



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
قسم التربية الحركية

الرقم التسلسلي :

رقم التسجيل :

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه في النشاط الرياضي التربوي

اثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المعمول به على نتائج اختبار
شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية
- دراسة ميدانية لبعض متوسطات بلدية - بسكرة -

إعداد الطالب الباحث :

معزز بالله شريف

نوقشت في : 2017/12/11

أعضاء لجنة المناقشة :

الإسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة	الصفة
مراد خليل	أستاذ محاضر أ	بسكرة	رئيسا
رواب عمار	أستاذ	بسكرة	مشرفا و مقرا
براهيمي عيسى	أستاذ محاضر أ	بسكرة	عضوا مناقشا
بن عميروش سليمان	أستاذ محاضر أ	بسكرة	عضوا مناقشا
اوشن بوزيد	أستاذ محاضر أ	المسيلة	عضوا مناقشا
بوجليدة حسان	أستاذ محاضر أ	المسيلة	عضوا مناقشا

السنة الجامعية 2018/2017

تشكرات

الحمد لله رب العالمين إله الأولين والآخرين نحمده و نستعينه ونستغفره وصلاة
الله وسلامه ورحمته وبركاته على صفوة خلقه وخاتم أنبيائه و رسله سيدنا محمد
واله الطاهرين وصحابته أجمعين و رحمة الله و مغفرته للتابعين و تابعيهم

بإحسان إلى يوم الدين و بعد :

" رب اشرح لي صدري و يسر لي أمري و احل عقدة من لساني يفقهوا قولي "
صدق الله العظيم

لأشكرن هماما فضل نعمته *** لا يشكر الله من لا يشكر الناسا .

أتقدم بالشكر الجزيل لكل من علمني حرفا ، كما أشكر الأستاذ المشرف عمار
رواب أستاذي الفاضل على دعمه لي وصبره معي وعلى ما قدمه من جهد كما
لا أنسى تشجيعه المتواصل ومد يد العون فالشكر الموفور له على كل ما أسداه
من توجيهات وبذله من تضحيات لا تقدر بثمن .

كما لا أنسى كل من ساهم في هذا العمل من قريب أو بعيد من مدراء
متوسطات محمد الطاهر قدوري الأستاذ صفى الدين حسني و متوسطة الإخوة
قروف الأستاذ عمار شريف و أساتذة التربية البدنية و الرياضية في المتوسطات
التي تم إجراء الدراسة فيها الأستاذ حسني مراد و الأستاذ نور الدين سعودي
و الأستاذ عمرانى عبد المالك ، و جميع الأساتذة بمعهد التربية البدنية
و الرياضية بجامعة محمد خيضر بسكرة بدون إستثناء .

إهداء

قال الله تعالى " وقضى ربك ألا تعبد إلا إياه و بالوالدين إحسانا "

صدق الله العظيم

إلى والديا العزيزين حفظهما الله

إلى كل من ضحى بالنفس و النفيس يشق سائر الليل يصارع حرارة و شراسة
الشمس ليقطف منها شعلة تنير دربي إلى من ضحى ليكون العلم منهلا أقتبس
منه سهامتي و رجولتي ولا أنسى عزة نفسي و افتخاري بديني إلى أعز عزيز
و أغلى غالي إلى قدوتي أبي " عمار "

إلى التي يعجز اللسان عن وصفها إلى التي حملتني وهنا على وهن حملتني
بذراعيها و أشرقت شمسي بين يديها نبع الحب و العطف و الحنان إلى من
تفرح لفرحي و تحزن لحزني التي منحنتي الطمأنينة و السكينة و علمتني سمو
الهدف و إصرار العمل إلى أمي " حياة " الحبيبة .

إلى كل إخوانتي و أخواتي محمد ، حنان ، خير الدين ، نور الهدى و إلى جميع
أفراد العائلة أعمامي و أخوالي وعماتي و خالتي و أبنائهم و إلى جدتي أطال
الله في عمرها .

إلى رفقاء الدرب إخوانتي محمد زروال ، نزيمة بومعزة ، إلياس لروي ، فاطمة
الزهراء خليل ، سمير قبوق ، ربيع قياد ، عاطف زكري... ، وإلى جميع
الأصدقاء و زملاء في العمل بثانوية أحمد طالب الدوسن و جميع طلاب معهد
علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة محمد خيضر بسكرة
إلى كل من يعرفني من قريب أو بعيد و إلى قارئ هذا الإهداء .

قائمة المحتويات :

	شكر و إهداء قائمة المحتويات قائمة الجداول قائمة الأشكال قائمة التمثيلات البيانية
1	مقدمة
الجانب التمهيدي:	
6	I - الدراسات السابقة :
6	1- أطروحات و رسائل الدكتوراه
10	2- رسائل الماجستير
18	3-المجالات العلمية
21	II-الخلفية النظرية
23	2-الاشكالية
26	3-الفرضيات
27	4- ضبط المفاهيم و المصطلحات
31	5-حدود البحث
32	6- أهمية البحث
32	7- أهداف الدراسة
الجانب النظري :	
الفصل الأول: المناهج التعليمية و برامج التربية البدنية و الرياضة المقرر	
35	تمهيد
35	I- المبحث الأول: المناهج التعليمية:
35	1-المناهج :
35	أ- معنى المنهاج لغة
35	ب-معنى المنهاج إصطلاحا
36	ج- مفهوم المنهاج التربوي
37	د- المفهوم التقليدي للمنهاج
37	و- المفهوم الحديث للمنهاج

38	هـ- الفرق بين المنهاج التقليدي و المنهاج الحديث
40	2-أسس بناء المنهاج :
40	أ- الأساس النفسي للمنهاج
40	ب-الأساس الإجتماعي و الثقافي
40	ج- الأساس الفلسفي للمنهاج
41	3-مكونات المنهاج :
41	3-1- الأهداف التربوية :
41	أ- معنى التربية لغة
41	ب-معنى التربية إصطلاحا
41	ج- مفهوم الهدف التربوي
42	د- وظائف الأهداف
43	هـ- مصادر إشتقاق الأهداف التربوية
44	و- مستويات الأهداف
45	ز- تصنيف الأهداف التربوية
47	3-2- المحتوى :
48	أ- مفهوم المحتوى
49	ب-تصنيفات المحتوى
50	ج- إختيار المحتوى
50	د- معايير إختيار المحتوى
51	3-3- الأنشطة :
51	أ- مفهوم الأنشطة
52	ب-محددات الأنشطة
53	ج- معايير إختيار أوجه النشاط
54	د - طرق و أساليب التدريس
58	3-4- التقويم :
58	أ- معنى التقويم في اللغة
58	ب- معنى التقويم إصطلاحا
58	ج- مفهوم التقويم
59	د- خصائص التقويم
59	و - وظائف التقويم

59	هـ - خطوات التقويم
60	ز - أنواع التقويم في التربية البدنية و الرياضية
61	II- المبحث الثاني-برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر:
61	1- مفهوم البرنامج الدراسي المقرر
62	2- الفرق بين المنهاج و البرنامج
63	3- الخطوات النظرية العامة لبناء برنامج التربية البدنية و الرياضية :
63	أ- دراسة خصائص المتعلمين
64	ب-دراسة الإمكانيات
64	ج- تحديد الأهداف
64	4- خصائص برنامج التربية البدنية و الرياضية الجيد
65	5- التعامل مع البرنامج الدراسي لمادة التربية البدنية و الرياضية
66	6- تنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر
66	6-1 - تخطيط البرنامج :
66	أ- تخطيط التوزيع السنوي
67	ب-تخطيط التوزيع الدوري
67	ج- تخطيط الوحدة التعليمية في التربية البدنية و الرياضية
71	د- صياغة الأهداف الإجرائية
72	6-2- التدريس بالكفاءات :
72	أ- مفهوم الكفاءة
72	ب- مفهوم المقاربة
73	ج- مكونات (مركبات) الكفاءة
73	د- أنواع الكفاءة
73	هـ- مستويات الكفاءة
74	ز- إستخدام التدريس بالكفاءات في برنامج التربية البدنية و الرياضية
75	خلاصة
الفصل الثاني: اختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية	
78	تمهيد
78	I - المبحث الأول: الاختبارات في المجال التربوي
78	1- الامتحان:
78	أ- لغة

78	ب- إصطلاحا
78	ج- مفهوم الإمتحان في المجال التربوي
79	د- أهمية الإمتحان
79	هـ- شروط الإمتحان الرسمي
79	ز - تنظيم مواضيع شهادة التعليم الإبتدائي و المتوسط و البكالوريا
80	ح - مميزات مواضيع إمتحانات شهادة التعليم الإبتدائي و المتوسط و البكالوريا
80	2- الإختبار في المجال التربوي :
80	أ- مفهوم الإختبار
81	ب- أهمية الإختبار
81	ج- أغراض الإختبار
82	د- خصائص الإختبارات
83	هـ- أنماط الإختبارات التربوية
83	3- تصنيف الإختبارات في التربية البدنية و الرياضية :
83	أ- تصنيف وفقا لطبيعة الأداء (الإنجاز)
84	ب- التصنيف على أساس السمات المقيسة
85	ج- التصنيف وفقا لأنماط الفقرات التي يتضمنها الإختبار
86	د - التصنيف وفقا لنوع النشاط الرياضي
87	هـ - التصنيف وفق أسس بناء الإختبار
87	و- التصنيف وفقا طرق تفسير نتائج الإختبار
88	4- الأسس العلمية للإختبار الجيد :
88	أ- الصدق
89	ب- الثبات
90	ج- الموضوعية
90	5- تنظيم و إدارة الإختبارات المدرسية في التربية البدنية و الرياضية :
91	أ- إجراءات تتخذ قبل تنفيذ الإختبار
91	ب- مرحلة تطبيق الإختبار
91	ج- مرحلة ما بعد تطبيق الإختبار
91	I- المبحث الثاني:إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية
92	1-النشاط الإجباري الجري السريع 60 م :
92	1-1- مفهوم السرعة

92	1-2- مفهوم الجري السريع 60 م في الإطار المدرسي
92	1-3- تأثير بعض العوامل على السرعة :
92	أ- تأثير الألياف العضلية على الجري السريع
93	ب- تأثير الطول على الجري السريع
93	1-4- خصائص نشاط الجري السريع في الوسط المدرسي
93	1-5- مراحل الجري السريع :
94	أ- مرحلة البداية
95	ب- مرحلة العدو
97	ج- مرحلة الوصول
97	1-6- أخطأ نشاط الجري السريع
98	1-7- قياس الزمن في نشاط الجري السريع
98	2- النشاط الإختياري الوثب الطويل :
98	2-1- مفهوم الوثب الطويل
98	2-2- المراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل:
99	أ- مرحلة الإقتراب
100	ب- مرحلة الإرتقاء
101	ج- مرحلة الطيران
102	د- مرحلة الهبوط
104	2-3- القانون و القياسات الخاصة بنشاط الوثب الطويل
104	3- النشاط الإختياري دفع الجلة :
104	3-1- مفهوم دفع الجلة
105	3-2- فعالية دفع الجلة :
105	أ- سرعة الإنطلاق الأولية للأداة speed of release
105	ب- زاوية إنطلاق الأداة angle of release
105	ج- إرتفاع نقطة الإنطلاق height of release
105	د- مقاومة الهواء للأداة air resistace
106	3-3- تقنيات دفع الجلة :
106	أ- مسك الجلة
106	ب- وقفة الإستعداد
107	ج- الزحف

107	د- الوصول إلى وضع الدفع
107	هـ - حركة الدفع
107	و - حفاظ التوازن
107	3-4- الأخطأ الشائعة في نشاط دفع الجلة
108	3-5- قانون دفع الجلة
108	4- الوضعية الإدماجية :
108	4-1- مفهوم الوضعية
109	4-2- مفهوم الإدماج
109	4-3- مفهوم الوضعية الإدماجية
110	4-4- مكونات الوضعية الإدماجية :
110	أ- السياق
110	ب- السند أو السندات
111	ج- التعليم
111	4-5- شروط صياغة و بناء الوضعية الإدماجية
111	4-6- أهمية الوضعية الإدماجية
111	4-7- مميزات الوضعية الإدماجية
112	4-8- إعداد الوضعية الإدماجية
112	خلاصة
الفصل الثالث : النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة	
114	تمهيد
114	I - <u>المبحث الأول : مدخل للمراهقة :</u>
114	1-المراهقة :
114	أ- لغة
114	ب- إصطلاحا
114	ج- مفهوم المراهقة
115	2-مصادر إضطراب المراهقة
116	3-خصائص فترة المراهقة
116	4-العوامل التي تأثر على التغيرات عند المراهقين
117	5-مراحل المراهقة
117	6-النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة :

117	6-1- معنى النمو :
118	أ- المظهر التكويني
118	ب- النمو الوظيفي
118	6-2- مبادئ النمو :
118	أ- يتضمن النمو تغيرا كميًا و كميًا
118	ب- كل مرحلة من مراحل النمو تتسم بصفات و مظاهر خاصة
118	ج- النمو عملية مستمرة و متدرجة
119	د- معدل النمو غير ثابت و لكل جانب من النمو معدله الخاص
119	و- يخضع النمو لمبادئ الفروق الفردية
119	هـ- يتجه النمو من الرأس إلى القدمين
119	6-3- العوامل المؤثرة في مراحل النمو:
119	أ- العوامل الفردية
120	ب- العوامل البيئية
120	6-4- قياس النمو عند المراهقين
120	أ- التغير في الأبعاد الطبيعية
120	ب- التغير في مقدار الظواهر السلوكية
120	ج- التغير في النسب
120	د- التغير من حيث إختفاء الخصائص القديمة
120	هـ- التغير من حيث ظهور صفات جديدة
120	و- التغير في معدلات التغير
121	ز- التغير فيما يستطيع الفرد أن يقوم به من واجبات
121	II- <u>المبحث الثاني : جوانب النمو في المرحلة العمرية 14-17 سنة :</u>
121	1- النمو العقلي
121	2- النمو الإجتماعي
122	3- النمو الإنفعالي
123	4- النمو الحسي
124	5- النمو الجسمي و البدني :
125	أ- العضلات و الكتلة الشحمية
126	ب- الهيكل العظمي
128	6- النمو الحركي

130	7-التعليم في مرحلة المراهقة 14-17 سنة
131	خلاصة
الجانب التطبيقي :	
<u>الفصل الرابع: الأسس المنهجية للدراسة الميدانية</u>	
134	1-خطوات سير البحث الميدانية
135	2-الدراسة الإستطلاعية
135	1-2- الإستطلاع الأول و الخاص بزيارة المتوسطات المتواجدة ببلدية بسكرة
135	2-2- الإستطلاع الثاني و الخاص بتطبيق الإختبارات
136	2-3- الإستطلاع الثالث و الخاص بزيارة مركز إجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط.
136	3-المنهج المستخدم في الدراسة
137	4-المجتمع و عينة البحث :
137	4-1- مجتمع البحث
138	4-2- عينة البحث
138	4-3- خصائص العينة و طريقة إختيارها
139	5- أدوات جمع البيانات :
139	1-5- الإختبار التربوية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط
139	2-5- قياس الطول و الوزن
140	6- مجالات البحث :
140	1-6- المجال المكاني
140	2-6- المجال الزمني
140	7- الوسائل الإحصائية المستخدمة :
140	1-7- المتوسط الحسابي
141	2-7- الإنحراف المعياري
141	3-7- معامل الارتباط بيرسون
142	4-7- درجة الحرية
142	5-7- إختبار الفروق ت . ستودنت للعينة الواحدة
142	6-7- مستوى الدلالة
<u>الفصل الخامس: عرض و مناقشة النتائج</u>	

144	1- عرض و تحليل نتائج الدراسة
144	أ- خصائص العينة .
145	ب- التطور بين القياس القبلي و البعدي فيما يخص متغيري الطول و الوزن لكل من الذكور و الإناث
151	1-1- عرض نتائج الجري السريع 60 م لكل من الذكور و الإناث
151	أ- عرض نتائج الجري السريع 60 م لذكور
153	ب- عرض نتائج الجري السريع 60 م للإناث
155	1-2- عرض نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور و الإناث
155	أ- عرض نتائج الوثب الطويل لذكور
157	ب- عرض نتائج الوثب الطويل للإناث
159	1-3- عرض نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث
159	أ- عرض نتائج دفع الجلة للذكور
161	ب- عرض نتائج دفع الجلة للإناث
163	1-4- عرض نتائج الوضعية الإدماجية لكل من الذكور و الإناث
163	أ- عرض نتائج الوضعية الإدماجية لذكور
165	ب- عرض نتائج الوضعية الإدماجية
167	2- مناقشة النتائج :
167	2-1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى : لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج الجري السريع 60 م لكل من الذكور و الإناث
171	2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية : لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور و الإناث
174	2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة : لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث
176	2-4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة : لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية
179	الخلاصة العامة
180	إقتراحات و دراسات مستقبلية
	قائمة المراجع
	قائمة الملاحق
	ملخص الدراسة بالإنجليزية

قائمة الجداول

144	جدول رقم 01 : يوضح عدد ونسبة أفراد العينة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط (ذكور و إناث) سن 14-17 سنة
145	جدول رقم 02 : يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالطول و الوزن لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة)
145	جدول رقم 03 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
148	جدول رقم 04 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالطول و الوزن لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14 - 17 سنة)
148	جدول رقم 05 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
151	جدول رقم 06 : يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالجري السريع 60 م لكل من القياس القبلي و البعدي وكذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14- 17 سنة)
151	جدول رقم 07 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
153	جدول رقم 08 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالجري السريع 60 م لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14- 17 سنة)
153	جدول رقم 09 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
155	جدول رقم 10 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالوثب الطويل لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة)
155	جدول رقم 11 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)

157	جدول رقم 12: يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالوثب الطويل لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14- 17 سنة)
157	جدول رقم 13: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
159	جدول رقم 14 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بدفع الجلة لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة)
159	جدول رقم 15: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
161	جدول رقم 16 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بدفع الجلة لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14 - 17 سنة)
161	جدول رقم 17: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
163	جدول رقم 18 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالوضعية الإدماجية لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة)
163	جدول رقم 19: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
165	جدول رقم 20 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالوضعية الإدماجية لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14 - 17 سنة)
165	جدول رقم 21: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)

قائمة الأشكال :

40	شكل رقم 01 يوضح : أسس بناء المنهاج
41	شكل رقم 02 يوضح : عناصر المنهاج
43	شكل رقم 03 يوضح : وظائف الأهداف
49	شكل رقم 04 يوضح : تصنيف المعرفة المنظمة حسب معيار الأهداف
49	شكل رقم 05 يوضح : تصنيف المعرفة حسب المجالات و الحقول
49	شكل رقم 06 يوضح : تصنيف المعرفة حسب نتائج التعلم
50	شكل رقم 07 يوضح : تصنيف المعرفة حسب المجالات و الحقول
103	شكل رقم 08 يوضح : العوامل المؤثرة على نتيجة نشاط الوثب الطويل
104	شكل رقم 09 : يوضح القياسات الخاصة بنشاط الوثب الطويل
110	الشكل رقم 10: يوضح الوضعية الإدماجية الخاصة بإختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

قائمة التمثيلات البيانية :

144	تمثيل بياني رقم 01 : يبين عدد أفراد العينة لكل من الذكور و الإناث
147	تمثيل بياني رقم 02 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للطول بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
147	تمثيل بياني رقم 03 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوزن بالنسبة لمتعلمي سنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
150	تمثيل بياني رقم 04: يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للطول بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
150	تمثيل بياني رقم 05: يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوزن بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
152	تمثيل بياني رقم 06: يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
154	تمثيل بياني رقم 07 : يبين أنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
156	تمثيل بياني رقم 08 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
158	تمثيل بياني رقم 09 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
160	تمثيل بياني رقم 10 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة بالنسبة لمتعلمي سنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
162	تمثيل بياني رقم 11 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)
164	تمثيل بياني رقم 12 : يبين أنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة)
166	تمثيل بياني رقم 13 : يبين أنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة)

مقدمة :

تعتبر المناهج و البرامج الدراسية عن الصورة التي يصبو إليها أي نظام تعليمي في أي دولة من الدول بشكل يتماشى مع التطلعات و الأهداف المراد وصول إليها إنطلاقاً من حاجات المجتمع الدينية و الثقافية و الإجتماعية و البيئية و النفسية و الصحية ، فالبرامج الدراسية المقررة و الدروس الخاصة بكل مادة هي صور المناهج التربوية متكامل و تتجانس معها .

فالتربية البدنية و الرياضية هي أحد أجزاء المنهاج التربوي الشامل ولكن تختلف مكانة المادة من نظام تربوي إلى نظام آخر ومن دولة إلى دولة أخرى فهناك العديد من أشكال التربية البدنية و الرياضية في الوسط المدرسي كالمشكّل التنافسي و الرياضة الموجهة لذوي الإحتياجات الخاصة و الرياضة من أجل الصحة و غير ذلك ، أما عن مكانة التربية البدنية و الرياضية في الوسط المدرسي للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية فهي مكانة ذات طابع تكاملي من أجل إعداد المتعلم بشكل شامل في مختلف المجالات الحس حركي و العاطفي الوجداني و المعرفي ، و كذا من خلال إيجاد علاقة بينها و بين مختلف المواد التعليمية الأخرى بشكل يتيح للمتعم فرصة إدراك نقاط التقارب لتوظيفها في بناء كفاءاته المختلفة ، وفي نفس الوقت تمنحه القدرة على تحليل حقائق العالم الذي يعيش فيه ، وحسب منهاج التربية البدنية و الرياضية فيحدث هذا التكامل حول الأبعاد " الإستهلاكية و التتموية و البيئية و الإعلامية و الصحية و الوقائية و الأمن و الحياة " .¹

ومن هذا المنطلق فإن ميدان التربية البدنية و الرياضية هو مجال تجريبي يسمح بتحقيق الأهداف عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية من أجل خلق مجال للتكامل ، فالأنشطة الرياضية هي وسيلة لتحقيق الأهداف و ليست غاية في حد ذاتها .

فهذا التكامل يسعى إلى تنمية المتعلم من جميع الجوانب تحت إشراف و توجيه المعلم المختص في مادة التربية البدنية و الرياضية لتحقيق أسمى قيم المجتمع .²

و هذا ما سعى إليه النظام التربوي الجزائري من خلال تبني بيداغوجيا المقاربة بالكفاءات في المناهج و البرامج الدراسية المقررة و جعل المتعلم هو محور العملية التعليمية التعلمية ، بعد مرور المناهج

¹ مديرية التعليم الأساسي اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمنهاج التعليم المتوسط لتربية البدنية

و الرياضية ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2013/2014 ، ص 11 .

² حمد سعيد عزمي ، درس التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية و التطبيق ، بدون طبعة ، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2014 ، ص 17 .

و البرامج التعليمية في الجزائر بمرحلتين سابقتين فالمرحلة الأولى إعتمدت فيها المدرسة الجزائرية على بيداغوجيا المعارف (المضامين) وكان هدفها الأساسي هو تعزيز و تثمين المهارات و القيم ... ، و بعد تطور البحث في المجال التربوي و النفسي إنتقلت المدرسة الجزائرية إلى مقارنة جديدة تمثلت في بيداغوجيا الأهداف و التي هي ثمرة المدرسة السلوكية و التي سعت إلى وضع أهداف و أجرأتها بغية الوصول إلى نتائج دقيقة ، وفي هذه المقاربة فإن المتعلم يساهم بقدر نسبي في التحصيل و لكن ليس بالقدر الكافي و يعتبر التقويم بالنسبة للمعلم محطة نهائية لا يستثمرها بشكل يعود بالفائدة على المتعلم ، فهذه المقاربة رغم الأهداف التي حققتها فقد و جهت لها إنتقادات عديدة أهمها أن المتعلم لا يمكنه أن ينتفع لا هو و لا مجتمعه بما تعلمه لأن التعلم الذي تحصل عليه و فق هذه المقاربة حرمه من توظيف معارفه و إستثمارها في واقع حياته .

و مع تطور البحث في مجال علوم التربية ظهرت المدرسة البنائية التي تبنت المقاربة بالكفاءات و التي تمنح المتعلم فرصة لتوظيف ما تعلمه المتعلم في حياته و بناء معارفه و مهاراته بنفسه و هذا ما تطلب إلى تغير جذري في المناهج و البرامج و تحديد دور المعلم كموجه أو مرشد أما المتعلم فقد أصبح هو الصانع الحقيقي لتعلماته و مهارته و الباني الفعلي للفعل التعليمي و لتحقيق هذه الكفاءات تطلب الأمر إعادة هيكلة برامج التربية البدنية و الرياضية بحيث تبرز مجالات الأهداف و مستويات الكفاءة (قاعدية ، ختامية ، نهائية) و الأهداف التعليمية بالشكل الذي يتماشى مع المقاربة الجديدة وهو ما يتطلب برامج دراسية تراعي الأهداف و الواقع الفعلي للمادة و ما تتطلبه من وسائل بيداغوجيا و مرافق رياضية ووقت و نشاطات رياضية مختلفة مع الإلمام بجميع خصائص متعلمي كل مرحلة .

و للتأكد من تحقق الأهداف كل مرحلة دراسية كالسنة الرابعة متوسط في ظل أثر البرنامج الدراسي المقرر لهم تطلب الأمر إستخدام التقويم الذي يحظى بأهمية بالغة في هذه المقاربة و من بين أدوات تقويم البرامج الدراسية هي الإختبارات التي يجريها المتعلمون كإختبار مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، فمن خلال الإختبارات يمكن إصدار الحكم على مدى الوصول إلى الأهداف و مدى تحقيقها لأغراضها للوقوف على مدى نجاعة البرنامج الدراسي¹ ، المقرر للسنة الرابعة متوسط . و من خلال هذه الدراسة فقد قصدت الوقوف على أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط .

¹ جابر نصر الدين ، العلاقة بين الإختبار و القياس و التقويم في ظل تعليمية المادة الدراسية ، مجلة المخبر ،

العدد الثاني، كلية الأدب و العلوم الإجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، سنة 2005، ص 9 .

و للقيام بهذا البحث تطلب الأمر إلى تقسيمه إلى ثلاث جوانب :

الجانب تمهيدي و الذي تناولنا فيه الدراسات السابقة و الخلفية النظرية التي إرتكزنا عليها في بحثنا و صول إلى الإشكالية و طرح الفرضيات و ضبط المفاهيم و المصطلحات مع تحديد حدود البحث لنشير بعدها إلى أهمية البحث و أهدافه .

و الجانب النظري الذي تطلب موضوع البحث إلى تقسيمه إلى ثلاث فصول كالآتي :

- الفصل الأول حول المناهج التربوية و برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر ولقد جاء هذا الفصل ليلقي الضوء على المناهج التعليمية و مفهومها القديم و الحديث وكذا أسس بنائها و عناصرها من أهداف و محتوى و أنشطة و تقويم و على البرنامج الدراسي المقرر و الخطوات النظرية لبنائه و خصائص البرنامج الجيد وكيفية التعامل معه و كيفية تخطيط التوزيع السنوي و الدوري و الدرس و كيفية صياغة الأهداف الإجرائية و كذا إستراتيجية التدريس بالمقاربة بالكفاءات المنتهجة من قبل الدولة الجزائرية .

- أما الفصل الثاني فقد تمحور حول إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية تطرقنا فيه إلى مفهوم الإمتحان و أهميته و شروطه و أنواعه و كيفية تنظيمه و لنتطرق بعدها إلى مفهوم الإختبار و أهميته و أغراضه و خصائصه و أنماطه وكذا للأسس العلمية للإختبار من صدق و ثبات و موضوعية ، بعد هذا إنتقلنا إلى النشاطات المستهدفة في إختبار التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط من الجري السريع و الوثب الطويل و دفع الجلة و أخيرا الوضعية الإدماجية .

- أما الفصل الثالث فقد تمحور حول النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة و تناولنا فيه مفهوم المراهقة و مصادر إضطرابها و الخصائص المميزة في هذه الفترة و العوامل التي تأثر على التغيرات عند المراهقين ، لنعرج بعدها على النمو في المرحلة العمرية 14 إلى 17 سنة من مبادئه و العوامل المؤثرة فيه و قياسه و أخيرا جوانب النمو المختلفة من جانب عقلي و إجتماعي و إنفعالي و حسي و حركي و جسمي و بدني .

أما الجانب التطبيقي فقد تم تقسيمه إلى فصلين :

- الفصل الرابع للأسس المنهجية للدراسة الميدانية الذي تطرقنا فيه إلى خطوات سير البحث الميدانية و منهج و مجتمع و عينة الدراسة و خصائصها ، و إلى أدوات جمع البيانات ثم

إلى مجالات البحث المكانية و الزمانية و البشرية لنعرج بعدها على الدراسة الاستطلاعية و نتائجها و الوسائل الإحصائية المستخدمة .

- أما الفصل الخامس و الأخير فقد تطرقنا فيه إلى عرض وتحليل نتائج اختبار شهادة التعليم المتوسط لكل من الذكور و الإناث في الجري السريع 60 م و النشاط الاختياري الوثب الطويل و دفع الجلة ثم الوضعية الإدماجية ثم بعد ذلك مناقشة النتائج المتوصل إليها و الخلاصة العامة للبحث و اقتراحات و دراسات مستقبلية .

الجانب التمهيدي

1-الدراسات السابقة و الخلفية النظرية :

I - الدراسات السابقة :

1- أطروحات و رسائل الدكتوراه :

• 1-1- دراسة: محمد خير بركات مناصرة ، رسالة دكتوراه منشورة ، العراق ، سنة 2001 .

الموضوع: تقويم منهاج التربية البدنية و الرياضية للصفوف الثلاث الأساسية في محافظة أربد .

المنهج المستخدم: هو المنهج الوصفي التحليلي .

مجتمع الدراسة: جميع معلمي الصفوف الثلاثة الأولى في المملكة العربية السعودية .

العينة: 36 معلما و معلمة و بواقع 125 معلم و 231 معلمة من مجتمع الدراسة الأصلي و الذين

تم إختيار هم بطريقة عشوائية .

أدوات جمع البيانات : الاستبيان و الذي إشتمل على 44 فقرة موزعة على أربعة محاور هي :

(الأهداف ، المحتوى ، الأساليب و الأنشطة ، التقويم)

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- المتوسطات الحسابية
- الإنحراف المعياري
- إختبار ت . ستودنت
- تحليل التباين الأحادي ANOVA لمتغيرات الدراسة المستقلة (الجنس ، المؤهل العلمي ، التخصص الأكاديمي ، الخبرة) .

النتائج المتوصل إليها :

- هناك رضا من قبل المدرسين و المدرسات على المجال الأهداف و المحتوى و الأساليب و الوسائل ، بينما كانت نتائج التقويم محايدة .
- إشارة الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $p \leq 0.05$ في درجة تقويم المتغيرات المستقلة و التي تعزى إلى المؤهل العلمي وهي لصالح حملي الشهادات و لصالح الخبرة أكثر من 11 سنة .
- ضرورة وضع معايير خاصة للتقويم .

الإستفادة من هذه الدراسة : أن منهاج التربية البدنية و الرياضية يختلف في إستعماله من قبل

المعلمين عند تنفيذ البرنامج الدراسي المقرر لعدة متغيرات كالمؤهل العلمي و الجنس و الخبرة

و التخصص لكون هؤلاء المعلمين مختلفي التخصصات في المراحل التعليم في الإبتدائي بحيث يعمل عامل الخبرة دور كبير في التنفيذ و تقويم البرنامج .

• **1-2- دراسة :** بن عقلية كمال ، أطروحة دكتوراه ، سيدي عبد الله ، الجزائر ، 2008/2007 .

الموضوع : تطوير منهاج التربية البدنية و الرياضية في ظل المقاربة بالكفاءات و إنعاسه على تدريس النشاطات البدنية و الرياضية على مستوى مرحلة التعليم المتوسط في الجزائر .

المنهج المستخدم : هو المنهج الوصفي .

مجتمع البحث : مجتمع البحث في هذه الدراسة يتمثل في أساتذة و أستاذات التربية البدنية و الرياضية للمؤسسات التربوية لمرحلة التعليم المتوسط الموجودة على مستوى ولايات الوطن و التابعة لوزارة التربية الوطنية و البالغ عددهم 6569 لسنة 2007/2006 ، 5620 من الذكور ، 949 من الإناث .

عينة البحث : 521 أستاذ تم إختيار هم بطريقة مقصودة تشتمل فئتين :

- الفئة المتخرجة من المعاهد التكنولوجية للتربية و الحاملين لشهادة الكفاءة المهنية للأساتذة لمرحلة التعليم المتوسط و البالغ عددهم 379 أستاذ .

- الفئة الأساتذة المتخرجة من معاهد التربية البدنية و الرياضية و المتحصلين على شهادة الليسانس من الجامعة و تشمل 142 أستاذ .

أدوات جمع البيانات :

- إختبار خاص بمدى معرفة و فهم أساتذة التربية البدنية و الرياضية للمنهاج المطور في ظل المقاربة بالكفاءات .

- تحليل المنهاج .

- إستبيان الخاص بمدى قدرة أساتذة التربية البدنية و الرياضية في أجرأة الأهداف التعليمية و إستخراج مؤشرات الكفاءة من المنهاج المطور .

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- إختبار حسن المطابقة كا²

- النسب المئوية ، التكرارات .

النتائج المتوصل إليها :

الجانب التمهيدي

- أن أساتذة التربية البدنية و الرياضية الحاصلين لشهادة الكفاءة المهنية لأستاذ التعليم المتوسط لم يجدوا صعوبة في فهم و معرفة عناصر المنهاج المطور في ظل المقاربة بالكفاءات بحيث أن أغلبية الأساتذة كانت لهم القدرة على فهم متطلبات التدريس بالكفاءات مما يؤكد تأثير التكوين أثناء الخدمة على الجانب المعرفي لهذه الفئة .
 - الأساتذة المجازيين و الحاملين لشهادة ليسانس ، لم يجدوا صعوبة في معرفة و فهم عناصر المنهاج المطور في ظل المقاربة بالكفاءات بحيث أن أغلبية الأساتذة كانت لهم القدرة على معرفة و فهم متطلبات التدريس بالكفاءات مما يؤكد على تأثير التكوين أثناء الخدمة على الجانب المعرفي لهذه الفئة .
 - تأثير التكوين أثناء الخدمة و إطلاع الأساتذة على الوثيقة المرافقة للمنهاج أثر على الجانب المعرفي لأساتذة التعليم المتوسط الحاملين لشهادة الكفاءة المهنية للتعليم المتوسط خريجي المعاهد التكنولوجية للتربية ، و الأساتذة المجازيين خارجي معاهد التربية البدنية و الرياضية ليست هناك فروق بين فئتي الأساتذة في قدرتهم على معرفة و فهم عناصر المنهاج المطور في ظل المقاربة بالكفاءات بحيث أن أغلب الأساتذة ، كانت لهم القدرة على فهم متطلبات التدريس بالكفاءات مما يؤكد على تأثير التكوين أثناء الخدمة للجانب المعرفي .
 - أغلبية الأساتذة الحاملين لشهادة ليسانس يجدون صعوبة في إجراء الأهداف التعليمية و إستخراج مؤشرات الكفاءة ، مما يدل على أن مدة و نوعية التكوين أثناء الخدمة لم تساعد أساتذة التربية البدنية و الرياضية على الربط بين بيداغوجيا الأهداف و بيداغوجيا الكفاءات علما أن مدخل الكفاءات في التعليم منظور غير مستقل عن منظور التدريس الهادف .
- الإستفادة من هذه الدراسة:** أن المنهاج الحديث إنعكس إنعكاسا كبيرا على تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية في ظل المقاربة بالكفاءات في مرحلة التعليم المتوسط .
- كذلك يمكن الإستفادة من هذه الدراسة في إختيار نوع معلمي التربية البدنية و الرياضية من العينة التي ستطبق البرنامج الدراسي المقرر بحيث أن أساتذة التعليم المتوسط الحاصلين على شهادة الكفاءة المهنية كأستاذ تعليم المتوسط للمادة لا يجدون صعوبة في فهم و معرفة عناصر المنهاج في ظل المقاربة بالكفاءات لأنهم يملكون معرفة كبيرة حول المرحلة العمرية التي يتعاملون معها و كذا أساسيات تنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية الدراسي المقرر مقارنة بالأساتذة المجازيين و الحاملين لشهادة ليسانس الذين يجدون صعوبة في التخطيط و التنفيذ و إجراء الأهداف التعليمية .

• **3-2- دراسة:** الصغير مساحلي ، أطروحة دكتوراه في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية ، معهد التربية البدنية و الرياضية بسيدي عبد الله ، جامعة الجزائر 03 ، سنة 2013/2012.

الموضوع: دراسة تقييمية لمحتوى عناصر منهاج التربية البدنية و الرياضية لمرحلة التعليم المتوسط و علاقتها بمهارات التدريس لديهم و طبيعة التفاعل النفس إجتماعي داخل القسم .دراسة ميدانية لبعض متوسطات و لايتي- سطيف - باتنة -

منهج البحث: هو المنهج الوصفي

مجتمع البحث: تمثل مجتمع البحث في 259 أستاذ من ولاية سطيف ، 263 أستاذ من ولاية باتنة **عينة البحث:** تمثلت في 75 أستاذ بينهم (62 أستاذ و 13 أستاذة) لبعض متوسطات و لايتي سطيف و باتنة ، بعدما تم استبعاد عينة الدراسة الاستطلاعية من الذين لم تتوفر فيهم شروط الإجابة (30 أستاذ و أستاذة) .

أدوات جمع البيانات :

- الاستبيان الأول : " استبيان خاص بتقييم عناصر منهاج التربية البدنية و الرياضية "
- الاستبيان الثاني : " استبيان خاص بمهارات التدريس " (الأداء التدريسي)
- بطاقة ملاحظة التفاعل الصفي .

النتائج المتوصل إليها :

- عناصر منهاج التربية البدنية و الرياضية (الأهداف ، المحتوى ، طرائق التدريس ، التقويم) لا تستجيب بالقدر المطلوب لمتطلبات الواقع بالمتوسطات الجزائرية من و جهة نظر الأساتذة
- أكثر المهارات ممارسة من حيث مستوى الأداء هي مهارة التخطيط و التنفيذ و إدارة و تنظيم الصف بينما يقل مستوى الممارسة لمهارات الإعداد المهني و التقويم .
- و جود علاقة إرتباط بين مستوى إستجابة الأساتذة لعناصر منهاج التربية البدنية و الرياضية و مستوى ممارستهم التدريسية .

الإستفادة من هذه الدراسة: بأن مدى إستجابة المعلمين لعناصر منهاج التربية البدنية و الرياضية يعكس فعالية الأداء و الإنجاز لديهم و طبيعة التفاعل داخل القسم و لهذا من الضروري تحفيز المعلمين الذين سيقومون بتنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط على الأداء الجيد من أجل إنجاح و تحقيق هدف هذه الدراسة .

الجانب التمهيدي

كذلك من الضرورة القيام بالدراسة في المؤسسات التي تحتوي على المرافق و الوسائل البيداغوجيا التي تسمح بتنفيذ البرنامج المقرر بالشكل الجيد .

2- رسائل الماجستير :

• 1-2- دراسة ماجستير:ف.المقراني (f.mokrani) جامعة الجزائر 2000-2001

الموضوع:إختبار بكالوريا التربية البدنية و الرياضية بين التعليمات الرسمية وحقيقة الميدان .

المنهج المستخدم: هو المنهج الوصفي .

مجتمع البحث: جميع تلاميذ البكالوريا في الجزائر

عينة البحث: تكونت العينة من 246 تلميذ تم إختيارهم بطريقة قصدية في المؤسسات التي تتوفر

فيها مرافق لإجراء إختبار شهادة البكالوريا .

أدوات جمع البيانات :

- الإختبارات (60م للإناث ، 80م ذكور) ، (دفع الجلة 3 كلغ إناث ، 5 كلغ ذكور) ،

الوثب الطويل ،الجري نصف طويل (600 م إناث و 800م ذكور) .

- تقارير إختبار التربية البدنية و الرياضية الذي يحتوي على نتائج التلاميذ .

- إستبيان موجه للأساتذة .

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- المتوسط الحسابي

- الإنحراف المعياري

- إختبار الفروق ت . ستودنت

النتائج المتوصل إليها :

- لا توجد مصدقية في إختبار التربية البدنية و الرياضية مقارنة بالنتائج الحقيقية للتلاميذ و الذي

يفقد إختبار التربية البدنية و الرياضية لقيمتها الحقيقية كباقي المواد الدراسية الأخرى .

الإستفادة من هذه الدراسة: لا يمكن الإعتماد على تقارير معلمي التربية البدنية و الرياضية في

إختبار شهادة التعليم المتوسط كأداة لجمع البيانات لعدم مصدقية هذه النتائج .

• 2-2- دراسة : مجادي مفتاح ، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية

و الرياضية ، معهد سيدي عبد الله ، الجزائر ، 2006/2007.

الموضوع: إختبار مادة التربية البدنية و الرياضية في الجزائر بين الواقع و الآفاق .

الجانب التمهيدي

- دراسة ميدانية بإكماليات و ثانويات ولاية المسيلة -

منهج البحث: المنهج الوصفي

مجتمع البحث: هم جميع تلاميذ السنة التاسعة أساسي و جميع تلاميذ البكالوريا في الجزائر .

عينة البحث :

- تم إختيار 830 تلميذ لإختبارهم يتمركزون في 9 مؤسسات تتوفر على شروط أداء الإختبار من تلاميذ 9 أساسي .

- تم إختيار 763 تلميذ يتمركزون في 6 مؤسسات تتوفر فيها شروط أداء الإختبار .

- 37 أستاذ بنسبة 30 % من المجتمع الأصلي من أساتذة التعليم المتوسط .

- 20 أستاذ بنسبة 30 % من المجتمع الأصلي من أساتذة التعليم الثانوي .

