلات التربوية كهذا النوع من الدراسات التي تهدف إلى وصف الظواهر و تحديد أبعادها و العلاقة بين متغيراتها.

### 5-2-الدراسة الاستطلاعية :

قبل الشروع في طبع الاستبيان و توزيعه على أفراد الدراسة المتمثلة في 140 تلميذا من تلاميذ المرحلة الثانوية ، قمنا بإجراء دراسة استطلاعية تمثلت في طبع و توزيع 15 استمارة إستبائية على عينة التقينا ها بالصدفة (عرضية) تنتمي إلى عينة بحثنا ، و ذلك من أجل الوقوف على مختلف المحاور التي يتم إدراجها في بحثنا هذا ، وفهم المبحوثين للأسئلة الموجهة إليهم كما قمنا بشرح محاور الاستبيان و توضيحها مع تقديم جملة من الإرشادات كحثهم على قراءة كل عبارة بعناية و الإجابة بطريقة شخصية و عدم ترك أي سؤال بدون إجابة، و قد تبين لنا من خلال تفريغ الاستبيان مختلف المحاور التي تؤدي إلى وصول الاستبيان إلى شكله النهائي و ذلك بعد (الصدق و الثبات) أن التلاميذ لم يجدوا أية صعوبة في فهم الاستبيان أو الإجابة عليه ، الأمر الذي جعلنا نقوم بطبع الاستبيان و توزيعه على باقي أفراد الدراسة التي أجرينا عليها البحث.

### 5-3- متغيرات البحث :

#### \*تعريف متغيرات البحث:

إن إشكالية فرضيات كل دراسة تصاغ على شكل متغيرات تؤثر إحداهما على الأخرى .

-**المتغير المستقل** : هو السبب المؤثر في الدراسة أي العامل المستعمل ، نريد من خلاله قياس النتائج...إلخ.

و في بحثنا هذا تمثل المتغير المستقل في :

<sup>1</sup> مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث , عمار بوحوش , ديوان المطبوعات الجامعية, الجزائر,1995ص89.

\*المستوى المعرفي

-**المتغير التابع:** هو الذي يوضح النتائج أو الجواب لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها و هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها و هي تتأثر بالمتغير المستقل.

و تمثل المتغير التابع في بحثنا هذا في :

\*أداء الأنشطة الرياضية الفردية.

### 5-4- أدوات الدراسة :

**5-4-1- المسح المكتبي :** دراسة مسحية مكتبية في مكتبات المستوى الوطني و ما له علاقة بمتغيرات بحثنا هذا دون أن ننسى الدراسات المشابهة و المرتبطة و هذا ما يفيد في الجانب النظري و كذا مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات ، و لأجل دراسة الإشكالية المطروحة رأينا أنه يلزم علينا أن نقوم بدراسة بعض المراجع التي لها علاقة مباشرة بهذه المشكلة و قد تطرقنا إلى عدة مراجع ، و هذا من خلال الإطلاع و القراءات النظرية و تحليل محتوى المراجع العلمية المتخصصة في مجال المستوى المعرفي في الطور الثانوي من أجل توفير المعطيات الكافية للموضوع من جميع النواحي و ذلك بهدف الغتمام التام و الشامل بكل ما يتعلق ببحثنا هذا كما تم الاستعانة و الاعتماد على الدراسات السابقة و المرتبطة و التي لها علاقة بموضوع بحثنا.

**5-4-2- أداة الدراسة (الاستبيان):** يعرف على أنه: "أداة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق استمارة معينة تحتوي على عدد من الأسئلة مرتبة بأسلوب منطقي مناسب ، يجري توزيعها على أشخاص معينين لتعبئتها<sup>1</sup>.

و في دراستنا قمنا بإعداد استبيان يظم (27) سؤالا مغلقا يحتمل كل سؤال ثلاث إجابات منها إجابة واحدة صحيحة حيث قسم الاستبيان إلى ثلاث محاور كالتالي:

\***المحور الأول :** سباق السرعة.

\***المحور الثاني :** دفع الجلة.

\***المحور الثالث :** الوثب الطويل.

### 5-4-3- صدق الأداة :

إن صدق الأداة المستخدمة في البحث مهما اختلف أسلوب القياس تعني قدرته على قياس ما وضعت من أجله أو الصفة المراد قياسها.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> منهجية البحث العلمي ، حسان هشام، ط1، مطبعة الفنون، الجزائر، 2007، ص112.

واقع الممارسة الرياضية في الطور الابتدائي و أثره على النمو النفسي الإجتماعي للتلاميذ، رسالة ماجستير، الحاج قفاري، 2010، ص126 .

## 5-الفصل الرابع :

### الإجراءات المنهجية للبحث

و للوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف البحث قمنا بعرضها على مجموعة من الأساتذة بمعهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية ممن لهم الخبرة في ميدان البحث العلمي. و بعد إبداء آرائهم و تقديمهم للملاحظات تم استبعاد و حذف عدد من الملاحظات و إدراج عبارات أخرى من ثم تعديل الاستبيان و إخرجه بصورته النهائية ليتم توزيعه على المبحوث.

#### 4-4-5- ثبات الأداة :

**تعريف ثبات الأداة :** يقصد أحمد محمد خاطر و زميله ثبات الاختبار هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج حينما يعاد الاختبار على نفس الأفراد و نفس الظروف.<sup>1</sup>

تم توزيع الاستبيان على عينة أولية و بعد مرور 20 يوما من هذه العملية أجريت العملية الثانية على نفس العينة و في نفس الظروف ثم عولجت النتائج إحصائيا باستخدام برنامج (spss) للمعالجة الإحصائية و القيمة المتحصل عليها بدت أقرب من 1 و تمثلت في 0.72 ما دل أن معامل ثبات الاستبيان موجب و بالتالي يمكن إعتبار نتائج الاستبيان ثابتة و مقبولة مما يعني الاستبيان يتمتع بثبات.

#### 5-5- مجتمع و عينة الدراسة :

**5-5-1- مجتمع الدراسة :** تمثل مجتمع بحثنا بتلاميذ المرحلة الثانوية لثانويتي مدينة سيدي عقبة و الذي كان تعدادهم 754 تلميذا على حسب مديري المؤسساتين ( 372 تلميذا بثانوية بشير بسكري ، و 382 تلميذا بمتقن السايب بولرباح).

**5-5-2- عينة الدراسة :** العينة هي عبارة عن ذلك الجزء من المجتمع (مجموعة جزئية ) الدراسة يتم اختيارها وفق طريقة و قواعد معينة و إجراء الدراسة عليها للحصول على معلومات ثم استخدام النتائج و تعميمها على كل مجتمع الدراسة.<sup>2</sup>

و من أجل اختبار صحة الفرضيات المقترحة للمبحث تم اختيار عينة قصدية من حيث العدد تحتوي على 140 تلميذ موزعين على ثانويتين و هما :

الثانويات	عدد التلاميذ ( إناث ، ذكور)
ثانوية بشير بسكري	85
متقن السايب بولرباح	55

<sup>1</sup> القياس في المجال الرياضي، أحمد محمد خاطر ، على فهمي بيك ، دار الكتاب الحديث، القاهرة 1996، ص23  
<sup>2</sup> القياس و التقويم في التربية و علم النفس، سامي محمد ملحم، دار المسيرة، عمان، 2000، ص220.

### 5-6- مجالات البحث :

\***المجال المكاني :** تم إجراء الجانب التطبيقي من بحثنا هذا (توزيع الاستبيان ثم جمعه) بثنائيتي مدينة سيدي عقبة ، و ذلك لعدة عوامل أهمها قرب المسافة و سهولة الاتصال.

\***المجال الزمني :** تم إجراء بحثنا هذا بشقيه النظري و التطبيقي في الفترة الممتدة ما بين 01 فيفري و 01 ماي 2022 بينما تم طبعه في الفترة الممتدة بين 01 و 04 ماي 2022.

### 5-7- المعالجة الإحصائية :

قمنا باستخدام برنامج (spss) من أكثر البرامج الإحصائية استخداما من قبل شريحة واسعة من الطلبة و الباحثين في مختلف الاختصاصات ، فقد أصبح علم الإحصاء في

السنوات الأخيرة أداة أساسية لا غنى عنها لتنظيم البيانات و تحليلها و إعداد التقديرات و التنبؤات المستقبلية وهذا بالنظر لكبر حجم البيانات التي يتعامل معها علم الإحصاء و اعتماده على أساليب كمية فقد برزت الحاجة إلى ضرورة استخدام الحاسب الشخصي لإنجاز العمليات الإحصائية مع اختصار الجهد و الوقت و بالدقة المطلوبة.

### \*المعالجة الإحصائية :

بعد مراجعة الاستثمارات قمنا بعملية تفريغ نتائج الاستبيان و حساب النسب المئوية لنتائج إجابات أفراد العينة ثم استخدام الدالة الإحصائية كا2 إضافة إلى قيمة احتمال المعنوية (sig) معتمدين في التحليل على برنامج (spss).

### \*خلاصة :

يمكن اعتبار هذا الفصل الذي تطرقنا من خلاله إلى المنهجية و طرق البحث ، من بين أهم الفصول التي تناولتها الدراسة لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات و العوامل التي كان بإمكانها أن تعيق السير الحسن للدراسة.

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل و المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات ، و بالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة ، و في هذا الفصل تناولنا أهم العناصر التي تقيّد الدراسة بشكل مباشر منها : المنهج المتبع ، متغيرات البحث ، الإطار المكاني و الزماني ، الدراسة الاستطلاعية ، مجتمع الدراسة ، أدوات البحث ، العمليات الإحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

عرض و تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان لتلاميذ الطور الثانوي

1-نتائج الفرضية الأولى : يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في سباق السرعة(100م)

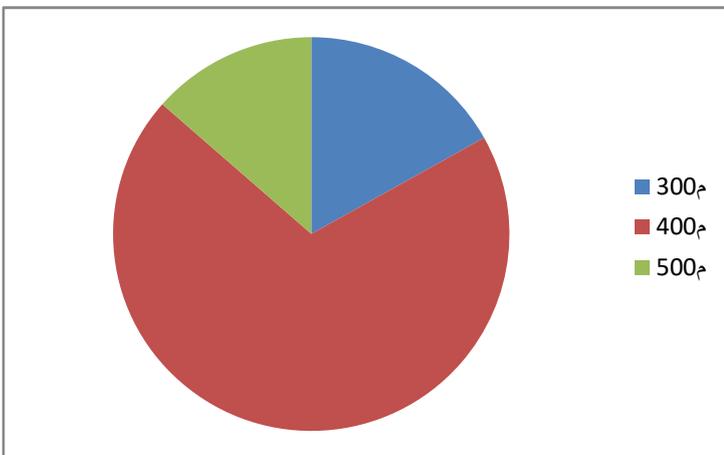
العبارة رقم (01) : كم يبلغ طول المضمار القانوني؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية	مستوى السرعة		قيمة كاف التربيع المحسوبة	قيمة احتمال المعنوية sig	القرار الإحصائي
			مرتفع	منخفض			
300م	22	15.7	10	12	0.24	0.88	غير دال
400م	97	69.3	41	56			
500م	21	15	8	13			
المجموع	140	100	59	81			

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (01) يبين مدى معرفة التلاميذ لطول المضمار القانوني



شكل رقم (01) يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ حول معرفة طول المضمار القانوني

## 6-الفصل الخامس :

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

### -مناقشة و تحليل النتائج :

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (01) و المتعلق بطول المضمار القانوني يبدو أن نسبة 15.7% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (300م) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 8.6% مستواهم منخفض و 7.1% مستواهم مرتفع ، أما نسبة 15% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (500م) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 9.3% منهم مستواهم منخفض و 5.7% مستواهم مرتفع ، و النسبة المتبقية و المقدرة ب 69.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (400م) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 40% مستواهم منخفض و 29.3% مستواهم مرتفع ، مما يعني أن معظم التلاميذ ليس لهم دراية بعرض الرواق في المضمار و أدائهم في سباق السرعة منخفض.