أدوات جمع البيانات :

- الإستبيان : يحتوي على محورين :

- **الأول:** يتعلق بإمتحان التربية البدنية و الرياضية في ضوء مجهودات الأستاذ .
- **الثاني:** إمتحان التربية البدنية و الرياضية في ضوء الأهداف مادة التربية البدنية و الرياضية .

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- تم الإعتماد في تحليل الإستبيان على النسب المئوية بعد حساب التكرارات .
- إختبار الفرضيات المتعلقة بالوسط الحسابي بإستعمال التوزيع الطبيعي كتقريب لتوزيع وسط العينة U .

النتائج المتوصل إليها :

- سلم التقطيع المقرر وزاريا لا يتوافق مع قدرات التلاميذ .
- عدم توفر المنشآت و قلة الوسائل و الأدوات الرياضية و كذا عدم التوافق بين مقرر برنامج المادة و بين ما هو موجود في الإمتحان .
- إمتحان التربية البدنية و الرياضية في المرحلتين التعليم الأساسي و البكالوريا لا يخدم العملية التعليمية ، و كذا وجود اللجنة الخارجية التي تحدد العلامة للتلميذ أمر يستهتر بمادة التربية البدنية و الرياضية و أساتذتها معا .

الجانب التمهيدي

- عدم مسابقة برنامج المادة لصيغة هذا الإمتحان و مطالبتهم بضرورة إعادة تكييفه حسب طبيعته .

- إمتحان مادة التربية البدنية و الرياضة في التعليم الأساسي و البكالوريا لا يتوافق مع قدرات التلاميذ و لا يخدم مجهودات الأستاذ و لا يحقق الأهداف المرجوة من المادة قد تحققت بنسبة كبيرة .

الإستفادة من هذه الدراسة :

- ضرورة عمل و تحضير المعلمين للمتعلمين نفسيا من أجل إهتمام و تفاعل المتعلمين مع البرنامج الدراسي المقرر للتربية البدنية و الرياضية من أجل خلق بيئة جيدة لتنفيذه.

- عند تنفيذ الإختبارات يجب التحضير النفسي الجيد للمتعلمين و تحفيزهم و تشجيعهم و خلق جو منافسة بينهم على أنه إختبار حقيقي من أجل أدائهم بجد .

- ضرورة القيام بالإختبارات على عينة تحتوي مؤسساتها على الهياكل و المنشآت الرياضية التي تسمح بإجراء الإختبار .

• **2-3- دراسة ماجستير :** موهوبي عيسى ، معهد التربية البدنية و الرياضية بسيدي عبد الله ، الجزائر ، سنة 2007/2006 .

الموضوع : الإصابات الرياضية التي يتعرض لها التلميذ أثناء إجراء إمتحان التربية البدنية و الرياضية

-دراسة ميدانية على مستوى ثانويات برج بوعرييج -

منهج البحث : المنهج الوصفي .

مجتمع البحث : جميع تلاميذ البكالوريا في الجزائر .

عينة البحث :

- 120 تلميذ وتلميذة المشاركين في إمتحان التربية البدنية و الرياضية الموزعين على 3 ثانويات من ولاية برج بوعرييج 60 ذكور ، 60 إناث .

- عينة الأساتذة وزع عليها الإستبيان و بلغ عددهم 80 أستاذ .

أدوات جمع البيانات :

- القيام بمقابلة مع التلاميذ المصابين و احتوت على 6 أسئلة مغلقة و نصف مفتوحة .

- إستمارة إستبيان موجهة للأساتذة تتضمن 3 محاور رئيسية :

• محور خاص بتجربة الأستاذ في ميدان الممارسة .

الجانب التمهيدي

- محور خاص بالجانب المعرفي للأستاذ .
- محور خاص بالإمكانيات و الوسائل الموضوعية تحت تصرف الأستاذ .
- الملاحظة : من أجل معرفة أنواع الإصابات ودرجة خطورتها و ظروف الإصابة أثناء المنافسة .

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- معامل الارتباط
- إختبار كا 2
- النسب المئوية .

النتائج المتوصل إليها :

- إن أكثر الأماكن عرضة للإصابة للتلاميذ هي إصابة الكاحل و قدرت نسبته ب 28.57 %
ثم الفخذ بنسبة 20 % ثم تليها الركبة بنسبة 12.86 % وتعود أسباب هذه النتائج بالدرجة الأولى حسب إجابات التلاميذ إلى قصر فترة الإحماء بنسبة 90 % ثم الأرضية الصلبة الغير صالحة بنسبة 82.85 % و كذا قلة الممارسة من طرف التلاميذ داخل المؤسسة حيث أجاب 47.14 % منهم أنهم أحيانا يمارسون و أحيانا لا يمارسون ، مقابل 31.43 % أنهم يمارسون بانتظام داخل المؤسسة .
- أن نسبة 62.86 % من إجابات التلاميذ المصابين أن حصة التربية البدنية و الرياضية غير كافية لتحضيرهم لمثل هذا الإمتحان مقابل 37.14 % ممن أجابوا أنها كافية .
- يرى التلاميذ أن أصعب منافسة رياضية في إمتحان التربية البدنية و الرياضية هي منافسة الجري نصف طويل 600م ذكور ، 800 إناث بنسبة 88.57 % و السبب في ذلك حسب رأي التلاميذ إلى طول السباق ، قلى التحضير ، كثرة عدد الدورات ، الاصطدام مع الزملاء ثم منافسة الوثب الطويل بنسبة 48.57 % .
- توجد علاقة بين فترة الإحماء و الإصابات الرياضية و كذا عدم صلاحية أرضية مراكز إجراء الإمتحان و الإصابات بنسبة 48.57 % .
- كذا توجد علاقة بين عدم ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية و الرياضية بانتظام و الإصابات الرياضية.

- أما عن إقبال التلاميذ على ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية و الرياضية فقد تبيننت النتائج أنها ليست بالمستوى المقبول ، و السبب يعود حسب رأي الأساتذة أن نقطة مادة التربية البدنية و الرياضية خلال الموسم الدراسي لا تحسب مع نقطة البكالوريا .

- أجمع الأساتذة أن سبب الإصابات الأولى يعود بالدرجة الأولى إلى قصر فترة الإحماء و كذا إلى أرضية الميدان الغير صالحة .

- كما أجمع الأساتذة أن التوقيت المخصص لحصة التربية البدنية و الرياضية غير كافية لتحضير التلاميذ لمثل هذا الإمتحان .

الإستفادة من هذه الدراسة : أثناء إجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية قد يتعرض المتعلمين إلى إصابات خاصتا على مستوى الكاحل و الفخذ و الركبة نظرا لطبيعة الأنشطة الممارسة (الوثب الطويل ، دفع الجلة ، الوضعية الإدماجية) فلذا من الضروري التسخين الجيد للمتعلمين من أجل تجنب الإصابات و كذا إختيار المؤسسات تحتوي على أرضية جيدة.

2-4- دراسة : عياش أيوب ، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير ، سيدي عبد الله ، الجزائر ، 2008/2007 .

الموضوع : تطوير المناهج التربوية و علاقتها بدافعية الميول لممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي . - دراسة ميدانية بثانويات الجزائر العاصمة - منهج البحث : المنهج الوصفي الإرتباطي .

مجتمع البحث : جميع تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي في الجزائر .

عينة البحث :

- تمثلت في أساتذة التربية البدنية و الرياضية 50 أستاذ من أصل 500 أستاذ بثانويات و متاقن العاصمة بطريقة عشوائية .

- عينة التلاميذ 20 تلميذ و تلميذة من ثانويات العاصمة .

أدوات جمع البيانات :

- إستبيان موجه للأساتذة .

- إستبيان موجه للتلاميذ .

- الملاحظة لقياس ميول التلاميذ نحو حصة التربية البدنية و الرياضية .

الطرق الإحصائية المستخدمة :

- التكرارات ، النسب المئوية .
- معامل بيرسون .
- معامل سبيرمان .

النتائج المتوصل إليها :

توجد علاقة إرتباطية بين تطوير المناهج التربوية و دافعية التلاميذ لممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية حيث تعود هذه العلاقة الإرتباطية إلى مدى أهمية المنظومة التربوية بتطوير برامجها التربوية التي تكون في خدمة العملية التعليمية من بيئة تربوية بين الأستاذ و التلميذ .

الإستفادة من هذه الدراسة : أنه هناك تفاعل و دافعية للمتعلمين إتجاه ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في ظل المنظومة التربوية و بالتالي فإنه يوجد وسط و مناخ ملائم لتفاعل المتعلمين مع مختلف أنشطة برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر .

• 2-5- دراسة : شاربي بلقاسم ، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية

و الرياضية ، سيدي عبد الله ، الجزائر ، 2008/2007 .

الموضوع : إنعكاس تقييم إمتحان بكالوريا التربية البدنية و الرياضية على الحالة النفسية لتلاميذ أقسام

الثالثة ثانوي . - دراسة ميدانية على تلاميذ أقسام النهائية لولاية الجلفة -

منهج البحث : هو المنهج الوصفي .

مجتمع البحث : جميع تلاميذ الأقسام النهائية في الجزائر للتعليم الثانوي .

عينة البحث :

240 تلميذ من الأقسام النهائية تم إختيارهم بطريقة عشوائية الخاصة بالإستبيان .

10 أساتذة بطريقة قصدية (المقابلة)

أدوات جمع البيانات :

- الإستبيان موجه إلى التلاميذ من أجل معرفة الواقع الحقيقي للإستعدادات النفسية .
- المقابلة موجهة إلى أساتذة التربية البدنية لمعرفة مدى ملائمة التقييم الجديد مع إمكانيات التلاميذ .

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- المتوسط الحسابي .
- الإنحراف المعياري .

- النسب المئوية ، التكرارات ، إختبار ت . ستودنت للكشف عن دلالة الفروق .

النتائج المتوصل إليها :

- بينت الدراسة الأثر الجلي لطريقة التقييم الجديدة للكالوريا التربية البدنية و الرياضية على الحالة النفسية لتلاميذ أقسام النهائي ، حيث كانت كل المحاور المقترحة في الإستبيان مؤثرة و لو بدرجات متفاوتة .

- الإهتمام بالنتيجة الكمية لم يكن مقبولا من طرف كل التلاميذ و لا حتى الأساتذة الذين أبدوا بعض التحفظات من هذه الطريقة التي تسوي بين التلاميذ في حين أن التلاميذ غير متساويين في القدرات البدنية .

- هناك إنعكاس في الطريقة الجديدة لإمتحان كالوريا التربية البدنية و الرياضية على الإستعدادات النفسية لتلاميذ أقسام النهائي في جميع المتغيرات سواء تعلق الأمر بين الذكور و الإناث أو المعيدون و غير المعيدون أو حتى من يمارسون التربية البدنية و الرياضية أثناء الحصة فقط و من يمارسون بصورة مستمرة خارج الثانوية .

- عدم الموافقة الكاملة لأساتذة التربية البدنية و الرياضية على هذه الطريقة و تحفظاتهم على عدة نقاط التي تبدو في نظر العامة هينة و لكن الأساتذة يعتبرونها أنها مضرّة بالمادة .

- تحول مادة التربية البدنية و الرياضية إلى مادة إنتقائية ذات معيار بدني محض .

الإستفادة من هذه الدراسة : أنه توجد العديد من الفروق البدنية بين المتعلمين و خاصتا من ناحية الإستعدادات فالمتعلمون الذين يمارسون في الفرق خارج المؤسسة يكون أكثر إستعدادا من زملائهم و بالتالي فمن الضروري عزل المتعلمين الذين يمارسون خارج المؤسسة لكي لا تتأثر نتائج الدراسة بهذا المتغير الدخيل .

• 2-6-دراسة : معيوف العيد ، معهد التربية البدنية و الرياضية بسيدي عبد الله ، مذكرة

التخرج لنيل شهادة الماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية ، سنة

2009/ 2008 .

الموضوع : مدى تأثير المقاربة بالكفاءات على ملمح تخرج تلميذ الرابعة متوسط .

- دراسة مقارنة بين المقاربة بالأهداف و المقاربة بالكفاءات -

منهج البحث : هو المنهج الوصفي .

المجتمع البحث : جميع تلاميذ سنة 4 متوسط في الجزائر .

عينة البحث :

- عددهم 76 تلميذ موزعين على مؤسستين من مدينة الجزائر غرب .
- 36 تلميذ يخضعون لعملية التدريس بالمقاربة بالأهداف .
- 36 تلميذ يخضعون لعملية التدريس بالمقاربة بالكفاءات .

أدوات جمع البيانات :

- الإختبارات (إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية .
- سباق السرعة 60 م ، دفع الجلة أو الوثب الطويل (إختياري) ، المسلك الإجباري .

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- إختبار T (الفئة)
- إختبار F (التكرارات)
- معامل الارتباط r

النتائج المتحصل عليها :

- يبين أن الملمح السلوكي في إختبار دفع الجلة أكثر أهمية لدى تلامذة المقاربة بالكفاءات منه لتلامذة المقاربة بالأهداف ، غير أن مستوى الأداء يستقر و يتميز بتجانس أكبر بالنسبة لتلامذة المقاربة بالأهداف مقارنة بمستوى الأداء لدى تلامذة المقاربة بالكفاءات .
- بينما في إختبار الوثب الطويل تبين أن مستوى الأداء و النتائج المحققة فيه أعلى بكثير لدى تلامذة المقاربة بالكفاءات ، لكن في المقابل النتائج المتوسطة يسيطر عليها تلامذة المقاربة بالأهداف ، ما يكشف لنا أيضا مدى التجانس ملمح الفوج لدى هؤلاء التلاميذ (المقاربة بالأهداف) .

- بينما في سباق 60 م توجد ملامح تشابه تقريبا ما بين المقاربتين بالكفاءات و الأهداف ، إلا أن طابع الإستقرار و الإنتظام في إيقاع الأداء لملمح التخرج الكاشف لمستوى التلاميذ يطغى أكثر على تلامذة المقاربة بالأهداف .

الإستفادة من هذه الدراسة: أنه توجد علاقة موضوعية بين المنهاج المستخدم أو المنتهج في

التعليم و التعلم على نتائج إختبار التربية البدنية و الرياضية .

• 2-7-دراسة قاسم شحات جعفر الوشتيني ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية

و الرياضية ، الرياض ، السعودية ، سنة 2000 .

الموضوع: دراسة تحليلية لمشكلات تنفيذ منهج التربية البدنية و الرياضية و طرق حلها بالمرحلة المتوسطة بمدينة الرياض .

المنهج المستخدم: هو المنهج الوصفي .

أدوات جمع البيانات:

- الإستبيان مكون من 69 فقرة تمثل مشكلات تنفيذ منهج التربية البدنية و الرياضية بمرحلة التعليم المتوسط ترتبط بكل من الأهداف ، المحتوى ، الإمكانيات ، الوقت المتاح للتنفيذ المنهج ، التقويم ، الإدارة المدرسية .

النتائج المتوصل إليها:

- عدم تحقيق أهداف منهج التربية البدنية و الرياضية للأهداف المرتبطة بتعليم التلاميذ.
- عدم مراعاة المعايير العلمية في تحديد أهداف منهج التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة الرياض .

الإستفادة من هذه الدراسة: توجد صعوبات كبيرة في تحديد أهداف المنهاج التربية البدنية و الرياضية و بالتالي فإن هناك صعوبات للمعلمين في تنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية الشيء الذي يتطلب معلمين أصحاب كفاءة و كذا أهداف تتماشى مع الواقع الفعلي للمادة وهذا الشيء الذي يؤكد على ضرورة إختيار معلمين أصحاب كفاءة عالية لتنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط لتحقيق أهداف الدراسة .

3- المجالات العلمية:

• **3-1- دراسة:** صبان محمد و آخرون ، مجلة علوم الرياضة ، جامعة ديالي ، العراق

العدد الأول ، سنة 2009 / أنجزت هذه الدراسة من قبل مخبر تقويم النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم - الجزائر .

الموضوع: دور أهمية تحديد الأنماط الجسمية في تقويم منهاج مدارس المرحلة الثانوية بالجزائر .
منهج البحث: هو المنهج الوصفي .

مجتمع البحث: جميع تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يتراوح أعمارهم بين (16-19) سنة في الجزائر

عينة البحث:

- تم إختيار العينة بطريق عشوائية منظمة من تلامذة المرحلة الثانوية لبعض ولايات الجهة الغربية و المقدر ب 208 تلميذ ، منها 117 ذكور ، 91 إناث .

أدوات جمع البيانات :

- إستخدام إستمارة هيث -كلتر .
- المعادلات الرياضية لماتيكا .
- الإستبيان : كان الغرض منه معرفة أهم الأنشطة المبرمجة خلال العام الدراسي و هذا حسب المنهاج المقرر حيث تم توزيع 15 إستمارة على أساتذة مادة التربية البدنية و الرياضية ..
- القياسات الجسمية :
- الأستاديو متر : جهاز لقياس الأطول .
- ممسك : لقياس الدهون .
- البرجل المنزلق الصغير : لقياس الأعراض .
- أشرطة القياس : لقياس محيطات و أطوال الجسم .

النتائج المتوصل إليها :

- من حيث الكتل فإن الكتلة الشحمية هي المكون الغالب لدى الإناث في حين أن المكون الغالب لدى الذكور هو الكتلة العضلية .
- بالنسبة للأنماط : كان النمط الغالب لدى الذكور هو نحيف عضلي أما بالنسبة للإناث كان النمط المسيطر هو السمين العضلي .
- فيما يخص الأنشطة المقررة في منهاج التربية البدنية و الرياضية فإنها لا تتناسب إلى حد كبير مع أنماط أجسام تلاميذ الثانويات خاصة لدى الإناث .
- معرفة بناء و تكوين الأنماط الجسمية للتلاميذ يساهم بدور فعال في وضع البرامج و المناهج
- تساهم الأنماط في تحديد الدلالات للتعرف على نواحي القوة و الضعف في منهاج التربية البدنية و الرياضية المقرر من قبل وزارة التربية .

الإستفادة من هذه الدراسة : بأنه توجد العديد من الفروقات الفردية بين المتعلمين من حيث النمط التكويني للجسم و الشيء الذي لا يتناسب مع النشاطات الرياضية المقررة و منه فإن هذا العامل يساعدنا في تدعيم إشكالية البحث و فرضياته بان البرنامج التربية البدنية و الرياضية الدراسي المقرر لا يمكن أن يساعد المتعلمين على تحقيق نتائج في إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية .

3-2- دراسة : كيث دراك و آخرون ، سنة 2014

Jornal of sport and health science 4 (2015) ,of shanghai university of sport .

الموضوع: إنعكاسات مشاركة الجنسين في برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر في المرحلة الثانوية .

- مجتمع البحث: جميع تلاميذ المرحلة الثانوية بمقاطعة New Hampshire بالولايات المتحدة الأمريكية

- عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة 1244 تلميذ من تلاميذ التعليم الثانوي .

- أدوات جمع البيانات: المقابلة مع التلاميذ و لقد أجريت عبر الهاتف .

- الأساليب الإحصائية المستخدمة :

- المتوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري

- النسب المئوية .

- النتائج المتوصل إليها :

- توجد فروق في إتجاهات التلاميذ بإختلاف الجنسين نحو ممارسة الأنشطة المقررة في برنامج

التربية البدنية و الرياضية حيث أن الإناث يملنا نحو ممارسة أنشطة على حساب أنشطة

أخرى بينما الذكور يتقبلون جميع الأنشطة المقررة في البرنامج و يتفاعلون معها بشكل كبير .

- الإستفادة من الدراسة: ضرورة أخذ الجنس كمتغير في البحث نظرا لإختلاف في الخصائص

بين الذكور و الإناث و ميولاتهم نحو ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية المقررة في برنامج

التربية البدنية و الرياضية .

التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة :

تنوعت الدراسة السابقة و المشابهة في أوجه دراستها بحيث كانت العديد من الدراسات التي تناولت

منهاج التربية البدنية و الرياضية من عدة جوانب و الذي يعتبر المرجعية الرسمية لبرنامج التربية

البدنية و الرياضية أو بالأحرى فإن برنامج التربية البدنية و الرياضية هو الوجه التنفيذي للمنهاج

التربية البدنية و الرياضية هذا من جهة المتغير الأول المستقل أما المتغير التابع الذي هو إختبار

شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية فقد تعددت الدراسات التي تناولت هذا الموضوع

من عدة جوانب كالإصابات الرياضية و الواقع ، فبعد إطلاعنا على مختلف هذه الدراسات السابقة

و جعلها كخلفية نظرية و معرفية التي ستساعدنا في طرح إشكالية الدراسة و كذا أخذ نتائجها

كإجراءات في دراستنا لكي تقودنا إلى السبل و الطرق العلمية من أجل الوصول لتحقيق هدف الدراسة بتجنب العشوائية في العمل و إعطاء الصبغة العلمية الحقيقية لبحثنا هذا و إنطلاقا مما سبق توصلنا إلى أن معظم الدراسات السابقة كانت لها خصائص من الناحية المنهجية و الناحية العلمية و العملية كالآتي:

- من الناحية المنهجية :

إستخدمت أغلب الدراسات المنهج الوصفي كمنهج لدراستها وكذا تم إستخدام الإستبيان أو الملاحظة أو الإختبارات و في بعض الأحيان تم إستخدام أداتين إلى ثلاث أدوات لجمع البيانات في دراسة واحدة على حسب طبيعتها ، أما عن إختيار العينة فكان أحيانا بطريقة عشوائية و أحيانا بطريقة مقصودة على حسب طبيعة الدراسة و الفئة المستهدفة في هذه الدراسة ، أما الأساليب الإحصائية المستخدمة فقد كانت دائما ما تدرس الفروق و في بعض الأحيان فقط تمت دراسة العلاقة .

- من الناحية العلمية و العملية :

بأن المنهاج التربية البدنية و الرياضية الحديث إنعكس إنعكاسا كبيرا على تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية في ظل المقاربة بالكفاءات في مرحلة التعليم المتوسط الشيء الذي يتطلب قدرات و مؤهلات تسمح للمعلمين بتنفيذ هذا البرنامج المقرر و لهذا وجب علينا في هذه الدراسة إختيار المعلمين أصحاب الخبرة الكبيرة وتحفيزهم من أجل تطبيق البرنامج المقرر كما هو منصوص و خلق الجو المناسب لتنفيذ الإختبارات لضمان أداء المتعلمين بجدية و كذلك من الضرورة القيام بالدراسة في المؤسسات التي تحتوي على المرافق و الوسائل البيداغوجيا التي تسمح بتنفيذ البرنامج الدراسي المقرر و إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية بالشكل الجيد .

و كذلك توجد فروقات كبيرة بين المتعلمين و خاصتا الذين يمارسون في الفرق الرياضية و لهذا وجب عزلهم حتى لا تتأثر نتائج الدراسة بهذا المتغير الدخيل مع مراعاة ضرورة ضبط متغير الطول و الوزن لإرتباطه بمرحلة النمو السريع و أخذ الجنس بعين الإعتبار لإختلاف الخصائص و الإتجاهات و الميولات بين الجنسين كل هذا من أجل معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط .

II- الخلفية النظرية : إرتكزت الخلفية النظرية في بحثنا هذا على القانون رقم 08-04 المؤرخ عام 1429 الموافق 23 يناير سنة 2008 و الذي يتضمن القانون التوجيهي للتربية الوطنية و بعد القراءة

إرتكزنا في بحثنا على المواد رقم 04 و 06 و 22 و 28 و 29 و 30 و 37 و 45 و 51 وكانت قراءتنا كالتالي :

المادة رقم 04 : أنه من الضروري إكتساب جميع المتعلمين معارف في مختلف المجالات و المواد التعليمية وكذا تنمية قدراتهم من الناحية الذهنية و البدنية و النفسية و قدرات التواصل الجسمية من خلال تزويدهم بكفاءات يمكن توظيفها مدى الحياة .

المادة رقم 06 : تلقين المتعلمين المعارف و الكفاءات التي تمكنهم من إعادة إستثمار المعارف و الكفاءات الأساسية التي تمكنهم : من إعادة إستثمار المعارف و المهارات المكتسبة و توظيفها .

المادة رقم 22 : يجب على المعلمين التقيد الصارم بالبرامج التعليمية و التعليمات الرسمية .

المادة رقم 28 : في إطار غايات و مهام المدرسة فإنه يصدر الوزير المكلف بالتربية الوطنية البرامج التعليمية لكل مستوى تعليمي أي لكل طور و كل سنة دراسية ، كما يحدد الطرائق و المواقيت على أساس إقتراحات المجلس الوطني للبرامج .

المادة رقم 29 : تشكل الأهداف و البرامج التعليمية الإطار المرجعي الرسمي و الإلزامي لجميع النشاطات البيداغوجيا الممنوحة في المؤسسات المدرسية العمومية و الخاصة .

المادة رقم 30 : ينشأ لدى الوزير المكلف بالتربية الوطنية مجلس و طني للبرامج بحيث يكلف المجلس الوطني للبرامج بإبداء الرأي و تقديم إقتراحات بشأن كل قضية لها علاقة بالبرامج و الطرائق و المواقيت و الوسائل التعليمية .

المادة رقم 37 : إن تعليم مادة التربية البدنية و الرياضية إجباري على كل متعلم من بداية التمدرس إلى نهاية التعليم الثانوي .

المادة رقم 45 : ضرورة العمل على توفير الظروف التي تسمح للمتعلمين بنمو أجسامهم نموا منسجما من خلال تنمية قدراتهم البدنية و اليدوية .

المادة رقم 51 : تتوج نهاية التمدرس في التعليم المتوسط بإمتحان نهائي يخول للمتعلم الحق في الحصول على شهادة التعليم المتوسط .

2- الإشكالية :

لقد حظيت التربية البدنية و الرياضية في الجزائر باهتمام كبير في السنوات الأخيرة من خلال إنشاء المعاهد و أقسام التربية البدنية و الرياضية في الجامعات و الإهتمام الذي لاحظناه من قبل وزارة التربية الوطنية بمادة التربية البدنية و الرياضية نظرا للتغيرات التي شهدتها المجال التربوي لمسايرة التغيرات الكبيرة المسجلة في شتى المجالات من خلال إصلاحات المنظومة التربوية التي مست جميع المجالات و المواد الدراسية المختلفة كالفيزياء و الرياضيات والعلوم ... و التربية البدنية و الرياضية و التي تعتبر ذات طابع خصوصي لها مكانة و ميزة خاصة لدى المتعلمين نظرا لاستخدامها للأنشطة الرياضية كوسيلة لتحقيق أهدافها في المجالات التربوية المعروفة بتقسيم بلوم في المجال الحسي حركي و العاطفي الوجداني و المعرفي .

و لتحقيق الأهداف التربوية وضعت لها مناهج منظمة تخضع للعديد من الأحكام والأوامر و المراسيم بشأن تنظيمها و تسيرها في جميع مراحل التعليم في الجزائر الابتدائي و المتوسط و الثانوي ونلاحظ هنا السيرورة و التكامل من أجل إعداد المتعلم إعدادا شاملا من جميع النواحي الشيء الذي يضمن له نموا متوازنا ليحقق احتياجاته و يتكيف مع مختلف المواقف لتحقيق ما تصبو إليه الدولة الجزائرية و النظام التعليمي إلا أن هذه المنهاج تختلف في المحتوى و الأهداف و الأنشطة بناء على إختلاف المراحل التعليمية نظرا لخصوصية كل مرحلة فمثلا نجد منهاج التعليم المتوسط للتربية البدنية و الرياضية " و الذي يرمي إلى جعل كل متعلم يتحكم في قاعدة من الكفاءات التربوية و الثقافية و التأهيلية التي تمكنه من المواصلة و التكوين بعد التعليم الإلزامي أو الإندماج في الحياة العملية و تكون هذه الكفاءات ذات طابع إتصالي ، فكري إجتماعي و شخصي"¹

فتتشارك المناهج في عناصرها البنائية الأهداف و المحتوى و الأنشطة و التقويم و لكن تختلف في محتوى عناصرها فالأهداف التي يعمل على أن يكتسبها المتعلم تختلف بناء على المرحلة الدراسية التي يمر بها و كذا السنة الدراسية التي يدرس فيها بحيث تتميز هذه الأهداف بالإستمرارية التي تخدم أهداف بعيدة المدى تحقق على عدة مراحل و مقسمة على عدة مستويات وكذلك المحتوى المقدم و الذي يختلف بإختلاف السنة الدراسية و خصائص النمو و مجالاته و كذلك الأنشطة التي تختلف بناء على إختلاف الأهداف و المحتوى أما التقويم فيساعد في معرفة مدى تحقيق الأهداف ، فالمناهج

¹ اللجنة الوطنية للمناهج ، مناهج السنة الرابعة من التعليم المتوسط ، الديوان الوطني للطبوعات المدرسية ، جوان

تساعد معلمي المادة في توجيه العملية التعليمية التعلمية نحو الأهداف المرجوة و لكن تختلف إستراتيجيات استخدام هذه المناهج إلا أن الدولة الجزائرية تبنت إستراتيجية التعليم بالمقاربة بالكفاءات في العام الدراسي 2004/2003 . و يعرفها محمد دريج على أساس أنها " قدرات مكتسبة تسمح بالسلوك و العمل في سياق معين ويتكون محتواها من معارف و مهارات و قدرات و إتجاهات مندمجة بشكل مركب بحيث يقوم الفرد الذي إكتسبها بتوظيفها قصد مواجهة مشكلة ما وحلها في وضعية محددة " .¹

ولقد أصبح المتعلم هو محور العملية التعليمية التعلمية و يكون دور المعلم مرشداً أو موجهاً و الذي يعمل على تحقيق الأهداف المعبر عنها في المنهاج من خلال تنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر و الذي يتمثل في منهاج المادة و الوثيقة المرافقة له فكلاهما يعتبران الإطار المرجعي الذي من خلاله يتمكن كل معلم من الإختيار البيداغوجي المناسب للمتعلمين الذين هم تحت إشرافه.²

وترى ليلي زهران بأن البرنامج الدراسي هو مجموعة الخبرات النابعة من المنهاج و المعدة و فق تنظيم يزيد من إمكانية تنفيذها ، و يتطلب ذلك أن يضم البرنامج بالإضافة إلى مجموعة الخبرات التعليمية الموقفة و المختارة من المنهاج كل ما يتعلق بتنفيذها من وقت و مكان و أدوات و طرق التدريس و دور كل من المعلم و المتعلم في تنفيذه .³

و يكون البرنامج الدراسي المقرر مصاغ في المنهاج حيث يحتوي على الكفاءة القاعدية الخاصة بكل ثلاثي من السنة الدراسية و كذا نوع النشاط الممارس جماعي و فردي وكذا مؤشرات الوحدة التعليمية و المحتوى المعرفي للوحدة و عناصرها و الذي يسعى من خلاله المعلم إلى تحضير أحسن الظروف التي تسمح له بتطبيق البرنامج الدراسي المقرر من خلال التخطيط الجيد للتوزيع السنوي و الدوري و دروس التربية البدنية و الرياضية و الفهم الجيد للكفاءات و تحديد الأهداف و صياغتها مع الأخذ بعين الإعتبار المرافق و الوسائل البيداغوجيا المتوفرة في المؤسسة و كذا خصائص المتعلمين الذين هم تحت إشرافه ومن بين برامج التربية البدنية و الرياضية نجد برنامج السنة الرابعة متوسط الذي

¹ عطا الله أحمد و آخرون ، تدريس التربية البدنية و الرياضية في ضوء الأهداف الإجرائية و المقاربة بالكفاءات ، بدون طبعة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 2009، ص 57.

² اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط ، اللجنة الوطنية للمناهج ، سنة 2005 ، ص 34 .

³ عفاف عثمان عثمان و آخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، بدون طبعة، دار الوفاء لدنيا للطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة ، 2008 ، ص 12

الجانب التمهيدي

يطبق في 32 أسبوع دراسي فيه 28 أسبوع لإنجاز نشاطات التعلم و 4 أسابيع للتقويم بحجم ساعي يقدر بساعتين أسبوعيا من أجل الوصول إلى الكفاءات القاعدية و الختامية للسنة الدراسية من خلال ممارسة مجموعة من الأنشطة الرياضية في النشاط الفردي (الجري نصف طويل 800 م للذكور و 600 م للإناث ، الجري السريع 60 م ذكور و إناث ، القفز الطويل ، دفع الجلة) و نشاطات جماعية (كرة اليد ، كرة الطائرة ، كرة السلة) . (أنظر الملحق رقم 01)

و يكون متعلمي السنة الرابعة متوسط في هذه السنة مقبلين على إجتياز إمتحان شهادة التعليم المتوسط للانتقال من مرحلة التعليم المتوسط لمرحلة التعليم الثانوي و من بين مواد هذا الإمتحان نجد إختبار التربية البدنية و الرياضية فمن خبرة الباحث كمعلم للتربية البدنية و الرياضية لهذه المرحلة و بعد الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها في مركز إجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط الإخوة قروف بالعالية لمسنا بأن الشغل الوحيد للمتعلمين هو الحصول على علامة جيدة في الإختبار و للحصول على علامة جيدة في هذا الإختبار يجب تحقيق نتائج جيدة في نشاطات الجري السريع 60 م و النشاط الإختياري بين الوثب الطويل و دفع الجلة و الذي يضم سلم تنقيط خاص بنتائج الذكور و سلم تنقيط آخر خاص بنتائج الإناث حيث تمنح 6 نقاط للجري السريع كأعلى علامة و 6 نقاط للنشاط الإختياري كأعلى علامة و كذا الوضعية الإدماجية التي لها سلم تنقيط واحد خاص بالذكور و الإناث و تمنح 8 نقاط كأعلى علامة .

وانطلاقا من الدراسات السابقة و الخلفية النظرية مثل دراسة " محمد خير بركات مناصرة" و دراسة " بن عقلية كمال" و دراسة " صغير مساحلي " فبرنامج التربية البدنية و الرياضية يتطلب منهاج ذا أهداف يمكن تحقيقها و محتوى و وسائل و تقويم مناسب و كفاءة للمعلمين و توفير مناخ للتفاعل بين المتعلم و المعلم من مرافق ووسائل بيداغوجيا من أجل الإعداد الفعال لمساعدة متعلميهم للحصول على نتائج جيدة و بالتالي تحقيق نقطة جيدة تلي حاجات المتعلمين و هذا يمر من خلال البرنامج الدراسي المناسب لتحقيق ذلك لكل من نتائج الذكور و الإناث . مع مراعاة خصائص كل منهما في النمو كالتطور و الوزن و الجوانب النفسية كالاتجاهات و الميولات نحو النشاطات المختارة في برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر .¹

¹kieth M.darke and all ,High school sports programs differentially impact participation by sex , elsevier, journal of sport and health science 4,2015,of shanghai university of sport , p286

الجانب التمهيدي

و كذا دراسة " صبان محمد و آخرون " حيث أثبتوا وجود العديد من الفروقات في الاستعدادات باختلاف أنماط الجسم و مقارنتها بالأنشطة التربية البدنية و الرياضية المقررة والتي لا تتناسب مع استعدادات المتعلمين فبالتالي فالنشاطات الرياضية المستخدمة في البرنامج غير مناسبة لتحقيق نتائج جيدة في إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية .

وكذا ما جاء به القانون التوجيهي بحيث يجب أن تعمل البرامج الدراسية المقررة على مساعدة المتعلمين بإنماء كفاءاتهم و قدراتهم البدنية بشكل يلبي حاجاتهم من خلال توفير لهم الظروف المناسبة لذلك حتى يصبح المتعلم قادرا على توظيف و إستعادة ما تعلمه و لهذا كان من الضروري وجود برنامج للسنة الرابعة متوسط يلبي حاجات المتعلمين من جميع النواحي .

هذا قبل أن يلغى إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية و تعويضه بطريقة يحسب فيها معدل نقاط الإختبارات الفصلية من قبل معلم المادة لإحتسابها في إمتحان شهادة التعليم المتوسط (أنظر الملحق رقم 02)

و إنطلاقا مما سبق أردنا في دراستنا هذه معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط و منه يمكن طرح سؤال الإشكالية العام على النحو التالي : هل هناك أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط لكل من الذكور والإناث ؟

و يمكننا طرح التساؤلات الفرعية التالية :

- هل هناك أثر لبرنامج التربية البدنية والرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م لكل من الذكور و الإناث ؟
- هل هناك أثر لبرنامج التربية البدنية والرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور والإناث ؟
- هل هناك أثر لبرنامج التربية البدنية والرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث ؟
- هل هناك أثر لبرنامج التربية البدنية والرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية لكل من الذكور و الإناث ؟

3-الفرضيات:

-الفرضية العامة:

-لا يوجد فروق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط لكل من الذكور و الإناث .

-الفرضيات الجزئية:

- لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج الجري السريع لكل من الذكور و الإناث .
- لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور و الإناث .
- لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث .
- لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج الوضعية الإدماجية لكل من الذكور والإناث.

4- ضبط المفاهيم و المصطلحات :

4-1- الأثر : هي محصلة تغيير تحدث للمتعلمين نتيجة لعملية التعليم و التعلم ، فهذه النتائج تكون نتيجة للبرنامج الدراسي المقرر¹.

4-2- برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط :

4-2-1- التربية البدنية و الرياضية : التربية البدنية و الرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي هدفه تكوين مواطن لائق من الناحية البدنية و العقلية و الإنفعالية والإجتماعية و ذلك عن طريق ألوان النشاط البدني الرياضي².

التعريف الإجرائي: التربية البدنية الرياضية هي مادة دراسية تهدف إلى تغيير سلوكيات المتعلمين في الجانب الحسي الحركي و العاطفي الوجداني والمعرفي عن طريق استخدام الأنشطة الرياضية كوسيلة لتحقيق ذلك.

4-2-2- برنامج التربية البدنية و الرياضية الدراسي المقرر :

أ- **التعريف اللغوي للبرنامج الدراسي :** هو عبارة عن مخطط عام يوضع لعملية التعليم و التعلم للوصول إلى الأهداف الموضوعية³.

¹ حسن شحاته و زينب النجار ، معجم المصطلحات التربوية و النفسية ، الطبعة الأولى ، الدار المصرية اللبنانية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2003 ، ص 22 و 66 .

² أحمد بوسكرة ، منهاج تربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و التقني ، بدون طبعة ، دار الخلدونية للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2005 ، ص 7.

³ ملحق سعيدة الجهوية ، المعجم التربوي ، المركز الوطني للوثائق التربوية ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2009 ، ص 108 .

كذلك هو منهج موضوع أو خطة موضوع لغرض ما .¹

ب-التعريف الإصطلاحي للبرنامج الدراسي المقرر:هو مجموعة من المواضيع الدراسية مرفقة

بمجموعة من التعليمات على المعلم إتباعها .²

فالنشاطات التي يقوم بها المعلم أو المتعلم أو هما معا لتحقيق الأهداف التعليمية للمنهاج تعرف بالبرنامج التعليمي أو الدراسي .³

و يشير أمين الخولي إلى أن برنامج التربية البدنية و الرياضية هو الشكل التنفيذي لتطبيق المنهاج بكافة عناصره و تعليماته ، وبذلك يتصف البرنامج بطبيعة إدارية تنظيمية واضحة كإطار تنفيذي لأهداف المنهاج و محتواه من أنشطة و خبرات و معارف و اتجاهات .

و هناك رأي يرى بان برنامج التربية البدنية والرياضية أصبح مرادفا مقبولا لمنهاج التربية البدنية و الرياضية ، فان كانت المناهج تعبر عن الوجه البنائي فان البرامج تعبر عن الوجه التنفيذي و هو كالعملة الواحدة ذات الوجهين، حيث يصعب فصل احدهم عن الآخر⁴ كما تعتبر البرامج الدراسية

ذات بعد أساسي لمحتوى المنهاج و المعد ليقدم للمتعلم المادة الدراسية بالشكل الذي يحقق أهدافها وفقا لطبيعتها فتختلف عن غيرها من المواد.⁵فالموضوعات الدراسية التي تعرض على المتعلمين و الذي يتوقع منها التغيير لدى المتعلمين يطلق عليها البرنامج الدراسي المقرر .⁶ويتضمن المقرر الدراسي مجموعة من الموضوعات التي يدرسها المتعلمون خلال سنة دراسية وفق خطة معينة و تشكل مجموعة المقررات البرنامج الدراسي .⁷الذي يتضمن الخبرات التعليمية التي يجب أن يكتسبها المتعلمون وتكون مرتبة ترتيبا يتماشى مع سنوات نموهم و حاجاتهم و مطالبهم الخاصة

¹<http://www.almaany.com/ar/dict/arar/%D8%A8%D8%B1%D9%86%D8%A7%D9%85%D8%AC/05/09/2016> ,10 :10

²<http://www.alukah.net/culture/0/56850/> , 05/09/2016 ,10:39 .

³ ملحقة سعيدة الجهوية ، **نفس المرجع السابق** ، ص 6 .

⁴عفاف عثمان عثمان و آخرون ، **نفس المرجع السابق**، ص 11.

⁵مصطفى باهى و صبرى عمران ، **الاختبارات و المقاييس في التربية الرياضية** ، بدون طبعة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2008 ، ص 3.

⁶ محمد صابر سليم و آخرون ، **بناء المناهج و تخطيطها**، الطبعة الأولى ، دار الفكر ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2006 ، ص 13.

⁷ محمد دريج و آخرون ، **معجم مصطلحات المناهج و طرق التدريس** ، بدون طبعة ، المنظمة العربية للتربية و الثقافة و العلوم ، الرباط ، سنة 2011 ، ص 70 .

و البرنامج الدراسي المقرر هو جزء من الخبرات التعليمية في حقل دراسي يقدم خلال وقت محدد و يعطى مقرر كل مستوى دراسي عنواناً أو رقماً محدداً كبرنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط¹، و يرتبط البرنامج بالمحتوى من خلال الموضوعات التي سيتم دراستها خلال فترة زمنية محددة²، ويكون هذا البرنامج يشمل الخبرات التعليمية للمنهاج بحيث يسعى كل منهاج لتحقيق أهدافه من خلال البرنامج الدراسي³.