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.88) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

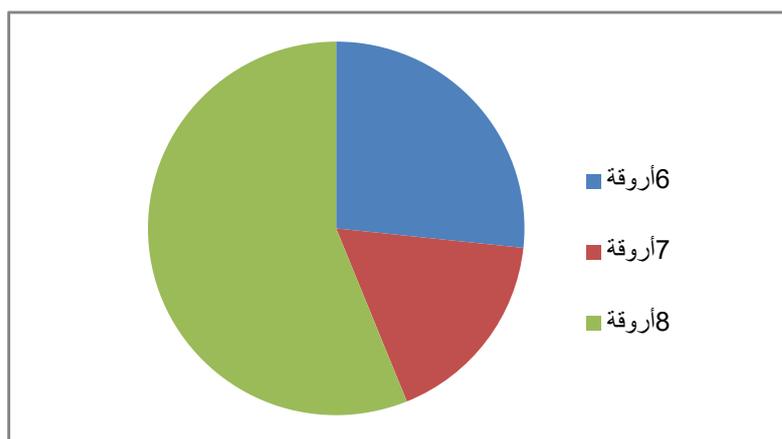
العبارة رقم (02): ما هو عدد أوراقه المضمار خارج القاعة ؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.53	1.25	20%	28	22.9%	32	42.9	60	6 أوراق
			12.9%	18	17.9%	25	30.7	43	7 أوراق
			9.3%	13	17.1%	24	26.4	37	8 أوراق
			42.1%	59	57.9%	81	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (02) يبين نتائج التلاميذ حول معرفة عدد أوراقه المضمار خارج القاعة



شكل رقم (02): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ حول معرفة عدد أوراقه المضمار خارج القاعة

### -مناقشة و تحليل النتائج :

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (02) و المتعلق بعدد أروقة المضمار خارج القاعة وجدنا أن نسبة 42.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (6 أروقة) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 22.9% مستواهم منخفض و 20% مستواهم مرتفع، أما نسبة 30.7% فقد أجابوا الإجابة الثانية (7 أروقة) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 17.9% منهم مستواهم منخفض و 12.9% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة بـ 26.4% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (8 أروقة) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 17.1% مستواهم منخفض و 9.3% مستواهم مرتفع ، مما يوضح أن معظم التلاميذ ليس لهم دراية بعدد أروقة المضمار خارج القاعة و أدأؤهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.53) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا يوجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

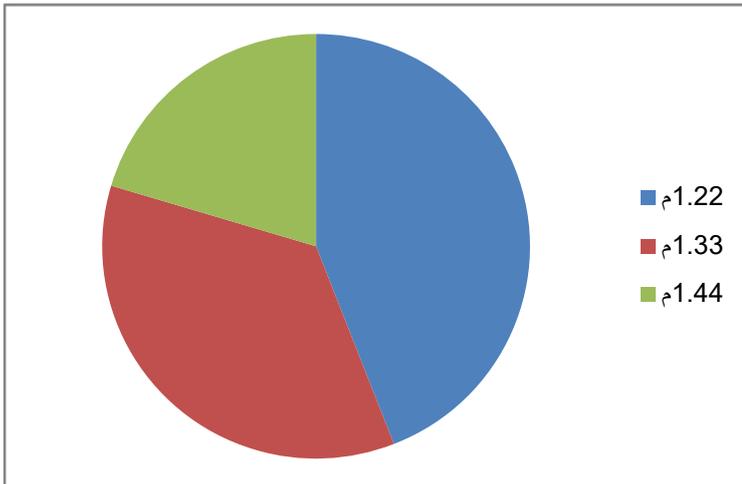
العبارة رقم (03): ما عرض كل رواق في المضمار؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
غير دال	0.38	1.89	18.6%	26	20%	28	38.6	54	م1.22
			15%	21	27.1%	38	42.1	59	م1.33
			8.6%	12	10.7%	15	19.3	27	م1.44
			42.1%	59	57.9%	81	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (03) يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفة عرض الرواق في المضمار



شكل رقم (03) : يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعرض الرواق في المضمار.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (03) و المتعلق بعرض الرواق في المضمار يبدو أن نسبة 42.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (1.33م) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 27.1% مستواهم منخفض و 15% مستواهم مرتفع، أما نسبة 19.3% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (1.44م) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 10.7% منهم مستواهم منخفض و 8.6% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة ب38.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (1.22م) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 20% مستواهم منخفض و 18.6% مستواهم مرتفع ، مما يوضح أن معظم التلاميذ ليس لهم دراية بعرض الرواق في المضمار .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.38) أقل من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا يوجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

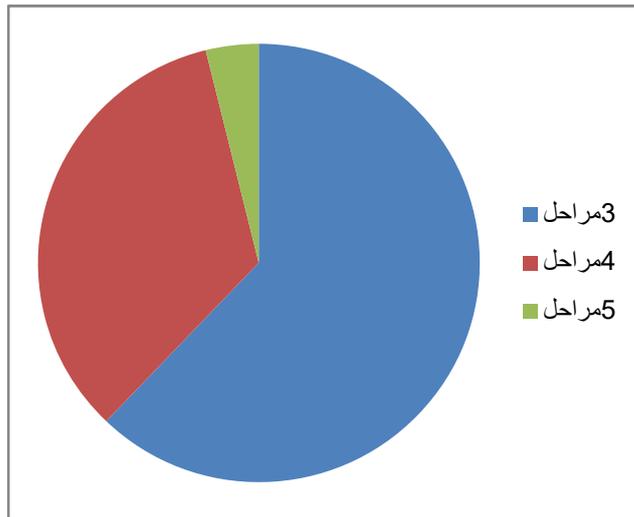
العبارة رقم (04) : ما هو عدد المراحل الفنية لسباق (100م)؟

الغرض منه : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
غير دال	0.29	2.44	22.5%	31	36.2%	50	58.7	81	3 مراحل
			12.3%	17	16.7%	23	29	41	4 مراحل
			7.2%	10	5.1%	7	12.3	18	5 مراحل
			42%	58	58%	80	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (04) يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المراحل الفنية لسباق السرعة (100م)



شكل رقم (04) : يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المراحل الفنية لسباق السرعة (100م).

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (04) و المتعلق بعدد المراحل الفنية في سباق 100م نجد أن نسبة 29% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (4مراحل) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 16.7% مستواهم منخفض و 12.3% مستواهم مرتفع، أما نسبة 12.3% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (5مراحل) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 5.1% منهم مستواهم منخفض و 7.2% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية و هي الأكبر و المقدرة بـ 58.7% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (3مراحل) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 36.2% مستواهم منخفض و 22.5% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بعدد المراحل الفنية لسباق السرعة (100م) إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.29) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا يوجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

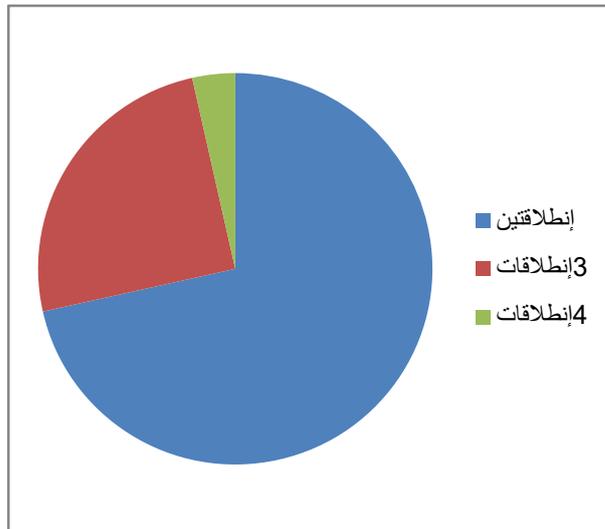
العبارة رقم (05) : يقصى المتسابق عندما يخطئ في:

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب القانوني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
دال	0.04	60.7	28.6%	40	32.9%	46	61.4	86	إنطالقتين
			10%	14	23.6%	33	33.6	47	3إنطالقات
			3.6%	5	1.4%	2	05	07	4إنطالقات
			42.1%	59	57.9%	81	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (05) : خاص بمدى معرفة التلاميذ لعدد الانطالقات الخاطئة المسموح بها قانونيا.



شكل رقم (05) : يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول معرفتهم لعدد الانطالقات الخاطئة المسموح بها قانونيا

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (05) و المتعلق بعدد الانطلاقات الخاطئة المسموح بها قانونيا نجد أن نسبة 33.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (3إنطلاقات) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 23.6% مستواهم منخفض و 10% مستواهم مرتفع، أما نسبة 5% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (4إنطلاقات) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 1.4% منهم مستواهم منخفض و 3.6% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية و هي الأكبر و المقدره ب61.4% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (انطقتين) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 32.9% مستواهم منخفض و 28.6% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بعدد الانطلاقات الخاطئة المسموح بها قانونيا إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.04) أقل من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس :

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

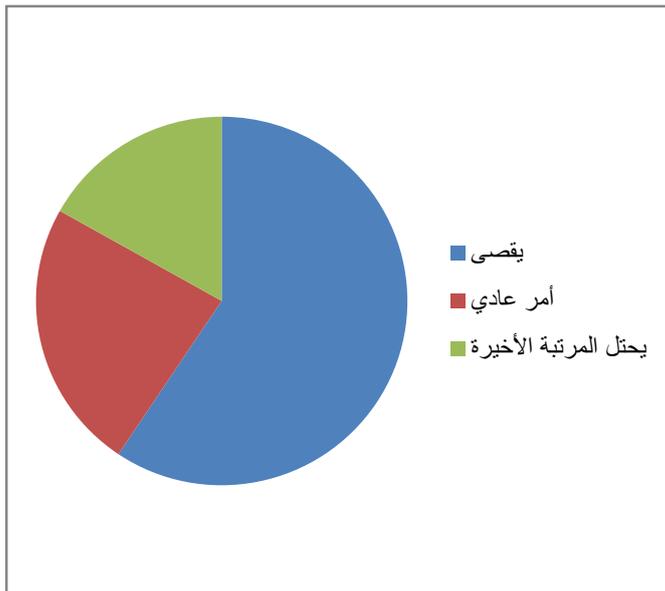
العبارة رقم (06): عندما يضع المتسابق رجله في رواق زميله:

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب القانوني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع		منخفض				
غير دال	0.24	2.82	25%	35	27.9%	39	52.9	74	يقصى
			10%	14	21.4%	30	31.4	44	أمر عادي
			7.1%	10	8.6%	12	15.7	22	يحتل المرتبة الأخيرة
			42.1%	59	57.9%	81	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (06): يمثل نتائج معرفة التلاميذ للإجراء القانوني الذي يتلقاه التلميذ عندما يضع رجله في رواق زميله



شكل رقم (06) : يمثل النسب المئوية لنتائج معرفة التلاميذ للإجراء القانوني الذي يتلقاه التلميذ عندما يضع رجله في رواق زميله

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (06) و المتعلق بنتائج معرفة التلاميذ للإجراء القانوني الذي يتلقاه التلميذ عندما يضع رجليه في رواق زميله نجد أن نسبة 31.4% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (أمر عادي) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 21.4% مستواهم منخفض و 10% مستواهم مرتفع، أما نسبة 15.7% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (يحتمل المرتبة الأخيرة) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 8.6% منهم مستواهم منخفض و 7.1% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية و هي الأكبر و المقدرة بـ 52.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (يقصى) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 27.9% مستواهم منخفض و 25% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بالإجراء القانوني الذي يتلقاه التلميذ عندما يضع رجليه في رواق زميله إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.24) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

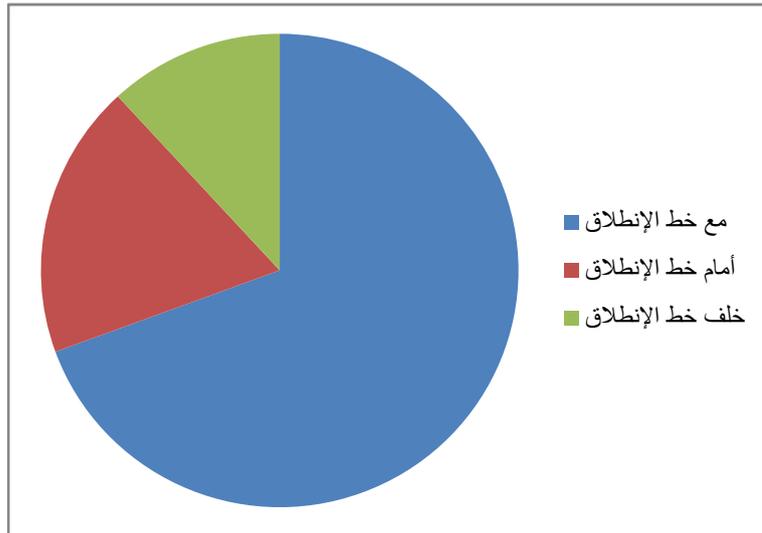
العبرة رقم (07): كيف تكون وضعية الأيدي و الأرجل عند الانطلاق؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
غير دال	0.5	1.30	29.3%	41	39.3%	55	68.6	96	مع خط الانطلاق
			7.9%	11	14.3%	20	22.1	31	أمام خط الانطلاق
			5%	7	4.3%	6	9.3	13	خلف خط الانطلاق
			42.1%	59	57.9%	81	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (07) : يمثل نتائج التلاميذ حول معرفتهم لوضعية الأيدي عند الانطلاق.



شكل رقم (07): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ حول معرفتهم لوضعية الأيدي عند الانطلاق.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (07) و المتعلق بوضعية الأيدي أثناء الانطلاق نجد أن نسبة 22.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (أمام خط الانطلاق) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 14.3% مستواهم منخفض و 7.9% مستواهم مرتفع، أما نسبة 68.6% فقد أجابوا الإجابة الأولى (مع خط الانطلاق) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 39.3% منهم مستواهم منخفض و 29.3% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية و المقدرة بـ 9.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (خلف خط الانطلاق) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 4.3% مستواهم منخفض و 5% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ لا يعرفون وضعية الأيدي و الأرجل عند الانطلاق بها و في نفس الوقت مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.5) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

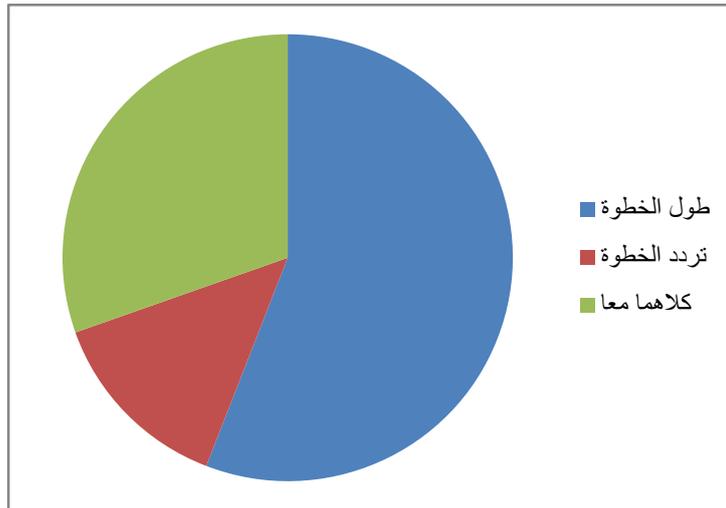
العبارة رقم (08): ترتبط سرعة العداء ب:

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
غير دال	0.81	0.41	23.7%	33	30.2%	42	54	75	طول الخطوة
			5.8%	8	10.1%	14	15.8	23	تردد الخطوة
			12.9%	18	17.3%	24	30.2	42	كلاهما معا
			42.4%	59	57.6%	80	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (08): يمثل نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لما ترتبط به سرعة العداء.



شكل رقم (08): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لما ترتبط به سرعة العداء.

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (08) و المتعلق بما ترتبط به سرعة العداء نجد أن نسبة 54% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (طول الخطوة) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 30.2% مستواهم منخفض و 23.7% مستواهم مرتفع، أما نسبة 15.8% فقد أجابوا الإجابة الثانية (تردد الخطوة) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 10.1% منهم مستواهم منخفض و 5.8% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية و المقدرة بـ 30.2% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (كلاهما معا) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 17.3% مستواهم منخفض و 12.9% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ لا يعرفون بماذا ترتبط سرعة العداء .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.81) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

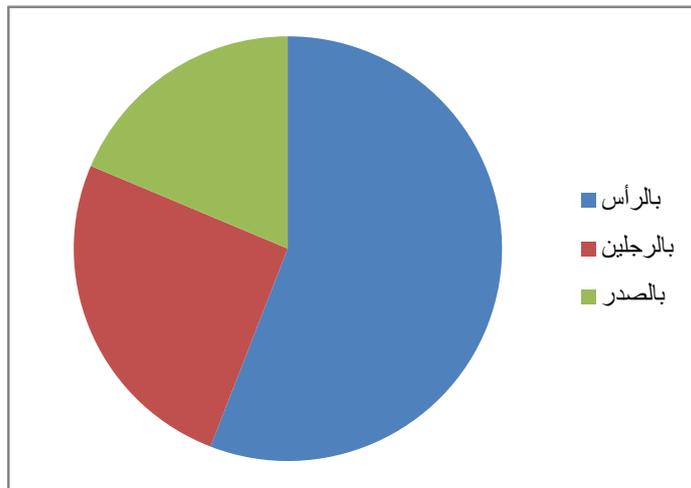
العبرة رقم (09): كيف يكون الدخول الجيد في نهاية السباق؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.24	2.84	23.7%	33	31.7%	44	54	77	بالرأس
			10.8%	15	9.4%	13	15.8	28	بالرجلين
			7.9%	11	16.5%	23	30.2	35	بالصدر
			42.1%	59	57.6%	80	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (09) : يمثل نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة الجيدة للدخول في نهاية السباق.



شكل رقم (09): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة الجيدة للدخول في نهاية السباق.

## 6-الفصل الخامس :

### عرض و تحليل و مناقشة النتائج

#### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (09) و المتعلق بطريقة الدخول الجيدة في نهاية السباق نجد أن نسبة 15.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (بالرجلين) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 9.4% مستواهم منخفض و10.8% مستواهم مرتفع، أما نسبة 30.2% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (بالصدر) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 16.5% منهم مستواهم منخفض و 7.9% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية وهي الأكبر و المقدرة ب54% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (بالرأس) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 31.7% مستواهم منخفض و23.7% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم لطريقة الدخول الجيد في نهاية السباق قانونيا إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.24) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

### \*مناقشة الفرضية الأولى :

على ضوء نتائج البحث و المتمثلة في إجابات التلاميذ على عبارات الاستبيان و المتحصل عليها من عبارات الفرضية الأولى المتمحورة حول سباق السرعة (100م) خاصة ما تعلق بالجانب القانوني و النقص الذي يعانون منه متعلق في معضمه بالجانب الفني ما يعكس أن الكثير من أساتذة التعليم الثانوي لا يبرمجون حصصا نظرية كافية حوله ، رغم ذلك إلا أن غالبيتهم يعانون من ضعف في الأداء الرياضي ، إذ أن نتائجهم متدنية في مجملها ، وقد يرجع ذلك لأسباب منها أن سباق السرعة يحتكر غالبا على المؤسسات التربوية دون غيرها حيث ان التلاميذ ليس لديهم فضاءات بها مضامير أو أروقة مقسمة بطريقة قانونية تدفعهم إلى ممارسة هذا النوع من الأنشطة خارجها، كما أن الثقافة الرياضية للمنطقة متدنية في مستواها إذ لا نكاد نجد مسابقات لسباقات السرعة بالمنطقة.

و بما أن اغلب عبارات الاستبيان غير دالة يتأكد أن الفرضية الأولى : (يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في سباق السرعة) غير محققة.

و هذا ما توافق مع دراسة الأستاذين الباحثين أ- ساعة صالح عبيدات ، د- ناجح محمد الذيابات و تعارض مع دراسة الطالبين الباحثين قبال محمد و إلياس وليد إذ ان أفراد عينة دراستنا لا يعانون من نقص في المستوى المعرفي في مجال سباق السرعة (100م) بقدر ما يعانون من نقص الأداء الرياضي .