تعريف الإجرائي: يتمثل برنامج تربية بدنية ورياضية الدراسي المقرر في الخبرات النابعة من منهاج التربية البدنية و الرياضية في ضوء الأهداف المحددة للسنة الدراسية ليقوم المعلم بتنفيذه في فترة زمنية محددة مستعينا بمنهاج المادة و الوثيقة المرافقة له للوصول للأهداف .

4-2-3 السنة الرابعة متوسط: وهي السنة الأخيرة في مرحلة التعليم المتوسط التي تلي مرحلة التعليم الابتدائي ومدتها أربعة سنوات فيها 4 مستويات (سنة أولى متوسط ، سنة ثانية متوسط ، سنة ثالثة متوسط ، سنة رابعة متوسط) حيث يجتاز المتعلمون في السنة الرابعة متوسط إمتحان مصيري و هو إمتحان شهادة التعليم المتوسط من أجل الانتقال لمرحلة التعليم الثانوي⁴

4-3- إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط:

4-3-1- الإختبار :

أ- لغة : تحمل معنى كلمة الإختبار نفس معنى كلمة الإمتحان Examination أو Test أو Trial أو Proof و جميعها تعني التجربة أو البرهان أو تطبيق الأداة على عينة من الأفراد .
ب-إصطلاحاً : الإختبار عبارة عن أداة قياس تستخدم للحكم على جانب معين و محدد و تستخدم فيه الدرجات لتقدير المختبرين⁵.

2-3-4- إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط:

يضم إختبار شهادة التعليم المتوسط جزئين جزء خاص بالموارد الذاتية على 12 نقطة و جزء خاص بوضعيات الإدماج على 8 نقاط .

¹ ملحقة سعيدة الجهوية ، نفس المرجع السابق ، ص 108 .

²http://www.hassanlahia.com/2015/08/blog-post_98.html, 04/09/2016 .

³ محمد دريج و آخرون ، نفس المرجع السابق ، ص 80 .

⁴ جرجس ميشال جرجس ، معجم مصطلحات التربية و التعليم ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، سنة 2005 ، ص 366

⁵ محمد نصر الدين رضوان ، المدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2006 ، ص 21 و 22 .

• الجزء الأول: خاص بالمواد الذاتية:

يضم الاختبار نشاطين ، احدهما إجباري و الآخر اختياري من طرف المترشح من بين الأنشطة الثلاثة التالية :

سباق الجري السريع (60 متر) ، الوثب الطويل ، دفع الجلة (3كلغ) .

• الجزء الثاني : والخاص بوضعيات الإدماج: يضم من 3 إلى 5 ورشات ذات طابع إشكالي

إدماجي تستدعي توظيف الكفاءات المعبر عنها بالمنهاج .¹

تعريف الإجرائي لاختبار التربية البدنية الرياضية لشهادة التعليم المتوسط: هو الاختبار الإجباري الذي يقوم به المتعلمون الغير معفيين في مادة التربية البدنية و الرياضية كباقي المواد الدراسية الأخرى حيث يقوم الديوان الوطني للامتحانات و المسابقات بتنظيم و اقتراح هذا الاختبار .

4-4- مصطلحات خاصة بالدراسة:

تتأثر البرامج و المناهج التعليمية بالتحويلات و التغييرات التي تطرأ عليها خاصتا بعد تبني الدولة الجزائرية لإستراتيجية المقاربة بالكفاءات مما نتج عنه تغييرات عديدة ومن بين هذه التغييرات تم إستبدال مصطلح تلميذ بمتعلم و الأستاذ بالمعلم رغم ما نشهده اليوم من إستمرار في التسميات القديمة سواء في المناهج و البرامج التعليمية أو الممارسة التربوية و الخطابات الرسمية ولهذا إستخدمنا في بحثنا هذا مصطلح متعلم مكان تلميذ و معلم مكان أستاذ لكي يتماشى بحثنا مع فلسفة و مبادئ التي تبني بها المقاربة بالكفاءات في ظل العملية التعليمية التعليمية.²

4-4-1- من التلميذ إلى المتعلم : هذا التغيير من التلميذ إلى المتعلم لم يكن أثره فقط على الجانب اللغوي بل على الجانب الدلالي للدور الذي أصبح يعطي للفرد في العملية التعليمية التعليمية فالإنتقال من التلميذ إلى المتعلم جاء بعد الإنتقال من المقاربة بالمضامين و الأهداف (تلميذ) حيث كان دور التلميذ هو تلقي المعلومات بشكل سلبي لا دخل له في عملية التعلم بحيث يتعلم لغيره ، ليأتي بعدها مصطلح المتعلم مع المقاربة بالكفاءات نتيجة الدور الذي يقوم به الفرد فالمتعلم هو الذي يقوم بالفعل التعليمي من خلال تكيفه مع المادة التعليمية يستخدم فيها إستراتيجيات معرفية من خلال الوضعيات المشكلة بحيث أصبح المتعلم فردا فعالا في العملية التعليمية التعليمية.³

4-4-1- من الأستاذ إلى المعلم :

أ- الأستاذ : هو لقب يطلق على كل من يكون مربيا يقوم بتنشئة في المجتمع تنشئة و وطنية

¹ وزارة التربية الوطنية للجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة اختبارات مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، جوان 2006 ، ص 2 .

² <http://www.minbar-rif.com/archive/index.php/t-5442.html> 8/2/2017 .12:23

³ <http://www.tarbawiyat.net/news10172.html.08/02/2017.14:25>

و تربوية فلقد تعد هذا اللقب جميع التخصصات بعدما كان في إطار المدرسة ليتعدى مجالات أخرى كالمحاماة و الطب و التعليم العالي وكذا في بعض المجتمعات أصبحت كلمة أستاذ تعبر عن إحترام الناس و تقديرهم لشخص ما .

أ- **المعلم** : يقصد بالمعلم كل من يتولى التعليم مادة ما مثل معلم التربية البدنية و الرياضية بحيث يكون هذا التعليم قانونيا سواء كان ذلك في المدرسة الإبتدائية أو المتوسطة أو الثانوية بحيث يخضع لقوانين المدرسة¹ ، و مع المقاربة بالكفاءات إنتقل من الأستاذ إلى المعلم بعدما كان دور الأستاذ في المقاربة بالمضامين و الأهداف ملقنا و يقوم بجميع الأدوار أما في المقاربة بالكفاءات فحل مصطلح المعلم مكان الأستاذ ليعمل على تحقيق الأهداف التربوية للمادة من خلال دوره في تمكين المتعلمين من تعليم أنفسهم².

5- حدود البحث :

5-1- المتغير المستقل : هو ذلك المتغير الذي يتم بحث أثره في متغير آخر و يمكن للباحث التحكم فيه للكشف عن تباين هذا الأثر بإختلاف قيم ذلك المتغير الذي يتعلق بظروف الظاهرة وفي دراستنا هذه برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط هو **المتغير المستقل**.

5-2- المتغير التابع : هو المتغير الذي يرغب الباحث في الكشف عن تأثير المتغير المستقل فيه أو هي المسألة التي يسعى الباحث لتفسيرها و المرتبطة بهدف الباحث . وفي دراستنا هذه **نتائج المادة في شهادة التعليم المتوسط** هو المتغير التابع³.

5-3- المتغير الدخيل : هي مختلف العوامل الخارجية التي تؤثر في المتغير التابع ما لم يتم ضبطها ، الشيء الذي يتطلب من الباحث عزلها أو ضبطها للتحكم فيها .⁴ و في دراستنا هذه هناك العديد من المتغيرات الدخيلة قمنا بعزلها لكي لا تؤثر على المتغير التابع وهي :

- المتعلمون المعيدون للسنة الرابعة متوسط حيث سبق و أن طبق عليهم نفس البرنامج في السنة التي أعاد فيها .
- المتعلمون الذين يمارسون الرياضة في الأندية الرياضية .
- المرافق و الوسائل البيداغوجيا لتنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط .

¹ جرجس ميشال جرجس ، **نفس المرجع السابق** ، ص 59 و 502 .

²<http://www.onefd.edu.dz/08/02/2017.14:40>.

³ بلقاسم سلاطونية و أسماء بن تركي ، **خطوات عملية لتحديد مشكلة البحث** ، مجلة العلوم الإنسانية ، العدد 29، جامعة محمد خيضر بسكرة ، الجزائر ، سنة 2013 ، ص 278.

⁴ مروان عبد المجيد ، **طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية** ، بدون طبعة ، الدار العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 ، ص 103 .

- ضرورة وجود معلمين أصحاب كفاءة حتى لا تتأثر نتائج الدراسة بكفاءة المعلمين .

6- أهمية البحث: تكمن أهمية بحثنا هذا في النقاط التالية:

- محاولة تسليط الضوء على برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط من خلال معرفة أثره على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط لكل من الذكور و الإناث .

- الكشف على نقاط الضعف و القوة في البرنامج الدراسي المقرر للسنة الرابعة متوسط .

- الوقوف الحقيقي حول ظروف سير برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط .

- الوقوف الفعلي على النتائج الحقيقية للمتعلمين في إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية لكل من الذكور و الإناث .

7- أهداف الدراسة: هناك عاملين يحددان أهداف الدراسة هما الجانب العلمي و الجانب العملي :

أولاً : الدافع العلمي :

- الإلمام بموضوع البرامج الدراسية و كيفية إستخدام المعلم للمنهاج للتعامل مع البرنامج الدراسي المقرر للمادة و البحث في المشاكل التي تعيق تنفيذ البرنامج الدراسي المقرر و التغيرات التي تحدثها في سلوكيات المتعلمين و السبل المناسبة لتحقيق البرنامج الدراسي للنتائج الجيدة في إختبارات شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية .

ثانياً : الدافع العملي : معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط لكل من الذكور و الإناث من خلال :

- معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع لكل من الذكور و الإناث .

- معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور و الإناث .

- معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث .

- معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية لكل من الذكور و الإناث .

الجانب النظري

الفصل الأول

المناهج التعليمية وبرنامج التربية

البدنية والرياضية المقرر

تمهيد :

يخضع تدريس برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر لأي سنة دراسية إلى مجموعة من التعليمات على معلم المادة إتباعها من خلال المرجعية الرسمية للإختيار البيداغوجي المناسب للعملية التعليمية التعليمية و المتمثلة في منهاج المادة و الوثيقة المرافقة له من أجل تقديم الخبرات و المعارف للمتعلمين للوصول للأهداف المرجوة في حقل يتميز بالمرونة و التنظيم في التخطيط و التنفيذ لتجنب العشوائية في العمل و إحترام الوقت و الإمكانيات و المرافق و الوسائل البيداغوجية المتوفرة في المدرسة لتنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر ولقد جاء هذا الفصل ليلقي الضوء على المناهج التعليمية و مفهومها القديم و الحديث وكذا أسس بنائها و عناصرها من أهداف و محتوى و أنشطة و تقويم و على البرنامج الدراسي المقرر و الخطوات النظرية لبنائه وخصائص البرنامج الجيد وكيفية التعامل معه و كيفية تخطيط التوزيع السنوي و الدوري و الدرس و كيفية صياغة الأهداف الإجرائية و كذا إستراتيجية التدريس بالمقاربة بالكفاءات المنتهجة من قبل الدولة الجزائرية .

I - المبحث الأول : المناهج التعليمية

1- المنهاج :

أ- معنى المنهاج لغة : قال تعالى : " لكل جعلنا منكم شرعة و منهاجا " و تعني كلمة المنهاج في الآية الكريمة الطريق الواضح و أصل الكلمة هي الفعل نهج نهجا أي الطريق أو البيان الواضح الذي سلكه ، يستعمل النهج في اللغة العربية أو المنهاج بنفس المعنى على حسب السياق .¹ وفي قول لابن عباس رضي الله عنهما " لم يمت رسول الله صلى الله عليه وسلم حتى ترككم على طريق ناهجة " و تعني الطريق الواضح ، وناهجة تعني واضحة ، و الكلمة في اللغة الإنجليزية الدالة على المنهاج هي Curriculum وهي كلمة مشتقى من جذر لاتيني و معناها مضمار الخيل .²

ب- معنى المنهاج اصطلاحا :و يعرف (ديكورت Decorte) 1979 " المنهج بأنه يتعلق بكل المكونات التي تتضمنها السيرورة التعليمية من أهداف و محتوى و أنشطة و تقويم " ، و يعرفها (ديالانشر 1980 delandsheere) " المنهاج بأنه مجموعة من الأنشطة المخططة من أجل

¹ www.ifpm19.com/anance/20%التقويم%20%المناهج/30/07/2016 , 14 : 50 .

²توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2000 ، ص 19 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

تكوين المتعلم و يضم الأهداف و كذلك تقويمها و الأدوات و من بينها الكتب المدرسية و الإستعدادات المتعلقة بالتكوين الملائم للمدرسين " ، (بسيوني 1987) هي مجموعة من المقررات التي يقدمها معهد تربوي " ، ولقد تعددت التعاريف و شكلت في الأخير العديد من الإتجاهات بحيث يمكن تصنيف تعريف المختصين إلى ثلاث إتجاهات :

- **الإتجاه الأول** : يركز على وصف المحتوى الدراسي، ويمثله (كانساس 1958 Kansa) حيث عرف المنهاج على أنه " ما يحدث للمتعلمين في المدرسة نتيجة لما يفعله المعلمون " و يستند هذا الإتجاه إلى أن المدرسة تختار من المادة الدراسية قدرا معيناً لتدريسه للمتعلمين و كأن المادة الدراسية هي الغاية و الوسيلة في الوقت نفسه .

- **الإتجاه الثاني** : يركز على وصف الموقف التعليمي (بيوتشامب 1961 Beauchamp) حيث يرى بأن المنهاج هو التشكيل للفريق البيداغوجي للخبرات داخل المدرسة أي أن كل تعلم يحدث داخل المدرسة نتيجة لموقف ما .

- **الإتجاه الثالث** : يركز على وصف مخرجات العملية التعليمية ، ويمثله (إنلوا Inlow 1966) هو الجهد المركب الذي تخططه المدرسة لتوجيه تعلم المتعلمين نحو أهداف محددة ، حيث يرى هذا الإتجاه ما يجب أن يصل إليه المتعلمون في نهاية المنهاج ¹.

ج- مفهوم المنهاج التربوي : وتعني المناهج التربوية بأنها سيناريو محتوى التعلم بالنسبة للمتعلمين التي تساعد المعلم في توجيه العملية التعليمية و التعلمية و الإختيار البيداغوجي المناسب من خلال توجيه البرامج التعليمية بناء على خصائص المتعلمين و كذا المرحلة الدراسية التي يمرون بها ² . ولقد عرفها (كراج) : " المناهج التربوية على أنها جميع الوسائل التي يتم تنفيذها في المدرسة من أجل تزويد المتعلمين بالفرص المناسبة للمرور بالخبرات التعليمية المرغوبة فيها " ، و عرفها (بيلت) بأنها " المجال الواسع و المتزايد من أنماط التفكير المتعلقة بخبرة الإنسان " و حددها (البرتي) (المنهاج التربوية على أنها " جميع الأنشطة التي يتم تقديمها للمتعلمين " ³ .

¹ عبد الله قلي و فضيلة حناش ، **التربية العامة** ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم وزارة التربية الوطنية ، سنة 2009 ، ص 62 و 63 و 64 و 65 .

² Mark .T , **now and then in and out of the the classroom : techers lerning to teach through the experiences of their living curricula** , elsevier number 44 , 2014 , p 82

³ حمود داود الربيعي ، **التقويم و الإرشاد و التوجيه في الميدان التربوي و الرياضي** ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب العلمية ، بيروت ، لبنان ، سنة 2013 ص 69

د- المفهوم التقليدي للمناهج: مجموع المعلومات و الحقائق و المفاهيم و الأفكار التي يدرسها المتعلمون في صورة مواد دراسية إصطلاح على تسميتها المقررات الدراسية.¹ و تعرف أيضا " مجموعة المعلومات و الحقائق و المفاهيم و الأفكار التي يدرسها المتعلمون في صورة مواد دراسية " بحيث حصر مفهوم المنهج التقليدي على أنه عبارة عن مقرر دراسي " ،² فبذلك هو عبارة عن مجموعة من المقررات الدراسية التي يدرسها المتعلمون بهدف إجتياز الاختبارات من أجل معرفة مدى إستيعابهم لهذه المقررات ولهذا فإن المنهج التقليدي قد إقتصرت على العناية بالناحية العقلية أي يوجه فيه التعليم على العناية بالجانب المعرفي و إهمال الجوانب الأخرى.³

و-المفهوم الحديث للمناهج: (اللقاني1995) هو جميع الخبرات (النشاطات أو الممارسات) المخططة التي توفرها المدرسة لمساعدة المتعلمين على تحقيق النتائج التعليمية المنشودة إلى أفضل ما تستطيعه قدراتهم ،(الفرحان واخرون1999) هو مجموعة الخبرات التي تهيؤها المدرسة للمتعلمين تحت إشرافها بقصد مساعدتهم على النمو الشامل و التعديل في سلوكهم ،وفي هذا المجال يورد تومبس و تيرني (Toombs and Tierney1993) تعريفا للمناهج الحديث و يقول أنه " إسم لكل مانحي الحياة النشطة و الفعالة لكل فرد بما فيها الأهداف و المحتوى و الأنشطة و التقويم "⁴. فالمناهج الحديث هو مجموعة الخبرات المخططة للمتعلمين ليقوموا بتعلمها داخل و خارج المدرسة بهدف إكسابهم أنماط من السلوك أو تعديله و تفسير أنماط أخرى من السلوك نحو الإتجاه المرغوب من خلال البرنامج الدراسي المعد لتعلم تلك الخبرات لمساعدتهم في إتمام نموهم.⁵

ويرى روس Ross " أن المفهوم الحديث للمناهج هو جميع الخبرات التي تم تنفيذها من أجل تزويد المتعلمين بالفرص اللازمة للمرور بالخبرات التعليمية المرغوب فيها " فالمناهج يستهدف إكساب

¹⁴توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص 19 ، ص 25 .

²إناس عمر أبو حنطة ، نظريات المناهج التربوية ، الطبعة الأولى ، دار صفاء للنشر ، عمان ، الأردن ، سنة 2005 ، ص 18 .

³مكارم حلمي أبو هجرة و محمد سعد زغول ، مناهج التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 1999 ، ص 58

⁵بوكيشة جمعية ، تحديث المناهج التعليمية ضمن الإصلاح التربوي ، مجلة الأكاديمية للدراسات الإجتماعية و الإنسانية ، كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية ، العدد 10 ، جامعة حسيبة بن بوعلي ، الشلف ، سنة 2013 ، ص 23 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

المتعلمين مجموعة من المعارف و المهارات و إتجاهات و قيم و سلوكيات لتحقيق الأهداف التعليمية المرجوة من خلال تحديد المخرجات أو نواتج التعلم التي يسعى لتحقيقه من خلال المنهاج¹.

هـ- الفرق بين المنهاج التقليدي و المنهاج الحديث :

أولاً- المنهاج التقليدي :

-**طبيعة المنهاج** : المقرر الدراسي مرادف للمنهاج ، ثابت لا يقبل التعديل ، يركز على الكم الذي يتعلمه التلميذ (المتعلم) ، يركز على الجانب المعرفي في إطار ضيق ، يهتم بالنمو العقلي للمتعلمين ، وكيف المتعلم للمنهاج .

-**تخطيط المنهاج** : يعده المتخصصون في المادة الدراسية ، يركز على إختيار المادة الدراسية ، محور المنهاج المادة الدراسية .

-**المادة الدراسية** : غاية في ذاتها ، لا يجوز إدخال أي تعديل عليها ، يبنى المقرر الدراسي على التنظيم المنطقي للمادة ،المواد الدراسية منفصلة .

-**طريقة التدريس** : تقوم على التعليم و التلقين المباشر ، لا تهتم بالنشاطات ،تسير على نمط واحد ، تغفل إستخدام الوسائل التعليمية .

-**التلميذ (المتعلم)**: سلبي غير مشارك ، يحكم عليه بمدى نجاحه في الإمتحانات المواد الدراسي .

-**الأستاذ (المعلم)** : علاقته تسلطية مع التلاميذ (المتعلمين) ، حكم عليه بمدى نجاحهم في الإمتحانات ، لا يراعي الفروق الفردية بينهم ، يشجعهم على التنافس في حفظ المادة ، دوره ثابت .

-**الحياة المدرسية** : تخلو الحياة المدرسية من الأنشطة الهادفة ، لا ترتبط الحياة المدرسية بواقع حياة المجتمع ، لا توفر جو ديمقراطي ، لا تساعد على النمو السوي .

-**البيئة الاجتماعية للتلاميذ (المتعلمين)**: يتعامل معهم كفرد في إطار إجتماعي متفاعل ، يهمل بيئته الإجتماعية ولا يعدها من مصادر التعلم ، يوجه المدرسة لتخدم البيئة الإجتماعية ، يقيم الحواجز و الأسوار بين المدرسة و البيئة المحلية .²

¹خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، منهاج التربية الرياضية في ضوء معايير الجودة، الطبعة الأولى ، دار العلم والإيمان للنشر و التوزيع ، دسوق،مصر ،سنة 2015 ، ص 18 .

² توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص30 .

-التقويم : يركز على تقويم القدرة على إسترجاع المعارف عن طريق التطبيقات المباشرة .¹

ثانيا -المناهج الحديث :

-طبيعة المنهاج : المقرر الدراسي جزء من المنهاج ، مرن يقبل التعديل ، يركز على الكيف ، يهتم بطريقة تفكير المتعلمين و المهارات التي تواكب التطور ، يهتم بجميع أبعاد النمو ، يكيف المنهاج للمتعلم .

-تخطيط المنهاج : يشارك في إعداده جميع الأطراف المؤثرة و المتأثرة ، يشمل جميع عناصر المنهاج، محور المنهاج المتعلم .

-المادة الدراسية : وسيلة تساعد على نمو المتعلمين نموا متكاملا ،تعديل حسب ظروف المتعلمين و إحتياجاتهم ، يبني المقرر الدراسي في ضوء سيكولوجية المتعلمين .

-طريقة التدريس : تقوم على توفير الشروط و الظروف الملائمة للتعلم ، تهتم بالنشاطات بأنواعها ، لها أنماط متعددة ، تستخدم وسائل تعليمية متنوعة .

-المتعلم :-إيجابي مشارك ، يحكم عيه بمدى تقدمه نحو الأهداف المنشودة .

-المعلم : علاقته تقوم على الإنفتاح و الثقة و الإحترام ، يحكم عليه في ضوء مساعدته للمتعلمين على النمو المتكامل ، يراعي الفروق الفردية بينهم ، يشجع المتعلمين على التعاون في إختيار الأنشطة و طرق ممارستها، دور المتعلم متغير و متجدد يوجه و يرشد .

-الحياة المدرسية :تهئ الحياة المدرسية للمتعلم الجو المناسب لعملية التعلم ، تقوم على العلاقات الإنسانية بمفهومها الواقعي ، توفر للمتعلمين الحياة الديمقراطية داخل المدرسة ، تساعد على النمو السوي المتكامل للمتعلمين .

-البيئة الاجتماعية للمتعلمين : يتعامل مع المتعلم كفرد إجتماعي متفاعل ، لا يهمل القيمة الإجتماعية للمتعلمين و يعدها من مصادر التعلم ، يوجه المدرسة لتخدم البيئة الإجتماعية لا يوجد بين المجتمع و المدرسة أسوار .²

-التقويم : يهتم بوظائف التقويم الثلاث تشخيصي و تكويني و تحصيلي .³

¹³اللجنة الوطنية للمناهج ، تطور المناهج الدراسية على مستوى إعداد المناهج ، ندوة جهوية بباتنة ،

2015/04/05

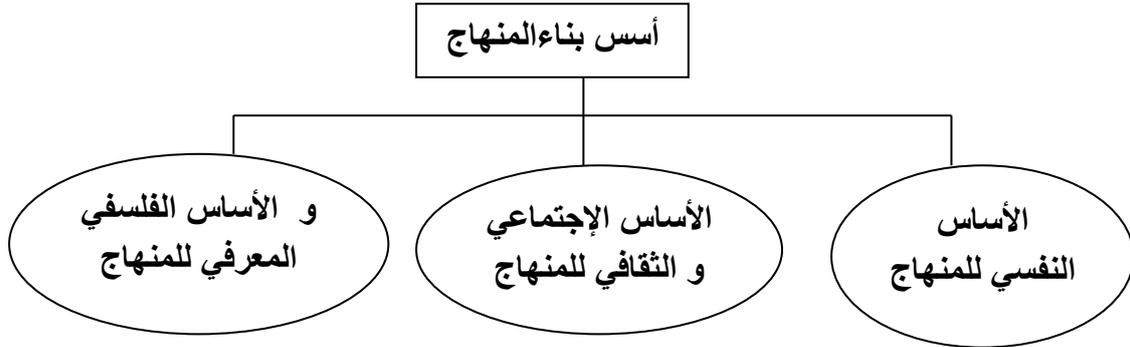
²توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ،

ص30 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

التعريف الإجرائي للمنهاج : هو السند الرسمي الذي يعتمد عليه المعلم في تطبيق البرنامج الدراسي المقرر بطريقة موجهة نحو تحقيق الأهداف المعلن عنها .

2- أسس بناء المنهاج : يتفق كل من صالح دياب هندي و محمد صلاح فتحي عبد المقصود الديب 1993 على أن المنهاج يتم بناؤه وفق ثلاث أسس كما هي موضحة في الشكل الآتي :



شكل رقم 01 يوضح : أسس بناء المنهاج .¹

أ- الأساس النفسي للمنهاج : تمثل الأسس النفسية في طبيعة المتعلم و خصائص نموه و إحتياجاته و ميولاته و قدراته و إستعداداته وكذا طبيعة عملية التعلم فالمتعلم هو محور العملية التعليمية و التي يسعى من خلال المنهاج إلى إحداث تغيير في سلوكه فلهذا وجب التركيز على جميع خصائصه و إختيار أنسب طرق التعلم و نظرياته في وضع المنهاج .²

ب- الأساس الإجتماعي و الثقافي : يبنى المنهاج على الأسس الثقافية و الإجتماعية من خلال تحديد الأهداف التي تكون مشتقة من خصائص المجتمع بحيث تتكامل مع جميع مقومات المجتمع من تاريخ و أفكار و عادات و تقاليد و دين ... فبالتالي يختلف بناء المنهاج من مجتمع إلى آخر بشكل الذي يعبر عن أفكاره و تطلعاته و اتجاهاته .³

ج- الأساس الفلسفي للمنهاج : بحيث تعبر عن الإطار التربوي للأهداف و الأغراض التعليمية و التي تساعد في إختيار الطرق و إستراتيجيات التدريس المناسبة و تمثل الفلسفة وجهة نظر المجتمع فدورها يمتد من العملية التربوية إلى الإطار النظري لحياة الأفراد بحيث تتوافق التربية مع فلسفة المجتمع من أجل أن يكون الأفراد مندمجين مع مجتمعهم بشكل متجانس .⁴

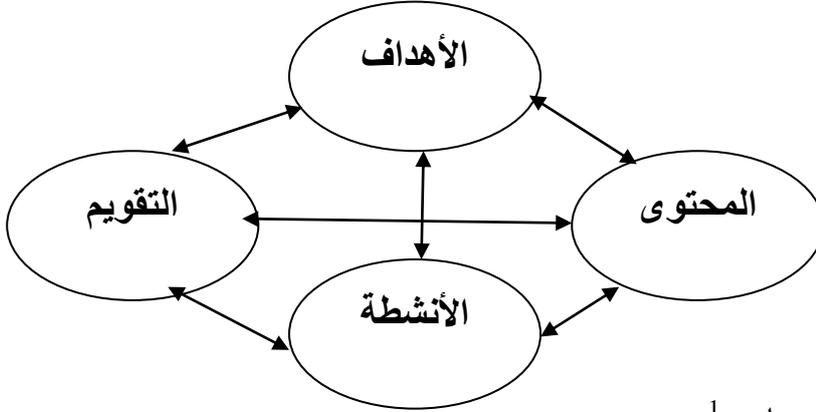
¹ خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، نفس المرجع السابق ، ص 21 ، ص 23 .

² توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص 145 .

³ عبد الله قلي و فضيلة حناش ، نفس المرجع السابق ، ص 72 .

3-مكونات المنهاج : تتكون بنية المناهج من أربعة عناصر أساسية(مرعي و آخرون 1993)

كما هي موضحة في الشكل :



شكل رقم 02 يوضح : عناصر المنهاج .¹

3-1- الأهداف التربوية :

أ- معنى التربية لغة : كلمة التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى ، أي غذي الولد و جعله ينمو وربي الولد أي هذبه ، فأصلها ربا يربو أي زاد و نما ، فهي تعني الزيادة و النمو .

ب- معنى التربية إصطلاحا : فإنها تعيد التنمية و هي مرتبطة بكل كائن حي سواء كان حيوانا أو نباتا أو إنسانا فكل منها طرائق خاصة لتربيته فهي تعني التنمية و التنشئة ، كذلك هي الإهتمام بالشخص ككل من جميع النواحي و الإرتقاء به إلى أعلى الدرجات الكمال فهي تعتبر أساس إصلاح البشرية و التي تتوافق مع تطلعات كل مجتمع لتصل إلى تبليغ الشيء إلى كماله أو هي كما يقال تنمية الوظائف النفسية حتى تبلغ كمالها شيئا فشيئا .

و يعرفها أحد التربويين بأن " التربية في مدلولها الحرفي الأصيل إستخراج ما لدى الفرد من قدرات كامنة و تنميته خلقيا و عقليا حتى يصبح حساسا بالنسبة للإختيارات الفردية و الإجتماعية ، قادرا على العمل و النشاط الحقيقي بمقتضى ما يختاره منها " .²
فالتربية هي عملية أو طريقة أو نسق يتم فيها التوجيه المقصود ، من أجل تحقيق النمو المتكامل للمتعلم .³

ج- مفهوم الهدف التربوي : هو العمل لكي تصبح جوانب الحسي حركي و العاطفي الوجداني

¹ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 ، ص 39 .

² عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 14 .

³ زكي محمد محمد حسن و بهاء سيد محمود ، التقويم التربوي في المجال الرياضي ، بدون طبعة ، المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2006 ، ص 19 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

و المعرفي نتيجة نريد الوصول بها إلى نقطة معينة و نتيجة متوقعة و يرى حسن حسين زيتون : " الهدف التربوي هو العبارات التي تصف المخرجات أو النتائج المتوقعة في كافة أبعاد الشخصية الإنسانية لأي منظومة تربوية سواء كانت هذه النواتج لمنظومة التربية النظامية أو غير نظامية فالهدف التربوي هو محاولة تنظيم المقاصد أو الأغراض"¹.

حيث تعتبر الأهداف الخطوة الأساسية التي يتم البدء بها عند التفكير في بناء المنهاج ، فهي دائما نقطة البداية لأي عمل سواء كان هذا العمل في إطار تربوي أو في إطار آخر ، و هي تعتبر بمثابة القائد و الموجه لكافة الأعمال . ولا يمكن إشتقاق الأهداف بمعزل عن طبيعة المجتمع الذي تدرس الأهداف فيه فتؤثر فلسفة وقيم المجتمع في وضع الأهداف الخاصة بالتعليم لكل مرحلة و مادة و فئة ، فالأهداف هي ذلك التغيير المراد إحداثه في سلوك المتعلم نتيجة تزويده بخبرات تعليمية متنوعة و يمكن ملاحظته و قياسه بأساليب مناسبة لذلك ،² و هذه الأهداف تصبح المعايير التي تحدد إختيار المواد التعليمية و تحديد المحتوى و تبين الطرق المستخدمة في التدريس ، كما تحدد الإختبارات اللازمة لذلك ،³ فالأهداف هي نتاجات عملية مخططة و على المتعلم أن يكتسبها بأقصى ما تستطيع قدراته و بشكل تلبي إحتياجاته فالهدف التربوي هو إحداث تغيرات إيجابية في سلوك المتعلمين نتيجة لعملية التعلم ،⁴ فهذه الأهداف هي المؤشرات لتوجيه العملية التعليمية فمن خلال هذه الأهداف يمكن الحكم على نجاح أو فشل العملية التعليمية لأنها تعتبر أساس التقويم ،⁵

د-وظائف الأهداف :

يرى أحمد حسين اللقاني 1995 أن الأهداف تتصل بكل ما يتعلق بالناحية التخطيطية أو التنفيذية ، فلكل مستوى أو مرحلة تعليمية أهدافها و لكل مادة دراسة أهدافها الخاصة . و ترى سهير بدير موسى 1995 " أن الأهداف تعتبر بمثابة الضوء الأخضر لأي عملية تعليمية

¹ عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 15 و 16 .

² حمد حسين محمد عبد المنعم ، طرق تدريس الألعاب الجماعية بين النظرية و التطبيق ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر ، سنة 2012 ، ص 9.

³ عفان عثمان عثمان و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 56.

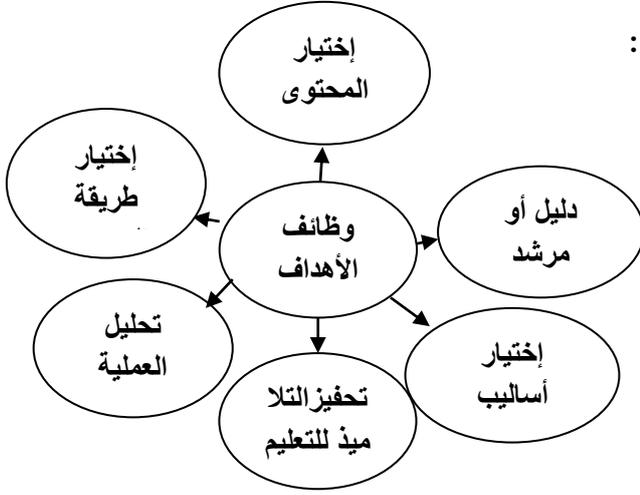
⁴ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص 69 .

⁵ عمر عمور ، الأساليب التطبيقية للدروس العملية بقسم التربية البدنية و الرياضية ، رسالة ماجستير في التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر ، الجزائر ، سنة 2001/2000 ، ص 71 .

تربوية ، فهي تحدد نوع العناصر الأخرى المتضمنة في المنهاج "

فالعبارات التي تصف التغيرات أو النواتج المتوقعة للمتعلمين ، و لقد أجمع مختلف التربويين أن

وظائف الأهداف هي الموضحة بالشكل التالي :



شكل رقم 03 يوضح : وظائف الأهداف. ¹

هـ- مصادر إشتقاق الأهداف التربوية: تختلف مصادر الإشتقاق بإختلاف مستويات الأهداف ، فبالنسبة للأهداف التربوية العامة ، تشتق من السياسة التربوية و تشتق السياسة التربوية من فلسفة تربوية تكون مكتوبة أو غير مكتوبة وفي الحالتين تكون هذه الفلسفة هي الإطار الفكري الذي ينظم السلوك و يوجهه و يدفعه و تشتق الفلسفة التربوية من فلسفة المجتمع الفكرية و من منظومته القيمية و من إحتياجاته الإجتماعية. ²

حيث إتفق كل من أمين أنور الخولي و جمال الشافعي 2005 و أحمد حسين اللقاني 1995 خليفة شحاتة الباح 1994 محمد صلاح مجاور و فتحي عبد المقصود الديب 1993 على أن الأهداف بصفة عامة تشتق من المصادر التالية: فلسفة المجتمع ، التراث الثقافي ، طبيعة الأفراد و حاجاتهم ، آراء المختصين ، التطور العلمي و التكنولوجي³، و يمكن تحديد مصادر إشتقاق الأهداف التربوية في النقاط التالية :

- فلسفة المجتمع و حاجاته : فلكل مجتمع عاداته و مبادئه التي تقوم عليها فلسفته فدراسة المجتمع دراسة تحليلية من خلال فهم تركيبه و إتجاهاته و نمط حياته تعتبر من مصادر إشتقاق الأهداف .
- فلسفة التربية : ترتبط فلسفة التربية بفلسفة المجتمع فإذا كان المجتمع يقوم على الديمقراطية فحتما

¹³ خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، نفس المرجع السابق ، ص 31 ، ص 33 و 34 .

² توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

ستكون الأهداف مبنية على أسس ديمقراطي .

- **طبيعة المتعلم و عملية التعليم** : فطبيعة المتعلم من قدرات و إستعدادات و حاجات و ميولات يمكن من خلالها إشتقاق الأهداف .

- **المختصون في المادة الدراسية** : حيث أن الأشخاص المختصين يمكنهم بناء على خبراتهم و إمامهم بالمجال التربوي تحديد الأهداف .

- **التطور العلمي و التكنولوجي** : فيجب الأخذ بعين الإعتبار بمختلف التطورات الحاصلة في العالم لمواكبة التطور و الرقي الشيء الذي يساهم في إشتقاق الأهداف ¹.

- **مستويات الأهداف** : حددت كوثر كوجك الأهداف التربوية وفقا لدرجة عموميتها أو تحديدها إلى ثلاث مستويات هي :

- **الأهداف التربوية العامة** : تعد الأهداف في هذا المستوى واسعة النطاق تحتاج إلى وقت طويل و تحقق عن طريق عملية تربوية كاملة كأهداف مرحلة تعليمية أو برنامج دراسي معين ².

- **الأهداف التعليمية** : وهي أقل مستوى من التربوية ، وترتبط بالمرحلة الدراسية أو بسنة دراسية ، ويضع هذه الأهداف الخبراء التربويون ، مثال منهاج التربية البدنية و الرياضية للمرحلة المتوسطة .

- **الأهداف التدريسية** : و هي الأهداف الإجرائية السلوكية و التي تكون أكثر تحديدا وتنفذ في الحصة الدراسية ويضع هذه الأهداف الأساتذة ، مثال : هدف درس تربية البدنية و الرياضية لفوج دراسي معين ³.

وهناك من يحدد مستويات الأهداف على النحو التالي :

* **الأهداف ذات المستوى العام** : تتميز بالعموم بدرجة كبيرة كأهداف التعليم لدولة ما أو مرحلة من مراحل التعليم (إبتدائي ، متوسط ، ثانوي) فهي طويلة المدى و تحتاج إلى وقت طويل لتحقيقها .

* **الأهداف ذات المستوى المتوسط** : فهي أقل من العامة تسعى إلى تحقيق أهداف أقل إتساعا وشمولا من الأهداف العامة إلا أن أهدافها أيضا تتحقق على المدى البعيد .

¹ عياش أيوب ، **تطوير المناهج التربوية و علاقتها بدافعية المبول لممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي** ، رسالة ماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر ، الجزائر ، سنة ، 2008/2007 ، ص 36 .

² أحمد ماهر أنور حسن و آخرون ، **التدريس في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق**، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2007 ، ص 18 .

³ محمد حسين محمد عبد المنعم ، **نفس المرجع السابق** ، ص 10 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

* الأهداف ذات المستوى الخاص: و هي أقل عمومية و أقل تجريدا تصف نواتج تعلم يمكن

ملاحظتها و قياسها مباشرة و التي تظهر في الأفراد كتغير سلوكي لا يتطلب وقت كبير¹. ويرى الباحث بأن مستويات الأهداف التربوية يمكن أن تكون أقرب و أكثر تماشيا مع المنظومة التعليمية في الجزائر وفق التقسيم التالي الذي يقسم الأهداف إلى مستويين :

أولاً- المستوى العام : و يشمل كل من الغايات التربوية و المرامي و الأهداف العامة :

- الغايات التربوية: و تكون على مستوى الدساتير و السياسات العامة للدولة .
- المرامي: أقل شمولية و تشمل سياسة لكل هيئة مثل وزارة التربية و التعليم .
- الأهداف العامة : أقل شمول من المرامي و هي تشمل برامج كل مقرر مثل : مناهج التربية البدنية و الرياضية .

ثانياً- المستوى الخاص : و يشمل كل من الأهداف الخاصة و الأهداف الإجرائية على مستوى المعلم و المتعلم .

- الأهداف الخاص : و تشمل ما نريد الوصول إليه من خلال حصة واحدة أو مجموعة من الحصص.

- الأهداف الإجرائية: في موقف تعليمي ما².

ز-تصنيف الأهداف التربوية: يعتبر تقسيم بلوم للأهداف من أكثر التقسيمات فائدة في مجال التعرف على الأهداف التعليمية و تحديدها بحيث يقوم التقسيم على إفتراض أساس لنواتج التعلم الثلاث و يفيد هذا التقسيم المعلمين في صياغة الأهداف صياغة سلوكية إجرائية و يتكون تقسيم بلوم من ثلاث مجالات وهي :

- المجال المعرفي .
- المجال الحس حركي .
- المجال الوجداني³.

أولاً - المجال المعرفي **the cognitive objective** : و يقصد بالأهداف المعرفية كل ما يتعلق بالجوانب التي تهتم بالعقل حيث تبدأ هذه الأهداف من السهل إلى البسيط و من البسيط إلى المعقد

¹ حمد صابر سليم و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 139 .

² عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سابق ذكره ، ص 23 .

³ حمد حسين محمد عبد المنعم ، نفس المرجع السابق ، ص 12 .

و يمكن ترتيبها هرميا بداية بالمعرفة ثم الفهم فالتطبيق فالتحليل فالتركيب وأخيرا التقويم .¹ و هذا المجال يضم جميع أشكال النشاط الفكري عند المتعلم وخاصة العمليات العقلية و قد إعتد بلوم bloom في تحليله للعمليات العقلية على ثلاث مبادئ أساسية تنظيمية نظمت وفقها الأهداف وهي : -التدرج في تنمية المهارات العقلية و هذا بالانتقال من البسيط إلى المعقد ، يبدأ عادة بمعرفة المعطيات و حفظها ثم فهمها و فهم العلاقة الموجودة بين أجزائها و هكذا إلى غاية التقويم أي من السهل إلى الصعب .