### \*استنتاج المحور الأول :

بعد عرض و تحليل و مناقشة النتائج المبينة في الجداول تبين لنا أن معظم التلاميذ لديهم مستوى معرفي جيد في مجال سباق السرعة (100م) إلا أنهم يعانون من نقص في الأداء الرياضي ، ما نستنتج منه أن التلاميذ و رغم مستواهم المعرفي الجيد إلا أنهم يعانون من نقص الفضاءات و المنشآت الرياضية التي يجسدون فيها ذلك على ارض الواقع ، حيث أنهم داخل المؤسسات التربوية يزاولون النشاط داخل القاعات الخاصة بالأنشطة الجماعية أو ساحة المؤسسة ، أما خارجها فالفضاءات الرياضية الخاصة بممارسة نشاط السرعة منعدمة تماما ، خاصة في ظل غياب من يدعمهم من هيئات أو جمعيات متخصصة في هذا المجال إذ ان الثقافة الرياضية في المنطقة تركز غالبا على الأنشطة الجماعية ، كما يرجع التناقض الذي وصلت إليه دراستنا إلى عدم توفيق الأساتذة للتنسيق بين الجانب المعرفي و الجانب التطبيقي، و عدم اهتمامهم بعناصر اللياقة البدنية للتلاميذ و المتعلقة بهذا النشاط ، و الذي ينعكس بطبيعة الحال على أدائهم الرياضي.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

2- نتائج الفرضية الثانية : يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في دفع الجلة.

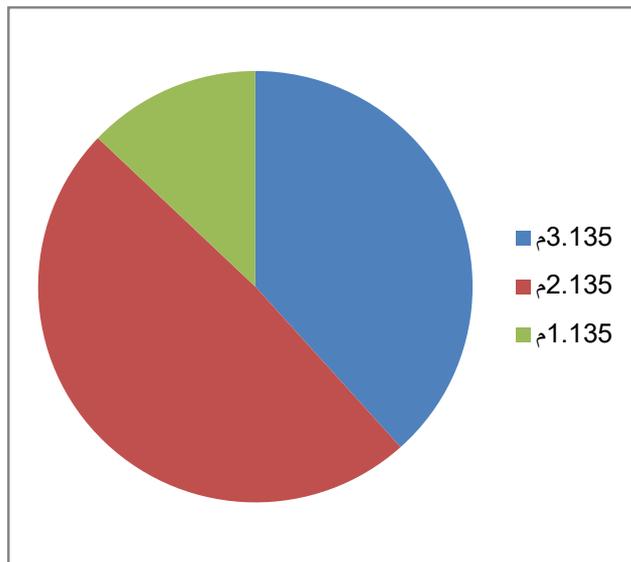
العبارة رقم (10): كم يبلغ قطر دائرة الرمي؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف الترتيب المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.39	1.84	10.7%	15	19.3%	27	30	42	3.135م
			13.6%	19	41.4%	58	55	77	2.135م
			3.6%	5	11.9%	16	15	21	1.135م
			27.9%	39	72.1%	101	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (01) يمثل نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطول قطر دائرة الرمي.



شكل رقم (01) : يمثل النسبة المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطول قطر دائرة الرمي.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (10) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطول قطر دائرة الرمي نجد أن نسبة 30% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (3.135م) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 19.3% مستواهم منخفض و10.7% مستواهم مرتفع، أما نسبة 15% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (1.135م) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 11.9% منهم مستواهم منخفض و 3.6% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية وهي الأكبر و المقدره ب55% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (2.135م) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 41.4% مستواهم منخفض و13.6% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم لطول قطر دائرة ارمي إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.39) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

العبارة رقم(11): كم يبلغ وزن الجلة عند الذكور؟

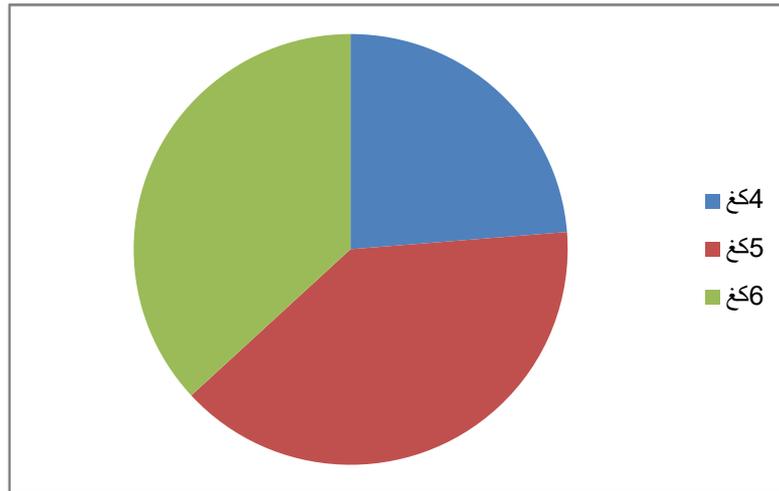
الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.74	0.58	6.5%	9	20.9%	29	27.3	38	4كغ
			10.8%	15	29.5%	41	40.3	56	5كغ
			10.1%	14	22.3%	31	32.4	46	6كغ
			27.3%	39	72.7%	101	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (11): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوزن الجلة عند الذكور

شكل رقم(11) : يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوزن الجلة عند الذكور



**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (11) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوزن الجلة عند الذكور نجد أن نسبة 27.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (4كغ) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 20.9% مستواهم منخفض و6.5% مستواهم مرتفع، أما نسبة 31.4% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (6كغ) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 22.3% منهم مستواهم منخفض و 10.1% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية وهي الأكبر و المقدره ب40.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (5كغ) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 29.5% مستواهم منخفض و10.1% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم لوزن الجلة عند الذكور إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.74) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

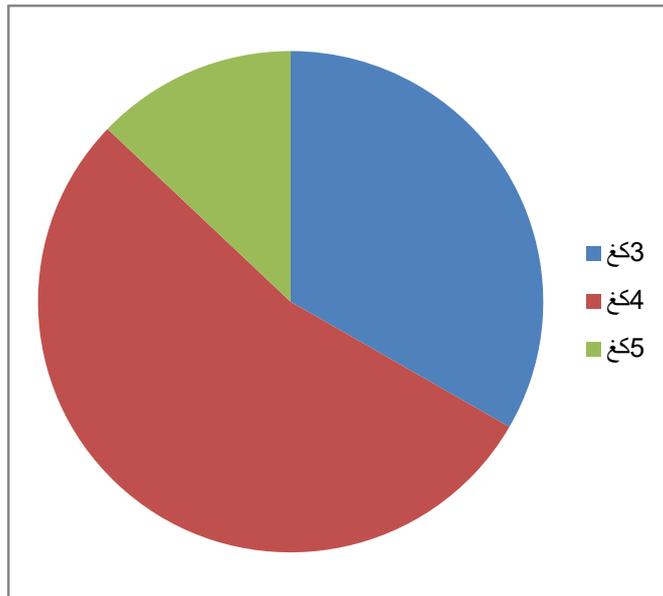
العبارة رقم (12) : كم يبلغ وزن الجلة عند الإناث؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التريبع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.16	3.56	9.3%	13	35%	49	44.3	62	3كغ
			15%	21	32.9%	46	47.9	67	4كغ
			3.6%	5	4.3%	6	7.9	11	5كغ
			27.9%	39	72.1%	101	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم(12): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوزن الجلة عند الإناث



شكل رقم(12): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوزن الجلة عند الإناث.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (12) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوزن الجلة عند الإناث نجد أن نسبة 47.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (4كغ) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 32.9% مستواهم منخفض و9.3% مستواهم مرتفع، أما نسبة 7.9% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (5كغ) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 4.3% منهم مستواهم منخفض و 3.6% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية وهي الأكبر و المقدر بـ44.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (3كغ) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 35% مستواهم منخفض و9.3% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم لوزن الجلة عند الإناث إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.16) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس :

### عرض و تحليل و مناقشة النتائج

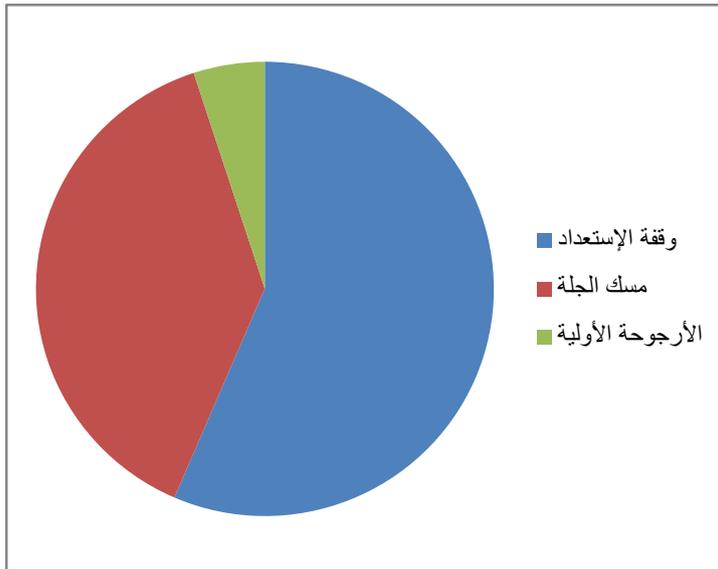
العبارة رقم (13): تبدأ كل طريقة فنية في دفع الجلة ب:

الغرض منها : معرفة مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التريبع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
دال	0.00	0.39	15.7%	22	37.9%	53	53.6	75	وقفة الاستعداد
			10.7%	15	28.6%	39.3	39.3	55	مسك الجلة
			1.4%	2	5.7%	7.1	7.1	10	الأرجوحة الأولية
			27.9%	39	72.1%	100	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (13): يوضح نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطريقة البداية الصحيحة في دفع الجلة.



شكل رقم (13): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطريقة البداية الصحيحة في دفع الجلة.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (13) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطريقة البداية الصحيحة في دفع الجلة نجد أن نسبة 39.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (مسك الجلة) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 28.6% مستواهم منخفض و10.6% مستواهم مرتفع، أما نسبة 7.1% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (الأرجوحة الأولية) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 5.7% منهم مستواهم منخفض و 1.4% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية وهي الأكبر و المقدره ب53.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (وقفة الاستعداد) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 37.9% مستواهم منخفض و15.9% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم لطريقة البداية الصحيحة في دفع الجلة إلا أن مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس :

### عرض و تحليل و مناقشة النتائج

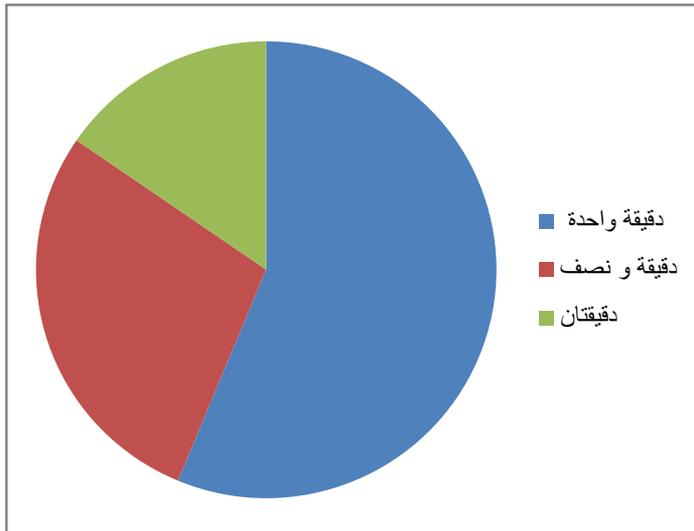
العبارة رقم (14): ما هو الوقت المسموح به ليبدأ اللاعب محاولته؟

الغرض منه: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب القانوني.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية	مستوى السرعة		قيمة كاف الترييع المحسوبة	قيمة احتمال المعنوية sig	القرار الإحصائي
			مرتفع	منخفض			
دقيقة واحدة	71	50.7	49	35%	1.10	0.00	دال
دقيقة و نصف	49	35	35	27.1%			
دقيقتان	20	14.3	14.3	10%			
المجموع	140	100	100	72.1%			

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (14) : يوضح نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للوقت القانوني المسموح به حتى يبدأ اللاعب محاولته.



شكل رقم(14): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للوقت القانوني المسموح به حتى يبدأ اللاعب محاولته.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (14) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للوقت القانوني المسموح به حتى يبدأ اللاعب محاولته نجد أن نسبة 35% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (دقيقة و نصف) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 35% مستواهم منخفض و15.7% مستواهم مرتفع، أما نسبة 14.3% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (دقيقتان) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 10% منهم مستواهم منخفض و 4.3% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية و هي الأكبر و المقدره ب50.7% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (دقيقة واحدة) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 35% مستواهم منخفض و15.7% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بالوقت المسموح به قانونيا ليبدأ اللاعب محاولته إلا ان مستواهم منخفض .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

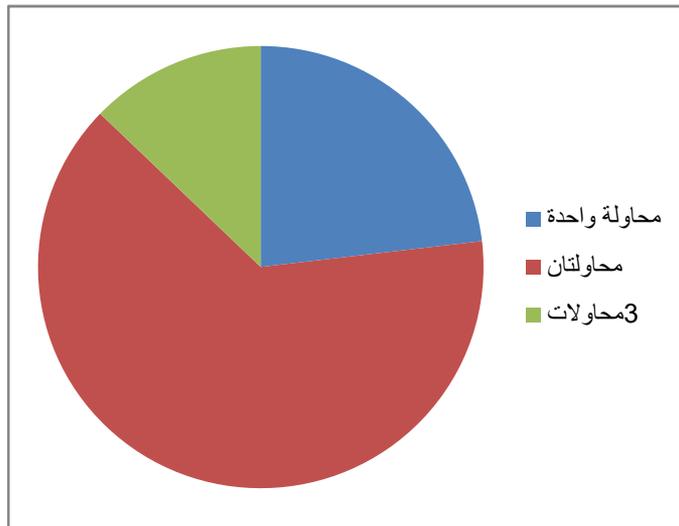
العبرة رقم (15): كم محاولة يحضى بها اللاعب في دفع الجلة؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب القانوني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
دال	0.00	1.55	6.5%	9	18%	25	24.5	34	محاولة واحدة
			18%	26	38.8%	54	56.8	79	محاولتان
			3.6%	5	15.1%	18.7	18.7	27	3محاولات
			28.1%	40	71.9%	100	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم(15): يمثل نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المحاولات التي يحضى بها اللاعب في دفع الجلة.



شكل رقم (15): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المحاولات التي يحضى بها اللاعب في دفع الجلة.

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (15) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المحاولات التي يحضى بها اللاعب في دفع الكرة نجد أن نسبة 56.8% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (محاولتان) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 38.8% مستواهم منخفض و18% مستواهم مرتفع، أما نسبة 24.5% فقد أجابوا الإجابة الأولى (محاولة واحدة) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 18% منهم مستواهم منخفض و 6.5% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدره ب18.7% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (3محاولات) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 15.1% مستواهم منخفض و3.6% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ ليست لهم معرفة لعدد المحاولات التي يحضى بها اللاعب في دفع الكرة و مستواهم كان منخفضا .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس :

### عرض و تحليل و مناقشة النتائج

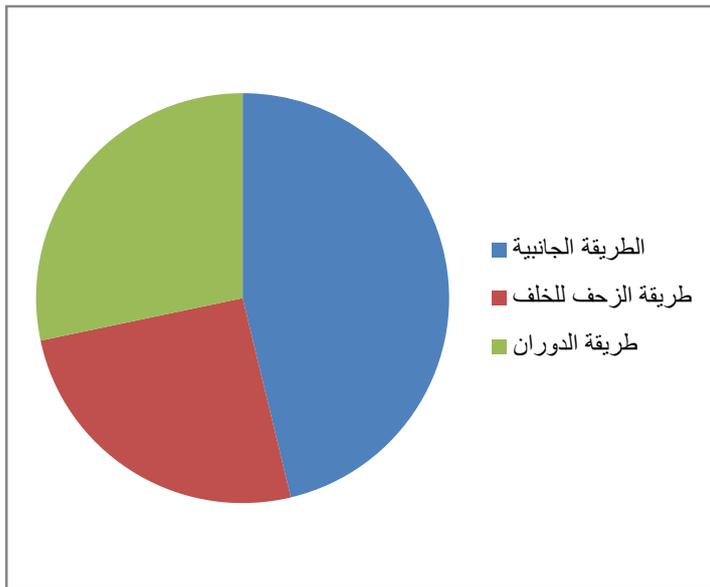
العبارة رقم(16): ما طريقة أوبراين؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.44	2.36	12.9%	18	24.3%	34	37.1	52	الطريقة الجانبية
			7.1%	10	27.1%	38	34.3	48	طريقة الزحف للخلف
			7.9%	11	20.7%	29	28.6	40	طريقة الدوران
			27.9%	39	72.1%	101	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (16): يوضح نتائج معرفة التلاميذ لطريقة أوبراين



شكل رقم (16): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ حول معرفة طريقة أوبراين

## 6-الفصل الخامس :

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (16) و المتعلق معرفة التلاميذ لطريقة أوبراين نجد أن نسبة 37.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (الطريقة الجانبية) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 24.3% مستواهم منخفض و12.9% مستواهم مرتفع، أما نسبة 28.6% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (طريقة الدوران) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 20.7% منهم مستواهم منخفض و 7.9% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة ب34.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (طريقة الزحف للخلف) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 27.1% مستواهم منخفض و7.1% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ ليست لهم دراية بطريقة أوبراين و مستواهم منخفض في نفس الوقت .

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.44) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

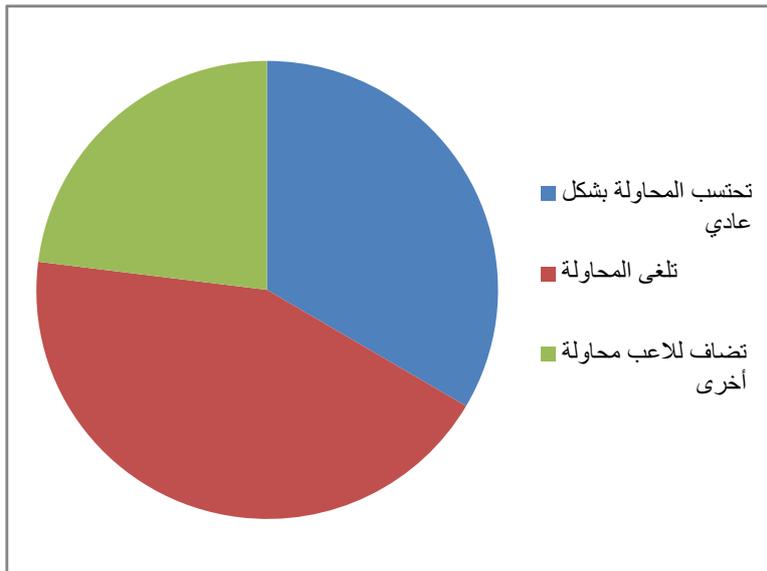
## 6-الفصل الخامس :

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

العبارة رقم (17): إذا خرج اللاعب من الدائرة خروجاً صحيحاً لكن قبل ملامسة الجلة للأرض:

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب القانوني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كافي الترتيب المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
دال	0.04	0.14	9.3%	13	24.3%	34	33.6	47	تحتسب المحاولة بشكل عادي
			12.1%	17	29.3%	41	41.4	58	تلغى المحاولة
			6.4%	9	18.6%	26	25	35	تضاف للاعب محاولة أخرى
			27.9%	39	72.1%	101	100	140	المجموع
درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05									



جدول رقم (17): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم بالإجراء القانوني الذي يطبق على اللاعب عند خروجه من الدائرة خروجاً صحيحاً قبل ملامسة الجلة للأرض.

شكل رقم (17): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للإجراء القانوني الذي يطبق على اللاعب عند خروجه من

الدائرة خروجاً صحيحاً قبل ملامسة الجلة للأرض

## 6-الفصل الخامس :

### عرض و تحليل و مناقشة النتائج

#### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (17) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للإجراء القانوني الذي يطبق على اللاعب عند خروجه من الدائرة خروجاً صحيحاً قبل ملامسة الكرة للأرض نجد أن نسبة 33.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (تحتسب المحاولة بشكل عادي) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 24.3% مستواهم منخفض و9.3% مستواهم مرتفع، أما نسبة 25% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (تضاف للاعب محاولة أخرى) و هي إجابة خاطئة أيضاً حيث ما نسبته 18.6% منهم مستواهم منخفض و 6.4% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة بـ41.4% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (تلغى المحاولة) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 29.3% مستواهم منخفض و12.1% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم للإجراء القانوني إلا أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.04) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

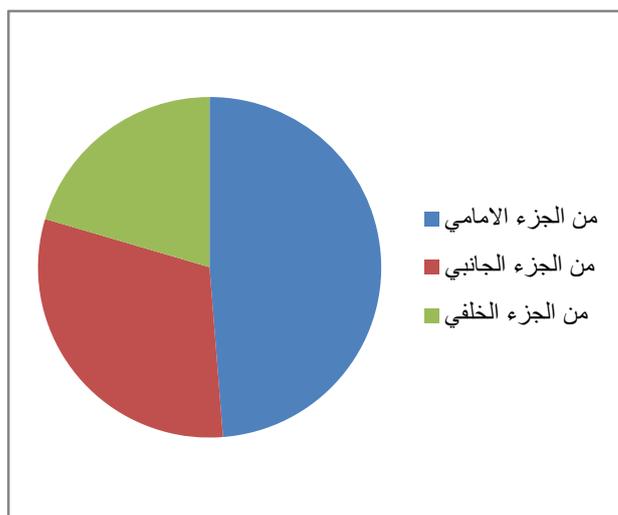
العبارة رقم(18): كيف يغادر اللاعب الدائرة بعد دفع الجلة؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب القانوني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
دال	0.00	2.33	13.6%	19	26.4%	37	40	56	من الجزء الأمامي
			8.6%	12	22.9%	32	31.4	44	من الجزء الجانبي
			5.7%	8	22.9%	32	28.6	40	من الجزء الخلفي
			27.9%	39	72.1%	101	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم(18): يوضح نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة الصحيحة التي يغادر بها اللاعب الدائرة بعد دفع الجلة