-الانتقال من الإرتباط الفكري بالتقبل و الحفظ إلى قيامه بعمليات فيها تجديد و إبداع و إبتكار، أي أنه رتبها "الأهداف" المعرفية و مختلف الأنشطة و المهارات الذهنية التي ترتبط بها وفقا للمجهود العقلي ، أي كلما زاد المجهود العقلي كلما زاد الهدف صعوبة .

- و يشمل مستوى التعقيد المحتوى نفسه و الذي يهتم بموضوع السلوك الذهني المرغوب فيه ، هذا بدوره ينقسم إلى ثلاثة مستويات أساسية تتدرج من السهل إلى الصعب على النحو التالي:

- المستوى الأول : يرتبط بمعالجة العناصر و المعطيات المعزولة و المتفرقة .
- المستوى الثاني : يهتم بالعلاقة بين العناصر .
- المستوى الثالث : وهو يهتم بالبنية المعقدة التي تنظم العلاقة بين العناصر .²

ثانيا-المجال النفس حركي **the psychomotor objectives** :يرتبط بجميع المهارات الحركية

و تتراوح أبعاد هذا المجال من الإدراك الحسي كأدنى إلى الإبداع و الإنشاء كمستوى عالي .³

ويشير هذا المجال إلى المهارات التي تتطلب التنسيق بين عضلات الجسم كما في الأنشطة

الرياضية للقيام بأداء معين ويتكون هذا المجال من المستويات التالية :

- الإستقبال : ويتمثل في عملية الإدراك الحس حركي التي تؤدي إلى النشاط الحركي .
- التهيئة : الإستعداد و التهيئة العقلية لأداء النشاط المرغوب .
- الإستجابة الموجهة : التقليد و المحاولة و الخطأ في ضوء معيار حكم أو محك معين .
- الإستجابة الميكانيكية : الأداء بعد تعلم المهارة بثقة و براعة .
- الإستجابة المركبة : الأداء للمهارات المركبة بدقة و سرعة .

¹³محمد رضا البغدادي ، الأهداف و الإختبارات في المناهج و طرق التدريس بين النظرية و التطبيق ، بدون طبعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 ، ص 52 ، ص 53 .

² عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 33 .

- **التكيف** : تطوير الأداء و تقديم نماذج مختلفة تبعا للموقف الذي يوجهه المتعلم .
- **التنظيم و الإبتكار** : تنظيم و إبداع و تطوير لمهارات حركية جديدة .¹
- ثالثا - المجال الإنفعالي أو الوجداني the affective objectives** : وتقصّد كل الأهداف التي تعنى بالمشاعر و الأحاسيس و الإنفعالات و الإتجاهات و الميولات و القيم وتنتهي بتنظيم القيم التي تميز و تصف أنماط حياة الفرد .² و يركز هذا المجال على التغيرات الوجدانية الداخلية التي يمكن أن تطرأ على سلوك المتعلم و التي تتفاوت من مجرد الإهتمام البسيط بالظاهرة إلى دراسة عميقة لها و إيجاد تناسق داخلي لهذه التغيرات الوجدانية ، وعبارة أخرى فإن المجال العاطفي يهتم بالأهداف التي تصف تغيرا في الميول و التقدير و الإتجاهات و القيم و التكيف ، إذا هذا المجال يتعلق بالحاجة الداخلية التي تربط بدورها بالميل و الدوافع التي توجه إهتمام الشخص إلى القيام بأشياء معينة ومستويات المجال الوجداني هي :
- **الإستقبال** : توجيه لحدث أو نشاط ما يتضمن المستويات الآتية : الوعي أو الإطلاع ، الرغبة في التلقي ، الإنتباه المراقب .
- **الإستجابة** : تجاوز المتعلم درجة الإنتباه إلى درجة المشاركة بشكل من أشكال المشاركة و يتضمن المستويات الآتية : الرغبة في الإستجابة ، الإرتياح للإستجابة.
- **التقدير** : إعطاء قيمة لشيء معين أو ظاهرة أو سلوك معين ، ويتصف السلوك هنا بقدرة من الثبات و الإستقرار بعد إكتساب المتعلم أحد الإعتقادات أو الإتجاهات و يتضمن المستويات الآتية : تقبل قيمة معينة ، تفضيل قيمة معينة ، الإقتناع (الإلتزام) بقيمة معينة .
- **التنظيم** : عند مواجهة مواقف أو حالات تلائمها أكثر من قيمة ، ينظم المتعلم هذه القيم و يقرر العلاقات التبادلية بينها ويقبل إحداها أو بعضها كقيمة أكثر أهمية ، وهو يتضمن المستويات الآتية : إعطاء تصور مفاهيمي للقيمة ، ترتيب أو تنظيم نظام القيمة .
- **التخصيص** : عبارة عن تخصيص و تطوير المتعلم لنظام من القيم يوجه سلوكه بثبات وتناسق مع تلك القيم التي يقبلها و تصبح جزءا من شخصيته ، وهو يتضمن المستويات الآتية : إعطاء تصور نظامي للقيمة ، نظام القيمة و التنبؤ بما يحدث .³
- 2-3- المحتوى :**

¹³ محمد حسين محمد عبد المنعم ، نفس المرجع السابق ، ص 14 ، ص 15 .

² حمد رضا البغدادي ، نفس المرجع السابق ، ص 54 .

أ- **مفهوم المحتوى**: يعرف المحتوى بنوعية المعارف و المعلومات التي يقع عليها الإختيار و التي يتم تنظيمها على نحو معين سواء كانت معارف أو مفاهيم أو حقائق أو أفكار أساسية ،¹ و يتمثل المحتوى في مجموعة المعارف و التي تتمثل في الموضوعات التي يشتملها البرنامج المقرر التي تتضمن المادة العلمية الموجهة للمتعلم " فهو مجموعة الخبرات و الأنشطة المنتقاة لتحقيق النمو الشامل المتزن للمتعلم بدنيا و عقليا و إنفعاليا " فمن خلال هذا المحتوى يمكن تحقيق الأهداف المرجوة و بالتالي فإن المعلم يكون مرتبطا بموضوعات معينة مما يسهل عليه تحديد أهداف الدرس و كذلك إنتقاء طرق التدريس و الوسائل التعليمية و أساليب التقويم المناسبة² ، فالمحتوى هو الأنشطة و الخبرات التي تدرج بالدليل أو المنهاج أو الكتيب الموجه للمتعلم لتكوين الخبرات لدى المتعلمين بصورة تنمي إدراكه من جميع النواحي البدنية و المعرفية و الوجدانية ، و لا بد أن يكون المحتوى متوافق مع الأهداف و محققا لها خدمتا للمتعلم بما يتفق مع ميوله و رغباته و إتجاهاته ، و متنوع و يمس مشكلات المجتمع القائمة و حلها، ويتفق مع خصائص كل مرحلة سنوية و مناسب في تدريسه و تماشيا مع الإمكانيات المتاحة³، بحيث يساهم المحتوى في تحديد الأنشطة الدراسية مما يسهل عمل المعلم ويساعده في بناء الإختبارات التحصيلية ، ويعرفه حناس بن سفر محمد الزهراني " بأن المحتوى هو مجموعة المعارف و الخبرات و المهارات و القيم و الإتجاهات التي يمكن أن تحقق الأغراض التربوية " ⁴ فالمحتوى هو ذلك الجزء من المعرفة الذي اختير للمساعدة في تحقيق أهداف تربوية⁵ ، و يشتمل المحتوى على المعرفة المنظمة و المعرفة الغير منظمة و يشتمل كذلك على الأهداف و الأساليب و التقويم فالمحتوى أوسع من المعرفة ويواجه واضع المنهاج مشكلة إختيار محتوى مناسب نظرا لكثرت المعارف و تنوعها و لذا يعرف المحتوى "بنوعية المعارف و المعلومات التي يقع عليها الإختيار و التي يتم تنظيمها على نحو معين سواء كانت هذه المعلومات معارف

¹ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص 79 .

² خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، نفس المرجع السابق ، ص 37 .

³ حمد حسين محمد عبد المنعم ، نفس المرجع السابق ، ص 16 .

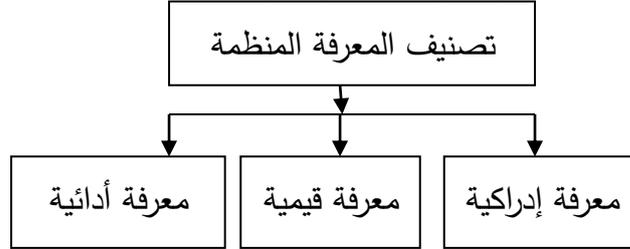
⁴ الصغير مساحلي ، دراسة تقييمية لمحتوى عناصر مناهج التربية البدنية و الرياضية لمرحلة التعليم المتوسط و علاقاتها بمهارات التدريس لديهم و طبيعة التفاعل نفس إجتماعي داخل القسم ، أطروحة دكتوراه في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر 03 ، الجزائر 2012/2013 ، ص 44 .

⁵ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، نفس المرجع السابق ، ص 41 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

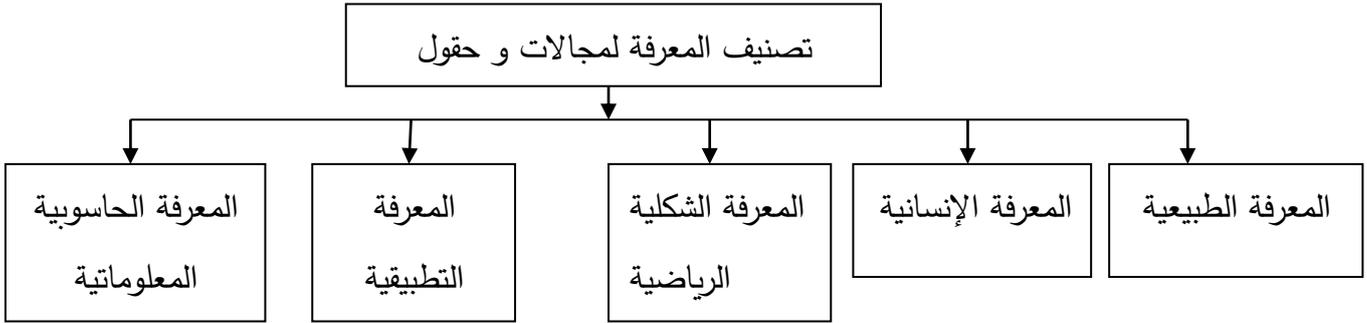
مفاهيم أم حقائق أم أفكار أساسية¹

ب- تصنيفات المحتوى: ما دام المحتوى هو مجموعة المعارف و المعلومات فإن التصنيفات المحتوى هي تصنيفات المعرفة ، و لذلك تصنف المعرفة المنظمة في المحتوى حسب إرتباط المعرفة بالأهداف فتكون لدينا معرفة إدراكية و معرفة قيمية و معرفة أدائية .



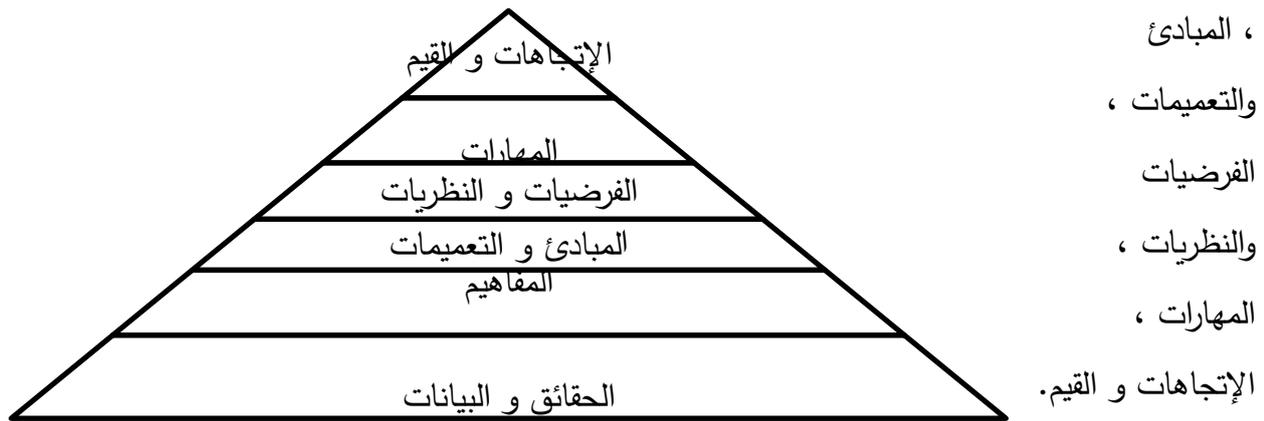
شكل رقم 04 يوضح : تصنيف المعرفة المنظمة حسب معيار الأهداف

-وقد تصنف المعرفة المنظمة في المحتوى حسب المجالات و الحقول الكبرى للمعرفة المنظمة .



شكل رقم 05 يوضح : تصنيف المعرفة حسب المجالات و الحقول

وقد تصنف المعرفة المنظمة من المحتوى حسب نتائج التعلم المختلفة من حقائق و بيانات ، مفاهيم



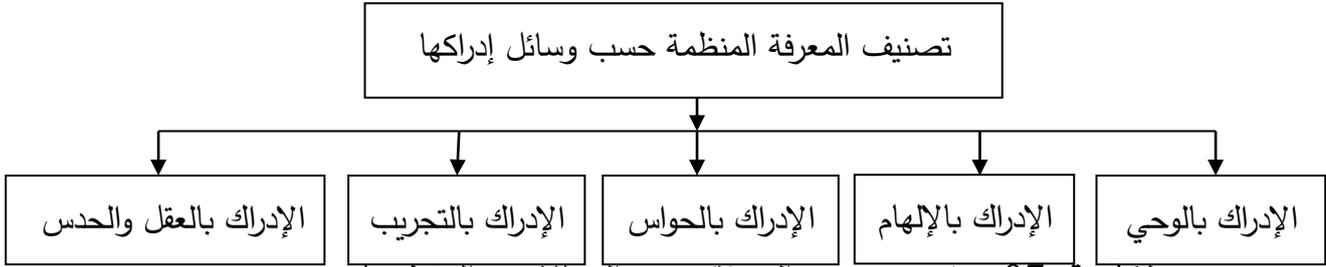
شكل رقم 06

يوضح : تصنيف المعرفة حسب نتائج التعلم .

¹ حمد حسن حمادات ، المناهج التربوية ، الطبعة الأولى ، دار الحامد للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 ، ص 144 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

وقد تصنف أيضا المعرفة المنظمة في المحتوى حسب وسائل إدراكها : بالوحي أو الإلهام أو بالحواس أو بالتجريب أو بالحدس .



شكل رقم 07 يوضح : تصنيف المعرفة حسب المجالات و الحقول .¹

ج- إختيار المحتوى :

عند إختيار المحتوى يجب مراعاة الأهداف المحددة للمنهاج من خلال إختيار الخبرات المناسبة من أجل التنمية الشاملة للمتعلم و لهذا يجب إختيار المحتوى وفق الخطوات التالية :

- إختيار الموضوعات الرئيسية : التي تمثل بقدر الإمكان المادة الدراسية المقررة لمستوى دراسي معين في ضوء المعايير التالية :
 - مدى تحقيق للأهداف المحددة للمنهاج .
 - مدى إلمامها بالعناصر و المبادئ المهيكلة للمادة .
 - مدى مناسبتها للوقت المخصص للحصّة .
 - مدى إلمامها بالأفكار الأساسية للمادة الدراسية .
- إختيار الموضوعات الرئيسية التي تشتمل عليها الموضوعات المقترحة : من خلال تحديد الأفكار الأساسية لكل موضوع و التي يتم في ضوءها إختيار المعارف و المفاهيم و المبادئ و التعليمات المناسبة و التي تعطي صورة كاملة للمادة الدراسية .
- إختيار المادة المرتبطة بالأفكار الرئيسية : عن طريق وضع إختيار كم مناسب من المادة لكل فكرة رئيسية و الذي يشترط أن يعبر عنها و يكون مرتبطة بها .²

د- معايير إختيار المحتوى وترتيبه :

أولاً- هناك إتجاهان في إختيار المحتوى هما :

- الإتجاه الأول : إختيار أي قدر من المعرفة و تقديمه إلى المتعلمين في نظام منطقي متتابع

¹ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، نفس المرجع السابق ، ص 80 و 81 و 82 .

² محمد صابر سليم و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 156 و 157 و 158 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

و هذا الإتجاه يشير على أن وضع المعارف المختارة و التمكن منها يحظى بالأولوية ، أما جوانب التعلم الأخرى فتخضع لتخطيط مسبق عند تحديدنا للأهداف .

- **الإتجاه الثاني :** إختيار المحتوى من المعارف في ضوء الأهداف المحددة للمناهج ، وهذا الإتجاه يعني أن إجراءات إختيار المحتوى يتبع الأهداف المحددة .¹

ثانيا- ترتيب المحتوى : لترتيبالمحتوى بنيتانالأولى منطقية و الثانية سيكولوجية نفسية .

● البنية المنطقية :

- ترتيب حسب المجالات البيئية : الطبيعية و الإجتماعية و الإقتصادية و السياسية .
- ترتيب حسب أبعاد البيئة : المحلية و على مستوى الدولة و على مستوى الأمة و على مستوى العالم .
- ترتيب حسب تدرج المتطلبات السابقة : المتطلبات السابقة البعيدة و المتطلبات السابقة المباشرة و متطلبات التعلم .

- ترتيب حسب المنطق الرياضي : المسلمات الفرضيات ، المطلوب ، البرهان ، النظرية .
- ترتيب على حسب قيمة المعرفة الإنسان : معرفة خاصة بالإنسان كمخلوق على الأرض و معرفة خاصة بالبيئة ، معرفة خاصة بأساليب تفاعل الإنسان مع البيئة المحيطة .
- ترتيب حسب عمومية المادة : عامة للجميع ، عامة و لكن لفئة معينة ، تخصصية .

● البنية سيكولوجية نفسية :

- الترتيب إستقرائياً أو إستنتاجياً .
- الترتيب وفق مراحل النمو
- الترتيب وفق جوانب النمو
- الترتيب وفق نتائج التعلم² .

3-3- الأنشطة :

أ- **مفهوم الأنشطة:** الأنشطة هي كل ما يقوم به المعلم أو المتعلم أو هما معا لتحقيق

¹ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، نفس المرجع السابق ، ص 82 .

² توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، نفس المرجع السابق ، ص 84 و 85 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

الأهداف التعليمية المحددة للمنهاج من أجل النمو الشامل و المتكامل¹ فهي مجموعة الإجراءات التي يقوم بها المعلم و المتعلم من أجل تحقيق الأهداف إلى درجة الإتقان .²

فالنشاط هو جهد بدني أو عقلي يبذله المتعلم أو المعلم من أجل تحقيق هدف ما و يتكون النشاط من مضمون و خطة يسير عليها و هدف يسعى إلى تحقيقه و يكون النشاط تعليميا إذا قام به المتعلم و يكون تعليميا إذا قام به المعلم فالنشاط التعليمي هو وسيلة للنشاط التعليمي بحيث لا يمكن فصل النشاط التعليمي عن النشاط التعليمي فكلهما أنشطة تعليمية تعليمية متجمعة تتمثل في طرق التعليم و أساليب التعليم و أنماط التعليم و يتم اختيار الأنشطة في ضوء الأهداف انطلاقا من المحتوى المختار من الأهداف فعليه تختار الأنشطة من المحتوى الذي يخدم الأهداف و تلعب أنشطة التعلم في المنهاج دورا كبيرا في تشكيل خبرات للمتعلم فالأهداف الجيدة و المحتوى الجيد لا يؤدي أي دور ما لم تكن الأنشطة التعليمية مناسبة و متناسقة مع المحتوى و الأهداف بحيث يجب أن تكون الأنشطة التعليمية ترجمة حقيقية للأهداف و المحتوى .³

فأنشطة التعلم تؤدي إلى الوصول إلى خبرة التعلم من خلال تفاعل المتعلم مع بيئته أي مع المعلم و الوسائل البيداغوجيا و المواقف المختلفة .⁴

ب- محددات الأنشطة :

ذكر اللقاني 1989 مجموعة من المحددات للأنشطة هي :

-**فلسفة المنهاج :** كل منهاج يستند إلى فلسفة معينة ، وهذا يعني أن تلك الفلسفة هي التي تحدد النشاط و نوعه فإذا كانت تلك الفلسفة تعطي كل الثقل أو معظمه للمادة التعليمية فهذا سيؤدي إلى غياب النشاط المدرسي أما إذا كانت عكس ذلك فهذا سيؤدي إلى ظهور أنشطة متنوعة.

-**نمط الإشراف السائد :** يحدد نمط الإشراف السائد في المؤسسة التربوية طبيعة الأنشطة التي ستتمارس ، لذلك لا يمكن تحقيق أهداف المنهاج دون تكامل عناصره وتعاون بين كل المشاركين و المعنيين بتنفيذ البرنامج الدراسي المقرر .

-**إتجاه المعلم :** و الذي سوف يقوم بتنفيذ البرنامج للوصول إلى أهداف المنهاج فعليه يقع العبء

¹ خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، نفس المرجع السابق ، ص 55 .

² توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، نفس المرجع السابق ، ص 42 .

³ حمد حسن حمادات ، نفس المرجع السابق ، ص 154 و 155 .

⁴ www.ifpm19.com/anance/20%التقويم%20%المناهج ، 30/07/2016 ، 14 : 50 .

الأكبر في التخطيط للأنشطة و تنفيذها و بذلك فهو المتحكم في الأنشطة الصفية و غير الصفية المتصلة بالمنهاج .

-**عملية التقويم** : يحدد هذا الجانب قابلية المعلم لإستخدام النشاط من عدمه فإذا كانت عملية التقويم تقوم أساسا على قياس ما تم تحصيله من طرف المتعلمين سيؤدي ذلك إلى تكريس معظم جهده لتغطية المقرر دون رعاية لمسألة النشاط ، بينما إذا كانت تلك العملية تقيس مهارات معرفية معينة و غير ذلك من جوانب التعلم الأخرى فسيؤدي ذلك في الأغلب إلى المزيد من الإهتمام بالأنشطة و التركيز عليها .

-**الإمكانيات المتاحة** : من أهم العوامل التي تتحكم في الأنشطة توافر الإمكانيات لتنفيذ تلك الأنشطة ، فلا يستطيع المعلم و المتعلم تنفيذ أي نشاط دون إمكانيات الضرورية توفرها .¹

ج-معايير إختيار أوجه النشاط : ويتم إختيار محتوى البرنامج من النشاطات وفقا لمعايير علمية و لقد تناول عديد من التربويين أهم المعايير التي يجب الإستناد إليها عند إختيار محتوى برنامج تدريس التربية البدنية و الرياضية في المراحل التعليمية المختلفة و أهم هذه المعايير هي :

- أن يكون المحتوى مرتبطا بالأهداف : حيث أنه كلما زاد إرتباط المحتوى بالأهداف كلما أدى ذلك إلى زيادة الفرص المتاحة لتحقيق هذه الأهداف .

- أن يكون المحتوى صادقا و له دلالاته :ويستمد المحتوى صدقه إذا كانت الأنشطة و المعلومات التي يتضمنها أساسية و حديثة ، ودقيقة و خالية من الأخطأ العملية ، كما أن دلالة المحتوى تعني قدرته على إكساب المتعلمين طريقة إستكشاف النشاط و تفهم أبعاده التطبيقية و الوظيفية .

- أن يكون هناك توازن بين الشمول و عمق المحتوى :و المقصود بشمول المحتوى هو تعرضه لمجموعة من أنواع و مجالات النشاط المرتبطة بالمحتوى ، و المقصود بعمق المحتوى هنا تناول أي نوع أو مجال من هذه الأنواع و المجالات بالقدر الكافي و ذلك عن طريق :

- القدرة على إستخدام الوسائل التعليمية .

- القدرة على شغل المتعلمين بالدرس .

¹ توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، نفس المرجع السابق ،

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

- الإهتمام بتدريب المتعلمين على الأعمال القيادية و تبادل الأدوار المساعدة أثناء الدرس .
- القدرة على إستغلال الإمكانيات المتاحة للدرس إلى أقصى درجة و إستغلال مصادر البيئة الطبيعية بالمدرسة .
- القدرة على تخطيط مساحات الممارسة بشكل يسهم في توظيف المحتوى .
- القدرة على التنوع في محتويات الدرس .
- القدرة على أداء التحركات المناسبة و المقصودة لمتابعة أداء المتعلمين و تقديم التوجيهات المناسبة .
- القدرة على تدريس المحتوى إرتباطاً بالزمن المخصص لأجزاء الدرس دون ضياع للوقت .
- إختيار التشكيلات المناسبة للمحتوى و كفاءة إستخدامها .
- مراعاة توفير و سائل أمان مساعدة على تدريس النشاط.¹

د- طرق و أساليب التدريس: تتعدد طرائق التدريس في مجالاتها و أنماطها لتجعل التدريس أكثر فعالية و لكي تحقق هذه الفعالية لا بد من وجود تفاعل في العملية التعليمية التعلمية ، وهذا ما يدل على أهمية الدقة في إختيار الطريقة أو الأسلوب المناسب لتحقيق الأهداف المراد تحقيقها . وفي نطاق العملية التعليمية كان هناك تعدد التعاريف المختلفة لنظم التدريس فهناك طرائق التدريس methods و لأساليب التدريسية styles و المداخل التدريسية approches و الإستراتيجيات strategies.²

أولاً- طرق التدريس : طريقة التدريس هي الأسلوب المخطط الذي يستخدمه المعلم لتوفير الظروف المناسبة للمتعلمين لإكتساب خبرات التعلم و تحقيق الأهداف الموضوعية فتختلف طريقة التدريس بإختلاف الموضوعات و كذا طبيعة المتعلمين و مستواهم و عددهم داخل القسم حيث يجب على المعلم في إختيار الطريقة مراعاة النقاط التالية :

- أن تتماشى الطريقة مع قدرات متعلميه و إستعداداتهم .
- أن تراعي التسلسل و التدرج المنطقي في عرض المحتوى و تحفز وتشبع حاجات و رغبات المتعلمين .

¹ عصام الدين متولى عبد الله ، طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية و التطبيق ، بدون طبعة ، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر ، سنة 2011 ، ص 419 .

² مصطفى السايح محمد ، أدبيات البحث في تدريس التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2009 ، ص 64 .

- أن تكون متوافقة مع أساليب و نظريات التعلم .
- أن يأخذ الوقت المحدد للحصة و المواقف بعين الإعتبار أثناء الإختيار الطريقة المناسبة¹ .
وفي ما يلي نعرض أهم الطرق التدريسية المتبعة في التربية البدنية و الرياضية :
- الطريقة الكلية the whole methode** : فيها تعرض المهارة كوحدة واحدة غير مجزأة ، ويؤدى المتعلم نموذج للمهارة ، وهي طريقة محببة للمتعلمين لأنها تساعدهم على أخذ تصور كلي للمهارة كما تشبع رغبتهم في المخاطرة و المجازفة إلا أنها لا تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين ، كذلك لا يستطيع المتعلمون معرفة تفاصيل الحركة خصوصا إذا تم تأديتها بسرعة كبيرة .
- الطريق الجزئية the part method** : فيها تجزأ المهارة إلى أجزاء صغيرة يقدم كل جزء منفصلا عن الآخر و يتم الإنتقال من الجزء الذي تم تعليمه إلى الجزء التالي حتى ينتهي المعلم من تعليم جميع أجزاء المهارة و في النهاية يتم الربط الأجزاء ببعضها البعض و تؤدى كاملة و تستخدم هذه الطريق في المهارات الصعبة التي لا يستطيع المتعلمون أدائها ، فتساعد هذه الطريق على فهم و إتقان كل جزء على حده كما تساعد المتعلمين على التقدم حسب قدراتهم الذاتية ، إلا أن هذه الطريق تحتاج لوقت طويل في التعلم و خالية من عوامل التشويق و لا تشبع الرغبة في التعلم الذاتي .
- الطريقة الجزئية الكلية the part whole method** : هي خليط من الطريقتين السابقتين حيث تقسم المهارة إلى وحدات كبيرة و تعلم الوحدة ثم الإنتقال إلى الوحدة التالية ثم ربطها ككل وهذه الطريقة تراعي الفروق الفردية في القدرات الحركية كما تقلل من الوقت الضائع و تحدد أهدافا واضحة أمام المتعلمين ليصبحوا إيجابيين في الأداء .
- الطريقة الكلية الجزئية the whole part method** : في هذه الطريقة يتم تعليم المهارات الأساسية ثم ممارسة للنشاط ككل ، ثم العودة ثانية لتعليم المهارات الأساسية .
- الطريقة الجزئية المتدرجة progressive part method** : و فيها يتم تجميع وربط الأجزاء المنفصلة للنشاط .
- طريقة المحاضرة lecture method** : و تستخدم لتقديم المعلومات المتصلة بالمواد النظرية حيث تستخدم كافة الوسائل الممكنة التي تثير دافعية المتعلمين كالصور و الرسومات و المجسمات و الهياكل .

ثانيا - أساليب التدريس : و يقصد بأسلوب التدريس طريقة المعلم في التفاعل مع المواقف

¹خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، نفس المرجع السابق ، ص 45 و 46 .

التعليمية التي يظهر خصائص شخصيته أو تتفاعل فيها طرائق التدريس وخططه بحيث يؤدي ذلك إلى ظهور الفروق الفردية بين المعلمين في عملهم ، فهو بذلك مجموعة من الأنماط التدريسية الخاصة بالمعلم و المفضلة له ، و يمكن القول بأن أساليب التدريس هي مجموعة من السلوكيات تختار و تستخدم من قبل المعلمين لتحقيق الأهداف التعليمية .¹

و لقد تعددت أساليب التدريس المستخدمة في التربية البدنية و الرياضية حيث قدم موستن و سارا(Muska Mosston And Sara Ashworth1994) سلسلة من الأساليب تعرف بطيف أساليب التدريس و يعتمد كل أسلوب على طبيعة العلاقة بين المعلم و المتعلم و دور كل منهما في إتخاذ القرارات الخاصة بكل منهما قبل و أثناء عملية التدريس و بعدها .²

- وفي ما يلي سنقوم بعرض أهم أساليب التدريس المستخدمة في التربية البدنية و الرياضية :
- أسلوب الأمر **Command style**: يعتمد هذا الأسلوب على المعلم بحيث يأخذ هو جميع القرارات التي تخص تنفيذ و تسيير الدرس أما المتعلمين هنا فيقومون بالإستجابة لأوامر المعلم³ و يتطلب هذا الأسلوب تحديد دقيق لنشاطات موضوع التعلم من قبل المعلم و كذا تقديم النموذج الحركي من خلال الشرح و التقديم .⁴
 - الأسلوب التدريبي **Practice style** : يسمح هذا الأسلوب للمتعلمين تحمل المسؤولية و الإعتماد على أنفسهم⁵، فيما يتعلق بالمكان و الزمان أثناء عملية التطبيق و يطلق عليه أسلوب التطبيق الذاتي في حالة إستخدام ورقة المعيار و يفضل إستخدامه حينما يكون للمتعلم تصور مبدئي عن المهارة .
 - الأسلوب التبادلي **Reciprocal style** : يعتمد هذا الأسلوب على المتعلمين أنفسهم فيما يتعلق بتقديم التغذية الراجعة و تنفيذ الواجبات حيث يقوم المتعلم بتصحيح و تقويم أداء زميله ويكون دور المعلم هنا إتخاذ قرارات التنفيذ على المتعلم الذي يؤدي و قرارات التقويم على المتعلم الملاحظ و كذا التغذية الراجعة .

¹ مصطفى السايح محمد ، نفس المرجع السابق ، ص 65 و 66 و 68 .

²⁴ أمر الله أحمد البساطي ، التدريس في التربية البدنية و الرياضية ، بدون طبعة ، نشر مطابع جامعة الملك سعود ، المملكة العربية السعودية ، سنة 1999 ، ص 32 ، ص 33 .

³⁵ محمد حسين محمد عبد المنعم ، نفس المرجع السابق ، ص 19 .

- الأسلوب تحليل الواجب (المهمة) **Task analysis style**: يتضمن هذا الأسلوب و ضع قرارات محددة من قبل المعلم فيما يتعلق بالنشاط الحركي موضوع تعلم الأداءات المطلوبة تنفيذها و للمتعلم حرية إختيار قرار من هذه القرارات المحددة و يقوم بالإختيار المناسب لإظهار كفاءته و فق مستوى قدرته و هنا يجب على المعلم أن يعطي الفرصة للمتعلمين لتحمل المسؤولية من خلال إعطائهم الحرية .

- أسلوب الإستكشاف الموجه **discovery style Guided** : يسمح هذا الأسلوب للمتعلمين بإتخاذ قراراتهم بشكل فردي للوصول لهدف الحركة بحيث يعتمدون بشكل كبير على التعلم الذاتي حيث يستخدم المعلم هذا الأسلوب في كثير من المواقف لزيادة عملية الإستكشاف لذا يجب أن تكون الإستجابة المطلوبة مناسبة مع مختلف المواقف .

- أسلوب حل المشكلات **olving style Problems**: يستخدم هذا الأسلوب في التعلم الذاتي لإيجاد الحلول المناسبة في ضوء الإمكانيات المتاحة وفي المكان و الوقت المحدد و الفرق بينها و بين أسلوب الإستكشاف الموجه أن أسلوب حل المشكلات يتمثل في الإستجابات العديدة التي تمثل حصائل نهائية نتيجة لحل المشكلة و كذا الموقف التعليمي في هذا الأسلوب يكون أعلى من أسلوب الإستكشاف الموجه.¹

و هناك العديد من أساليب التدريس فهي تختلف على حسب ما يمكن أن يقوم به المعلم في ظل الإمكانيات و الوسائل المتوفرة و بين تلك التي تشجع المتعلمين على الإنجاز و التفاعل فبذلك تختلف هذه الأساليب بناء على نوعية المتعلمين و مستواهم و كذا الهدف المراد تحقيقه . و هذه الأساليب تطبق على حسب الأهداف و حسب المواقف التعليمية المختلفة فعادة يطبق الأسلوب الأمري في البداية خاصتا لدى متعلمي الأقسام الأولى و المبتدئين نظرا لنقص الخبرات ثم يذهب المعلم إلى إستخدام الأسلوب التدريبي و الأسلوب التوجيهي و الأسلوب الإستكشاف فهي مناسبة للتعلم الذاتي فكل هذه الأساليب موجودة في المنهاج من أجل مساعدة المتعلمين على تحسين نتائجهم و إحداث تغيرات في سلوكهم.²

ثالثا - الفرق بين طرق و أساليب التدريس : طرق التدريس هي جميع الإجراءات التي يتخذها المعلم

¹أمر الله أحمد البساطي ، نفس المرجع السابق ، ص 35 و 36 و 38 و 43 و 47 .

²Timothy chandler et all , **sport and physical education : the key concepts** , routledge taylor and francis group , london and new york , 2002 , p 207 ; p 208 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

لتوصيل المهارات و المعلومات و الأفكار للمتعلمين أما الأسلوب فهو الإجراء الذي يستخدمه المعلم لتحسين عمليتي التعليم و التعلم فالتعليم هي العملية التي تحدث فيها الطريقة أما الأسلوب فهو الوسيلة التي تتخذ في توصيل الأفكار و المهارات للمتعلمين، فالأساليب هي الكيفية التي تنظم بها المعلومات و المواقف و الخبرات التربوية التي تقدم للمتعلمين لتحقيق بها أهداف الدرس ، أما الطريقة فهي كل الإجراءات و الوسائل الفنية المتبعة لتحقيق الأهداف التعليمية المرجوة¹، فمثلا تعليم المهارة السلمية في كرة السلة بطريقة كلية و استخدام الأسلوب الأمري في التدريس .

3-4-التقويم : هو أحد عناصر المنهاج الأربعة

أ- معنى التقويم في اللغة : ورد التقويم في اللغة من فعل قوم أي عدله و لقد ورد في قاموس أكسفورد Oxford أن كلمة التقويم Evaluation جاءت من كلمة evaluate بمعنى تحديد قيمة أو تبيين الشيء و التعبير عن القيمة عدديا ، و أن أصل الكلمة جاء من Value بمعنى قيمة².

ب- معنى التقويم اصطلاحا : عملية إصدار أحكام قيمية على أشياء أو موضوعات خاصة³.

ج- مفهوم التقويم: يرى فؤاد أحمد حطب و سيد عثمان بأن التقويم " عملية إصدار حكم على قيمة الأشياء أو الأشخاص أو الموضوعات يتطلب استخدام المعايير أو المستويات لتقدير هذه القيمة كما يشمل معنى التحسن أو التعديل أو التطوير الذي يعتمد على هذه الأحكام " و يرى أبو الفتوح رضوان بأن التقويم هو الذي يوجه المعلم نحو أداء مهامه التربوية⁴ و يمكن من خلال التقويم معرفة مدى تطابق الأداء و الأهداف فمن خلاله إطلاق حكم على قيمة الأشياء⁵ ، وترى ليلي زهران " أن التقويم عملية يمكن عن طريقها التعرف على درجة تحقيق الأهداف الموضوعية " ويرى كرونباك cornback أن تقويم " هو جمع المعلومات و استخدامها من أجل إتخاذ القرار بشأن البرنامج"⁶

¹ محمد حسين محمد عبد المنعم ، نفس المرجع السابق، ص 18 و 19 .

²⁴ عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سبق ذكره، ص 91 ، ص 92 و 93 .

³ كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد نصر الدين رضوان ، مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1994، ص 20 .

⁵ محروس محمد محروس ، التقويم في الرياضة المدرسية ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة و دار الوفاء لدنيا الطباعة ، الإسكندرية ، مصر 2015 ، ص 30 .

⁶ زينب علي عمر و غادة جلال عبد الحكيم ، طرق تدريس التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2008 ، ص 230 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

فالتقويم هو عملية قياس لمجموعة من الحصائل الناتجة عن تنفيذ المنهاج و مقارنتها بالحصائل المتوقعة عند تخطيط و تنفيذ البرنامج فهو الوسيلة التي يمكن من خلالها التعرف على فعالية العملية التعليمية وما يحدث فيه من تغيير على سلوك المتعلمين على ضوء الأهداف المنشودة ،فهو عملية مستمرة بإستمرار تنفيذ البرنامج كما أنها مكملة للخبرات المكتسبة منه¹.

د - خصائص التقويم :

- الشمول : بمعنى أن عملية التقويم تشمل جميع عناصر و مكونات الشئ المراد تقويمه .
- الإستمرارية : فهي عملية مستمرة تبدأ من بداية مرحلة التخطيط إلى غاية نهاية المرحلة .
- التعاون : بمعنى تكامل جميع عناصر الشئ المراد من أجل الوصول إلى نتائج صادقة .
- المقدرة الفنية و الديمقراطية : بحيث أن التقويم يتطلب من المنفذ الإلمام بجميع إستخداماته من خلال توفر الأدوات و الإلمام بالشرطي و الموضوعية و الصدق².

و- وظائف التقويم : يوضح كل من (مكارم حلمي أبو هرجة و محمد سعد زغول) الوظائف التقويمية في التربية البدنية و الرياضية كالتالي :

- يساعد على إكتشاف نواحي القوة و الضعف في عمليات تنفيذ البرنامج .
- يعين في الحكم على قيمة أهداف المنهاج و مدى تحقيقها .
- يساعد في إعطاء المتعلمين قدرا من التعزيز و الإثابة لزيادة دافعيتهم للمزيد من التعلم أثناء تنفيذ البرنامج .
- يساعد المعلم في معرفة مدى كفاءة أساليب التدريس المستخدمة على تحقيق الأهداف .
- يمكن من تحديد مستوى أداء المتعلمين وما حصلوه من نتائج التعلم³.

هـ- خطوات التقويم : يتضمن التقويم ثلاث خطوات رئيسية كبيرة هي :

- الخطوة الأولى : جمع البيانات اللازمة بالوسائل المناسبة .
- الخطوة الثانية : إصدار أحكام قيمية على البيانات المتجمعة وفقا لبعض المحكمات التقويمية

¹ فتحي الكردي و مصطفى السايح ، التربية العملية بين النظرية و التطبيق، الطبعة الأولى ، دار الجامعيين للطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2002 ، ص 187 .

² رحيم يونس كروز ، المناهج و طرائق التدريس ، الطبعة الأولى ، دار دجلة ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 ، ص 261 .

³ نوال إبراهيم شلتوت و محسن محمد حمص ، طرق و أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر ، سنة 2008 ، ص 166 .

، كالمعايير أو المستويات وغيرها .

- **الخطوة الثالثة:** إتخاذ القرارات المناسبة فيما يتعلق بموضوع التقويم إستنادا إلى البيانات المتاحة¹.

ز- **أنواع التقويم في التربية البدنية و الرياضية:** هناك عدة أنواع للتقويم في التربية البدنية و الرياضية ، يمكن تصنيفها كما يلي :

أولا - التقويم التشخيصي : هذا النوع من التقويم يجرى في بداية السنة الدراسية ، أو في بداية فترة تعليمية ، أو في بداية كل دورة تعليمية ، هدفه :

- تقويم إستعدادات المتعلمين لبدء عملية التعلم و معرفة الفروق الفردية بينهم .
- تقويم مستوى المتعلمين و كشف نقاط القوة و الضعف .
- إكتشاف قدرات المتعلمين و إستعدادهم ، و ميولهم و إتجاههم .
- يمكن المعلم من تشكيل الأفواج التربوية الخاصة بكل نشاط على أساس علمي دقيق .
- تخطيط التوزيع الدوري ، و تحديد الأهداف الإجرائية ، مع مراعاة عاملا الوقت و الوسائل التربوية المتوفرة .

ثانيا- التقويم التكويني (البنائي) : هو عملية تقييمية منظمة ، تحدث خلال الدرس ، غرضها تزويد المعلم و المتعلم بالتغذية الراجعة ، لأجل تحسين التعليمية و تصحيح مسارها ، و معرفة المستوى الذي وصل إليه المتعلمون ، قصد تقويم و تعديل المسعى البيداغوجي للمعلم و الوقوف على إمكانيات المتعلمين و تطويرها وهدفها :

- تقييم الأهداف الإجرائية للدرس .
- التعرف على تعلمات المتعلمين ، و مراقبة مدى تقدمهم خطوة بخطوة .
- تشخيص أسباب الفشل و عوامل النجاح.
- إتخاذ القرارات المناسبة عن طريق إحداث تغيير في المواقف التعليمية المختارة ، أو في شدة الحمولة ، أو في عدد التكرارات .
- إعادة النظر في التوزيع الدوري و تعديله ، إذا كان عاملا من عوامل صعوبة التعلم .

ثالثا-التقويم التحصيلي (النهائي) : هو التقويم الذي يستند إلى نتائج الإختبارات البدنية أو المهارية ، التي يجريها المعلم في نهاية السنة الدراسية أو في نهاية الدورة التعليمية و الذي يتم رصد

¹ فتحي الكرداني و مصطفى السايح ، **نفس المرجع السابق** ، ص 187.

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

- نتائجها في دفتر التقويم من أجل تقويم تحصيل المتعلمين ، و إتخاذ القرارات المناسبة و هدفه :
- معرفة المستوى المتوصل إليه في تحقيق الأهداف الخاصة المسطرة في التوزيع الدوري .
- وضع حوصلة نهائية تقييمية للنتائج المحققة خلال الدورة التعليمية .
- تحديد النقائص المسجلة و الأخطاء المرتكبة و بالتالي يساعد و يسهل برمجة دورات تعليمية و تعليمية أخرى .
- تأكيد المجهود المبذول عن طريق منح النقاط للمتعلمين ، التي بموجبها يتم إتخاذ القرارات الإدارية كالنجاح أو الرسوب .¹

II- المبحث الثاني-برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر:

1- مفهوم البرنامج الدراسي المقرر :

كلمة برنامج هي كلمة ذات أصل أجنبي programme مشتقة من الفارسية بلفظ " برنامه " و تعني الخطة المرسومة للقيام بعمل ما في فترة زمنية محددة برزنامة تفصل كل خطوة تنفيذية يتبعها واضعو البرنامج .²

فالبرنامج الدراسي المقرر هو مخطط عام يوضع في وقت سابق لعمليتي التعليم و التدريس في مرحلة من مراحل التعليم يلخص الموضوعات التي يتناولها المتعلمون خلال مدة معينة كما يتضمن المحتوى الذي يشمل الخبرات التعليمية المرتبة ترتيبا يتماشى مع السنة الدراسية وحاجات المتعلمين فالمقرر الدراسي هو مجموعة الخبرات التي تقدم خلال سنة دراسية و يعطى كل مقرر مستوى دراسي عنوانا أو رقما معينا مثال : برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط .³

ويمكن وصف برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر بتلك الخطط المحضرة للوصول إلى تغيرات في السلوك من خلال العملية التعليمية التعلمية الشيء الذي يتطلب صبغة تفكيرية و تخطيطية لوضع جميع الظروف المناسبة للمتعلمين ، حيث وجب على مادة التربية البدنية و الرياضية أن تسعى إحداث تغيير في المتعلمين نتيجة مرورهم بالبرنامج المقرر لهم .⁴ و يعرفه علي مذكور بأنه هو جميع

¹ أحمد بوسكرة ، مرجع سبق ذكره، ص 82 و 83 و 84 .

² جرجس ميشال جرجس ، مرجع سبق ذكره ، ص 125 .

³ ملحق سعيدة الجهوية ، مرجع سبق ذكره ، ص 108 .

⁴Abdurrahman aktop and Nilufer Karahan , **Physical education teacher's views of effective teaching methods in physical education** , elsevier procedia social and behavioral sciences 46 , 2012 , p 1910

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

الخبرات و الأنشطة التي تقدم للمتعلمين و التي تساعدهم على تعديل سلوكياتهم لتحقيق الأهداف التربوية .

كما يعرفه أنا رينو و آخرون Annarino بأنه مجموعة الخبرات التي تدار لتحقيق أهداف معينة و التي يشرف على تحقيقها المعلمين ..

ويرى ولجوس Willgoos أن البرنامج هو كل الخبرات المتعلقة بالمنهاج و الذي يتضمن المحتوى و طرق التدريس و أهداف التعليم و الإمكانيات و الوقت المتاح .

ويعرفه أمين الخولي بأنه الخطة الموضوعية خلال العام الدراسي و التي تحتوي على أنشطة الواجب تنفيذها فهي مجموعة خبرات المشتقة من المنهاج و معدة بشكل منظم الشيء الذي يساهم في إمكانية توظيفها مع الأخذ بعين الاعتبار الوقت و مكان و الأدوات و طرق التدريس و دور كل من المعلم و المتعلم¹.

فهو جميع المعارف و الخبرات و الأنشطة و الممارسات الهادفة التي تخطط و تنظم في المدرسة و النابعة من المنهاج الدراسي ثم تقدم للمتعلمين بطرق و أساليب تتلائم مع قدراتهم سواء كان ذلك داخل المدرسة أو خارجها لتنمية و إشباع حاجات و رغبات المتعلمين بهدف النمو الشامل لجميع نواحي حياتهم العقلية و النفسية و الجسمية و الإجتماعية ثم تقويمها لتحقيق الأهداف التربوية و بناء المجتمع السليم² ، فالبرنامج الدراسي يجب أن يعمل في اتجاه النمو و التكيف كأهداف تحقق الغايات المنشودة ، فتمركز برامج التربية البدنية و الرياضية على الأنشطة الرياضية من أجل تحقيق العديد من الحاصلات و التي تختلف طبيعتها على حساب المراحل الدراسية كمرحلة التعليم الابتدائي أو المتوسط أو الثانوي³ بشكل يفرض على المعلم تطبيق مجموعة الموضوعات المحددة و التقيد بها ولهذا تسمى البرنامج الدراسي المقرر لمرحلة دراسية معينة .⁴

2- الفرق بين المنهاج و البرنامج : يكمن الفرق بين المنهاج و البرنامج في جانبين إثنين :

أولا : الإختلاف في الإستعمال من طرف المدارس في المدرسة الفرنسية مثلا تستعمل كلمة

¹ عفاف عثمان عثمان و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 11 و 12 .

² أكرم خطايبية ، أسس و برامج التربية الرياضية ، بدون طبعة ، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 ، ص 26 .

³ أمين أنور الخولي و آخرون ، التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل و طالب التربية العملية ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 ، ص 20 و 32 .

⁴www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/مقرر/10:22/19/12/2016.

Programme و الدالة على المنهاج ، أي أن هناك مدارس ترى بأن البرنامج الدراسي هو مرادف للمنهاج .

ثانيا : المنهاج أشمل من البرنامج من حيث أنه يتضمن أهدافا عامة و طرائق شاملة و توزيعها للوقت و تحديد المبادئ التكوينية و التسيير الإداري و توزيع أوقات العمل أما البرنامج فقد يكتفي بتحديد المحتوى وقد يلتقي مع المنهاج في المبادئ مثل الأهداف و الوسائل و الطرائق و أساليب التقييم¹ . فالمنهاج هو الطريق لإحداث عملية التعليم المقصودة لتحقيق الأهداف و البرنامج هو الخطوات التنفيذية لهذا المنهاج وبالتالي فإن البرنامج ليس هو المنهاج² .

3- الخطوات النظرية العامة لبناء برنامج التربية البدنية و الرياضية : لبناء برنامج التربية

البدنية و الرياضية ينبغي إتباع الخطوات المنهجية التي تحقق الغاية المرجوة منها وهي :
أ- دراسة خصائص نمو المتعلمين : ينبغي دراسة المتعلمين الذين يعد لهم البرنامج الدراسي المقرر ، فالبرنامج يجب أن يتمحور حول المنتفعين به و ليس العكس ، حيث يكون المتعلم نقطة البداية و هو المحور الأساسي للعملية التعليمية التعليمية فيجب مراعاة ميوله و حاجاته و قدراته و إستعداداته و إتجاهاته و الفروق الفردية و طبيعة عملية التعلم ... التي يجب مراعاتها عند إعداد البرنامج و عند دراسة خصائص نمو المتعلمين فإنها تشير إلى تلك التغيرات التكوينية و الوظيفية ، فهذه التغيرات تحدث خلال مراحل متتابعة و بطريقة تدريجية ، و يقصد بالتغيرات التكوينية تلك التغيرات التي تتناول نواحي الطول و الوزن و العرض و الشكل العام للجسم ، أما التغيرات الوظيفية فتشير إلى التغيرات التي تتناول الوظائف الحركية و العقلية و الإجتماعية و الإنفعالية التي يمر بها المتعلم في مراحل نموه المختلفة ، فدراسة خصائص النمو تساعد القائمين على تصميم و تنفيذ البرنامج الدراسي المقرر في تحقيق الرؤية المتكاملة في تناول و معالجة المحتوى و فيما يتعلق بمراعاة إستعدادات و قدرات المتعلمين و العمل على تنميتها ، بحيث يجب مراعاة الشمول و التكامل في نمو المتعلمين ، أي الإهتمام بمظاهر و جوانب النمو المختلفة للمتعلمين عند تصميم برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر وذلك من خلال تحديد الأهداف و إختيار المحتوى و الخبرات المناسبة لمرحلة النمو التي يصمم البرنامج من أجلها ، لتتفق مع خصائص المتعلمين في مرحلة نموهم .

¹ المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، النظام التربوي و المناهج التعليمية ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2004 ، ص 133 .

² عبد الحميد شرف ، البرامج في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق للأسوياء و المعاقين ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2007 ، ص 40 .

ب- دراسة الإمكانيات: يقصد بالإمكانيات المطلوبة دراستها قبل تحديد الأهداف ووضع البرنامج الإمكانيات المادية المتمثلة في الميزانيات المحددة لتنفيذ البرنامج الدراسي المقرر و مجموعة الأدوات و الأجهزة والمرافق و مدى صلاحيتها وكفايتها لتحقيق الأهداف .

وتلعب الإمكانيات دورا هاما و رئيسيا في تحديد أهداف التربية البدنية و الرياضية إذ يتوقف إختيار الأنشطة عادة على ما يتوفر بالمدرسة و المجتمع من ملاعب و أدوات و أجهزة و هي أماكن تنفيذ البرنامج ، و تعتبر وسائل مساعدة في إكتساب المهارات و الصفات البدنية فنقص الإمكانيات يقف عائق في تنفيذ البرنامج ولذا كان من الضروري أن نأخذ مشكلة نقص الإمكانيات بعين الإعتبار لكي لا تقف عائقا أمام تنفيذ البرنامج و ذلك بالتفكير في أدوات و أجهزة بديلة يمكن من خلالها إتاحة الفرصة لممارسة المتعلمين في ظل ضعف الإمكانيات في المدرسة ، فمن الضروري على القائمين على البرامج أخذ بعين الإعتبار حجم و نوعية الأدوات و الملاعب و التسهيلات المتاحة في المدارس التي تعتبر مدخلات بناء البرنامج الدراسي .

ج-تحديد الأهداف: إن تحديد الأهداف عملية حيوية ، تمثل الخطوة الأولى و الأساسية في بناء البرنامج فهي توجه الأنشطة التعليمية و التربوية و تبتعد بها عن العشوائية ، فكلما كانت الأهداف محددة بدقة ووضح كلما ساعد ذلك على إختيار أساليب ووسائل التقويم التي يمكن بواسطتها الحكم على مدى تحقيق الأهداف ولكل برنامج تعليمي و تربوي أهداف محددة يحاول بلوغها من خلال تنفيذه و إدارته ، وذلك حتى تحقق الفائدة المرجوة من إعداده .

فهناك علاقة طردية موجبة بين وضوح المرامي التعليمية و نوعية التعليم ، و أن أي برنامج يتوقف على النواتج و الحاجات المرغوبة المتوقعة ظهورها في شكل تغيير في سلوك المتعلمين نتيجة ما إكتسبوه من خلال الأنشطة و المعارف و الإتجاهات و الخبرات الإنفعالية ، فالأهداف تساعد على إختيار الأنشطة التي سيحتويها البرنامج و الطرق التدريسية المناسبة¹.

4- خصائص برنامج التربية البدنية و الرياضية الجيد :

- يجب أن يكون المنهاج فعالا ملما بواقع التعليم الفعلي للتربية البدنية و الرياضية واضعا بذلك منهجية مكيفة مع الواقع الحالي للمادة .
- على القائمين بوضع المواقيت الخاصة بتدريس المادة أن يراعوا خصوصية المادة من خلال إختيار التوقيت المناسب في التوزيع الزمني الأسبوعي .

¹عصام الدين متولى عبد الله ، نفس المرجع السابق، ص 378 و381 و382 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

- توفير جميع الإمكانيات و الوسائل البيداغوجية المناسبة للمرحلة العمرية و كذا نوع النشاط الممارس .¹
- على البرنامج الدراسي المقرر أن يهدف إلى تطور الجانب البدني و القدرات الحركية و المهارات المختارة للمتعلمين خلال المواقف المختلفة في حصة التربية البدنية و الرياضية.
- توجيهات مفتش المادة ينبغي أن تكون الدعامة الحقيقية للمعلمين في تمكينهم على الإختيار البيداغوجي المناسب .
- ضرورة أن يكون البرنامج الدراسي المقرر شاملا واضعا بعين الإعتبار تأثيره على نمو المتعلمين في جميع الجوانب النفسية ، الخلقية ، البدنية ...
- يجب أن تكون المقاربات غير إختيارية بل تبقى مفتوحة لجميع المتعلمين لكي تحترم مختلف الكفاءات .²

فالبرنامج الدراسي الجيد يتطلب المنهاج الذي يضمن مختلف التعاملات و التفاعلات العلمية المخططة التي تسمح بتخطيط و تنفيذ البرنامج الدراسي و الذي يجب أن يوفر محتوى مناسباً لتعلم من خلال إختيار الأنشطة المناسبة لذلك و التي يشترط فيها أن تحقق الأهداف و هذا ما يتطلب إستخدام التقويم المناسب ، فالبرنامج الجيد هو الذي يترك أثراً في سلوكيات المتعلمين من خلال إكسابهم خبرات و مهارات تواصلية و إجتماعية و نمو ذاتي فالمرجعية التعليمية و التعليمية للبرنامج هو المنهاج فلهذا يجب أن يعمل بشكل متكامل في إتجاه واحد نحو الأهداف .³

5-التعامل مع البرنامج الدراسي لمادة التربية البدنية و الرياضية :

- برنامج التدريس هو مجموعة نصوص مقننة بصفتها المرجعية الرسمية لتدريس المادة.
- يتمثل البرنامج في منهاج المادة و الوثيقة المرافقة له فكلاهما يعتبران الإطار الذي من خلاله يتمكن كل معلم من الإختيار البيداغوجي المناسب للمتعلمين الذين هم تحت إشرافه .

¹Liliana Dacica , **The formative role of physical education and sport** , elservier social and behavioral sciences 180 , 2015 , p 1243 .

²Borja jiménez-herranz et all , **Transforming a municipal school sports programme though a critical communictive methodology : the role of the advisory committee** , elservier evaluation and program planning 58 , 2016 , p 110 .

³Jingxian Zhang and outhers , **Influence of curriculum quality and educational service quality on student experiences: A case study in sport management programs** , elservieJournal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education 18 , 2016 , p 83 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

- تحدد الكفاءات في المنهاج والتي تنجز من خلال الشروحات الصادرة في الوثيقة المرافقة ليتمكن المعلم من تنميتها في ميدان الممارسة.
- ليس المنهاج منطويا على نفسه بل يبقى مفتوح المجال للمواد التعليمية الأخرى في إطار التكامل بين المواد و ما يسمى بالكفاءة العرضية .
- المواضيع الواردة في المنهاج ليست معارف تلقن للمتعلمين بل وثيقة تساعد في البحث والتجارب والمبادرة لاختيار. ¹

6-تنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر :

يجب على معلم التربية البدنية و الرياضية لتنفيذ البرنامج الدراسي المقرر تخطيطه و إدارته في ضوء الأغراض وهذا يعني الإهتمام بإعتبارات معينة أولها و أهمها إحتياجات و خصائص المتعلمين الذين هم تحت إشرافه من أجل التنفيذ حيث يجب عليه مراعاة ضرورة تعدد أوجه النشاط و الوقت و المرافق و الوسائل و عدد المتعلمين²، و للقيام بتخطيط البرنامج الدراسي يجب معرفة الأهداف المراد تحقيقها من خلال دراسة الإمكانيات و تقسيم السنة الدراسية إلى وحدات تعليمية و وحدات تعليمية بحيث تستغرق كل و حدة وقتا زمنيا معين³ ، ثم بعد ذلك يقوم معلم التربية البدنية و الرياضية بتطبيق البرنامج الدراسي المقرر من خلال دروس التربية البدنية و الرياضية مستخدما إستراتيجية التي تبتها الدولة الجزائرية و التي تعرف بإستراتيجية التعليم بالمقاربة بالكفاءات .

6-1- تخطيط البرنامج : التخطيط هو مختلف التنظيمات العلمية التي يقوم بها المعلم بشكل منظم و التي ترمي إلى تحقيق الأهداف التربوية في فترة زمنية محددة من خلال تحديد الإجراءات و الوقوف الفعلي على الوسائل و الإمكانيات المتاحة مع التنبؤ بإحتياجات التعلم و مشكلات التي قد يواجهها المعلم أثناء تقديم الدروس⁴ و يمر التخطيط بعدة مراحل وهي :

أ-تخطيط التوزيع السنوي :و الذي يقرر من خلاله المعلم ما سوف يفعله خلال العام الدراسي لكي

¹ اللجنة الوطنية للمناهج، الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط ، مرجع سبق ذكره ، ص 40 .

² أمين أنور الخولي و آخرون ، نفس المرجع السابق ، ص 38 .

³ محمد سعيد عزمي ، نفس المرجع السابق، ص 139 .

⁴ لخضر لكحل و كمال فرحاوي ، أساسيات التخطيط التربوي النظرية و التطبيق ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2009 ، ص 19 .

تتحقق الأهداف التعليمية المقصودة وذلك بوضع تصور عام في صورة وحدات تعلم بعدد الأيام الفعلية للتعليم و إستبعاد الإجازات و العطل الرسمية ، فهو محكوم بأهداف معينة و بتوقيت زمني وكذلك بمحتوى مقرر عليه خلال عام دراسي¹ ، بحيث يقوم المعلم بإختيار الأنشطة الرياضية على حسب المرافق و العتاد الرياضي المتوفر في مؤسسته مع إعطاء الأولوية للأنشطة المبرمجة في إختبار شهادة التعليم المتوسط لمتعلمي السنة الرابعة متوسط و توزيع الأنشطة إلى وحدات تعليمية و برمجة الساعتين المخصصة لكل قسم في نشاطين مختلفين (نشاط فردي و نشاط جماعي) حيث تمنح ساعة لكل نشاط .²

ب-تخطيط التوزيع الدوري: يعبر التوزيع الدوري عن وحدة تعليمية و التي تمثل النواة المعرفية الأساسية في كل مجال من مجالات التعلم حيث تتكون الوحدة من مجموعة من المعارف و السلوكات المتجانسة و المترابطة فيما بينها لبناء كفاءة معينة ، و ترتبط كل وحدة تعليمية بكفاءة تسمى الكفاءة القاعدية³ ، حيث يقوم المعلم بتوزيع النشاطات المبرمجة على وحدات تعليمية من أجل تحديد مختلف توقعاته من تحقيق الأهداف و التي يجب عند تصميم التوزيع الدوري أن يراعى فيها النقاط التالية :

- أن تكون الأهداف مشتقة من الأهداف العامة للتربية البدنية و الرياضية .
- يجب أن تتماشى الأهداف مع قدرات المتعلمين و تكون قابلة للقياس و الملاحظة .
- ينجز التوزيع الدوري على شكل أهداف خاصة و أهداف إجرائية تساعد على تنمية المجالات الثلاث للتعلم و يكون التركيز على الهدف الحسي حركي بالتكامل مع المجالين الإجتماعي العاطفي و المعرفي و يوضح ذلك في جدول لتسهيل عملية التنفيذ.
- أن يتوافق التوزيع الدوري مع عدد الحصص الممنوحة لكل نشاط في التوزيع السنوي .⁴

ج-تخطيط الوحدة التعليمية في التربية البدنية و الرياضية: تعتبر الوحدة التعليمية في التربية البدنية و الرياضية حجر الزاوية في برنامج التربية البدنية و الرياضية المدرسي و هو الوحدة الصغيرة من المنهاج التي تحمل جميع صفاته و خصائصه ، وهو يكاد أن يكون الوسيلة الأكثر ضمانا لتوصيل الخبرات التربوية للمتعلمين ، فهو جزء البرنامج الشامل الذي يستفيد منه جميع المتعلمين دون تفرقة ، بخلاف أجزاء البرنامج الأخرى كالنشاط الداخلي أو الخارجي (النشاط اللاصفي) التي تعتمد في

¹ أحمد ماهر أنور حسن و آخرون ، نفس المرجع السابق ، ص 136 .

² أحمد بوسكرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 27 ، ص 28 و 29 .

³ عبد قلبي و فضيلة حناش ، نفس المرجع السابق ، ص 194 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

ممارستها على رغبة المتعلمين و إختيارهم أو ما يجب أن يتمتعوا به من مستوى في نوع معين من الأنشطة الرياضية ، و من ثم فإن الوحدة التعليمية تعتبر إجبارية لجميع المتعلمين ، الغير معينين من ممارسة التربية البدنية و الرياضية ، و الذي يسعى من خلالها إكساب المتعلمين ما يحتاجونه من خبرات مختلفة تحقق البناء المتكامل لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر لسنة دراسية ما ، و الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل.¹

فخطة الوحدة التعليمية هي العملية التي يمكن للمعلم من خلالها ترجمة الأهداف التعليمية الواردة في الوحدة إلى نتائج تعليمية يمكن أن تتحقق في الحصة فيختار المعلم الأساليب و الأنشطة و الوسائل و أساليب التقويم المناسبة لكل حصة فعناصر الخطة الدراسية هي نفسها عناصر المكونة للعملية التعليمية التعليمية فالتخطيط الوحدة التعليمية يمر بالمراحل التالية :

- تحديد الأهداف السلوكية المتوقعة أن تظهر في سلوك المتعلمين بعد إكتسابهم لخبرات تعليمية التي يستهدفها المعلم من خلال التعلّات التي يخطط لها بحيث يجب أن تعكس الهدف حاجات المتعلمين و يكون مرتبطا بمحتوى المنهاج مشكلا الهدف الخطوة الأولى نحو الأهداف العامة للوحدة

- تحديد الأنشطة التعليمية بناء على عدة عوامل منها خبرات المتعلمين السابقة و حاجاتهم و ميولهم و مستواهم مراعية الفروق الفردية ، و تكون هذه شاملة للموضوع المختار و مناسبة للأهداف الموضوعية و الإمكانات المتاحة أو المتوفرة .

- تحديد الوسائل التعليمية بشكل يساعد على تسهيل التعلم لدى المتعلمين.

- تعين التقويم الفعال و جعله مناسباً للإختيارات.²

ويرى حسن معوض أن لنجاح الخطة و تحقيق الغرض من البرنامج يتوقف على حسن التحضير و إعداد و إخراج و تنفيذ الوحدة التعليمية ، فالعناية بالوحدة التعليمية يعتبر الخطوة الأولى و المهمة لو أردنا أن نجني الفائدة المرجوة من البرنامج حيث تختلف دروس التربية البدنية و الرياضية بإختلاف الهدف الذي يرمي إليه المعلم و طبيعة الوحدة التعليمية نفسها ، فقد نجد نوعاً من الوحدات التعليمية يكون الهدف فيها :

- وحدة تعليمية هدفها الأساسي تحسين الصفات البدنية .

¹ عصام الدين متولى عبد الله ، نفس المرجع السابق، ص 133

² لخضر لكحل و كمال فرحاي ، نفس المرجع السابق، ص 207 و 208 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

- وحدة تعليمية هدفها الأساسي إكساب المهارات الحركية .
 - وحدة تعليمية هدفها الأساسي الجمع بين تحسين الصفات البدنية و إكساب المهارات الحركية.
 - وحدة تعليمية هدفها الأساسي الإعادة (التثبيت و الإتقان ورفع المستوى)
 - وحدة تعليمية هدفها الأساسي تقويم وقياس المستوى (الإختبارات القدرات و الإمتحانات) .
- ولا يقصد بهذا التقسيم تمييزا تاما بين نوع و آخر من الوحدات التعليمية بل يقصد بالناحية الغالبة على هذه الوحدات ¹.

و حتى لا تنفذ الوحدات التعليمية أو دروس التربية البدنية و الرياضية بطريقة عشوائية بدون خطط واضحة لا بد أن يحدد لكل وحدة تعليمية أغراض واضحة مستمدة من الأغراض الخاصة بالمنهاج و نعني بها مجموعة الحاصلات المباشرة و الغير مباشرة المرغوب إكسابها للمتعلمين نتيجة لعملية التعلم على شكل تغيرات مادية و معنوية في سلوك المتعلمين يمكن قياسها² ، و هذا ما يعطي للمعلم تصورا عاما عن سير الوحدة التعليمية و كيفية عرضها ، وتسهل عليه عملية المراقبة المستمرة ، لذلك يجب على معلم التربية البدنية و الرياضية أن يعطيها الوقت و الجهد الكافيين و اللازمين حتى يتمكن من إكتساب تصور مسبق للمواقف التعليمية و عن مجموعة الأدوات المستخدمة لتنظيم عمليتي التعلم و التعليم و لا يختلف تحضير الوحدة التعليمية في التربية البدنية و الرياضية عن تحضير باقي المواد الأكاديمية الأخرى ، ويشترط فيه أن يكون المعلم ملما بمادته وواجباته التي يجب أن يلتزم بها أثناء تحضير للدرس أو الوحدة و المتمثلة في ما يلي :

- تخصيص مدة زمنية كافية لتحضير الدرس .
- أن تشتق الأهداف الإجرائية من الأهداف التربوية للوحدة التعليمية.
- تحديد الأهداف المراد قياسها بدقة و بصور مباشرة .
- مراعاة إحتياجات المتعلمين و إهتمامتهم و قدراتهم .
- تحضير مواقف تعليمية متنوعة تراعي الفروق الفردية .
- ضمان الوسائل المناسبة للوحدة التعليمية .
- مراعاة المبادئ العامة للتدريب (شدة الحمل ، عدد التكرارات ، زمن الإسترجاع) .

¹ أحمد ماهر أنور حسن و آخرون ، نفس المرجع السابق ، ص 64 و 65 .

² عبد الفتاح عبد الله و عزة حمدي، تنظيم و إدارة الدرس في التربية البدنية و التعلم الحركي ، بدون طبعة ، المكتبة

المصرية للطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2004 ، ص 19 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

- يستعين بالمنهاج أو دليل المعلم أثناء التحضير للدرس .
- يستعين بالمراجع العلمية المتخصصة في نظريات و طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية و مراعاة الظروف المناخية .¹
- فمختلف هذه التحضيرات تساعد في إنجاز المكونات الأساسية لدرس التربية البدنية و الرياضية حيث يتكون الدرس من ثلاثة أجزاء رئيسية و التي تعتبر أصغر حلقة في عملية تخطيط البرنامج وهي : الجانب التحضيري و الإحماء و الجزء الرئيسي و الجزء الختامي
- أولاً : الجانب التحضيري و الإحماء :** يتضمن الجانب التحضيري كل ما يتعلق بالأعمال الإدارية الخاصة بتنظيم العمل و غياب المتعلمين و كذا الإحماء و التهيئة الذهنية و الحركية للأنشطة التي سوف يقوم بها المعلم أو المتعلم في الجزء الأساسي من الدرس ، و تهدف عملية الإحماء و التهيئة إلى تحقيق عاملين أساسيان هما :
- **العامل الأول :** الإحماء و التسخين لتهيئة أعضاء و أجهزة الجسم الحركية من خلال الجري الخفيف و أداء بعض التمرينات و أنشطة الألعاب الحركية البسيطة التي تساعد في تنشيط الدورة الدموية ورفع درجة حرارة الجسم و إطالة أربطة المفاصل و أوتار العضلات .
- **العامل الثاني :** التهيئة الذهنية و الحركية و النفسية من خلال أداء بعض التمرينات التمهيديّة الخاصة بالمهارات مع ضرورة التنوع في الأداء و استخدام الأدوات .
- ثانياً : الجزء الرئيسي :** ويحتوي الجزء الرئيس ثلاث جوانب أساسية هي الجانب البدني و الجانب التعليمي للمهارة المراد تعلمها و الجانب التطبيقي ، و لذا يأخذ هذا الجزء النصيب الأكبر من زمن الحصة و الذي يتراوح ما بين 80 إلى 85 % من زمن الحصة حيث :
- ويتضمن الجانب البدني كل ما يتعلق بتطوير الصفات البدنية التي ترتبط بالنشاط الممارس لذا و جب على المعلم هنا مراعاة الحمل و الراحة و إعطاء الفرصة لجميع المتعلمين .
- أما الجانب التعليمي فيتضمن محتوى عرض و شرح للمهارة المراد تعلمها ويتم تحديد النشاط المهاري وفقاً لمحتوى البرنامج الدراسي المقرر و توزيعه الزمني ويراعى إعطاء الفرصة لجميع المتعلمين للمشاركة و يقوم المعلم أو المتعلمين بتصحيح الأخطاء .²
- وتضم المرحلة الرئيسية مواقف تعليمية و التي تحدد فيها الشروط و الظروف التي تقود

¹ أحمد بوسكرة ، مرجع سبق ذكره، ص 70 .

² أمر الله أحمد البساطي ، نفس المرجع السابق ، ص 88 ، ص 92 .

المتعلم إلى إنماء كفاءته فكل النصوص الشفوية أو المكتوبة بشكل مقصود و متناسق تعبر عن المواقف التعليمية و في بعض الأحيان تكون الوضعية بشكل تلقائي يستوقف المتعلم أو المتعلم ملاحظته مما يستدعي إعادة النظر في التصورات و بالتالي إدخال موقف تعليمي لحظي ، ففي الظروف العادية المعلم هو الذي يشكل الموقف التعليمي مما يسمح للمتعلم بتجديد معارفه و مهاراته عن طريق النشاطات و الممارسة .¹

- أما الجانب التطبيقي فهو آخر مرحلة من الجزء الرئيسي و يأتي بعد أداء سلسلة المواقف التعليمية أي بعد إكتساب المتعلم التوافق الأولي للمهارة و تكوين صورة عامة واضحة عن المهارة إلى حد ما . حيث يتم هنا التطبيق و الممارسة من قبل المتعلمين بشكل فردي و جماعي ، ويفضل أن تبدأ بوضعية إدماجية فردية ثم زوجية في شكل مجموعات حتى الإنتهاء بمباراة مصغرة هذا لا يعني تقسيم الجزء الرئيسي لثلاث مراحل و لكن هذا لمجرد التمييز بين طبيعة كل مرحلة .

ثالثا : الجزء الختامي : يمثل هذا الجزء المرحلة النهائية من الوحدة التعليمية و يهدف إلى التهدئة الجسمانية و العودة بالجسم إلى الحالة الطبيعية من خلال بعض التمرينات البسيطة لخفض معدل ضربات القلب كالجري الخفيف و من خلال تمرينات الإطالة كذلك يتم في هذه المرحلة مناقشة أهداف الوحدة و تحديد نقاط القوة و الضعف في التعلم و تشجيع المتعلمين و توجيه الإنتباه لما سيتعلمونه في الوحدات التعليمية المقبلة .²

د - صياغة الأهداف الإجرائية : توضيح الأهداف التعليمية في البرنامج الدراسي المقرر يمكن المعلم من صياغتها صياغة إجرائية من أجل توجيه نشاطه التعليمي و يساعده على عملية التقييم و التقويم لمتعلميه و يسمح له ببرمجة العمل بسهولة و هذا إنطلاقا من معايير النقص لدى المتعلمين و لصياغة هدف إجرائي هناك العديد من التقنيات نذكر منها :

- **تقنية باتريس بلبل : (P.Peipel) :**

- صياغة الهدف تكون حسب المتعلم و ليس المعلم .
- أن يكون الهدف محدد بدقة غير قابل للتأويل .

¹ محمد الطاهر وعلي ، بيداغوجيا الكفاءات ، الطبعة الثانية ، الورسم للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2011 ، ص 44 و 45 .

² أمر الله أحمد البساطي ، نفس المرجع السابق ، ص 92 و 93 .

- تقنية دولا نشهير : (Delandsheer)

الذي يقوم بالسلوك ، السلوك نفسه الذي ينجز ، نتيجة السلوك ، شروط السلوك ، معايير القبول .

- تقنية ماجر : (Majer)

السلوك المراد إنجازه ، الشروط التي سنجز فيها السلوك ، معايير الإنجاز و مستوى الإتفاق ، يجب

أن تكون نتيجة السلوك ، يجب أن توضح في صياغة الهدف ، يجب وضع معايير ¹.

6-2-التدريس بالكفاءات :وهو توجه تربوي يقوم أساسا على الإهتمام بالإدماج أي دمج (توظيف)

مختلف الموارد (المعارف ، المهارات ...) بحيث يعتبر المتعلم هم محور العملية التعليمية بإشراكه

بشكل فعال في بناء معارفه (يتعلم بنفسه) حيث أن هذه البيداغوجيا تهدف إلى جعل المتعلم يجمع

و ينظم مكتساباته لإستعمالها في وضعيات إدماجية هذه الوضعيات تتطلب أن يكون المتعلم قادرا

على إستعمال مجموعة موارد لإنجاز عمل أو حل و ضعية مشكلة ².

أ- مفهوم الكفاءة : روجرز 2000 "الكفاءة عبارة عن مجموعة مندمجة من القدرات تتيح بشكل عفوي

إدراك و ضع معين من الأوضاع و الإستجابة له بشكل يتميز بالوجاهة نسبيا " .

دينو " مجموعة المعارف و إجادة الممارسة و حسن التصرف تتيح القيام بشكل مناسب بدور

أو وظيفة أو نشاط "

(Dectonnaire de pédagogie bordas1999) " تمثل ما يقدر الفرد على إنجازه و الحياة

على الكفاءة يعني إمتلاك معرفة أو إجادة ممارسة ذات نوعية معترف بها في مجال محدد و الفرد

الكفاء هو من يثبت معرفته أو الخبير في ميدان ما " ³.

فالكفاءة هي القدرة على تسخير (إنتقاء و إستعمال) الموارد المدمجة (معارف ، مهارات ، قدرات ،

إستراتيجيات ...) في وضعية محددة ⁴.

ب- مفهوم المقاربة : هي تصور وبناء مشروع عمل قابل للإنجاز في ضوء خطة أو إستراتيجية تأخذ

في الحسبان كل العوامل المتداخلة في تحقيق الأداء الفعال ، و المردود المناسب من طريقة ووسائل

و خصائص و مكان و زمان .

فالمقاربة تعني الخطة الموجهة لنشاط ما مرتبط بتحقيق أهداف معينة في ضوء إستراتيجيات تربوية

¹³ عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 26 و 27 و 28 ، ص 56 .

²⁴ www.elbassair.com 08/08/2016 -16 ;40

تحكمها جملة من العوامل و المؤثرات تتعلق ب :

- المدخلات (المنطلقات) : و هي تتمثل في المعطيات المادية و البشرية و العلمية و البيداغوجية و الظروف الزمنية و الوسط التعليمي عموما .
- الفعاليات (العمليات) : وهي جملة التفاعلات التي تحدث بين مختلف عناصر العملية البيداغوجية ، المعلم ، المتعلم ، المحتويات ، طرائق ، الوسائل ، البيئة التعليمية .
- المخرجات (وضعيات الوصول) : وهي نواتج التعليمات المحققة ، من حيث الكفاءات المتنوعة و في مختلف المجالات ، و مؤشرات البارزة من خلال و وضعيات التقويم المرافقة لعمليات التعليم و التعلم¹.

ج- مكونات (مركبات) الكفاءة : تتكون كل كفاءة من :

- معارف و معلومات و حقائق و مفاهيم و قوانين و نظريات يستند إليها الأداء السلوكي .
- سلوك أدائي يعبر عنه بمجموعة من الأفعال و الأداءات .
- إطار من الإتجاهات و القيم و المعارف و المعتقدات و السلوك الوجداني و المهاري .
- مستوى معين لنتاج الأداء².

د- أنواع الكفاءات : صنفها جرادات و آخرون سنة 1983 بأنها ثلاثة أنواع :

- الكفاءة المعرفية **Competence de connaissance** : فهي مجموعة المعلومات و الحقائق إمتدادا إلى إمتلاك كفاءات التعلم المستمر و إستخدام أدوات المعرفة .
- كفاءات الأداء **Competence de performance** : تشمل قدرة المتعلم على إظهار سلوك المواجهة في وضعيات مشكلة معينة فهذه الكفاءة تتعلق بأداء الفرد لا بمعرفته و معيار تحقق الكفاءة هنا هو القدرة على القيام بالسلوك المطلوب .
- كفاءات وجدانية : هي نوع من أنواع الكفاءات المتصلة بالإستعدادات و الميولات و الإتجاهات و القيم الأخلاقية و المبادئ السائدة في أي نظام .

هـ- مستويات الكفاءة : للكفاءة ثلاث مستويات هي :

- الكفاءة الختامية **Compétence finale** : إنها نهائية تصف عملا كليا منتهيا ، تتميز

¹ عطا الله أحمد و آخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 60 .

² محمد بن يحيى زكريا ، التدريس عن طرق المقاربة بالأهداف و المقاربة بالكفاءات ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، وزارة التربية الوطنية الجمهورية الجزائرية ، سنة 2006 ، ص 90 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

بطابع شامل و عام ، تعبر عن مفهوم إدماجي لمجموعة من الكفاءات المرحلية ، يتم بناؤها خلال سنة دراسية أو طور .

- **الكفاءة المرحلية *Compétence d'étape*** : هي مرحلة دالة تسمح بتوضيح الأهداف الختامية أو النهائية لجعلها أكثر قابلية للتجسيد ، تتعلق بشهر أو فصل أو مجال معين و هي مجموعة من الكفاءات القاعدية .

- **الكفاءة القاعدية : *Compétence de base*** : هو مجموعة نواتج التعلم الأساسية المرتبطة بالوحدات التعليمية ، و توضح بدقة ما سيفعله المتعلم أو ما سيكون قادرا على أدائه أو القيام به في ظروف محددة ، و لذا يجب على المتعلم أن يتحكم فيها ليتسنى له الدخول دون مشاكل في تعلمات جديدة فهي الأساس الذي يبنى عليه التعلم¹.

ز - **إستخدام التدريس بالكفاءات في برنامج التربية البدنية و الرياضية** : تعتبر الأنشطة البدنية و الرياضية هي الوسيلة الأكثر فعالية للوصول للكفاءات و القيم و المعرفة و المشاركة في الحياة الإجتماعية² ، فالمقاربة بالكفاءات هي واحدة من الخطط الحديثة في المناهج من أجل إستغلال القدرات و التحكم فيها فالتغيرات الحادثة في البرامج الدراسية راجع إلى التغيرات الكبيرة للمناهج من أجل مواكبة التدفق العلمي السريع و الإنفتاح على العالم و إحداث التكيف مع الوقت الحالي من خلال الإستغلال الأمثل لقدرات المتعلمين ولذا يتطلب برامج ذات محتوى و نوعية³.
فالمقاربات في التربية البدنية و الرياضية مبنية على معرفة العلاقة بين الجانب الحسي حركي و الجانب العاطفي الوجداني وكذا الجانب المعرفي حيث تكون هذه المقاربات مندمجة مع بعضها البعض فتختلف هذه المقاربات على حسب نوعية العلاقة بين جوانبها فهذه النوعية تمكن من تحديد مستويات الكفاءة حيث أن مناهج التربية البدنية والرياضية و برامجها لها أهمية كبيرة في الحصول على نتائج بدنية فعالة و التي تأخذ الحصة الكبيرة لدى خبراء صياغة المناهج و البرامج الدراسية وهو الشيء الذي يساعد المعلمين في تصميم وحدات الدروس و تخطيطها من خلال الإعتماد على

¹ عطا الله أحمد و آخرون ، **مرجع سبق ذكره** ، ص 68 و 69 و 71.

² Hazel kathleen manners and Margaret carroll , **A framework for physical education in the early years** , falmer press taylor and francis group , london and new york , 1995, p 6

³ Philippe perrenoud , **L'approche par compétences: une réponse a l'échec scolaire** , association québécoise de pédagogie collégiale Montréal, septembre 2000, p 11 .

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

الكفاءات كبنية فعالة لصياغة الأهداف في ظل الإمكانيات المتوفرة و مقاربتها لمستوى المتعلمين وهذا لكي يكون البرنامج الدراسي أكثر فعالية و بالتالي تحقيق أهدافه .¹

ويجب على معلمي التربية البدنية و الرياضية في ظل التدريس بالكفاءات تحديد محكات الأداء قبل الشروع في تطبيق البرنامج الدراسي المقرر بطريقة يستطيع من خلالها أن يتحقق من و جود الأداء و غيابه و درجة إتقان الأداء و ذلك بإستخدام أدوات ملائمة للقياس و بالتالي فإن المحك مثله مثل المعيار يستخدم للحكم على أداء المتعلم² ، وهذا لكي يتمكن المعلم من تقويم تعلم متعلميه و الكشف على الجوانب التي تتطلب المراجعة و التحسين و المعايير التي يبقي عليها إذا حصل المتعلمون على المستويات المطلوبة في الأهداف المسطرة فمحك فاعلية البرنامج هو المستوى الإجمالي لتعلم لهدف عام فهذا المحك يكشف لنا مايلي :

- إذا ما كانت نسبة التقدم التعلم سريعة أو بطيئة .