شكل رقم(18): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة الصحيحة التي يغادر بها اللاعب الدائرة بعد دفع الجلة.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (18) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة الصحيحة التي يغادر بها اللاعب الدائرة بعد دفع الكرة نجد أن نسبة 40% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (من الجزء الأمامي) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 26.4% مستواهم منخفض و13.6% مستواهم مرتفع، أما نسبة 31.4% فقد أجابوا الإجابة الثانية (من الجزء الجانبي) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 22.9% منهم مستواهم منخفض و 8.6% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة بـ28.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (من الجزء الخلفي) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 22.9% مستواهم منخفض و5.7% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ لا يعرفون الطريقة الصحيحة التي يغادر بها اللاعب الدائرة بعد دفع الكرة0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

**\*مناقشة الفرضية الثانية:**

على ضوء نتائج البحث و المتمثلة في إجابات التلاميذ على عبارات الاستبيان و المتحصل عليها من عبارات الفرضية الثانية المتمحورة حول دفع الجلة، تبين لنا أن غالبية التلاميذ ليس لديهم مستوى معرفي جيد في هذا المجال ، كما أن مستواهم متدني و هذا قد يرجع أساسا إلى قلة الحصص النظرية أو عدم وجودها أصلا و الذي يحول دون الفهم الجيد للمادة ، بالإضافة إلى انعدام الكتاب المدرسي الخاص بالتربية البدنية و الرياضية و الذي قد يعتمد عليه كل من الأستاذ و التلميذ في بناء معارف حول المادة و الذي يساعد التلاميذ على فهم القوانين المتعلقة بالأنشطة الرياضية إذ أن الجهل بها يؤثر على النتائج و الأداء و كثيرا ما يقصى اللاعب من المنافسة ، كما أن سوء التنسيق بين الحصص التطبيقية و النظرية إن وجدت يؤثر سلبا على الجانبين المعرفي و التطبيقي، ضف إلى ذلك عدم وجود كتب في المجال الرياضي في مكتبات المؤسسات التربوية يثري بها التلاميذ معلوماتهم، و من العوامل التي قد تؤثر على الأداء الرياضي نقص المنشآت و الوسائل الرياضية بالمؤسسات التربوية ما يحول عائقا دون تحقيق الأهداف المرجوة إذ لا يملك التلميذ تصورات حول المهارة أو المكان الخاص بها و الذي تؤدي فيه.

و بما أن أغلب عبارات الاستبيان دالة يتأكد أن الفرضية الثانية: ( يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في دفع الجلة) محققة.

و هذا ما أكده كل من الطلبة الباحثين بجاوي فاضلي، قidal محمد و إلياس وليد في دراستهم إذ يشيرون إلى أهمية الجانب المعرفي في التربية البدنية و الرياضية كونه يؤثر على الأداء.

**\*استنتاج المحور الثاني:**

مما لا شك فيه أن للجانب المعرفي لدفع الجلة تأثير كبير على الأداء الرياضي فعم إمام التلاميذ بقوانينها يحول دون تحقيق النتائج المرجوة و يعيق سير العملية الرياضية التربوية ، و قد استنتجنا من خلال دراستنا أن غالبية التلاميذ لا يملكون المعارف الرياضية اللازمة و التي تساعدهم على تحقيق الأداء الرياضي ، كما أنهم لا يتلقون دروسا و شروحات نظرية أو توضيحية حول دفع الجلة خاصة على الميدان ، إضافة إلى عدم اهتمامهم بالأنشطة الفردية عامة و دفع الجلة بصفة خاصة، و ذلك لأنها تقتصر على المؤسسات التربوية فقط و لا نجد لها أندية أو مراكز تكوين خاصة بمثل هاته الأنشطة خارج المؤسسة.

## 6-الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

3- نتائج الفرضية الثالثة : يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في الوثب الطويل.

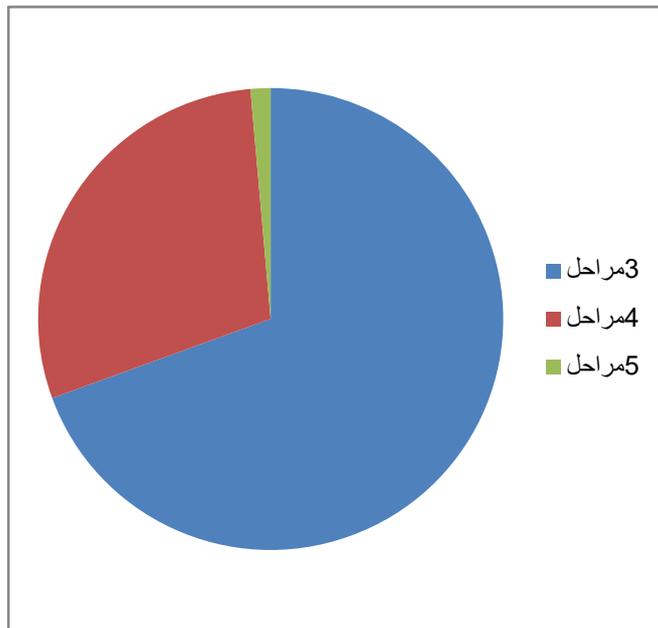
العبارة رقم (19): ما هو عدد المراحل الفنية للوثب الطويل؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإحصائي	القرار	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كافي الترتيب المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
				مرتفع	منخفض					
دال	0.000	1.01		5%	7	59.3%	83	64.3	90	3مراحل
				2.1%	3	25%	35	27.1	38	4مراحل
				0.1%	0	8.5%	12	8.6	12	5مراحل
				7.2%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (19): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المراحل الفنية للوثب الطويل



شكل رقم (19): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لعدد المراحل الفنية للوثب الطويل.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (19) و المتعلق بعدد المراحل الفنية للوثب الطويل نجد أن نسبة 64.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (3مراحل) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 59.3% مستواهم منخفض و5% مستواهم مرتفع، أما نسبة 8.6% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (5مراحل) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 8.5% منهم مستواهم منخفض و 0.1% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة ب27.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (4مراحل) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 25% مستواهم منخفض و2.1% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ ليست لهم معرفة بعدد المراحل الفنية للوثب الطويل كما أن مستواهم كان منخفضا

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

العبرة رقم (20): كيف تكون السرعة في مرحلة الاقتراب؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التريبع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض							
دال	0.00	7.30	2.9%	4	64.3%	90	67.1	94	من أدنى سرعة إلى أقصى سرعة		
			4.2%	6	20.7%	29			25	35	من أقصى سرعة إلى أدنى سرعة
			0%	0	7.9%	11			7.9	11	ثابتة من البداية إلى النهاية
			7.1%	10	92.9%	130			100	140	المجموع
درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05 =											

جدول رقم (20): يوضح نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للسرعة الجيدة في مرحلة الاقتراب



شكل رقم (20): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للسرعة الجيدة في مرحلة الاقتراب

## -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (20) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للسرعة الجيدة في مرحلة الاقتراب نجد أن نسبة 25% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (من أقصى سرعة إلى أدنى سرعة) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 20.7% مستواهم منخفض و4.2% مستواهم مرتفع، أما نسبة 7.9% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (ثابتة من البداية إلى النهاية) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 7.9% منهم مستواهم منخفض و ليس موجود من بينهم تلميذ مستواه مرتفع، و النسبة المتبقية المقدره ب64.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (من أدنى سرعة إلى أقصى سرعة) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 64.3% مستواهم منخفض و2.9% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بالطريقة التي تكون بها السرعة في مرحلة الاقتراب إلا أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## 6-الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

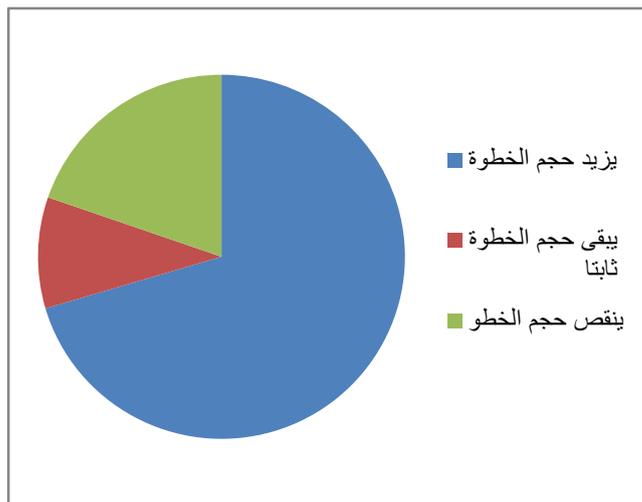
العبارة رقم(21): في الثلاث خطوات الأخيرة في مرحلة الاقتراب:

الهدف منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربيع المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
دال	0.00	0.76	5%	7	57.9%	81	62.9	88	يزيد حجم الخطوة
			0.7%	1	20%	28	20.7	29	يبقى حجم الخطوة ثابتا
			1.4%	2	15%	21	16.4	23	ينقص حجم الخطوة
			7.1%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (21): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة التي تكون بها الثلاث خطوات الأخيرة في مرحلة الاقتراب.



شكل رقم (21): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطريقة التي تكون بها الثلاث خطوات الأخيرة في مرحلة الاقتراب.

## 6-الفصل الخامس :

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (21) و المتعلق بالطريقة التي تكون بها الثلاث خطوات الأخيرة في مرحلة الاقتراب نجد أن نسبة 62.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (يزيد حجم الخطوة) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 57.9% مستواهم منخفض و5% مستواهم مرتفع، أما نسبة 20.7% فقد أجابوا الإجابة الثانية (يبقى حجم الخطوة ثابتا) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 20% منهم مستواهم منخفض و0.7% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة ب16.4% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (ينقص حجم الخطوة) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم 15% مستواهم منخفض و1.4% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بالطريقة التي تكون بها الثلاث خطوات الأخيرة في مرحلة الاقتراب إلا أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

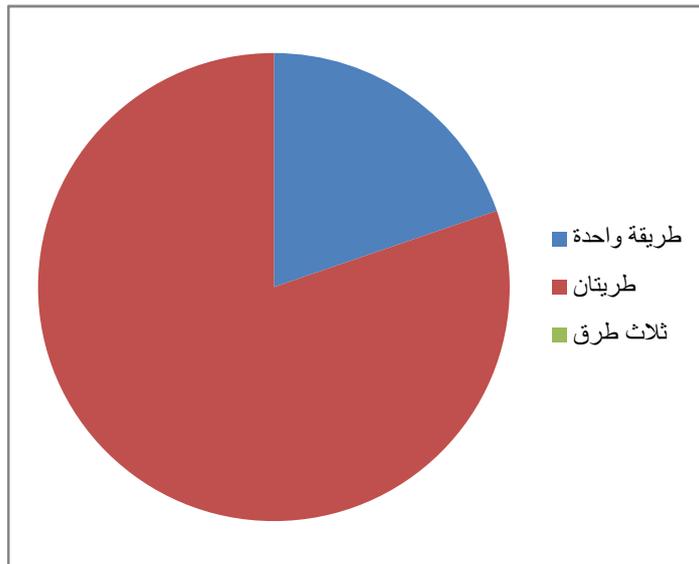
العبرة رقم(22): كم طريقة للطيران في الوثب الطويل؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التربع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
دال	0.00	5.81	1.4%	2	40.7%	57	42.1	59	طريقة واحدة
			5.7%	8	38.6%	54	44.3	62	طريقتان
			0%	0	13.6%	19	13.6	19	ثلاث طرق
			7.1%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (22): يوضح نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم بعدد الطرق للطيران في الوثب الطويل



شكل رقم (22): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم بعدد الطرق للطيران في الوثب الطويل.

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (22) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم بعدد الطرق للطيران في الوثب الطويل نجد أن نسبة 42.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (طريقة واحدة) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 40.7% مستواهم منخفض و1.4% مستواهم مرتفع، أما نسبة 44.3% فقد أجابوا الإجابة الثانية (طريقتان) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 38.6% منهم مستواهم منخفض و5.7% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدره ب13.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (ثلاث طرق) و هي الإجابة الصحيحة حيث أنهم جميعا مستواهم منخفض ، ما يعكس أن معظم التلاميذ لا يعلمون عدد الطرق للطيران في الوثب الطويل كما أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

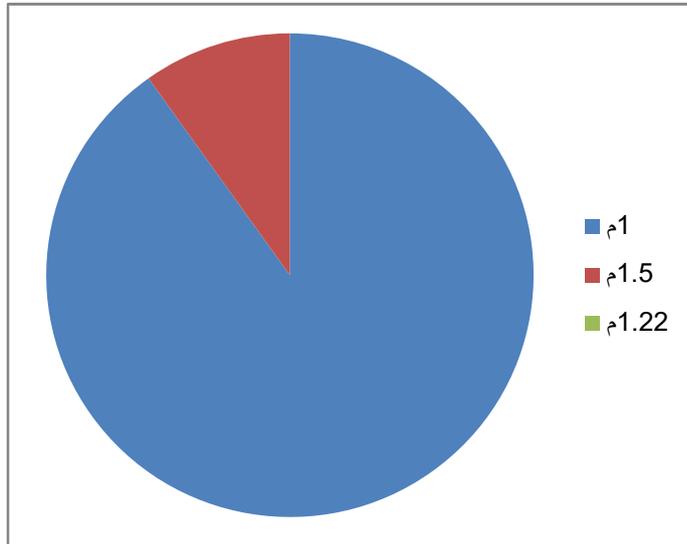
العبرة رقم (23): كم يبلغ طول لوحة الارتقاء؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التريبع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
دال	0.06	5.57	6.4%	9	47.9%	67	54.3	76	م1
			0.7%	1	37.9%	53	38.6	54	م1.5
			0%	0	7.1%	10	7.1	10	م1.22
			7.1%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (23): يوضح نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطول لوحة الارتقاء.



شكل رقم (23): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطول لوحة الارتقاء.

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (23) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لطول لوحة الارتقاء نجد أن نسبة 54.3% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (م1) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 47.9% مستواهم منخفض و6.4% مستواهم مرتفع، أما نسبة 38.6% فقد أجابوا الإجابة الثانية (م1.5) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 37.9% منهم مستواهم منخفض و0.7% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدرة ب7.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثالثة (م1.22) و هي الإجابة الصحيحة حيث أنهم جميعا مستواهم منخفض ، ما يعكس أن معظم التلاميذ لا يعلمون كم يبلغ طول لوحة الارتقاء كما أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.06) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

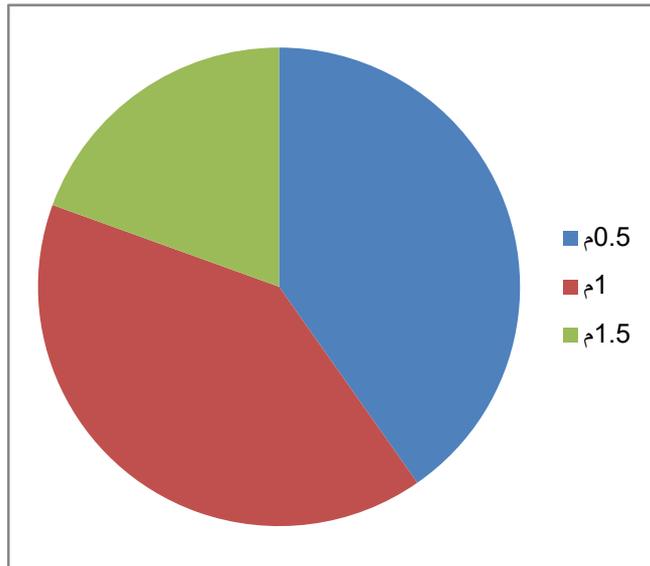
العبرة رقم (24): ما هو الطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و بداية منطقة الهبوط؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كافي الترتيب المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
دال	0.00	0.98	2.9%	4	40%	56	42.9	60	0.5م
			2.9%	4	43.6%	61	46.4	65	1م
			1.4%	2	9.3%	13	10.7	15	1.5م
			7.1%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (24): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و بداية منطقة الهبوط



شكل رقم (24): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و بداية منطقة الهبوط.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (24) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و بداية منطقة الهبوط نجد أن نسبة 42.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (0.5م) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 40% مستواهم منخفض و2.9% مستواهم مرتفع، أما نسبة 10.7% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (1.5م) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما نسبته 9.3% منهم مستواهم منخفض و1.4% مستواهم مرتفع، و النسبة المتبقية المقدره ب46.4% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (1م) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم ما نسبته 43.6% مستواهم منخفض و 2.9% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بالطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و بداية منطقة الهبوط إلا أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

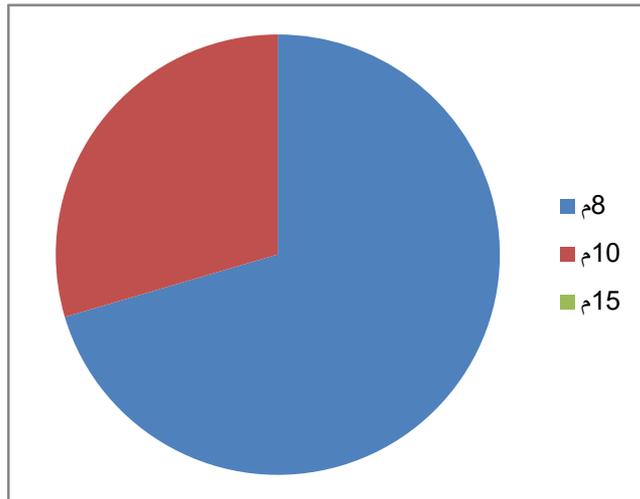
العبارة رقم (25): ما هو الطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط؟

الغرض منها: تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كافي الترتيب المحسوبة	مستوى السرعة		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة		
			مرتفع	منخفض					
غير دال	0.23	2.93	5%	7	42.1%	59	47.1	66	م8
			2.1%	3	36.4%	51	38.6	54	م10
			0%	0	14.3%	20	14.3	20	م15
			7.1%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (25): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط



شكل رقم (25): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط.

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (25) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط نجد أن نسبة 47.1% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (8م) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 42.1% مستواهم منخفض و5% مستواهم مرتفع، أما نسبة 14.3% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (15م) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث ما أنهم جميعا مستواهم منخفض ، و النسبة المتبقية المقدرة ب38.6% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (10م) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم ما نسبته 36.4% مستواهم منخفض و 2.1% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ لا يعرفون الطول الأدنى الموجود بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط كما أن أغلبهم مستواهم منخفض 0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.23) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

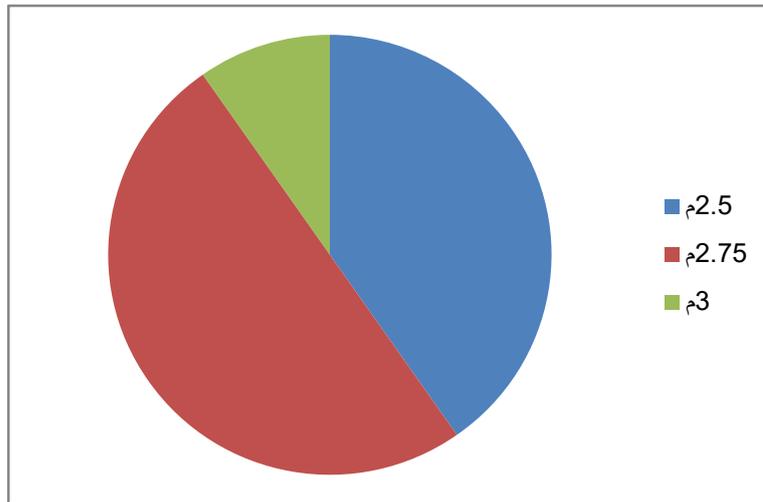
العبارة رقم (26): ما هو العرض الأدنى لمنطقة الهبوط؟

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التريبع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض	مرتفع	منخفض			
غير دال	0.07	1.29	2.9%	4	40%	56	42.9	60	م2.5
			3.6%	5	32.1%	45	35.9	50	م2.75
			0.7%	1	20.7%	29	21.4	30	م3
			7.1%	10	92.9%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (26): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للعرض الأدنى لمنطقة الهبوط.



شكل رقم (26): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للعرض الأدنى لمنطقة الهبوط

**-مناقشة و تحليل النتائج:**

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (26) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم للعرض الأدنى لمنطقة الهبوط نجد أن نسبة 42.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (2.5م) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 40% مستواهم منخفض و 2.9% مستواهم مرتفع، أما نسبة 21.4% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (3م) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث أن منهم 20.7% مستواهم منخفض و 0.7% مستواهم مرتفع ، و النسبة المتبقية المقدرة بـ 35.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (2.75م) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم ما نسبته 32.1% مستواهم منخفض و 3.6% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم بالعرض الأدنى لمنطقة الهبوط إلا أن مستواهم منخفض 0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.07) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه لا توجد هناك دلالة إحصائية.