- إذا كان المتعلم يجد سلسلة التعلم صعبة أو سهلة .

- إذا كان المحتوى مناسباً أو غير مناسباً عملياً أو ليس له فائدة .³

ولهذا وجب توفير العديد من المهارات و الخبرات للمعلمين من خلال المنهاج لتحقيق كل متطلبات العملية التعليمية في برنامج التربية البدنية و الرياضية الدراسي الفعال و المناسب يجب أن يتماشى مع الواقع بالشكل الذي يحث تغيرات في سلوكيات المتعلم من خلال الحصائل التي سيكتسبها في المجال النفس حركي و العاطفي الوجداني و المعرفي .⁴

خلاصة :

برنامج التربية البدنية و الرياضية الدراسي المقرر هو الوجه التنفيذي للمنهاج الذي يساعد المعلم في توجيه العملية التعليمية التعلمية بحيث يتكون المنهاج من الأهداف التي يسعى البرنامج من خلالها إلى إحداث تغيرات في سلوكيات المتعلمين من جميع الجوانب الحس حركي و العاطفي الوجداني

¹Anthony laker , **Developing personal . social and moral education through physical education : A guide for teachers** ,routledge taylor and francis group , london and new york, 2001 , p 3 ,4 , 25 .

²حمد بن يحيى زكريا ، **نفس المرجع السابق** ، ص 87 .

³ عفاف عبد الكريم ، **تطوير عناصر تصميم المنهج في التربية البدنية** ، بدون طبعة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2008 ، ص 188 .

⁴Abdurrahman aktop and Nilufer Karahan ,**the same reference** , p 1911

المناهج التعليمية وبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر

و المعرفي و يكون الوصول إليها على حسب فترات التعلم التي تختلف من مرحلة دراسية إلى أخرى و التي تراعي الخصائص العمرية و كذا المحتوى و الأنشطة الشيء الذي يسمح للمعلم من تقويم المتعلمين إنطلاقا من الكفاءات الموضوعة في البرنامج من خلال المستويات و المعايير الموضوعة لذلك الأمر الذي يتطلب تخطيط جيد للبرنامج الدراسي المقرر للسنة الدراسية من خلال تحديد المرافق و الوسائل البيداغوجيا المتوفرة و كذا عدد المتعلمين و الوقت المخصصة لحصة التربية البدنية و الرياضية لكي يتمكن المتعلم من تخطيط التوزيع السنوي و الدوري و الوحدة التعليمية و يمكنه من إختيار الطرق و أساليب التدريس اللازمة الشيء الذي يسهل عليه عملية التعليم و التعلم ، فالتدريس المتبع حاليا في الجزائر و الذي يعرف بالتدريس بالكفاءات و الذي يجعل المتعلم هو محور العملية التعليمية الشيء الذي يتطلب عملية تقويم كالتقويم التشخيصي الذي يحدد قدرات و خبرات المتعلمين و يمكن المعلم من صياغة الأهداف الإجرائية في ظل معايير النقص و التقويم التكويني لمراقبة تطور المتعلمين و التقويم التحصيلي لمعرفة مدى الوصول إلى الكفاءة المرحلية و القاعدية و الختامية للسنة الدراسية ، فتوفير المرافق و الوسائل و المنهاج المناسب و البرنامج الجيد و المعلم صاحب الكفاءة العالية في التنفيذ و تخطيط البرنامج الدراسي سيسهل عملية التعليم و التعلم و بالتالي تحقيق الأهداف المطلوبة .

الفصل الثاني

إختبار شهادة التعليم المتوسط

في التربية البدنية والرياضية

تمهيد :

تعد الإختبارات أحد أدوات التقويم التي يمكن من خلالها إطلاق الحكم على سير العملية التعليمية التعلمية من خلال النتائج التي يحققها المتعلمون و كذلك يمكن منح الشهادات للمتعلمين كالحصول على شهادة التعليم المتوسط و لهذا كان من الضروري على المعلمين و المشرفين على الإختبارات فهم الطرق و السبل التي تؤدي إلى إعداد و بناء الإختبارات بالصورة التي تحقق الأهداف من أجل إتخاذ القرارات الصحيحة فيما يخص التقويم الشامل للبرامج و المناهج في ظل العملية التعليمية التعلمية . وفي هذا الفصل سنتناول مفهوم الإمتحان و أهميته و شروطه و أنواعه و كيفية تنظيمه و مفهوم الإختبار و أهميته و أغراضه وخصائصه و أنماطه وكذا للأسس العلمية للإختبار من صدق و ثبات و موضوعية بعد هذا سنتطرق إلى النشاطات المستهدفة في إختبار التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط من الجري السريع و الوثب الطويل و دفع الجلة و أخيرا الوضعية الإدماجية .

I - المبحث الأول : الإختبارات في المجال التربوي

1- الإمتحان :

- أ- لغة : كلمة إمتحان من " محن " إي إختبر و جرب الشيء أو نظر فيه وبره أو فحصه .
- ب- إصطلاحا : تقنية مستخدمة لتقييم قدرة أو أداء قائم على موضوع معين .¹
- ج- مفهوم الإمتحان في المجال التربوي: يرى (أبو لبدة سنة 2000) بأن الإمتحان هو وسيلة للكشف على الأشياء و الدلالة و جمع المعلومات للتعرف على المتعلم .²
- فالإمتحان هي عملية تأتي لقياس تقدم المتعلمين في جانب من الجوانب المصاحبة لعملية التعليم و التعلم فلا يمكن فصله عنها فهو جزء لا يتجزأ عنها ويقوم به شخص واحد أو مجموعة من الأشخاص³ ، و الإمتحان هو مجموعة من الإختبارات في مواد مختلفة كالرياضيات و الفيزياء و التربية البدنية و الرياضية ...، بشكل مطابق للبرامج الرسمية المقررة تنظمه الوزارة الوصية و يكمل بالنجاح أو الرسوب مثل إمتحان شهادة التعليم المتوسط أو البكالوريا .⁴

¹ أحمد عبد الله بديه ، الإمتحانات المدرسية المشكلة و الحل ، مركز البحوث و التطوير التربوي ، وزارة التربية و التعليم ، الجمهورية اليمنية ، سنة 2009 ، ص 4 .

² محمود داود الربيعي ، مرجع سبق ذكره ، ص 175 .

³ نوال إبراهيم شلتوت ، مرجع سبق ذكره ، ص 107 .

⁴ المعهد التربوي لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، التسيير التربوي و الإداري ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2004 ، ص 34 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

د- أهمية الإمتحانات :

- وسيلة للحكم على فاعلية العملية التعليمية و التربوية .
- تساعد على التشخيص و حل المشكلات التعليمية و إيجاد الحلول المناسبة لها كما تسمح بمراجعة الأهداف و البرامج .
- تساعد في قياس مدى تمكن المعلم في إستخدام القرارات البيداغوجية المناسبة .
- كما تساعد المتعلم في تحديد مستواه¹ .

هـ- شروط الإمتحان الرسمي :

- يأتي الإمتحان بعد المرور بمرحلة تعليمية كالبرامج .
- تأخذ الإمتحانات جزءا من البرنامج الدراسي السنوي .
- يعمل جميع المتعلمين تحت نفس الظروف² .

و- أنواع الإمتحانات :

- **الإمتحان التكويني** : يستخدم أثناء العملية التعليمية و يستخدم لتزويد المعلم بالتغذية الراجعة لتحسين أدائه و أداء متعلميه .

- **الإمتحان التشخيصي** : يستخدم لتشخيص الصعوبات و تحديد نواحي القوة و الضعف .

- **الإمتحان الختامي** : يستخدم في تحديد تحقيق المتعلمين للمخرجات الرئيسية لتعلم المقرر³ .

ز- تنظيم مواضيع شهادة التعليم الإبتدائي و المتوسط و البكالوريا : يشرف الديوان الوطني

للإمتحانات و المسابقات على كل من إمتحان شهادة التعليم الإبتدائي و المتوسطو البكالوريا ، فالديوان هو مؤسسة عمومية تتمتع بالشخصية المعنوية و الإستقلال المالي ، موضوع تحت وصاية وزارة التربية الوطنية تم إنشاؤه سنة 1989 حيث يتم تنظيم مواضيع الإمتحانات المدرسية كما يلي :

- يتم إنجاز المواضيع من طرف لجان مختصة .
- تتكون هذه اللجان من مفتشين و أساتذة حسب كل طور .
- تتكون اللجنة الواحدة من أربعة إلى ستة أعضاء يرأسها مفتش .
- يشارك في إنجاز المواضيع حوالي 2000 أستاذ و مفتش سنويا .
- تحضر المواضيع في سنتين كاملتين حيث في السنة الأولى تقترح المواضيع و السنة الثانية تدرس فيها المواضيع .
- ينجز الموضوع وفق دليل بناء الإختبارات .

¹ محمود داود الربيعي ، مرجع سبق ذكره ، ص 185 ، ص 187 .

² مصطفى السايح محمد ، مرجع سبق ذكره ، ص 51 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- تقوم المواضيع وفق بطاقة تقويم موضوعة لذلك .

ح- مميزات مواضيع إمتحانات شهادة التعليم الإبتدائي و المتوسط و البكالوريا :

- تتماشى مع المناهج و البرامج الدراسية المقررة وواضحة تماما .
- في متناول المترشح المتوسط .
- خالية من جميع الأخطاء .
- تتماشى و الوقت المخصص لها .
- تقوم الأهداف المسطرة في المنهاج .
- تغطي أكبر قدر من هذه المناهج ¹.

2-الإختبار في المجال التربوي :

أ- مفهوم الإختبار: الإختبار أداة مطلوبة للمتعلم المقوم بحيث يعطى للمتعلم درجة إستحقاق تكون ممثلة لجودة و كيفية أدائه في موضوع معين يتم تحديده بشكل دقيق و موضوعي ² ، فالإختبارات تعتبر أحد الأدوات الرئيسية التي تستخدم لجمع المعلومات و لأغراض القياس و التقويم لإتخاذ قرارات تربوية معينة ³ ، و الإختبار يفيد في مجموعة من الطلبات تتطلب إجابات معينة التي يتم تحويلها إلى نتائج للمتعلمين الذين تم إختبارهم ⁴.

ويرى هيلر (Heller) " الإختبار هو قياس مقنن و طريقة للإمتحان "

ويرى تايلر (Tyler) " الإختبار موقف تم تصميمه لإظهار عينة من سلوك الفرد "

ويرى كرونباك (Cronbach) " طريقة منظمة لمقارنة سلوك شخصين أو أكثر "

و ترى أنستازي (Anastasi) " الإختبار هو مقياس موضوعي مقنن لعينة من السلوك "⁵

ومنه فالإختبار هو ذلك المحك الذي يسمح بتحديد حقائق معينة حول موضوع معين بإعتبار الإختبار أداة للقياس من أجل الوصول إلى نتائج تسمح لنا بتقويم العملية التعليمية التعليمية .⁶

¹ الديوان الوطني للإمتحانات و المسابقات ، أبواب مفتوحة على الإمتحانات المدرسية ، وزارة التربية الوطنية ، بدون سنة ، ص 1 و 5 و 6 .

² محمد إبراهيم شحاته و محمد جابر بريقع ، دليل القياسات الجسمية و إختبارات الأداء الحركي ، الطبعة الأولى ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 1995 ، ص 9 .

³ أحمد يعقوب النور ، القياس و التقويم في التربية و علم النفس ، بدون طبعة ، الجنادرية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2007 ، ص 25 .

⁴ زينب علي عمر و غادة جلال عبد الحكيم ، مرجع سبق ذكره ، ص 231 .

⁵ محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي ، بدون طبعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2008 ، ص 21 .

⁶ عبد الحميد بن عبد المجيد بن عبد الحميد حكيم ، الإختبارات و القياس و التقويم ، مركز خدمة المجتمع و التعليم المستمر ، مكة ، المملكة العربية السعودية ، سنة 2005/2004 ، ص 9 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

ب- أهمية الإختبار :

- توفر الإختبارات كل المعلومات حول المتعلم للمعلم لتساعده في إتخاذ القرارات التربوية و عمل التقارير ، وكذا للمختصين و المشرفين للحكم على كفاية البرامج الدراسية¹.
- تساعد في إختيار أحسن الأساليب و الطرق و الوقوف الفعلي على مستوى المتعلمين و مدى تقدمهم و إكتشاف نقاط الضعف لديهم و توجيههم و إيجاد الطرق المناسبة للتغلب على الصعوبات .
- إمكانية الكشف عن المواهب الرياضية في إختبار التربية البدنية و الرياضية و بالتالي توجيه المتعلمين للنشاط المناسب .
- معرفة مستوى نمو المتعلمين و مقارنتها بالمستويات المطلوبة .
- زيادة الحافز لدى المتعلمين من خلال المقارنات و تحقيق نتائج جيدة .
- تقويم البرنامج و معالجة نقاط الضعف .
- تساعد المعلم في تكوين الأفواج التربوية².

ج- أغرض الإختبار: إن من أغراض الإختبارات في المجال التربوي توفير المعلومات عن سير العملية التعليمية التعليمية و مدى تحقيق الأهداف الموضوعية و بالتالي يمكن إتخاذ القرارات المناسبة و تقدم لنا التغذية الراجعة³ ، وكذا التشخيص و الذي من خلاله يمكن معرفة جوانب القوة و الضعف لدى المتعلمين و كذا البرامج و المناهج و قياس مستوى التحصيل أي قياس مدى تحقق الأهداف التعليمية لدى المتعلم في المادة الدراسية⁴ ، و كذلك تساعد الإختبارات في دفع المتعلمين نحو التعلم من أجل الحصول على أحسن النتائج في الجوانب البدنية و المهارية ، وكذلك في معرفة مستوى تحقق الأهداف و مقدار التحسن ، وكذا التوجيه و الإرشاد العملية التعليمية و إعادة إجراء تعديلات على البرنامج حيث يساهم في تقويم البرنامج من جميع الجوانب التي تسهم في إحداث تغييرات على سلوك المتعلمين ، و كذا في التصنيف على حسب الأداء و الخصائص البنوية من أجل الإستفادة القصوى من البرامج التعليمية ، وكذا يمكن التنبؤ بمستويات المتعلمين في ظل النتائج المتوفرة الشيء الذي يساهم في الإختيارات البيداغوجية المناسبة لعملية التعليم و التعلم ، و كذا الإنتقاء حيث يمكن

¹ عصام الدين متولي عبد الله ، مرجع سبق ذكره ، ص 297 .

² أحمد محمد خاطر و علي فهمي البيك ، القياس في المجال الرياضي ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، سنة 1996 ، ص 15 .

³ آيات جعفر الصرايرة ، دراسة تحليلية لأنماط أسئلة الإختبارات التحصيلية لدى معلمي التربية الإجتماعية والوطنية لصفوف الرابعة و الخامسة الأساسيين ، رسالة ماجستير ، قسم المناهج و التدريس ، جامعة مؤتة ، الأردن ، سنة 2011 ، ص 8 .

⁴ عبد الحميد بن عبد المجيد بن عبد الحميد حكيم ، نفس المرجع السابق ، ص 16 و 17 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

إنتقاء المتعلمين لممارسة أنشطة رياضية معينة بناء على نتائجهم و إستعداداتهم و كذا في إختيار البرامج و أساليب و طرق التدريس المناسبة لتحقيق الأهداف .¹

د- خصائص الإختبارات :

أولاً- خصائص الإختبارات التربوية :

- تهتم الإختبارات التربوية بالتعلم في مجال الموضوعات الدراسية المختلفة كما و كيفاً وهذا بعد تنفيذ البرنامج الدراسي المقرر أو جزء منه .
- تختص الإختبارات التربوية لقياس كمية المعلومات أو المهارات المكتسبة نتيجة مرور المتعلم بمرحلة التعلم .
- تهتم بالأهداف التربوية بمستوياتها و أبعادها و ما يترتب عنها يشكل مواد الإختبارات التربوية.
- تختص بقياس التحصيل في جميع الموضوعات المقررة و في جميع المراحل التعليمية .
- تشخص الصعوبات المرتبطة بالتعليم .
- تتأسس على تحليل المواد التي تم تعليمها في جميع المواضيع .
- يتم حساب الدرجات بطريقة موضوعية .²
- تصاغ مفردات الإختبار لقياس هدف أو غرض سلوكي .
- تكون الإختبارات واضحة و لا تتسم بالغموض تعبر عن ما سيفعله المتعلم و ما هو مطلوب منه بحيث تتماشى الإختبارات مع المستوى و المرحلة العمرية للمتعلم .³
- تكون خطوات تنفيذهم محددة ذات شرح سهل بحيث يكون له بروتوكول خاص يحدد خطوات التنفيذ و نقطة البداية و طريقة الأداء و نقطة النهاية .⁴

ثانياً- خصائص الإختبارات في التربية البدنية و الرياضية :

- يجب أن تقنن الإختبارات في التربية البدنية و الرياضية على حسب المرحلة الدراسية و العمرية و الجنس .
- تشمل الإختبارات في التربية البدنية و الرياضية جوانب الأهداف الثلاث الحس حركي

¹ أحمد علي خليفة ، التقويم و الإختبارات ، بدون طبعة ، قسم التربية البدنية و الرياضية ، جامعة أم القرى ، السعودية

، بدون سنة ، ص 17 و 18 و 19

² كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد نصر الدين رضوان ، مرجع سيق نكره ، ص 48 و 50 .

³ رحيم يونس كروز ، مرجع سيق نكره ، ص 268 و 269 .

⁴ أحمد محمد خاطر و علي فهمي البيك ، نفس المرجع السابق ، ص 20 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

و العاطفي الوجداني و المعرفي .

- تتصف الإختبارات في التربية البدنية و الرياضية بالشمول و التكامل و التوازن من منطلق الإستمرارية التي يجب أن تتوفر طوال مراحل العملية التعليمية التعلمية .¹
- تحدد الكفاءات البدنية للمتعلمين و تطورها و نموها عندهم .
- الإلمام بخصائص النمو البدني و الوظيفي للجسم و حالة الأجهزة الوظيفية .²
- هـ- **أنماط الإختبارات التربوية** : هناك إختبارات يمكن تطبيقها على عدد كبير من المتعلمين في وقت واحد و أخرى تطبق على متعلم واحد فقط هذه الإختلافات ساهمت في تصنيف الإختبارات التربوية ، و في ما يلي سنحدد مفهوم الإختبارات الفردية و الجمعية :
- **الإختبارات الفردية Individual Tests** : هي إختبارات يمكن تطبيقها على متعلم واحد في مرة واحدة حيث أن موقف الإختبار يكون موقفا فرديا بحيث يختلف من متعلم إلى آخر ، و يتميز هذا النمط من الإختبارات بأنها تتيح الفرصة للمعلم لكي يكتب تقريرا مفصلا يتضمن جميع ملاحظته حول كل متعلم يطبق عليه الإختبار .

- **الإختبارات الجمعية Group Tests** : هي الإختبارات التي يمكن تطبيقها على أكثر من متعلم في وقت واحد حيث يكون موقف القياس موقفا جماعيا موحدا بالنسبة لكل المتعلمين مجتمعين و يتوقف عدد المتعلمين على حسب الهدف و الإمكانيات المتاحة التي تسمح بذلك .
- **الفرق بين الإختبارات الفردية و الإختبارات الجمعية** : يكمن الفرق بين النمطين في كون الإختبارات الجمعية تكون أبسط و أسهل من الإختبارات الفردية ، حيث تعطى التعليمات في الإختبارات الجمعية عند بدأ الإختبار مرة واحدة ، في حين يتكرر إعطاء التعليمات في الإختبارات الفردية و تستغرق الإختبارات الفردية عادتا وقت أطول من الإختبارات الجمعية³

3- تصنيف الإختبارات في التربية البدنية و الرياضية :

- أ- **تصنيف وفقا لطبيعة الأداء (الإنجاز)** : يستخدم الأداء على التعبير عن كل المظاهر التي يمكن رؤيتها و ملاحظتها في المجال المعرفي و العاطفي الإجتماعي و الحسي حركي بشكل يكون قابل للقياس و الملاحظة في أحد هذه المجالات و الذي يعبر عن إستجابة ما حيث يمكن تقسيم الأداء إلى قسمين :

¹ محروس محمد محروس ، مرجع سبق ذكره ، ص 50 و 51 .

² أحمد محمد خاطر و علي فهمي البيك ، نفس المرجع السابق ، ص 18 و 19 .

³ كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد نصر الدين رضوان ، مرجع سبق ذكره ، ص 51 و 52 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- **الأداء الأقصى** : تستخدم هذه الإختبارات لمعرفة إلى أي مدى يستطيع أن يقوم المتعلم بالأداء و يتضمن إختبارات القدرات و إختبارات الإستعدادات و إختبارات الكفاءة و إختبارات التحصيل¹.

ويتطلب هذا النمط الأدائي من المتعلم مايلي :

- تحقيق أقصى إنتاج سواء كان درجة أو كمية أو رقم ممكن خلال زمن محدد لذلك .
- الوصول إلى أعلى مستوى يقرره الإختبار خلال زمن محدد .
- الوصول إلى النهاية العظمى للدرجة التي يحددها الإختبار².

- **الأداء المميز** : وهذه الإختبارات تقيس ما يمكن أن يفعله المتعلم في موقف معين أو نوع معين من المواقف و يتضمن الإختبارات الموقفية و الإختبارات المهارية و إختبارات الميول و الدوافع و الإتجاهات و سمات الشخصية³.

و يتطلب هذا النمط الأدائي من المتعلم مايلي :

- الإستجابة لما يعتقد المتعلم أنه أفضل حل أو رأي أو الحل الذي يود القيام به .
 - الإستجابة لما يقوم به المتعلم بالفعل و ليس ما يستطيع القيام به⁴.
- ب-التصنيف على أساس السمات المقيسة** : ويبنى هذا النوع على حسب الصفة المراد إختبار الإنتقاء حيث يمكن ها من أجل القياس كالمقاييس التكوينية من قياسات أنثروبومترية و مقاييس النمو و الحالة البدنية و البناء الجسمي و التي تعبر عن قياسات ، و تقسم السمات الإختبارية في التربية البدنية و الرياضية إلى :
- **إختبارات السمات المعرفية أو التفسيرية** : و يهدف هذا النوع من الإختبارات إلى معرفة معلومات المتعلمين حول الأنشطة الرياضية كالقوانين و الخطط و النواحي الفنية .
 - **إختبارات السمات الدافعية** : و يتضمن هذا النوع إختبارات مقننة أو مقاييس تقديرية لقياس جوانب كالدوافع و الميولات و الإتجاهات و الإنفعالات و القيم .
 - **إختبارات السمات الشخصية** : هذه الإختبارات تتميز بمعرفة السمات الشخصية للمتعلمين في العديد من النواحي مثل الثبات الإنفعالي الثقة بالنفس و الشجاعة ...
 - **إختبارات السمات العصبية الحركية** : و تقيس هذه الإختبارات السمات الحركية التي تتطلب عمل الجهاز العصبي العضلي مثل القوة العضلية ، القدرة العضلية ، الرشاقة ، السرعة ...

¹ محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، **نفس المرجع السابق** ، ص 48 .

² محمد نصر الدين رضوان ، **نفس المرجع السابق** ، ص 65 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- إختبارات السمات العضوية : وتشير هذه الإختبارات إلى الوظائف العضوية مثل القلب الرئتين ،الإستهلاك الأقصى للأكسجين ...¹

ج- التصنيف و فقا لأنماط الفقرات التي يتضمنها الإختبار : و يصنف هذا النوع من الإختبارات حسب طبيعة الفقرات التي يتضمنها :

أولا : الإختبارات الشفهية : هي عبارة عن طرح المعلم لسؤال أو مجموعة أسئلة على المتعلمين بطريقة لفظية لمعرفة ما يمتلكه كل متعلم من معلومات و مهارات و مفاهيم من خلال إجابته و تساعد هذه الإختبارات على جعل العملية التعليمية عملية مستمرة و مباشرة حيث تمكن المعلم من معرفة مواطن القوة و الضعف لدى متعلميه بسرعة و كذا تحديد الفروق بينهم².

و تحدد خصائص الإختبارات الشفهية في ما يلي :

- تفتقد في كثير من الأحيان إلى التخطيط المتكامل فقد تحدد طبيعة الإستجابات عن أول سؤال يوجه للمتعلم ثم يقوم المعلم بتوجيه الأسئلة على حسب كل متعلم بشكل عفوي .
- قد تتأثر نتائجها بالتحيز .
- تفتقد في بعض الأحيان الشمول فقد تتناول موضوعات و معارف معينة .
- قد يتأثر المتعلم و يرتبك من خلال عدم قدرته على التعبير اللفظي أمام زملائه أو المعلم نتيجة للتوتر و القلق .
- قد تتأثر أيضا بقدرة المتعلم على الإستماع .
- تأخذ وقت طويل في تنفيذها فهي تجرى عادة بنمط فردي .
- تفتقد إلى توثيق الإجابات³ .

ثانيا : الإختبارات المقالية : تستخدم هذه الإختبارات حينما يريد المعلم أن يعطي فرصة للمتعلم ليعبر عن نفسه و ينظم و يعرض حقائق و مصطلحات و أفكار و تبدأ عادة هذه الإختبارات بكلمة إشرح أو أذكر أو وضح أو علل⁴ فهذا النوع من الإختبارات يساهم في التغلب على جميع المشكلات الإختبارات الشفهية و تمتاز بأنها يمكن تطبيقها على عدد كبير من المتعلمين في وقت واحد⁵، و تحدد خصائص الإختبارات المقالية في ما يلي :

¹ محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع السابق ، ص 44 و 45 و 46 و 47 .
² المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، بناء الإختبارات، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2005 ، ص 18
³ محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع السابق ، ص 72 .
⁴ مصطفى السايح محمد ، مرجع سبق ذكره ، ص 52 .
⁵ كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد نصر الدين رضوان ، مرجع سبق ذكره ، ص 55 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- يمكن أن تقيس و تحفز مستويات عالية من التفكير و التحليل و الإستنتاج و التطبيق و التركيب و التقويم .
- تمرن المتعلم على التعبير اللغوي و تساعدهم على التعبير على أفكارهم .
- تسمح للمتعلم بتنسيق و تنظيم إجاباتهم .
- تضمن أسئلة موحدة بين جميع المتعلمين .
- يمكن أن تطبق على عدد كبير من المتعلمين في وقت واحد .
- تصحيحها تنقصه الموضوعية في بعض الأحيان إذ يتأثر بالحالة النفسية و الجسمية ووقت التصحيح للمعلم أو إسم المتعلم أو خطه أو تعبيره أو جنسه .
- يحتاج المعلم وقت طويل لتصحيح الأوراق الإجابة .
- في بعض الأحيان تخضع إجابة المتعلم لعامل الصدفة¹ .

ثالثا : الإختبارات الموضوعية : تسمى الإختبارات الموضوعية لكون تصحيحها لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمعلم حيث تمتاز هذه الإختبارات بقصر أسئلتها و تنوعها الشيء الذي يؤدي إلى إستمتاع المتعلم و إزالة الخوف منه كما تمتاز بسهولة تصحيحها و نتائجها الدقيقة التي تظهر الفروق الفردية بين المتعلمين و تتسم بالشمولية و تغطي جميع جوانب المقرر الدراسي و لكن لا يمكنها أن تقيس قوة الإستدلال و البرهان لدى المتعلم² و يمكن تحديد خصائص الإختبارات الموضوعية في ما يلي :

- لا مجال لتدخل فيها المتعلم في الإجابة لميولاته الشخصية أو ذاته .
- تجنب عدم موضوعية المعلم أثناء التصحيح .
- تستخدم طريقة الإجابة بالصواب و الخطأ أو الإختيار من متعدد أو تحديد العلاقة أو التكميل و كل هذه الطرق تخلو من التصحيح الذاتي للمصحح .³

د-التصنيف وفقا لنوع النشاط الرياضي : هذا التصنيف وفقا على أساس نوع الأنشطة الرياضية المستخدمة حيث أن لكل نشاط رياضي صفاته و قدراته البدنية و مهاراته و خصائصه النفسية حيث يقسم النشاط الرياضي إلى نشاطات فردية كالوثب الطويل و دفع الجلة سباقات السرعة ... و نشاطات جماعية ككرة السلة و كرة اليد و كرة الطائرة...⁴

ويرى الباحث أن محددات الإختبارات حسب نوع النشاط الرياضي كما يلي :

¹ رحيب يونس كروز ، مرجع سبق ذكره ، ص 277 و 278 .

² المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، بناء الإختبارات، نفس المرجع السابق ، ص 20 و 21 .

³ محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع السابق ، ص 74 .

⁴ محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع السابق ، ص 49 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- أخذ بعين الإعتبار المرحلة السنية للمتعلم و مختلف جوانب النمو .
 - التسلسل الصحيح لوحدات الإختبار .
 - إختيار الأنشطة الرياضية المناسبة حسب إستعدادات المتعلمين و موقعها في البرنامج الدراسي المقرر .
 - إختيار الإختبارات بناء على الإمكانيات و المرافق الرياضية المتوفرة في المدرسة .
 - أن يتضمن الإختبار العديد من الأنشطة حتى تتيح الفرصة لجميع المتعلمين بإختلاف قدراتهم
- هـ- التصنيف و فق أسس بناء الإختبار :** تصنف الإختبارات وفقا لأسس بناء تركيب الإختبار إلى نمطين رئيسيين هما : الإختبارات المقننة و الإختبارات التي يعدها المعلم .
- أولا : الإختبارات المقننة :** الإختبار المقنن هو إختبار له تعليمات محددة وواضحة لتطبيقه و تسجيله و يتكون من عدد محدد من الوحدات أو البنود و سبق تطبيقه على مجموعة معينة ممثلة للمجتمع الأصلي حتى يتمكن من تطبيقه و له معايير واضحة في محتواها يمكن من خلالها وضع الدرجات .
- و يمكن تحديد مميزات الإختبارات المقننة في ما يلي :
- يمكن إستخدامها كوسيلة للمقارنة فهي تفيد في التعرف على المستويات و الفروق الفردية .
 - الإختبارات المقننة لها درجة عالية من الموضوعية .
 - يمكن أن تكون هناك بعض العيوب للإختبارات المقننة إذا كان معامل ثباتها منخفض و كذا معامل صدقها ¹.

ثانيا : الإختبارات التي يعدها المعلم : و هي نوع من الإختبارات يقوم المعلم بإعدادها كوسائل تقديرية غير مقننة و غير رسمية لم تخضع لشروط التقنين الخاصة بالإختبارات ، ويعرف هذا النوع من الاختبارات باختبارات القسم لأن المعلم هو الذي يقوم بإعدادها لقياس تحصيل متعلميه على حسب السنة الدراسية و مستواهم .

و يمكن تحديد مميزات الإختبارات التي يعدها المعلم في ما يلي :

- لا تستغرق وقتا طويلا لأنها تطبق على جميع متعلمي القسم في وقت واحد .
 - تستخدم لتقويم تحصيل المتعلمين لكل قسم .
 - تبنى من قبل المعلم على أساس خصائص متعلميه الذين هم تحت إشرافه ².
- و-التصنيف وفقا طرق تفسير نتائج الإختبار :** يصنف هذا النوع من الإختبارات على أساس طرق التي سيفسر بها النتائج سواء كان لهذه الإختبارات معيار مرجعي أو محك مرجعي :
- أولا : إختبارات لها معيار مرجعي :** يكون للمعلم مرجع يمكن من خلاله مقارنة أداء المتعلمين

¹ أحمد محمد خاطر و علي فهمي البيك ، نفس المرجع السابق ، ص 37 .

² محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع السابق ، ص 78 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

و ترتيبه حيث لها نوعين، إما معيار مطلق يرتقي إليه جميع المتعلمين أو نسبي يقوم على المقارنة بين أدائهم فالمعايير في التقويم هي معدلات لها عدد من العلامات الرقمية ويعرفه مادي لحسن سنة 1990 " المعيار هو تقويم يرجع إليه المعلم أثناء حكمه على إنتاج المعلمين إلى إنتاجات المتعلمين الآخرين " بحيث يعتمد عليها المعلم لوضع علامة للمتعلمين كما هو الحال في إختبار شهادة التعليم المتوسط حيث يتطلب مثل هذا النوع إلى أخذ السن و السنة و الجنس بعين الإعتبار¹ فالإختبارات مرجعية المعيار لا تكون مناسبة لقياس الأهداف الوجدانية و النفسية و المعرفية ولهذا فإنه يجب وصف واضح للمستويات في المجال الوجداني من إتجاهات و قيم شخصية و بالتالي فإن المقارنة بين المتعلمين لا تكون مناسبة للفعل التعليمي فالإختبارات مرجعية المعيار تميل إلى تشجيع التنافس و المقارنة بين الدرجات .²

و يمكن تحديد مميزات الإختبارات التي لها معيار مرجعي في ما يلي :

- تكشف الفروق الفردية بين المتعلمين .
- تستخدم لقياس التحصيل كما تفيد في التنبؤ و التصنيف و الإنتقاء و الترتيب .
- إمداده محدود من التغذية الراجعة للمتعلمين لأنها عادة نتائجها تعبر عن نواتج العملية التعليمية و تأتي في مرحلة ختامية .

ثانيا : إختبارات لها محك معياري : يستخدم المحك في وصف سلوك المتعلمين في الإختبار دون الرجوع إلى أداء غيره و تستخدم للحكم على مدى تمكن المتعلم من الأغراض التعليمية الخاصة المرتبطة بالأداء فالمحك عبارة عن معيار قياسي يمكن من إستخدام الدرجات لمقارنتها بدرجات المحك مثلا : متعلم يتحصل على 10:10 ثانيا في جري مسافة 60 متر فالرجوع في مثل هذه الحالة إلى المحك لمعرفة إذا كانت هذه النتيجة جيدة أو لا . أو مثلا أن يتمكن المتعلم من تسجيل 3 محاولات من 5 نقول أنه في المستوى الجيد حيث تعبر المحكات عن المستويات .³

4-الأسس العلمية للإختبار الجيد : لكي يكون الإختبار ذا أسس علمية يجب أن يتصف بالخصائص التي تشمل الصدق و الثبات والموضوعية.⁴

أ- الصدق : وهو أن يقيس الإختبار ما أعد لأجله ، فإذا كان هدف الإختبار أن يقيس صفة السرعة

¹³ محمد بن يحيى زكريا ، مرجع سبق ذكره ، ص 85 ، ص 86 .

² انيتا ولفولك ترجمة صلاح الدين محمود علام ، علم النفس التربوي ، الطبعة الأولى ، دار الفكر ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 ، ص 1112 .

⁴ أحمد يعقوب النور ، نفس المرجع السابق ، ص 171 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

فيجب أن يقيسها فعلا و لا يقيس صفة أخرى، ويمكن تحديد جوانب الصدق إلى:

- **صدق المحتوى** : ويمثل السلوك المراد قياسه بدقة ويسمى الصدق المنطقي أو صدق المضمون بحيث يرتبط المحتوى إرتباطا مباشرا بالمادة الدراسية المقدمة للمتعلم مثل : برنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط حيث يعبر صدق محتوى الإختبار عن شموله لمواضيع المادة المقررة .
- **الصدق التنبؤي**: إذا تمكن الإختبار أن يتنبأ بسلوك المتعلم مستقبلا في السلوك فيسمى الإختبار صدقا صدقا تنبؤيا ، فمثلا إذا تمكن المتعلم من الحصول على نتيجة جيدة في نشاط الوثب الطويل خلال السنة فإنه يمكنه أن يحقق نتيجة جيدة في إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية .
- **الصدق الظاهري** : إذا كان الإختبار صدقا في شكله العام و مناسباً و يشير إلى السلوك الذي يقيسه فإننا نحكم عليه بمظهره و نقول أنه صدق ظاهريا .¹
- وعليه لكي يكون الإختبار صدقا يجب أن يتوفر فيه ما يلي :
- أن يكون الإختبار وثيقا بما يقيسه و لا يقبل التأويل .
- أن لا يقيس ما لم يوضع من أجل قياسه و يميز بين القدرة التي يقيسها و القدرات الأخرى المرتبط بها .
- أن يكون الإختبار قادرا على التمييز بين طرفي القدرة التي يقيسها بمعنى يحدد الأداء الضعيف و المتوسط و الجيد .
- أن يظهر الإختبار بوضوح الفروق الفردية بين المتعلمين .²
- **ب-الثبات** : ويعني الثبات أن الإختبار موثوق به و يعتمد عليه و مستقر في نتائجه و إتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس المتعلم في مرات الإجراء المختلفة ، حيث أن وضعه بالنسبة للمجموعة لا يتغير جوهريا بمعنى إذا كرر نفس الإختبار على نفس المتعلم لأعطى نفس النتائج .³
- **العوامل المؤثرة في الثبات** :

¹ عبد الرحمن عبد السلام جامل ، الكفايات التعليمية في القياس و التقويم ، الطبعة الأولى ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2014، ص 263 و 264 و 265 .

² محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع السابق ، ص 179 .

³ مصطفى حسين باهي و آخرون ، مقدمة في الإختبارات و المقاييس في المجال الرياضي ، بدون طبعة ، مكتبة الأنجلو مصرية ، سنة 2013 ، ص 81 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- **طول الإختبار** : كلما زاد عدد بنود الإختبار زاد تمثيلها للمجالات التي تقيسها فالبنود تعبر عن الموضوعات التي يقيسها الإختبار و كذلك يزداد ثبات الإختبار كلما زاد عدد بنوده .
 - **زمن الإختبار** : يرتفع معامل الثبات بالوقت المعطى لإجراء الإختبار بحيث يجب أن يكون مناسباً مع متطلبات الموضوع المعطى .
 - **تجانس المجموعة** : كلما تباين أو اختلف الأفراد ارتفع معامل الثبات ، حيث يجب أن تمثل المجموعة جميع المتعلمين .
 - **صعوبة الإختبار** : يجب أن تكون درجة الصعوبة و السهولة مناسبة للوثوق بنتائج الإختبار من أجل إتخاذ القرارات بشأن المتعلمين ¹.
- ج-الموضوعية** :وتعني الموضوعية عدم تأثر نتائج القياس بالعوامل الذاتية للمعلم وتقدير القياس بوحدات معروفة لها سمة كالطول بالسنتيمتر أو السرعة بالثواني ... ²
- وتمتاز الموضوعية في الإختبارات بإزالة الخوف و القلق لدى المتعلم وهذا ما يشجعه على الأداء بهدوء و طمئنان و كذلك تسهل عملية التصحيح وتعطي الشمولية من حيث تغطية كامل البرنامج الدراسي أو على الأقل أساسياته ³.
- 5-تنظيم و إدارة الإختبارات المدرسية في التربية البدنية و الرياضية** : تتم عملية تنظيم الإختبارات المدرسية بإعداد رزنامة لتحديد تواريخها و مواقيت إجرائها ويقوم المعلم بتحضير الإختبار في مادته و ضبطه ضبطاً سليماً و يقوم المدير و الفريق التربوي بإشعار المتعلمين بالتواريخ و المواقيت المحددة ⁴ فالنخيط الجيد يساعد المعلم على تجنب المشاكل التي سيواجهها أثناء تطبيق الإختبارات فعليه الإلمام بكافة النواحي التقنية المتعلقة بتنفيذ الإختبارات التي تضمن له درجة كبيرة من الدقة و الثبات في النتائج وكذا ضمان الوقت المخصص لذلك ⁵ الشيء الذي يتطلب من معلم التربية البدنية و الرياضية إتخاذ مجموعة من الإجراءات تتم قبل و أثناء و بعد تنفيذ الإختبارات و يمكن تحديدها على النحو التالي :

¹ عبد الرحمن عبد السلام جامل ، نفس المرجع السابق ، ص 271 .

² نوال إبراهيم شلتوت و محسن محمد حمص ، مرجع سبق ذكره ، ص 180 .

³ المركز الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، بناء الإختبارات ، نفس المرجع السابق ، ص 21 .

⁴ معهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، التسير التربوي و الإداري ، نفس المرجع السابق ، ص 36 .

⁵ أحمد محمد خاطر و علي فخي البيك ، نفس المرجع السابق ، ص 38 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

أ- إجراءات تتخذ قبل تنفيذ الإختبار :

- الإعداد لتنفيذ الإختبار من تجهيز إستمارات لتسجيل نتائج المتعلمين و توفير الأدوات اللازمة لتطبيق الإختبارات كالكرات ، الميقاتي ، الأقماع ...
- إختيار الموقع المناسب لتطبيق الإختبارات بشكل يتناسب مع النشاطات المقررة أو المبرمجة في الإختبار و تنظيم وقت سير الإختبار .¹

ب-مرحلة تطبيق الإختبار :

- يتم إستقبال المتعلمين المعنيين بإختبار التربية البدنية و الرياضية و توجيههم إلى مكان تغيير الملابس .
- يتم تجميع المتعلمين و القيام بالإجراءات الإدارية كالحضور و الغياب و تزويدهم بالتعليمات حول سير الإختبار ثم يقوم المتعلمون بأداء الإحماءات وفقا للشروط المحددة لذلك .
- بعد ذلك يتم تطبيق الإختبارات وفقا لشروط و المواصفات المحددة .
- يقوم المعلم بتسجيل نتائج المتعلمين على إستمارات المعدة سابقا .²

ج- مرحلة ما بعد تطبيق الإختبار: في هذه المرحلة يقوم المعلم بالتعامل مع النتائج المتحصل عليها من تطبيق الإختبار من خلال مراجعتها و تصحيحها لإعطاء النقطة للمتعلمين³ بحيث يجب أن يكون التصحيح دقيقا لأنه يتم بناءا على هذه النتائج إنتقال المتعلم من سنة دراسية إلى أخرى .⁴

II- المبحث الثاني:إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية :

يبنى إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية إنطلاقا من المنهاج و خصوصية مادة التربية البدنية و الرياضية ويضم الإختبار جزئين جزء خاص بالموارد الذاتية و جزء خاص بوضعيات الإدماج : الجزء الأول : خاص بالموارد الذاتية : بحيث يضم هذا الجزء نشاطين الأول إجباري وهو إختبار الجري السريع 60 م و الثاني إختباري الوثب الطويل أو دفع الجلة .⁵

¹ محمد نصر الدين رضوان ،نفس المرجع السابق ، ص 313 .