## عرض و تحليل و مناقشة النتائج

## 6-الفصل الخامس :

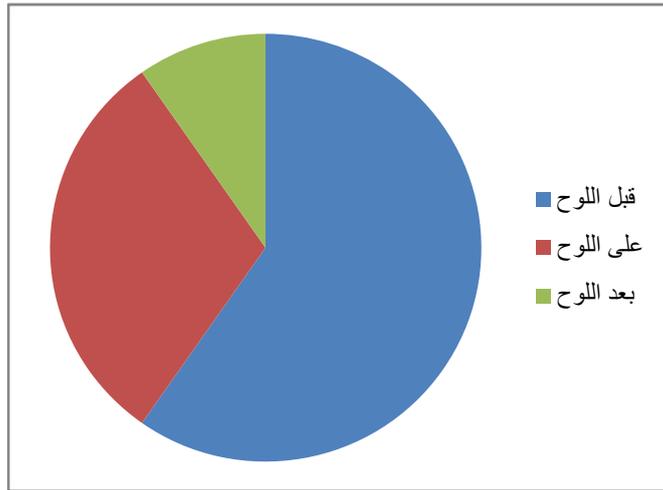
العبارة رقم (27): للحصول على مسافة قفز مثالية و صحيحة تكون رجل الارتقاء:

الغرض منها : تقييم مستوى التلاميذ من الجانب الفني.

القرار الإحصائي	قيمة احتمال المعنوية sig	قيمة كاف التوزيع المحسوبة	مستوى السرعة				النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
			مرتفع	منخفض					
دال	0.00	1.13	4.3%	6	39.6%	55	43.9	61	قبل اللوح
			2.2%	3	39.6%	55	41.7	58	على اللوح
			0.7%	1	13.6%	20	14.4	21	بعد اللوح
			7.2%	10	92.8%	130	100	140	المجموع

درجة الحرية = 2 ، مستوى الدلالة = 0.05

جدول رقم (27): يبين نتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوضعية رجل الارتقاء عند القفز.



شكل رقم (27): يمثل النسب المئوية لنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوضعية رجل الارتقاء عند القفز.

### -مناقشة و تحليل النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (27) و المتعلق بنتائج التلاميذ من حيث معرفتهم لوضعية رجل الارتقاء عند القفز نجد أن نسبة 43.9% من التلاميذ أجابوا الإجابة الأولى (قبل اللوح) و هي إجابة خاطئة حيث أن منهم 39.9% مستواهم منخفض و4.3% مستواهم مرتفع، أما نسبة 14.4% فقد أجابوا الإجابة الثالثة (بعد اللوح) و هي إجابة خاطئة أيضا حيث أن منهم 13.6% مستواهم منخفض و 0.7% مستواهم مرتفع ، و النسبة المتبقية المقدرة ب41.7% من التلاميذ أجابوا الإجابة الثانية (على اللوح) و هي الإجابة الصحيحة حيث أن منهم ما نسبته 39.6% مستواهم منخفض و 2.2% مستواهم مرتفع ، ما يعكس أن معظم التلاميذ و رغم معرفتهم لوضعية رجل الارتقاء عند القفز إلا أن مستواهم منخفض0

\*بما أن قيمة الاحتمال المعنوي (0.00) أصغر من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة الحرية (2) فإنه توجد هناك دلالة إحصائية.

**\*مناقشة الفرضية الثالثة:**

على ضوء نتائج البحث و المتمثلة في إجابات التلاميذ على عبارات الاستبيان و المتحصل عليها من عبارات الفرضية الثالثة المتمحورة حول الوثب الطويل، تبين لنا أن جل التلاميذ ليس لديهم مستوى معرفي جيد في هذا المجال ، كما أن أداءهم منخفض و هذا قد يرجع أساسا إلى غياب الشروحات النظرية من قبل أساتذة المادة إذ لا يمكن للتلميذ أن يجسد مهارات القفز الطويل دون أن يكون على علم بجوانبها سواء القانونية منها أو الفنية ، كما أن سوء التنسيق بين الحصص التطبيقية و النظرية إن وجدت يؤثر سلبا على الجانبين المعرفي و التطبيقي، ضف إلى ذلك عدم وجود كتب في المجال الرياضي في مكتبات المؤسسات التربوية يثري بها التلاميذ معلوماتهم ، و من العوامل التي قد تؤثر على الأداء الرياضي انعدام ممارسة مثل هاته الأنشطة خارج المدارس ما يحول عائقا دون تحقيق الأهداف المرجوة إذ لا يملك التلميذ تصورات حول المهارة أو المكان الخاص بها و الذي تؤدي فيه.

و بما أن اغلب عبارات الاستبيان دالة يتأكد أن الفرضية الثالثة: ( يؤثر المستوى المعرفي على الأداء في القفز الطويل ) محققة.

و هذا ما وصل إليه الطالبان الباحثان ، **قدال محمد و إلياس وليد** في دراستهم إذ يشيرون إلى أن للجانب المعرفي دور هام في الممارسة الرياضية و الذي يرفع من مستوى الأداء الرياضي.

### \*استنتاج المحور الثالث:

بعد عرض و مناقشة و تحليل المحور الثالث و الذي تضمن العديد من الجوانب المتعلقة بالمستوى المعرفي و مدى تأثيره على الأداء في الوثب الطويل وجدنا أن أغلب التلاميذ ليس لديهم مستوى معرفي جيد و أدائهم منخفض في هذا النشاط ، و هذا راجع إلى عدم اهتمام التلاميذ بالأنشطة الرياضية الفردية عامة و بالوثب الطويل بصفة خاصة ، و ذلك لغياب ممارسة هذا النشاط خارج المدرسة و الفضاءات الرياضية الخاصة بممارسة نشاط الوثب الطويل منعدمة تماما، خاصة في ضل غياب من يدعمهم من هيأت أو جمعيات متخصصة في هذا المجال ، و كذلك الثقافة الرياضية في المنطقة تركز غالبا على الأنشطة الجماعية ، مما أدى إلى غياب الدافع و الحافز لدى التلاميذ من أجل ممارسة هذا النوع من الأنشطة الرياضية.

## 6-الفصل الخامس :

### عرض و تحليل و مناقشة النتائج

#### \*الإستنتاج العام :

بعد انتهائنا من عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها استخلصنا عدة نتائج أهمها :

- معظم الأساتذة لا يبرمجون حصص نظرية و إن وجدت فهي غير كافية في برنامج التربية البدنية و الرياضية .
- ضعف المستوى المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في المجالين الفني و القانوني في دفع الجلة و القفز الطويل .
- غياب الكتاب المدرسي لمادة التربية البدنية و الرياضية يحول دون اكتساب التلاميذ للمعارف الرياضية التي تساعد على الرفع من الأداء الرياضي.
- أغلب التلاميذ لا يهتمون بالأنشطة الرياضية الفردية و ذلك لعدم ممارستهم لها خارج المدرسة و كذلك لأن ثقافة المنطقة تقتصر على الأنشطة الرياضية الجماعية.
- عدم برمجة منافسات رياضية داخل المدرسة تخص الأنشطة الرياضية الفردية التي تعمل على تحفيز التلاميذ و تدفعهم لممارسة هذه الأنشطة.

## **خاتمة:**

بما أن التربية البدنية و الرياضية جزء لا يتجزأ من المنظومة التربوية , ومن خلال النتائج المتحصل عليها من خلال إجابة التلاميذ على الإستبيان الخاص بنا , نستطيع أن نقول بأننا إستنتجنا بأن للمستوى المعرفي تأثير كبير على أداء الأنشطة الرياضية الفردية و ذلك من خلال معالجة كل الجوانب النظرية و العملية بهذا البحث.

## قائمة المراجع:

- 1- الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة أولى ابتدائي 2003.
- 2- قاموس المجند في اللغة و الإعلام 1997
- 3- البحث العلمي في الجزائر بين غياب السياسة و ثقل مهنة التنمية, عيسى بن صديق, 2000.
- 4- مشكلات الطفولة و المراهقة , ميخائيل إبراهيم أسعد , دار الأفاق الجديدة, بيروت, 1991.
- 5- دليل المدرس في الثانوية, ديوان المطبوعات الجامعية بدون طبعة سنة, 1990.
- 6- المعرفة الرياضية : الإطار المفاهيمي – إختبارات المعرفة الرياضية – أسس بنائها و نماذج كاملة منها , أمين خولي و محمود عنان, دار الفكر العربي, القاهرة, 1999.
- 7- النقد في التربية البدنية و الرياضية, حسن أحمد الشافعي, دار الوفاء لندنيا الطباعة و النشر, الإسكندرية 2004.
- 8- دراسات نفسية , سيد عثمان و فؤاد أبو حطب, مكتبة الأنجلو المصرية, القاهرة, 1978.
- 9- دراسة تحليلية لمراحل النمو الإنساني المرحلة الأولى , بلال رضوان محمد , شركة فينيكس, 1987.
- 10- الرياضة و المجتمع , أمين خولي, 1999.
- 11- سباقات المضمار و مسابقات الميدان: تعليم – تكنيك – تدريب , بسطويسي أحمد , دار الفكر العربي للطباعة و النشر, 1997.
- 12- التحليل الحركي : كتاب منهجي لطلبة الدراسات الأولية و العليا لكليات التربية الرياضية في الجامعة العربية , ريسان خريط مجيد و نجاح مهدي شلش , دار الثقافة للنشر و التوزيع, 1999.
- 13- claude et autres 1982

- 14- العباب القوى , ريسان خربيط و عبد الرحمان مصطفى الأنصاري, دار الثقافة للنشر و التوزيع, 2002.
- 15- Dessons 1982 .
- 16- خفايا المراهقة, مصطفى رزيق, دار النهضة العربية, دمشق, 1960.
- 17- النمو للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية , الجامعة الليبية ط1, 1972.
- 18- نظريات و طرق التربية البدنية, محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطئي, دار المعارف الجزائرية, 1992.
- 19- مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث, عمار بوحوش, ديوان المطبوعات الجامعية, الجزائر, 1995.
- 20- واقع الممارسة الرياضية في الطور الإبتدائي و أثره على النمو النفسي الإجتماعي للتلاميذ, رسالة ماجستير, الحاج قادري, 2010.
- 21- القياس في المجال الرياضي, أحمد محمد خاطر و علي فهمي بيك, دار الكتاب الحديث, القاهرة, 1996.
- 22- منهجية البحث العلمي, حسان هشام, ط1, الجزائر, مطبعة الفنون, 2007.
- 23- القياس و التقويم في التربية و علم النفس, سامي محمد ملحم, دار المسيرة, عمان, 2000.