² مصطفى حسين باهي ، نفس المرجع السابق ، ص 140 .

³ محمد صبحي حسنين ، القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة السادسة ، الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2004 ، ص 170 .

⁴ عبد الرحمن عبد السلام جامل ، نفس المرجع السابق ، ص 300 .

⁵ وزارة التربية الوطنية للجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة اختبارات مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، مرجع سبق ذكره ، ص 3 .

1- النشاط الإجباري الجري السريع 60 م :

1-1- مفهوم السرعة: تعرف السرعة بأنها معدل تغيير في حركة الجسم أو جزء منه في ضوء المسافة و الزمن ¹ ، أما من المنظور الفسيولوجي فالسرعة فهي تلك المكونات الوظيفية التي تمكن الفرد من الأداء الحركي في أقل زمن وترتبط السرعة بتأثير الجهاز العصبي و الألياف العضلية ² . ويتفق كل من فتحي المهمش سنة 2002 و مفتي إبراهيم 1998 : أن السرعة مرتبطة بدرجة كبيرة بالعوامل الوراثية الشيء الذي يحدث إختلاف واضح في ممارسة النشاط الرياضي الذي يتطلب السرعة كعدو المسافات القصيرة .

ويرى أحمد نصر الدين سنة 2003 : أن الذين يتميزون بالسرعة يولدون ولا يصنعون مما يحملونه من خصائص تكوينية وراثية إلا أن الممارسة الرياضية المتواصلة تلعب دورا كبيرا في تطوير أو صقل هذه الخاصية . ³

1-2- مفهوم الجري السريع 60 م في الإطار المدرسي : في الإطار المدرسي يبرمج نشاط الجري

السريع في مرحلة التعليم المتوسط و الثانوي بحيث تم تكييف المسافة و القوانين لكي تتماشى مع الوسط التربوي من أجل الوصول إلى الأهداف مما إنعكس على العمل الميداني لهذا النشاط من خلال تشكيل معايير خاصة بالوسط المدرسي لكل مستوى وسنة دراسية و جنس ، بحيث يمكن للمعلم من خلالها الوقوف على المستويات الحقيقية لمتعلميه إنطلاقا من المعايير الوطنية المتوفرة في منهاج المادة و إختبار شهادة التعليم المتوسط . ⁴

1-3- تأثر بعض العوامل على السرعة :

أ- تأثير الألياف العضلية على الجري السريع : ترتبط السرعة بدرجة كبيرة بعدد الألياف العضلية السريعة المشاركة في العمل ، حيث توجد علاقة طردية بين سرعة العدو و عدد الألياف العضلية

¹ إبراهيم أحمد سلامة ، المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية ، بدون طبعة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الفتح ، طرابلس ، ليبيا ، 2000/1999 ، ص 155 .

² أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، التدريب الرياضي المعاصر ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2012 ، ص 201 .

³ سعد فتح الله محمد العالم ، الجينات و إنتقاء الناشئين في ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر و دار الوفاء لندنيا للطباعة ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2015 ، ص 49 و 50 .

⁴Frédéric Aubert et Thierry Choffin , **Athlétisme 3 – les cours** , éditions revue EPS , 2007 , p 82et 83 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

السريعة ، وذلك لما تتميز به الألياف السريعة من سرعة الإنقباض و العدد الكبير من الألياف المتصلة بالعصبون و كذلك تتميز الألياف المرتبطة بعنصر السرعة إلى وجود الإنزيمات اللاهوائية بشكل كبير مقارنة بالألياف البطيئة و كذلك تلعب مرونة المفاصل و مطاطية العضلات دورا هاما في زيادة السرعة .¹

ب- **تأثير الطول على الجري السريع** : يشير أسامة رياض سنة 2003 إلى وجود تفوق الناشئين طوال القامة في ممارسة نشاط الجري السريع بحيث أن الطول الكلي للجسم من أهم مؤشرات إنتقاء الناشئين في ألعاب القوى و في مسابقات الجري السريع بصفة خاصة حيث يتيح للمتسابق ميزة كبيرة في طول الخطوة أثناء الجري .²

1-4- خصائص نشاط الجري السريع في الوسط المدرسي : في الوسط المدرسي يجب تحسين الجوانب الحركية للمتعلم من أجل تحسين النتائج في الجري السريع فوضعيات التعلم المقترحة في الوحدات التعليمية و التي تتماشى مع المحتويات و البرامج الدراسية يجب أن تركز على تقنيات الجري السريع من خلال :

- وضع طرق تدريجية وبسيطة لمتغيرات التحكم في الأداء التقني خاصة بكل متعلم .
- وضع معايير يمكن من خلالها تقييم أداء المتعلمين .
- أخذ بعين الإعتبار الإمكانيات الضرورية اللازم توفرها لتنظيم الحصة التعليمية .³

1-5- مراحل الجري السريع : إن الهدف من الجري السريع هو إجتياز المتعلم للمسافة بأقل زمن ممكن⁴ ولكي يتمكن المتعلم من إجتياز المسافة يمر عبر ثلاث مراحل هي :

- مرحلة البداية .
- مرحلة العدو .
- مرحلة الوصول .

بحيث ترتبط كل مرحلة من المراحل الثلاث ببعضها البعض إلا أن لكل منها خصائص تتسجم مع قدرات المتعلم و أسلوبه في العدو .⁵

¹أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، **نفس المرجع السابق** ، ص 201 .

² سعد فتح الله محمد العالم ، **نفس المرجع السابق** ، ص 250 و 251 .

³Frédéric Aubert et Thierry Choffin , **OP.CIT**, p 84 .

⁴ إبراهيم سالم السكار ، **موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار** ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 ، ص 9.

⁵ قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، **الأسس الميكانيكية و التحليلية في فعاليات الميدان و المضمار** ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2000 ، ص 82 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

أ- مرحلة البداية: إن من بين العوامل التي تساهم في تحقيق النتائج الجيدة في نشاط الجري السريع هي مرحلة البداية الجيدة نظرا لقصر المسافة المقطوعة بحيث تحتاج من المتعلم جهدا كبيرا من بداية الجري ، للحصول على زمن جيد .¹

و تختلف وضعية البدء في سباق الجري السريع على حسب محتوى البرنامج الدراسي و كذا الإختبار المعتمد ، إلا أنه توجد وضعيتين للبدء في سباق الجري السريع في الوسط المدرسي إما البدء المنخفض أو البدء العالي .

أولا -البدء المنخفض : وفيه يكون السند على ركبة الرجل الخلفية و على الذراعين أماما بوضع اليدين خلف الحافة الخارجية لخط البدء وفي منتصف الرواق حيث تكون أحد القدمين أماما و الأخرى خلفا² و يميز البدء المنخفض ثلاث أنواع من البدايات تختلف من متعلم إلى متعلم آخر نظرا لوجود الفروق الفردية بينهم وفي ما يلي سنعرض أنواع البدايات المنخفضة :

-**البداية القصيرة المنخفضة** : حيث تبتعد القدم الأمامية عن خط البداية بمسافة 1.5 قدم أما القدم الخلفية فتبتعد عن خط البداية بمسافة 2.5 قدم وفي هذه الحالة يكون مشط القدم الخلفية بمحاذاة كعب القدم الأمامية في حالة الوقوف .

- **البداية المتوسطة** : تبتعد القدم الأمامية عن خط البداية بمسافة 1.25 قدم تقريبا أما القدم الخلفية فتبتعد 3 أقدام عن خط البداية و في هذه الحالة تكون ركبة القدم الخلفية بمحاذاة قوس القدم الأمامية.

- **البداية الطويلة** : تبتعد القدم الأمامية عن خط البداية بمسافة 1 قدم تقريبا أما الخلفية فتبتعد عن خط البداية بمسافة 3.5 قدم وفي هذه الحالة تكون ركبة القدم الخلفية بمحاذاة كعب القدم الأمامية وتقاس المسافة العرضية بين القدمين في البدايات الثلاث على إتساع الحوض و حجم الفخذين ، فالمسافة بين خط البداية و طول البداية تتوقف على طول المتعلم بحيث يجب على المتعلم أن يقوم بالعديد من التجارب للوصول إلى الأبعاد المناسبة له .

وفي الحالات الثلاث تكون الذراعين عموديتين على الأرض و ياتساع الصدر أما اليدين فتوضع خلف خط البداية مباشرة و على شكل يشبه الجسر بحيث يكون الثقل موزعا بين الإبهام من ناحية و الأصابع الأخرى من ناحية ثانية و هذا ما يساعد المتعلم على قوة الدفع باليدين عند ترك الأرض

¹ ريسان خريبط مجيد وعبد الرحمن الأنصاري ، **ألعاب القوى** ، الطبعة الأولى ، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 ، ص 41 .

² إبراهيم سالم السكار ، **نفس المرجع السابق** ، ص 10 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

مع مراعاة عدم ثني الذراعين و الإرتخاء في عضلات الظهر و الكتفين و عدم خروجهما للأمام لخط البداية و تعمل هذه الأوضاع على الإقتصاد بالجهد.¹

ثانيا-البداية العالي : وفيه يقف المتعلم و أحد القدمين متقدمة على الأخرى قليلا مع ثني الركبتين قليلا و إرتخاء الذراعين أماما مع ثني الركبتين نصفًا يمكن وضع اليد المقابلة للرجل الأمامية على الركبة و الأخرى خلفا أو بوضع اليدين على الركبتين لإتزان الوضع و التحفز مع الإثشاء العميق للركبتين بحيث يمكن أن تصل إلى ملامسة اليد المقابلة للرجل الأمامية.²

وفي كلتا الحالتين البدء يجب أن يكون الرأس مرتخي دون أي تصلب في عضلات الرقبة لعدم إجهادها مع التنفس بصورة جيدة قبل إعطاء الإشارة.³

و يمر المتعلم قبل الإنطلاق من مكعبات البدء بثلاث مراحل فنية هي :

- **الوضع خذ مكانك On your Marks :** يتوقف على مكعبات البداية حيث يجب

على المتعلم إختيار أفضل أنواع البدء وفقا لقدراته و خصائصه .

- **الوضع إستعد Set position :** هدفه السماح للمتعلم بإتخاذ أفضل إرتكاز

بالقدمين و أفضل و ضع للذراعين و كذلك أفضل زاوية الخاصة به مما يعطي أنسب و ضع لمركز ثقل الجسم .

-**الإنطلاق من الإشارة Action at the gun :** يتوقف البدء الفعال على هذه المرحلة بصورة

ناجحة و بشكل جيد للحفاظ على توازن الجسم و ذلك بإتخاذ الخطوات الأولى بعد مكعبات البداية .⁴

ب- مرحلة العدو : تنقسم مرحلة العدو إلى قسمين :

القسم الأول - مرحلة الإنطلاق : و تأتي هذه المرحلة بعد سماع المتعلم لصافرة البداية حيث يقوم بالإندفاع نحو الأمام بترك اليدين للأرض ثم يلي بعد ذلك قدم الرجل الخلفية ثم الأمامية حيث تتقدم الرجل الخلفية و هي مثنية من الركبة تليها الرجل الأمامية⁵ ، و تمتاز الخطوة الأولى بقصرها بسبب

¹ ريسان خريبط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، **نفس المرجع السابق** ، ص 41 و 42 ، 44 .

² إبراهيم سالم السكار ، **نفس المرجع السابق** ، ص 11 و 12 .

⁴ خالد عبد الحميد شافع ، **منظور علم الحركة للبدء في مسابقات العدو** ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2006 ، ص 30 و 31 و 32 .

⁵ فراج عبد الله توفيق ، **النواحي الفنية لمسابقات العدو و الجري و الحواجز و الموانع** ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2004 ، ص 28 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

إنخفاض الجسم في وضع البدء أما الخطوة الثانية فتكون أطول من الأولى نتيجة لإرتفاع مركز ثقل الجسم¹ ، فطول الخطوة الأولى تعتمد أيضا على طول المتعلم و كذا نوعية البداية و المسافة بين القدمين² ، و كذلك قوة الدفع بالرجل و لهذا يطلب من المتعلم أن يضع الرجل القوية على المكعب الأمامي حيث أن الإرتكاز بالرجل الأمامية و إستغلال قوة دفع الرجل الخلفية يساعد على الوصول إلى الخطوة الأولى المثالية لكل متعلم³ .

و يرى بسيوطي أحمد سنة 1997 : أن سرعة إنطلاق المتسابق في البداية تتطلب سرعة رد فعل عالية فالكثير من المتسابقين يفقدون مراكز متقدمة بسبب ضعف مرحلة الإنطلاق⁴ .

القسم الثاني :

- **مرحلة تزايد السرعة و الوصول إلى السرعة القصوى :** تأتي هذه المرحلة بعد مرحلة الإنطلاق أي بعد الخطوات الأولى الدافعة التي تتميز بدفع الجسم إلى الأمام دون إرتفاع أو إنخفاض في مركز ثقل الجسم عند ذلك تتلاقى الدفعات الخلفية بالقدمين بقوة و بسرعة و تبعا لزيادة السرعة يزداد طول الخطوة مع إرتفاع الجذع تدريجيا⁵ فترتبط هذه المرحلة بالخطوة الأولى و أسلوب أدائها فالخطوات القصيرة لا تضمن زيادة سرعة الركض أما الخطوات الطويلة فتؤدي إلى حدوث إنخفاض في السرعة حيث تلعب قوة الدفع و تردد الخطوات دورا رئيسيا في الوصول إلى السرعة القصوى من خلال⁶ :

- دفع القدمين للأرض خلف مستوى مركز ثقل الجسم .
- زيادة ميل الجسم للأمام .
- زيادة تردد الخطوات في الثانية .
- زيادة طول الخطوة تدريجيا .
- زيادة عمل العضلات⁷ .

فيصل المتعلم في هذه المرحلة إلى أقصى سرعة له بحيث يجب عليه المحافظة على سرعته حتى

^{1 5 7} إبراهيم سالم السكار ، نفس المرجع السابق ، ص 12 ، ص 13 .

^{2 6} ريسان خريبط و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، نفس المرجع السابق ، ص 45 ، ص 46 .

³ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس مسابقات ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 ، ص 114 .

⁴ قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، نفس المرجع السابق ، ص 106 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

نهاية المسافة عن طريق التناسق الجيد بين طول الخطوة و ترددها ¹ ، فتكون بذلك الخطوات طويلة متزايدة التردد و حركة الذراعين توافقية مع حركة الرجلين و تتسع الزاوية بين الساعد و العضد و تصل اليد تقريبا إلى مستوى الذقن و التنفس في هذه المرحلة يكون تقريبا معدوم . ²

ج- **مرحلة الوصول :** وهي آخر مرحلة في الجري السريع و فيها يجمع المتعلم كل ما لديه من قوة للإندفاع إلى خط النهاية و يتوقف ذلك على طول خطواته و زاوية ميل جسمه و يقوم بدفعة قوية بالصدر قبل خط النهاية بحوالي 1 م فيميل بجذعه للأمام بحركة سريعة و يستمر في الجري حتى يقوم بخفض سرعته تدريجيا ³ و يتطلب من المتعلم عدم القفز عند خط الوصول لكي لا يخسر الوقت الشيء الذي يتطلب منه العزيمة و المثابرة و الصبر و التصميم على تحقيق وقت جيد . ⁴

6-1- أخطأ نشاط الجري السريع و تصحيحها :

- البدء قبل سماع الإشارة و يكون التصحيح من خلال كتم النفس و التركيز بعد سماع نداء إستعد .
- لخروج من البداية و الجسم مستقيم نحو الأعلى و يكون التصحيح من خلال التركيز على أن يكون الرأس و الرقبة على إمتداد الظهر .
- ببطء الإنطلاق من مكعبات البداية و يكون التصحيح من خلال مد مفاصل الجسم بالكامل مع نقل مركز ثقل الجسم في إتجاه الأمام و أن يتم تقديم الكتفين نحو الأمام مع إصاق القدمين بمكعبات البداية .
- الجري أثناء السباق بشكل غير متزن و يكون تصحيحها من خلال تعليم تساوي و تدرج طول الخطوات و كذلك حركة الذراعين التوافقية مع الرجلين .
- قصر طول الخطوة بسبب زيادة الميل للأمام و يكون تصحيحها من خلال التسخين الجيد و تمديدات عضلات الفخذ .
- إمتداد الركبة الأمامية أكثر من اللازم و يكون تصحيح من خلال تركيز على أبجديات الجري
- إتجاه الركبة للخارج و يكون تصحيحها من خلال تعليم الجري في خط مستقيم .

¹ ريسان خريبط و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، نفس المرجع السابق ، ص 47 .

² فراج الله عبد الحميد توفيق ، نفس المرجع السابق ، ص 30

³ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس مسابقات ألعاب القوى ، نفس المرجع السابق ، ص 116

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- رجوع الرأس و الجذع للخلف ويكون التصحيح من خلال التعود للنظر للأمام و الأسفل لمسافة 10 م.

- الوثب عند خط النهاية و يكون التصحيح من خلال التحضير النفسي و تحفيز المتعلمين .¹

1-7- قياس الزمن في نشاط الجري السريع: يستخدم في القياس لنشاط الجري السريع

أجهزة خاصة مثل أجهزة الإشعاع الضوئي الإلكتروني و التي تكون أكثر دقة .²

و يمكن إستخدام التوقيت اليدوي بالميكاتي حتى 1/10 من الثانية ، ويتم القياس من لحظة إعطاء الإشارة إلى لحظة وصول أي جزء من جسم المتعلم إلى المستوى الرأسي لخط النهاية .³

2- النشاط الإختياري الوثب الطويل :

2-1- مفهوم الوثب الطويل : الوثب الطويل هو أحد الرياضات الفردية في تخصص ألعاب القوى

حيث يقوم فيها المتعلم بالوثب لأبعد مسافة ممكنة⁴ ، بعد مروره بمرحلة الجري ثم الوثب عند العلامة المخصصة لذلك .⁵

ويرى كل من بسيوطي أحمد 1997 و روجرز Rogers 2000 أن : نشاط الوثب الطويل عبارة عن سلسلة متتالية من الأداءات الفنية التي تتصف بالسرعة و القوة بإعتبار هما من المحددات المؤثرة في النتائج الرقمية للمتعلم .⁶

2-2- المراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل : لمسابقة الوثب الطويل أربعة مراحل هي :

الإقتراب ، الإرتقاء ، الطيران ، الهبوط . فلكل مرحلة من هذه المراحل مهمات تقنية محددة كالآتي:⁷

^{1 3} فراج عبد الحميد توفيق ،نفس المرجع السابق، ص 43 و 44 ، ص 72 .

² إبراهيم أحمد سلامة ،نفس المرجع السابق ، ص 157 .

⁴ رعد محمد عبد ربه ، ألعاب القوى و التحمل ، الطبعة الأولى ، الجنادرية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 ، ص 23 .

⁵ خلود مانع الزبيدي ، موسوعة الألعاب الرياضية ، بدون طبعة ، دار دجلة ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 ، ص 18 .

⁶ رامي محمد الطاهر سالم ، تأثير إستخدام التدريبات البالسيتية على القدرة العضلية للرجلين و علاقتها بالمستوى الرقمي للوثب الطويل ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لندنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2013 ، ص 36 .

⁷ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، فسيولوجيا مسابقات الوثب و القفز ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2000 ، ص 14 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

أ - مرحلة الإقتراب: الهدف الرئيسي لهذه المرحلة هو وصول المتعلم للوضع الجيد من خلال الوصول إلى أحسن سرعة ممكنة حيث تبدأ هذه المرحلة من أول خطوة في الإقتراب و تنتهي بإرتطام القدم بلوحة الإرتقاء¹ ، وتكون سرعة المتعلم في هذه المرحلة متزايدة الشيء الذي يتطلب إمكانيات عضلية لتوفير الطاقة اللازمة و التي تسهم في زيادة السرعة من خلال الخطوات المناسبة في المسافة المحددة للإقتراب وفقا للعوامل التالية :

- تحديد المسافات اللازمة لتدرج سرعة المتعلم .
 - السرعة المراد الوصول إليها و التي يجب أن تتناسب مع متطلبات خطوة الإرتقاء .
 - الإستعداد العصبي العضلي و التنسيق للوصول إلى الآلية لعملية الإرتقاء .
- بحيث أن كل هذه العوامل مرتبطة ببعضها البعض من أجل الوصول إلى لوحة الإرتقاء بالقدم التي يستخدمها المتعلم للإرتقاء وهي القدم الأفضل بالنسبة إليه سواء كانت اليمنى أو اليسرى² و يمكن تقسيم مرحلة الإقتراب إلى قسمين :

أولاً- مرحلة التدرج في السرعة :

بحيث يبدأ المتعلم الخطوات بقوة و بشكل سلس و منظم و متدرج.

ثانياً- مرحلة التحضير للإرتقاء :

يتم التغيير في شكل الخطوات المستخدمة من أجل الوصول إلى الشروط الميكانيكية للإرتقاء من خلال خفض مركز ثقل الجسم مع مراعاة أن تكون الخطوات الأخيرة بشكل سريع .

و يتفق كل من سيمونان 1981 Simonin و جاوبي 1982 Jacoby على أن الإقتراب يستهدف

تحقيق أفضل وضع للإرتقاء مع تحقيق سرعة كبيرة تمكن المتعلم الوائب من التحكم في حركاته³

و يمكن تحديد الأخطاء التي يرتكبها المتعلمون في الإقتراب في الآتي :

- السرعة الزائدة عن الحاجة .
- السرعة الناقصة أو البطيئة .
- عدم وضع العلامات المساعدة و عدم تحديدها بصورة جيدة .
- شذوذ الذهن و عدم التركيز أثناء الإقتراب .

¹ صحبي أحمد قبلان ، الألعاب الفردية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 ، ص 55 .

² عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، فسيولوجيا مسابقات الوثب و المضمار ، نفس المرجع السابق ، ص 15 .

³ رامي محمد الطاهر سالم ، نفس المرجع السابق ، ص 38 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- الدفع بالقدم الغير مفضلة و أخذ الدفع بعد لوحة الإرتقاء .¹
- وهذا ما يتطلب من المتعلم ما يلي :
- ضبط عدد الخطوات في مسافة الجري المقطوعة وضبط كل خطوة بما يتناسب مع سرعة الجري المتزايدة تدريجيا و التي ترتبط بدرجة التركيز في ضبط مقدار القوة المبذولة في كل خطوة و المحافظة على هذا التركيز بالدقة اللازمة على طول مسافة الإقتراب .²
- ب-مرحلة الإرتقاء :** تبدأ مرحلة الإرتقاء لحظة لمس لوحة الإرتقاء لتنتهي لحظة مغادرتها بحيث أنه لطريقة وضع القدم تأثير في فعالية المرحلة و مستوى الأداء³ ، فهذه المرحلة تربط بين الإقتراب و الطيران بحيث يتم الإرتقاء بدفع من لوحة الإرتقاء بقوة و سرعة عندما يصل مركز الثقل إلى أقصى إرتفاع له و مما يزيد من فعالية الإرتقاء هو حركة الذراعين و مرجحة الرجل الحرة نحو الأمام وعاليا وهي مثنية من مفصل الركبة إلى جانب إستقامة الجذع و يكون الدفع بكامل أسفل القدم وعندما تصل الحركة إلى نهايتها يأتي الدفع من مشط القدم و بالتدرج⁴ ، و تقسم مرحلة الإرتقاء إلى ثلاث مراحل هي :
- مرحلة السند : تبدأ هذه المرحلة بوضع قدم الإرتقاء المفضلة للمتعلم على لوحة الارتقاء و يكون وضع القدم بالكعب أولا ثم بالقدم كلها ثم مشط القدم بحيث تكون رجل الإرتقاء ممتدة ، ويجب وضع القدم بسرعة مع تحريكها للأسفل و للخلف .
- مرحلة الإمتصاص : في هذه المرحلة ينخفض إثناء الركبة لتمتص من خلالها صدمة رد الفعل مع الأرض بحيث يجب أن تأخذ الرجل الحرة حركة مرجحة من الحوض في إتجاه الأمام و للأعلى مع إستقامة الجسم .
- مرحلة الدفع : و يتم فيها رفع قدم الإرتقاء للحصول على أعلى نقطة لمركز ثقل الجسم عند الإنطلاق مع إستمرارية حركة مرجحة الرجل الحرة .⁵
- ويمكن تحديد الغرض من مرحلة الإرتقاء في النقاط التالية :

¹ سعد الدين الشرنوبى و عبد المنعم هريدي ، مسابقات الميدان و المضمار ، بدون طبعة ، مكتبة الإشعاع الفني ، الإسكندرية ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 ، ص 104 و 105 .

² عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، فسيولوجيا مسابقات الوثب و المضمار ، نفس المرجع السابق ، ص 15 .

³ قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، نفس المرجع السابق ، ص 165 .

⁴ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس مسابقات ألعاب القوى ، نفس المرجع السابق ، ص 165.

⁵ رامى محمد الطاهر سالم ، نفس المرجع السابق ، ص 40 و 41 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- الوصول إلى أحسن وضعية لحركة و مسار و مركز ثقل الجسم .
 - الوصول إلى أعلى سرعة إنطلاق ممكنة .
 - تحقيق أعلى نقطة طيران ممكنة .
- و للوصول إلى أغراض مرحلة الإرتقاء يتطلب من المتعلم ما يلي :
- إرتطام لحظي بأعلى قوة و بأقل زمن .
 - الوصول إلى زاوية ثني الركبة المناسبة .
 - الدفع القوي بإمتداد كامل لمفاصل القدم و الركبة و الحوض لرجل الإرتقاء .
 - مرجحة قوية و نشطة بفضد الرجل الحرة حتى تصل إلى الوضع الأفقي .
 - ميلان الجذع قليلا للأمام .
 - مرجحة متبادلة لكلا الذراعين بشكل توافقي مع حركة الرجلين ¹.
- ج- مرحلة الطيران** : يذكر أحمد بسيوطي 1997 أن مرحلة الطيران تبدأ بترك رجل الإرتقاء للوحة و تنتهي قبل لحظة هبوط القدمين في الحوض الرمل ، فالهدف من مرحلة الطيران توظيف ناتج الإقتراب و الإرتقاء للحصول على أبعد مسافة ممكنة للهبوط ² .
- وفي هذه المرحلة يجب أن يحافظ المتعلم على الوضع العمودي لجسمه ليتمكن من أداء مرحلة الهبوط بشكل المناسب لتحقيق مسافة جيدة ³ من خلال الإحتفاظ بتوازن الجسم و أخذ مركز الثقل للمسار الحركي الصحيح و الإحتفاظ بالسرعة النهائية التي تتحقق عند الإنطلاق .
- و يمكن لمعلم التربية البدنية و الرياضية تعليم مرحلة الطيران حسب برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر أو مع ما يتماشى مع مستويات متعلميه الذين هم تحت إشرافه ، ونميز ثلاث طرق لمرحلة الطيران في الوثب الطويل وهي :
- **طريقة القرفصاء** : تعتبر من أسهل الطرق بالنسبة للمتعلمين حيث تتميز بتقارب مراكز ثقل أجزاء الجسم المختلفة إلى مركز ثقل الجسم أثناء الطيران ، أما عن عيوبها فهي في الهبوط الغير إقتصادي و التي يفقد من خلالها المتعلم الوثاب الكثير من مسار مركز الثقل ⁴.

¹ 4 صبحي أحمد قبلان ، نفس المرجع السابق ، ص 56 ، ص 57 و 58 .

² رامي محمد طاهر سالم ، نفس المرجع السابق ، ص 43 .

³ عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، فسولوجيا مسابقات الوثب و المضمار ، نفس المرجع السابق ، ص 21 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- **طريقة التعلق** : تعتمد هذه الطريقة أساسا على نظرية إرتفاع الذراعين نحو الأعلى فوق المستقيم الأفقي إلى ما بعد نقطة الهبوط للإستعانة بإرتفاع مركز ثقل الجسم بدلا من الإستعانة بإرتفاع ركبة الرجل الحرة¹، و تتميز طريقة التعلق بتباعد مراكز ثقل الجسم أثناء الطيران وهذا من بين سلبياتها أما بالنسبة لمرحلة الهبوط فتؤدي بطريقة إقتصادية².

- **طريقة المشي في الهواء** : في هذه الطريقة ينطلق الوثاب في الهواء بمد رجل الإرتقاء ثم يسحبها للأسفل و الخلف حتى تتناسق هذه الحركة مع سحب رجل الإرتقاء و مرجحة الذراعين المعاكسة للأسفل و الخلف³ و يشير أحمد بسيوطي 1997 أن الطيران بطريقة المشي في الهواء طريقة إقتصادية و مستخدمة من قبل أبطال العالم و حققوا بها أفضل المستويات الرقمية إلا أن من عيوب هذه الطريقة صعوبة أدائها و تعلمها و الوقت الكبير الذي يأخذه المتعلم فيها إلا أن من بين مميزات هذه الطريقة ما يلي :

-توفر أفضل الظروف للإنتقال من الإرتقاء إلى مرحلة الطيران .

-تؤدي إلى تثبيت الجسم خلال فترة الطيران على المحاور الثلاثة و تأمين التوقيت السليم للهبوط .

- تمثل حركات مكملة و إمتدادا طبيعيا لحركات العدو في الإقتراب .⁴

د- مرحلة الهبوط : تعد مرحلة الهبوط هي المرحلة الأخيرة في نشاط الوثب الطويل حيث لا ينبغي للمتعلم الإستعجال في عملية الهبوط من خلال مد الرجلين إلى مفصل الركبة لأن مثل هذه الحركة تصعب عملية المحافظة على الوضع العالي للرجلين ، مما وجب مد الرجلين إلى مفصل الركبة قبل الهبوط مباشرة ، و أثناء الهبوط يجب مراعاة ميل الجذع للأمام⁵ لكسب مسافة الوثب من خلال الإلتزام بالنواحي القانونية لذلك ، حيث يتعرض الكثير من المتعلمين إلى نقص أو زيادة في حركة الهبوط مما يؤدي إلى :

-**الهبوط المبكر** : ويكون نتيجة لعدم ضم القدمين معا وكذلك الذراعين مما يؤدي إلى هبوط إحدى القدمين إلى الأمام و الأخرى إلى الخلف .

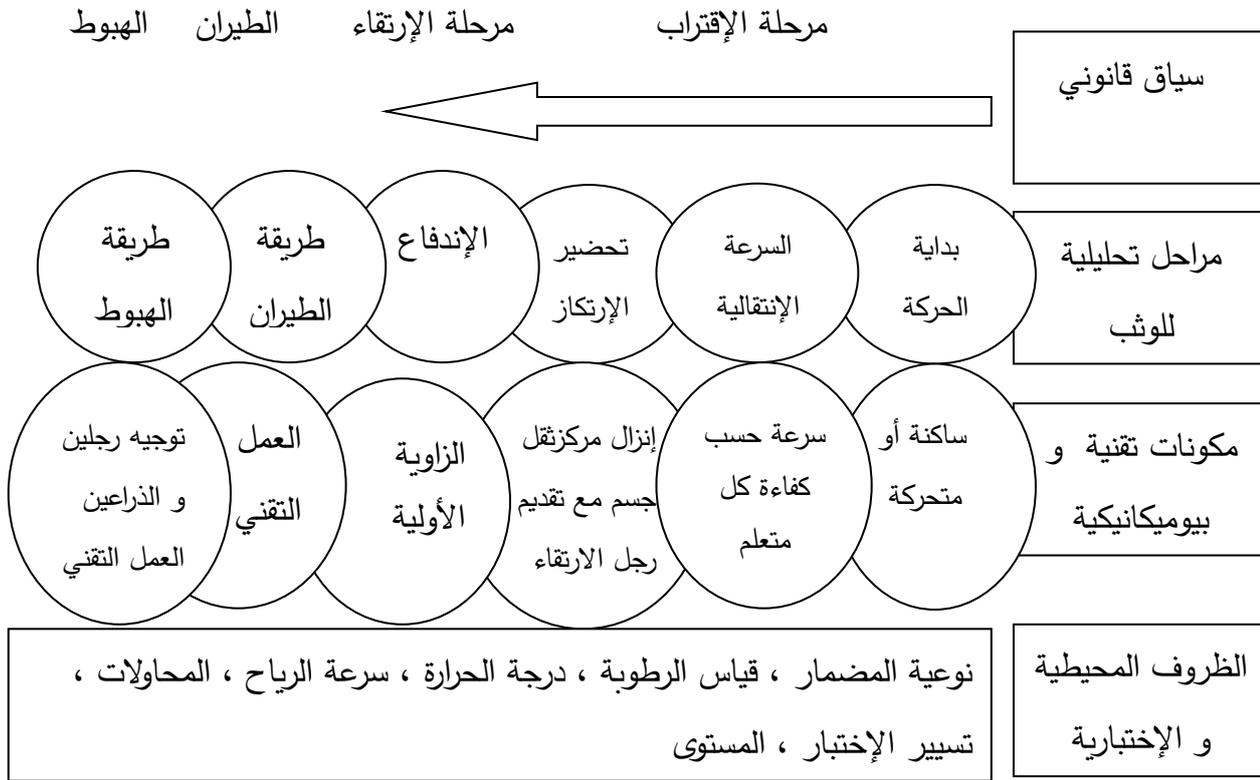
¹ قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، نفس المرجع السابق ، ص 311 ، ص 314 .

² عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، فسولوجيا مسابقات الوثب و المضمار ، نفس المرجع السابق ، ص 21 ، ص 25 .

⁴ رامي محمد الطاهر سالم ، نفس المرجع السابق ، ص 46 و 47 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

-**الهبوط المتأخر** : و يأتي نتيجة إختلال توازن المتعلم فيسقط على المقعدة الخلفية و لا يتمكن من الإندفاع أماما للوقوف على القدمين فيحاول المتعلم هنا الإندفاع إلى أحد الجانبين¹ و إنطلاقا من مراحل الوثب الطويل السابق ذكرها فإن جميع هذه المراحل مترابطة ببعضها البعض فلا يمكن فصل أي مرحلة عن مرحلة أخرى فتكون طبيعة مراحل الوثب متسلسلة و متساقطة من أجل الحصول على أحسن نتيجة و بصفة عامة فهناك بعض الإعتبارات التي تشمل جميع مراحل الوثب على المتعلم أن يتبعها من خلال ،الوصول إلى أقصى سرعة في مرحلة الإقترب مع الإعداد الجيد بدون خسارة سرعة الإقترب المكتسبة من أجل الحصول على الزاوية المناسبة للإرتقاء لمسار حركي صحيح مع النظر للأمام لإعطاء الجسم الوضع الجيد للإرتقاء للوصول إلى إرتفاع طيران مناسب لمركز ثقل الجسم مع المحافظة على التوازن و التوافق بين حركات الذراعين و الرجلين في الطيران من أجل الهبوط الصحيح ،² و يمكن تحديد العوامل المؤثرة على نتيجة نشاط الوثب الطويل كما هو موضح في الشكل التالي :



شكل رقم 08 يوضح : العوامل المؤثرة على نتيجة نشاط الوثب الطويل.³

¹ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس مسابقات ألعاب القوى ، نفس المرجع السابق ، ص 167

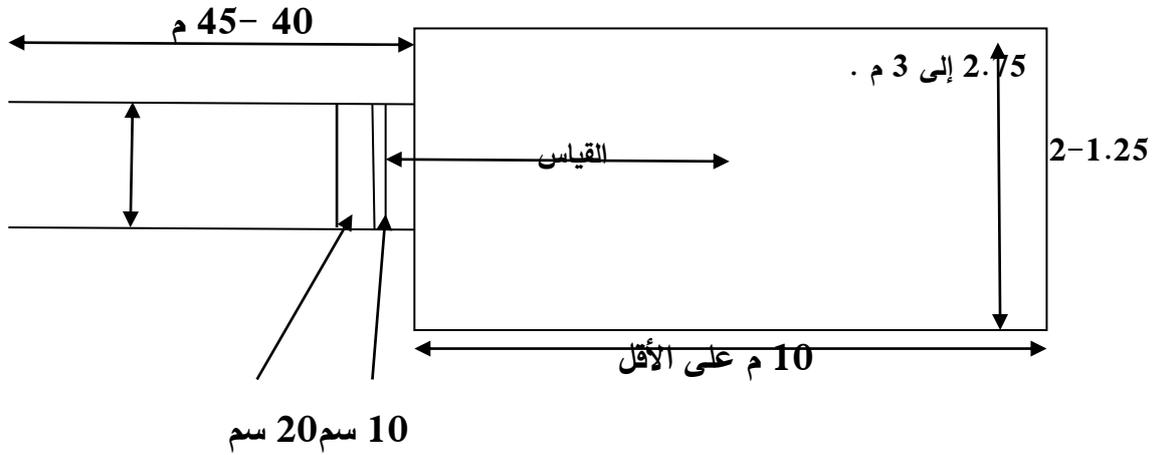
² صبحي أحمد قبلان ، نفس المرجع السابق ، ص 59 و 60 .

³Frédéric Aubert et al , **Athlétisme 2 – les sauts** , éditions revue eps , paris , France , 2005 , p 76 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

-2-3- القانون والقياسات الخاصة بنشاط الوثب الطويل: لكي تكون نتائج الرقمية لنشاط الوثب

الطويل صحيحة يجب إتباع القياسات المخصصة للنشاط كما هي موضحة بالشكل التالي :



شكل رقم 09 : يوضح القياسات الخاصة بنشاط الوثب الطويل.¹

- لا يمكن للمتعلم لمس الأثر الذي أحدثته نتيجة مرحلة الهبوط .
- تبدأ عملية القياس بعد خروج المتعلم من حوض الرمل و يتم القياس بشرط غير ملتف .
- لا يتم إحتساب المحاولة في حالة تجاوز المتعلم لوحة الإرتقاء.²

3- النشاط الإختياري دفع الجلة :

3-1- مفهوم دفع الجلة : هي أحد فعاليات مسابقات الرمي يستخدم فيها ثقل معدني يقذف إلى

الأمام و إلى أبعد مسافة ممكنة و تتم العملية في دائرة قطرها 2.13 م ولكي تحسب المحاولة ناجحة للمتعلم يجب أن ينهي ويغادر الدائرة من الخلف³، بحيث عليه أن يحترم قوانين تطبيق هذا النشاط من خلال دفع الجلة بيد واحدة و التي تكون موضوعة على مستوى لوحة الكتف و قريبة من العنق خلال الدفع ولا يمكنه أن يرجع الجلة خلف الكتف و إحترام مساحة الدفع⁴ ، ولا يمكنه لمس الدعامه الخشبية من الأعلى و تقاس المسافة من الحافة الداخلية للدائرة إلى مكان سقوط الثقل⁵.

¹Frédéric Aubert et al ,**OP.CIT.** p 70.

² صابر خير الله و سعد محمد قطب ، **ألف سؤال وجواب في قانون ألعاب القوى** ، بدون طبعة ، دار الجامعيين ، الإسكندرية ، مصر ، بدون سنة ، ص 243 و 245 و 246 .

³ شبيب نعمان السعدون ، **موسوعة ألعاب القوى العالمية** ، الطبعة الأولى ، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 ، ص 343 ، ص 344 .

⁴Dominique Daumail avec la participation de Frédéric Aubert ,**Athlétisme les lancers** , éditeurs revue eps , paris , France , 2004 , p 49 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

و يبلغ وزن الجلة المخصص لكل من الذكور و الإناث في إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية 3 كلغ .¹

3-2- فعالية دفع الجلة : تخضع و تتأثر فعالية دفع الجلة بأسس ميكانيكية معينة مثل سرعة و زاوية الإنطلاق و إرتفاع نقطة إنطلاقها إضافة إلى تأثير مقاومة الهواء فلذلك يوجد إختلاف كبير في فعالية دفع الجلة مقارنة بالفعاليات الأخرى في مسابقات الرمي من ناحية الأداء الحركي بسبب دفع الأداة وليس رميها² و بالتالي يجب أخذ بعين الإعتبار عند تعليم دفع الجلة كل من العوامل الطبيعية و الميكانيكية لقوانين المقذوفات والتي لها تأثير كبير على مسافة دفع الجلة وهي :

أ- سرعة الإنطلاق الأولية للأداة speed of release : هي عبارة عن نتاج الحركة أثناء مرحلة إنتقال المتعلم و الأداة من الجزء الخلفي للدائرة إلى مقدمة الدائرة بالإضافة إلى الجهد النهائي لحظة الدفع ، حيث أنه كلما كانت مسافة التأثير على الأداة أطول كلما زادت سرعة الإنطلاق بحيث أنه الدفع من الحركة يعطي نتيجة أفضل من الثبات و كذلك بالنسبة للنسبة للزمن بحيث كلما تضائل زمن التأثير على الأداة كلما كانت سرعة الإنطلاق الإبتدائية أكبر .

ب-زاوية إنطلاق الأداة angle of release : هي زاوية طيران الأداة و التي تكون محصورة بين الخط الوهمي المار بمركز ثقل الأداة و موازيا للأرض و الخط يرسم مسار ثقل الأداة عند بداية إنطلاقها.

ج-إرتفاع نقطة الإنطلاق height of release : هي المسافة العمودية للأداة لحظة ترك الجلة ليد المتعلم مباشرة إلى مستوى الأرض حيث يتوقف هذا العامل على طول المتعلم و أيضا على طول ذراعه وكذلك طريقة أدائه أثناء عملية التخلص من الجلة .³

د- مقاومة الهواء للأداة air resistace : إن مقاومة الهواء للأداة تؤثر في سرعة الأداء حتى قبل إنطلاقها حيث أن القوة المضادة كالجذب الأرضي و الإحتكاك و إلتصاق قدم الدافع للجلة بالأرض تعمل على إبطاء حركة الجلة لذا كان من الأهمية إستخدام التقنية المناسبة التي تجعل من المتعلم قادرا على بذل كل القوى اللازمة للتغلب على مقاومة الهواء .⁴

¹ وزارة التربية الوطنية للجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة اختبارات مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، مرجع سبق ذكره ، ص 2 .

² قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، نفس المرجع السابق ، ص 343 ، ص 340 .

³ سعد الدين الشرنوبى و عبد المنعم هريدي ، نفس المرجع السابق ، ص 138 و 139 و 140 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

3-3- تقنيات دفع الجلة: تعد تقنيات دفع الجلة من التقنيات الصعبة على المتعلمين في المدرسة حيث أنها تعتمد بدرجة كبيرة على القدرات الفنية و القوة الانفجارية ، بحيث يوجد العديد من الطرق لدفع الجلة وهي :

- تقنية الزحف الجانبي .
 - تقنية الدفع من الثبات و تعتبر حسب الدراسات أنها أكثر صالحة للمتعلمين في الوسط المدرسي .
 - تقنية O'Brien الدفع الخلفي (تم إكتشافها سنة 1950 من قبل الأمريكي (obrien parry) .
 - تقنية الدوران الكامل تم إكتشافها سنة 1976 من قبل الروسي Alexander Baryschnikow¹ .
- وحسب الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الرابعة متوسط فإن التقنية المستخدمة في برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر هي تقنية الزحف الجانبي² .
- و تمر تقنية الزحف الجانبي بستة خطوات فنية من أجل دفع الجلة و هي :
- أ- مسك الجلة :** تتوقف طريقة مسك الجلة على كيفية توزيع الأصابع و هناك ثلاث طرق لحمل الجلة :

- توضع الأصابع السبابة و الوسطى و البنصر خلف الجلة بينما يثنى الخنصر ليساعد الإبهام في سند الجلة من الجانبين .
 - توزع الأصابع الطويلة خلف الجلة (السبابة و الوسطى و البنصر) بينما يستند الإبهام و الجلة من الجانبين فتختلف عن الطريقة الأولى في عمل الإصبع الصغير ففي هذه الطريقة لا يقوم بحفظ التوازن بل يساعد في دفعها إلى الأمام .
 - توضع الأصابع بشكل متباعد عن بعضها البعض لتساعد في وضع الدفع بينما تقوم السبابة والإبهام بالسند الجانبي و تكون الجلة في هذه الطريقة أكثر إنخفاض مع سلميات الأصابع حتى راحة اليد و تساعد هذه طريقة المتعلمين ذو الكف الصغير والأصابع القصيرة³
- ب- وقفة الإستعداد:** يقف المتعلم داخل دائرة الدفع بالجانب مواجهاً لإتجاه الدفع ويكون جسمه ممتداً مع مراعاة عدم الميل من الجانبين ويكون واقفاً على حافة الدائرة الخلفية ممسكاً الجلة بيده التي

¹ شبيب نعمان السعدون ، نفس المرجع السابق ، ص 349 .

² اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط ، مرجع سبق ذكره ، ص 224 .

³ ريسان خربيط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، نفس المرجع السابق ، ص 219 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

يستخدمها للدفع مستخدماً أحد طرق المسك الثلاث ويضع الثقل بين الترقوة و الرقبة أسفل الذقن مع

إرتفاع مرفق اليد التي تحمل الجلة قليلاً و للأمام بحيث يبقى المرفق و الساعد تحت الثقل¹.

ج- الزحف : يتحرك الجسم من مقدمة القدم إلى الكعب دون سقوط الحوض و تدفع الرجل الحرة المنخفضة في إتجاه لوحة الإيقاف و تمتد رجل الإرتكاز فوق كعبيها و تبقى متصلة بالأرض و الكتفان تجاه مؤخرة الدائرة² ، تؤرجح و تدفع الرجل في حركة إنسيابية نحو إتجاه الدفع و هي ممتدة للخلف و الأسفل³.

د- الوصول إلى وضع الدفع : يعد وضع الدفع الجيد أساس الدفع الناجح و الحصول على نتيجة جيدة بحيث يبدأ عندما تصل القدمان معا إلى الأرض بحيث يكون وزن الجسم على الرجل الخلفية المنثنية و تلامس أصابع القدم الأمامية للحافة بأصابعها و تكون مثنية قليلاً بحيث أن الرجل الخلفية في مستوى خط مائل مع الظهر و الحوض⁴.

هـ- حركة الدفع : في هذه المرحلة يقوم المتعلم بالدفع في إتجاه حقل الدفع بحيث ينتقل وزن الجسم من الرجل الخلفية إلى الرجل الأمامية و يبدأ إندفاع الجلة بعد الإمتداد الكامل للرجلين و الذراعين و يثنى الذراع الأخر و يثبت بجانب الجذع و يستمر في التسارع بإمتداد الرسغ (الإبهام للأسف مع لف الأصابع للخارج بعد التخلص) و تكون القدمان ملازمتان للأرض خلال التخلص و الرأس خلف القدم اليسرى حتى التخلص⁵.

و- حفاظ التوازن : في هذه المرحلة تتحرك رجل الإرتكاز إلى الأمام بجانب لوحة الإيقاف و الرجل الحرة إلى الخلف و ينحني الجذع ، لذا ينخفض مركز الثقل حتى يكون مع الجذع ميزان للمحافظة على توازن الجسم و منعه من إجتياز محيط الدائرة أما الذراع فتتجه و تتأرجح نحو الأسفل ليبقى الجسم ثابتاً⁶.

3-4- الأخطاء الشائعة في نشاط دفع الجلة :

^{1 4 6} قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، نفس المرجع السابق ، ص 348 و 349 ، ص 354 ، 361
^{2 5} عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس مسابقات ألعاب القوى ، نفس المرجع السابق ، ص 244 ، ص 248 .

³ ريسان خريبط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، نفس المرجع السابق ، ص 226 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

- أخطأ في مسك الجلة كإلتصاق مفصل المرفق بالذراع أو رفع للأعلى بزواوية 90 درجة فهي وضعية خاطئة لحمل الجلة فمن الضروري حمل الجلة بطريقة تتناسب مع كل متعلم بحيث يصنع العضد مع الذراع زاوية 45 درجة و يتجه المرفق للأمام و الجنب .
 - الميل للأمام أو الجانب و بالتالي سقوط مركز ثقل الجسم أماما أو جانب قدم الإرتكاز بسبب حمل الجلة بطريقة غير صحيحة .
 - عمل وثبة وليست زحفة بسبب مرجحة القدم الحرة للأعلى مع الدفع بقدم الإرتكاز عاليا و بشدة .
 - الدوران بالحوض أثناء الزحف بسبب رفع الذراع عاليا مع إرتفاع الرجل الحرة بشكل مبالغ فيه .¹
 - الزحف لمسافة قصيرة بسبب ضعف في الرجل الزاحفة مع عدم مرجحة الرجل اليسرى بصورة جيدة .²
 - سقوط المتعلم بعد مرحلة التخلص و لمس اللوحة من فوق أو الخروج بسبب عدم قيامه بنقل ثقل جسمه إلى الجهة الأخرى لكي يتمكن من المحافظة على توازنه .³
- 3-5- قانون دفع الجلة :**

- يتم دفع الجلة من داخل الدائرة .
- للمتعلم الحق في لمس الحافة الداخلية و ليس له الحق لمس الحافة العليا للدعامة الخشبية.
- ليس للمتعلم الحق في الخروج من الدائرة قبل أن تلمس الجلة الأرض .
- يجب أن تسقط الجلة كاملة داخل الحدين الداخليين لمجال الدفع كي تحسب المحاولة صحيحة
- القياس يكون من الأثر الذي تتركه الجلة داخل مجال الدفع حتى الحد الداخلي للدائرة في خط مستقيم مركزه الدائرة .
- مكن للمتعلم وضع مادة على اليد تمنع التعرق لإعطاء قبضة جيدة للجلة .
- يخرج المتعلم بعد أدائه لدفع الجلة من نصف الخلفي للدائرة .⁴

الجزء الثاني : الجزء الخاص بوضعيات الإدماج

4-الوضعية الإدماجية :

4-1- مفهوم الوضعية : هي مختلف العلاقات التي يقيمها المتعلم أو مجموعة من المتعلمين في

¹ سعد الدين الشرنوبى و عبد المنعم هريدي ، نفس المرجع السابق ، ص 101 ، ص 108 .

² صبحي أحمد قبلان ، نفس المرجع السابق ، ص 32 .

³ ريسان خريبط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري ، نفس المرجع السابق ، ص 221 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

سياق معين أو ظروف أو زمن محدد ، فبذلك الوضعية هي التفاعل الحاصل بين المتعلم و المعلم و المتعلم وبقية المتعلمين ، فبالنظير الوضعية هي متعلم أو مجموعة متعلمين + سياق¹ .

4-2- مفهوم الإدماج : ويعني الإدماج ربط العناصر من مهارات و معارف ببعضها البعض لتوظيفها بشكل إدماجي ، فالإدماج هو أحد مبادئ المقاربة بالكفاءات الذي يسمح بتوظيف و تطبيق الكفاءة .²

4-3- مفهوم الوضعية الإدماجية : تنتمي الوضعية الإدماجية إلى عائلة الوضعيات التي يوضع فيها المتعلم ، بحيث يمكن للمتعلم أن يبين قدرته على تجنيد الموارد بشكل مدمج و هذا وفق الطريقة التي أعدت بها المناهج و البرامج الدراسية من حيث تقسيم مضامين هذه المادة إلى مجالات أو وحدات أو غيرها ، فبالنظير فإن محتويات المجال ترمي إلى إنماء الكفاءة القاعدية من أجل إنماء الكفاءة النهائية مع نهاية البرنامج الدراسي المقرر مما يستدعي تقويمها في نهاية الفصل أو السنة الدراسية عن طريق الإختبارات .³

فبواسطة الإدماج يمكن ربط موضوعات دراسية أو مهارات أو معارف في مجالات مختلفة ، أي ربط مجموعة من التعلّيمات من خلال تجنيد الموارد في وضعيات معينة قصد إعادة هيكلة تعلّيمات سابقة و تكييفها في سياق معين لإكتساب تعلم جديد بحيث تكون الوضعية تعبير بشكل صريح عن ما تم إكسابه للمتعلم بعد مروره بالبرنامج الدراسي المقرر .⁴

ففي إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية نجد الجزء المخصص للإدماج الذي يستدعي من المتعلم المترشح إستعمال مجموعة من المعارف و المهارات للأدائها .⁵

فمن خلال الوضعيات الإدماجية يمكن تقويم قدرات المتعلمين على إدماج ما تعلموه نتيجة مرورهم

¹ محمد الطاهر وعلي ، الوضعية المشكّلة التعليمية في المقاربة بالكفاءات ، الطبعة الرابعة ، الورسم للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2012 ، ص 133 .

² محمد الطاهر وعلي ، بيداغوجيا الكفاءات ، مرجع سبق ذكره ، ص 16 .

³ محمد الطاهر وعلي ، الوضعية الإدماجية ، الطبعة الثانية ، الورسم للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2012 ، ص 19 .

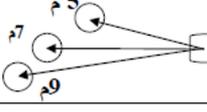
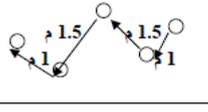
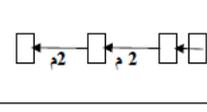
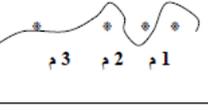
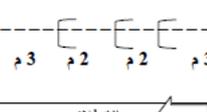
⁴ معوش عبد الحميد ، درجة معرفة معلمي السنة الخامسة ابتدائي للوضعية الإدماجية وفق منظور التدريس بالمقاربة بالكفاءات و علاقتها بإتجاهاتهم نحوها ، دراسة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي ، كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية ، جامعة مولود معمري ، تيزي وزو ، الجزائر ، سنة 2011/2012 ، ص 60 .

⁵ المركز الوطني المغربي للتجديد التربوي و التجريب ، دليل بيداغوجيا الإدماج ، بدون طبعة ، وزارة التربية الوطنية و التعليم العالي و تكوين الأطر و البحث العلمي للملكة المغربية ، المغرب ، بدون سنة ، ص 15 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

بالبرنامج الدراسي المقرر¹.

فتسمح لنا الوضعية الإدماجية بإقامة العلاقة بين مختلف التعلّات بوضع المتعلمين بعد مرورهم بمراحل التعلم المطلوبة في وضعيات مركبة من أجل أدائها بأنفسهم² ، ومنه فالوضعية الإدماجية هي وضعية مشكلة تقويمية يمكن من خلالها معرفة مدى نمو الكفاءة المطلوبة للمتعلم³ . فمن خلال الوضعية الإدماجية يمكن إرساء الموارد في وضعيات مشكلة هدفها إما التدريب على الإدماج أو تقويم القدرة على الإدماج من أجل الوقوف على نمو الكفاءة⁴ . و في ما يلي نموذج للوضعية الإدماجية الخاصة بإختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط :

40 متر				
10 م	4 م	6 م	10 م	10 م
				
الوصول			الإطلاق	
تصويب كرة يد نحو أهداف دائرية غير متساوية الأبعاد	التقل عبر دوائر برجل واحدة	التقل عبر فضاءات غير متساوية الأبعاد بالرجلين مضمومتين	التقل بين معالم بتتنطيط كرة السلة	جري على خط مستقيم باجتياز 3 حواجز العلو 40 سم

الشكل رقم 10: يوضح الوضعية الإدماجية الخاصة بإختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية⁵ .

4-4- مكونات الوضعية الإدماجية: تصاغ الوضعية الإدماجية حسب غزافي ريجيرس 2000 اعتمادا على ثلاث مكونات هي :

- أ- **السياق** : وهي المعلومات الضرورية لحل المشكلة⁶ .
- ب- **السند أو السندات** : فهي عبارة عن المعلومات التي سيوظفها المتعلم بشكل داعم للسياق يصف محيط الوضعية⁷ .

¹ 3 محمد الطاهر وعلي ، **الوضعية الإدماجية**، نفس المرجع السابق ، ص 19 ، ص 32 ، ص 33 .

² المركز الوطني المغربي للتجديد التربوي و التجريب ، نفس المرجع السابق ، ص 18 .

⁴ محمد الطاهر وعلي ، **الوضعية المشكلة التعليمية في المقاربة بالكفاءات** ، نفس المرجع السابق ، ص 140 .

⁵ وزارة التربية الوطنية للجنة الوطنية للمناهج ، **طبيعة اختبارات مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط** ، مرجع سبق ذكره ، ص 4 .

⁷ المركز الوطني المغربي للتجديد التربوي و التجريب ، نفس المرجع السابق ، ص 53 .

ج-التعليمية : وهي المهمة المطلوب من المتعلم أدائها .¹

4-5- شروط صياغة و بناء الوضعية الإدماجية :

- ينبغي عند بناء الوضعية الإدماجية ربط عناصر التعلم ببعضها البعض بتوظيف مكونات الكفاءة بشكل إدماجي .²
- أن يواجه فيها المتعلم مشكل ينبغي عليه تجنيد فيه موارده لحلها بحيث يكون هذا المشكل له علاقة بالكفاءة المراد تقويمها .
- أن تكون مركبة أي أن حلها يتطلب من المتعلم تجنيد موارده .
- أن تكون مراحلها متداخلة و مأخوذة من عدة نقاط من البرنامج الدراسي المقرر من أجل الوقوف الفعلي على أثر هذا البرنامج .
- أن تمكننا من الوقوف على نجاعة الأهداف التربوية .
- أن تكون ذات دلالة لها معنى و هدف .³

4-6- أهمية الوضعية الإدماجية :

- تساعد جميع المتعلمين في الوقوف على نقاط تعلمهم و كيفية توظيفها.
 - تبرز و تمكن المتعلم من معرفة الفرق بين النظري و التطبيقي.
 - تساعد في تحديد نقاط القوة و الضعف الخاصة بكل متعلم و إيجاد الحلول .
 - تسمح بالوقوف و إبراز مكانة كل عملية تعليمية و ربط جوانبها المختلفة و تحديد مكانتها .⁴
 - تجعل المتعلم قادرا على توظيف مكتسباته و تنظيمها .
 - تعطي للمعلم و المتعلم التغذية الراجعة عن العملية التعليمية التعليمية .⁵
- 4-7- مميزات الوضعية الإدماجية :هي وضعية يكون فيها المتعلم هو محور عملية التعلم فبهذا تتكامل و تحقق بيداغوجيا المقاربة بالكفاءات بحيث تسمح تجنيد العديد من الكفاءات بشكل مترابط يمكن المتعلم من إظهار كفاءته و فهم مدلول مختلف تعلماته .⁶

¹ محمد الطاهر وعلي ، الوضعية الإدماجية، نفس المرجع السابق، ص 33 ، ص 34 .

² محمد الطاهر وعلي ، بيداغوجيا الكفاءات ، مرجع سبق ذكره ، ص 16 .

⁴ www.elbassair.com,22/12/2016,9: 54, p4.

⁵ المركز الوطني المغربي للتجديد التربوي و التجريب ، نفس المرجع السابق ، ص 19 .

إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية

4-8- إعداد الوضعية الإدماجية: لإعداد الوضعية الإدماجية يتطلب إتباع الخطوات التالية :

- تحديد الكفاءة المراد تقييمها .
- بناء خطوات و مراحل ذات علاقة بالكفاءة .
- صياغة السندات و التعليمات بشكل واضح مراعيًا بذلك المرحلة العمرية و الدراسية للمتعلمين.
- تحديد مؤشر كل معيار في عملية التصحيح .
- إعداد شبكة التصحيح و التي من خلالها تمنح النقطة للمتعلم ¹.

أما فيما يخص الوضعية الإدماجية المدرجة في إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط فيراسل الديوان الوطني للإمتحانات و المسابقات مفتشي مادة التربية البدنية و الرياضية عبر التراب الوطني لإعدادها و إقتراحها بحيث تكون مراعيًا جوانب الإعداد السابقة الذكر ، بعد ذلك يتم مناقشتها من طرف اللجنة التقنية الوطنية ثم يقوم الديوان الوطني للإمتحانات و المسابقات مراسلة مديريات التربية بجميع ولايات الوطن 15 يوم قبل الإختبار ليتولى بعد ذلك مفتش المقاطعة بدراسة الوضعية الإدماجية و النشاطات المقررة في الإختبار (الجري السريع 60 م ، الوثب الطويل ، دفع الجلة) ، بعد ذلك يقوم بالتنسيق مع مديرية التربية للولاية لإختيار أحسن المراكز من أجل توفير الظروف المناسبة من مرافق ووسائل لكي تتماشى مع طبيعة الإختبار ².

خلاصة :

إن إختبار التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط يمكن المختصين في إعداد المناهج و برامج المادة من الوقوف الفعلي على مستوى التعلّمات التي قدموها للمتعلمين خلال السنة الدراسية بسبب تكامل موضوعات الإختبار مع المناهج و البرامج الدراسية المقررة وبالتالي يمكن مساعدة المتعلمين على تحقيق أحسن النتائج للحصول على النتيجة المرغوبة التي تساعدهم في الحصول على نقطة توافق النتيجة المتحصلة و التي تحسب في المعدل العام الذي يساعدهم للحصول على شهادة التعليم المتوسط و بالتالي الإنتقال لمرحلة التعليم الثانوي ولهذا وجب الإعداد الجيد للمتعلمين في النشاطات الجري سريع 60 م و الوثب الطويل ودفع الجلة و الوضعية الإدماجية وفهم متطلبات الأداء والعناصر و القوانين المكونة لكل نشاط لبلوغ الأهداف و تحقيق النتائج المرغوبة .

¹ محمد الطاهر وعلي ، الوضعية الإدماجية، نفس المرجع السابق ، ص 44 .

² وزارة التربية الوطنية اللجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة إختبارات مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم

المتوسط ، مرجع سبق ذكره ، ص 5 .

الفصل الثالث

النمو في مرحلة المراهقة

14-17 سنة

تمهيد :

يقابل الفترة العمرية التي يمر بها متعلمو السنة الرابعة متوسط في الجزائر سن 14 إلى 17 سنة والتي تقابل بدورها مرحلة نهاية المراهقة المبكرة و مرحلة المراهقة المتوسطة إذ أنه في هذه المرحلة تطرأ العديد من التغيرات على المتعلمين ذكور و إناث نتيجة النمو السريع وهذا ما نلاحظه على الجوانب التكوينية و الوظيفية للمتعلم إذ أنه يخضع في هذا السن إلى العديد من العمليات الخاصة بالنمو و التي تتحكم فيها جملة من العوامل و هذا ما ينعكس على جوانب النمو المختلفة . و في هذا الفصل سنتناول مفهوم المراهقة و مصادر اضطرابها و الخصائص المميزة في هذه الفترة و العوامل التي تؤثر على التغيرات عند المراهقين ، لنعرج بعدها على النمو في المرحلة العمرية 14 إلى 17 سنة ، من مبادئه و العوامل المؤثرة فيه و قياسه و أخيرا جوانب النمو المختلفة من جانب عقلي و إجتماعي و إنفعالي و حسي و حركي و جسمي و بدني .

المبحث الأول : مدخل للمراهقة

1- المراهقة :

أ- لغة : و تعني التدرج و أصلها من الرهق أي بمعنى قارب البلوغ أو إقتراب من الشيء أو إقتراب من الإحتلام .¹

ب- إصطلاحا : و تعني التدرج نحو النضج الجسمي و العقلي و النفسي و الإجتماعي و العاطفي فالنمو يسير بطريقة تدريجية .²

ج- مفهوم المراهقة : يرى (رولف موسي Relf Muuss) أن المراهقة هي الفترة التي تأتي بين الطفولة و بداية الرشد حيث يحدد مدة هذه الفترة العديد من المتغيرات³ ، و تبدأ هذه المرحلة بعد بلوغ الطفل و تنتهي مع بداية الرشد .⁴

و يعتبر البلوغ (Puberty) مشتق من اللفظ Pubes بمعنى الشعر ، حيث يبدأ البلوغ مع الظهور

¹ سعد رشيد الأعظمي ، أساسيات علم النفس الطفولة و المراهقة ، بدون طبعة ، دار جهينة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2007 ، ص 57.

² إيمان أبو غربية ، التطور من الطفولة حتى المراهقة ، الطبعة الأولى ، دار جرير للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2007 ، ص 175 .

³ أبو بكر مرسي محمد مرسي ، أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي ، الطبعة الأولى ، مكتبة النهضة المصرية للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2002 ، ص 22

⁴ ثائر أحمد غباري و خالد محمد أبو شعيرة ، سيكولوجية النمو الإنساني بين الطفولة و المراهقة ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 ، ص 224 .

الأول للشعر فوق العانة بالمناطق التناسلية للجسم مما يعني بداية النضج الجنسي و بالتالي فإن المراهقة هي المرحلة التي تمتد بين البلوغ و تحقيق النضج الجنسي الكامل ، فالبلوغ جزء من المراهقة و ليس مرادفا لها ¹.

و ترى كوب (Cobb 2001) أن لمفهوم المراهقة ثلاث توجهات و هي التوجه البيولوجي و التوجه السيكولوجي و التوجه الإجتماعي فهذه التوجهات تكون متحدة و متكاملة مع بعضها البعض لتعطينا مفهوم شامل و منطقي و صورة عن مرحلة المراهقة وهي كالتالي :

- **المفهوم البيولوجي للمراهقة** : يشير هذا التوجه إلى مختلف التغيرات البيولوجية و الجسمية التي تحدث للمراهق إنطلاقا من مرحلة البلوغ و صولا إلى مرحلة الرشد و التي تكون كنتيجة لعمل الغدد و الإفرازات الهرمونية الكبيرة التي تشهدها هذه المرحلة و تكون ذات سرعات زمنية مختلفة بين الأفراد و تؤدي إلى إحداث الفروق الجسمية كالطول و الوزن بين الأفراد .

- **المفهوم السيكولوجي للمراهقة** : يشير هذا المفهوم إلى ضرورة تشكيل هوية المراهقين لتحقيق الإحساس بالذات من أجل عبور مرحلة الطفولة ، و كذا ما يميز هذه المرحلة من توتر و ضغوطات التي تبدأ مع البلوغ و النمو المعرفي و التغير في العلاقات الإجتماعية و هي كنتيجة أيضا للتغيرات الواضحة في شكل الجسم كالطول و الوزن و شكل الجسم بصفة عامة مما يؤدي إلى ردود أفعال الآخرين نحوهم و كيفية تقبل المراهقين لذلك وكذلك ما تشهده هذه المرحلة من إستنارات جنسية .

- **المفهوم الإجتماعي للمراهقة** : يظهر المراهقين في هذه المرحلة بشكل لا يتمتع بالإكتفاء الذاتي و العديد من التقلبات و ردود الأفعال مختلفة الشدة و بالتالي فهم غير راشدين و غير إعتمايين كذلك فهم ليس بأطفال ².

2- مصادر إضطراب المراهقة : هناك العديد من المصادر إضطراب المراهقة نذكر منها ما يلي :

- خصائص المراهق و حاجاته البيولوجية و إنعكاسها على حالاته النفسية و صراعه معها .
- محاولة المراهق إيجاد مكانة إجتماعية و رغبته في الشعور بالإستقلالية و تكوين هوية واضحة و مستقرة .
- محاولة المراهق التأثير على الآخرين بالإهتمام به بالتأنق في الملبس و التزيين لدى الإناث

¹ أسامة كامل راتب ، النمو الحركي - مدخل للنمو المتكامل للطفل و المراهق - ، بدون طبعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1999 ، ص 131 .

² رغدة شريم ، سيكولوجية المراهقة ، الطبعة الأولى ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 ، ص 23 و 24 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

- و الإنضمام إلى مجموعة الأقران مع ضرورة الخضوع لمعايير الجماعة و الإنتماء لها حتى و إن كانت المجموعة لها خصائص تتعارض مع رغبة المراهق في الإستقلال .
- حيرة المراهق بسبب عدم وضوح الهوية مما يسبب له عدم الإتزان في تصرفاته فهل يعتبر نفسه طفلاً يتصرف كطفل أم ناضجاً و يتصرف كشخص بالغ .
- الخوف من الفشل و القلق من المستقبل من أمور مجهولة قد تعرض الأمن النفسي للمراهق وشعوره بالإستقرار .
- الصراع مع الآباء بسبب سوء الفهم من قبل الطرفين فدائماً يخبر الآباء الأبناء بعدم رضاهم عن سلوكهم الطفولي بسبب رغبتهم اللاشعورية في أن يكبر أبنهم أو بنتهم ، بينما قد يفضل بعض المراهقين البقاء كأطفال من أجل ضمان بقاء الحماية و للهروب من تحمل المسؤولية و لتجنب مواجهة الفشل .¹

3- خصائص فترة المراهقة :

- هي فترة تغيرات سريعة في النواحي النفسية و الجسدية و العقلية .
- هي فترة إنتقالية فاصلة بين الطفولة و الرشد .
- تعتمد على المجتمع فهي قادرة أن تطول أو تقصر وذلك حسب حضارة و خصائص كل مجتمع و العلاقة القائمة بين أفراداه .
- النمو الجنسي و إضطراب في السلوك نتيجة لعدة عوامل إحباطية قد يتعرض لها المراهق في الأسرة أو في المدرسة و في المجتمع فالكبت و الإحباط هو الذي يؤدي بالمراهق إلى العناد و السلبية و عدم الإستقرار .²

4-العوامل التي تؤثر على التغيرات عند المراهقين :

- شخصية المراهق و حالته الإجتماعية و الإقتصادية و الثقافية و نوع المجتمع الذي يعيش وسطه المراهق .
- الإتجاه الديني عند المراهق فالتدين يخفف من حدة المراهقة و التكوين النفسي و العلمي للمراهق .³

¹ رمضان محمد القذافي ، علم نفس النمو الطفولة و المراهقة ، بدون طبعة ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 1997 ، ص 372 .

² سعد رشيد الأعظمي ، نفس المرجع السابق ، ص 59 .

³ علي فالح الهنداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 345 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

- 5- مراحل المراهقة :** أجمع العديد من الخبراء و الأخصائيين أن المراهقة مرحلة متكاملة فيما بينها إلا أنه يمكن تقسيمها إلى ثلاث مراحل تبعا لبعض الخصائص على النحو التالي :
- مرحلة المراهقة المبكرة بين 12 إلى 14 سنة و هي تقابل مرحلة تعليم المتوسط في الجزائر .
 - مرحلة المراهقة المتوسطة بين 15 إلى 17 سنة و تقابل أيضا مرحلة التعليم المتوسط و بداية المرحلة الثانوية في الجزائر .
 - مرحلة المراهقة المتأخرة بين 18 إلى 21 سنة و تقابل مرحلة التعليم الجامعي في الجزائر ¹ .
- و إنطلاقا من التقسيمات السنوية المرتبطة بمرحلة المراهقة فمرحلة المراهقة المتوسطة هي مرحلة تتميز بالقرب من مرحلة المراهقة المبكرة ² .
- حيث تعتبر مرحلة المراهقة المتوسطة همزة الوصل بين المراهقة المبكرة و المراهقة المتأخرة ، بحيث تمتاز هذه المرحلة بإستقراض إحساس الفرد بذاته و كيانه و ظهور القدرات الخاصة لديه ³ .
- و يتم تنظيم التعليم الأساسي الإجباري في الجزائر بتسع سنوات (5 سنوات في التعليم الإبتدائي و 4 سنوات في التعليم المتوسط) من سن السادسة إلى سن السادسة عشر ⁴ .
- و إنطلاقا من الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها فإن متعلمي السنة الرابعة متوسط يتراوح أعمارهم بين 14 سنة و 17 سنة كأقصى تقدير و طبقا لعينة الدراسة فإن المرحلة السنوية التي سندرستها هي 14 إلى 17 سنة أي هي المرحلة الممتدى من نهاية مرحلة المراهقة المبكرة إلى مرحلة المراهقة المتوسطة .
- 6- النمو في مرحلة المراهقة 14 إلى 17 سنة :**

- 6-1- معنى النمو :** يقصد بالنمو مختلف العمليات المتتابعة التي تحدث للفرد في مجال معروف و محدد تكون نتيجته تغيرات سلوكية و نمائية ⁵ .
- و يعرف أيضا بأنه سلسلة متتابعة و متماسكة من التغيرات التي تحدث عبر عدة مراحل

¹ علي فالح الهنداوي ، علم النفس الطفولة و المراهقة ، الطبعة الثانية ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، الإمارات العربية المتحدة ، سنة 2002 ، ص 290 ، ص 325 .

² رمضان محمد القذافي ، نفس المرجع السابق ، ص 356 .

⁴ عبد العزيز رحمون ، دراسة القانون التوجيهي للتربية الوطنية ، المفتشية العامة ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2009 ، ص 3 .

⁵ مريم سليم ، علم النفس النمو ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية بيروت ، لبنان ، سنة 2002 ، ص 13

مختلفة و للنمو مظهران رئيسان هما :

أ- المظهر التكويني : و يعني نمو الفرد في الحجم و الوزن هذا من جهة المظهر الخارجي و ينمو داخليا تبعا لنمو أعضاء جسمه المختلفة .

ب- النمو الوظيفي : و هو نمو الوظائف الجسمية و العقلية و الإجتماعية .¹

6-2- مبادئ النمو : عملية النمو لأي فرد هي عملية منظمة لها قوانين و مبادئها التي تتحكم فيها في مختلف المراحل السنوية من الولادة إلى غاية آخر عمر من حياة الإنسان .² و يخضع النمو إلى مبادئ هي :

أ- يتضمن النمو تغيرا كميًا و كيفيًا : حيث يكون النمو كميًا من الجانب التكويني الذي تتضح معالمه على الفرد في مختلف المراحل العمرية كالزيادة في الطول و الوزن و كذلك مختلف أعضاء جسمه و يكون كيفيًا من خلال التغيرات المختلفة لوظائف الجسم كالتحكم في مختلف الحركات الجسمية و ضبطها ... ، حيث أن هذه التغيرات الكيفية راجعة إلى التغيرات الكمية و تتجلى في الصورة (الجسمية و العقلية و الحسية و الحركية ...) .³

ب- كل مرحلة من مراحل النمو تتسم بصفات و مظاهر خاصة : يقسم النمو إلى مراحل عبر العديد من الأسس و الخصائص التي ترتبط بالنمو الجسمي و النمو النفسي و أسس تطور الجوانب العقلية و البيولوجية فينتق جميع الأخصائيين بأن كل مرحلة لها صفاتها الخاصة و المميّزة بغض النظر عن أي عامل آخر حيث تتميز كل مرحلة بإختلاف سرعة النمو التكويني و النمو الوظيفي مثل مرحلة المراهقة المبكرة و المتوسطة و المتأخرة .⁴

ج- النمو عملية مستمرة و متدرجة : وفقا لجميع المراحل فإن النمو عملية مستمرة و متدرجة فكل مرحلة تتأثر و تؤثر في المرحلة التي قبلها بحيث لا توجد أي توقفات أو فواصل أو نقائص في حالة النمو العادي و لكن يوجد نمو كامن و نمو ظاهر و نمو بطيء و نمو سريع .⁵

¹ عبد العزيز حيدر حسين الموسوي ، علم النفس النمو و نظرياته ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع و مؤسسة دار الصادق الثقافية ، عمان و بغداد ، الأردن و العراق ، سنة 2013 ، ص 26 ، ص 30 و 31

² علي فالح الهنداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 25 ، ص 27 .

⁵ مريم سليم ، نفس المرجع السابق ، ص 17 .

د- معدل النمو غير ثابت و لكل جانب من النمو معدله الخاص : فلكل مرحلة فترتها الزمنية

الخاصة تتحدد بناء على عدة عوامل و معطيات فيمكن ملاحظة تغيرات سريعة تحدث في بعض الأحيان و هناك تغيرات تطول في بعض المراحل عن مجالها الزمني ، فجوانب النمو المختلفة لا تنمو جميعا بمعدل واحد فهناك جوانب تكون أكثر بروزا في مرحلة على مرحلة أخرى .¹

و- يخضع النمو لمبدأ الفروق الفردية : بحيث يخضع الأفراد فيما بينهم من حيث سرعة النمو من الجوانب التكوينية و الوظيفية بالرغم من أن جميعهم يمر بمرحلة سنوية واحدة مثلما نشاهده في الطول و الوزن و مستويات الإنجاز و كذلك فهم يختلفون في توقيت العبور من مرحلة إلى مرحلة أخرى وما نشهده من فروق واضحة في النمو لدى الجنسين (ذكور - إناث) .²

هـ- يتجه النمو من الرأس إلى القدمين : يتجه النمو في تطوره العضوي و الوظيفي إتجاها طوليا من الرأس إلى القدمين فتكوين وظائف الأجزاء العليا من الجسم يسبق تكوين و وظائف الأجزاء الوسطى و الأجزاء السفلى بشكل مستعرض من الجذع إلى الأطراف و لذا يسبق تكوين و وظائف الأجزاء الوسطى في الجسم عن الأجزاء البعيدة عن الأطراف .³

3-6- العوامل المؤثرة في مراحل النمو : يتأثر نمو الفرد بعاملين أساسيين هما :

- العوامل الفردية التي تتصل بطبيعة الفرد .

- العوامل البيئية التي تتصل بما يكتسبه الفرد من بيئته من سمات و خصائص .⁴

أ- العوامل الفردية : وتضم كل من العوامل الوراثية و البيولوجية

أولا- العوامل الوراثية : حيث أن كل فرد يكتسب الخصائص و السمات المتعددة عن طريق والديه نتيجة إكتسابه للجينات العديدة التي توجد في الصبغيات فبالتالي فإن الفرد يأخذ جميع خصائصه الوراثية من والديه إلا في بعض الحالات عندما تكون هناك طفرة وراثية و هذا ما نلاحظه في التشابه الكبير في النواحي التكوينية و النفسية للأفراد مع والديهم .⁵

¹ عبد العزيز حيد حسين الموسوي ، نفس المرجع السابق ، ص 32

² علي فالح الهنداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 30

³ مريم سليم ، نفس المرجع السابق ، ص 18 .

⁴ هند عبد الكريم و مصطفى حسين علي ، مناهج البحث في علم النفس النمو ، الطبعة الأولى ، جوبيتر للخدمات الأكاديمية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 ، ص 33 .

⁵ بدرة معتصم ميموني و مصطفى ميموني ، سيكولوجية النمو في الطفولة و المراهقة ، بدون طبعة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، سنة 2010 ، ص 13 .

ثانيا- **العوامل البيولوجية** : ترتبط العوامل البيولوجية بالعوامل الوراثية كسيرورة نمو الأجهزة الوظيفية كالدماغ و عمل الجهاز العصبي و العضلات و كذا الغدد التي تلعب دورا كبيرا في التحكم في مختلف وظائف الجسم و مختلف الخلايا¹ ولكن قد تتأثر العوامل البيولوجية بعوامل غير وراثية كسوء التغذية أو الأمراض .²

ب- العوامل البيئية : و يقصد بالعوامل البيئية الوسط الذي يعيش فيه الفرد كالمستوى الإقتصادي للأسرة و المستوى الثقافي أيضا لها وكذلك مختلف الخبرات التي يمر بها الفرد في مختلف المراحل ، و كذلك أساليب التنشئة الإجتماعية للوالدين و المدرسة و الأفراد الذين من حوله حيث يتأثر الفرد عبر الأسرة التي يعيش وسطها ثم المدرسة و الجيران و الرفاق في مختلف سنوات العمر و كذلك وسائل الإعلام التي يتعرض لها و بالمنشآت الإجتماعية كالمستشفيات و مرافق الترفيه ... وكذلك الوسط الجغرافي من عادات و تقاليد و المناخ و التغذية .³

6-4- قياس النمو عند المراهقين : إنطلاقا من خصوصية المرحلة العمرية و الخصائص المميزة لها كالتغيرات السريعة في جميع جوانب النمو يمكن قياس النمو بناءا على التغيرات في الأبعاد التالية:

أ- **التغير في الأبعاد الطبيعية** : وهي مختلف التغيرات التي تحدث على أطوال و محيطات و أعراض و أوزان الجسم .

ب- **التغير في مقدار الظواهر السلوكية** : و يمكن ملاحظتها و قياسها من الحصائل السلوكية إنطلاقا من نقطة معينة كتعلم مهارة أو تحسن أو تطور في صفة بدنية ما مع ضرورة إيجاد وحدة قياس كقياس الوقت بالثواني أو عدد المحاولات الناجحة في تسديد الكرة على المرمى ...

ج- **التغير في النسب** : كتغير في نسبة الكتلة العضلية أو الدهنية ...

د- **التغير من حيث إختفاء الخصائص القديمة** : يمكن قياس تغير فالخصائص القديمة كالعنف أو الإنطواء ...

هـ- **التغير من حيث ظهور صفات جديدة** : حيث تختلف التغيرات على حسب المراحل و إكتساب الخبرات الجديدة .

¹ مريم سليم ، نفس المرجع السابق ، ص 22 و 23 .

² بدرة معتصم ميموني و مصطفى ميموني ، نفس المرجع السابق ، ص 15 .

³ علي فالح الهنداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 48 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

و- التغير في معدلات التغير : يحدث للفرد التغير كالزيادة أو النقصان فعمليات

التغير لا تحدث بمعدل ثابت فهي تخضع للعديد من المتغيرات .

ز- التغير فيما يستطيع الفرد أن يقوم به من واجبات : فالنمو مرتبط بمختلف

الواجبات التي يمكن للفرد أن يقوم بها فواجبات النمو هي كل ما يتوقع من المتعلم أن يتعلمه في مرحلة معينة نتيجة الخصائص و الخبرات التي يمر بها في تلك المرحلة¹ .

المبحث الثاني : جوانب النمو في المرحلة العمرية 14-17 سنة :

يطراً على مرحلة النمو 14-17 سنة العديد من العمليات العقلية و الإجتماعية و الإنفعالية و الحسية و الجسمية و الحركية و البدنية بشكل منتظم و مستمر الذي ينعكس على الجوانب التكوينية و الوظيفية للفرد ،² و يمكن إبراز خصائص جوانب النمو في التالي :

1- النمو العقلي : يشمل النمو العقلي جميع النشاطات الإدراكية التي تتعلق بحياة الفرد حيث

تتضمن مختلف الوظائف و القدرات العامة العقلية ثم القدرات الخاصة التي يمتلكها المتعلم

في الجانب الإدراكي³ ، بحيث يقترب معدل الذكاء من التفاعل إلى حده الأقصى في سن

17 سنة أما القدرات الخاصة فيتميز نموها بالإضطرابات العديدة كالمقدرة اللفظية أو الرياضية

أو الميكانيكية و كذا سرعة الإدراك و التذكر و تظهر القدرة على الإبتكار و يتميز إنتاج الفرد

بالأصالة كما أن طريقة التفكير و التذكر تكون واضحة و كذا التعبير عن النفس بالخطابة

أو الكتابة أو التأليف ينتج عنه عدة حصائل ذاتية كما نميز فروق عديدة بين الذكور و الإناث

بحيث يميل الذكور إلى الموضوعات الميكانيكية الرياضية العددية و الحركية العامة التي

تتطلب القوة و المثابرة ، و تتفوق الإناث في النواحي اللفظية و الأدبية و الفنية و الجمالية

التي تتميز بالدقة .⁴

2- النمو الإجتماعي : يعتمد النمو و تكيف الفرد مع هذه المرحلة العمرية على خبراته

¹ عبد القادر كريم رضوان ، علم النمو و التطور ، الطبعة الرابعة ، الجامعة الإسلامية غزة ، فلسطين ، سنة 2009 ، ص 16 و 17 و 18 .

² مایسة أحمد النیال ، المراهقة ، بدون طبعة ، الجزء الثاني ، دار المعرفة الجامعية ، السويس ، مصر ، سنة 2009 ، ص 45 .

³ علي فالح الهداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 328 .

⁴ ستيفن هارد - ترجمة مجموعة من الخبراء - ، مشكلات الطفولة و سيكولوجية المراهقة طرق علاجها ، الطبعة الأولى ، جويبتر للخدمات الأكاديمية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 ، ص 160 و 161 .

الإجتماعية الأولى بحيث تكون إتجاهاته نتيجة تلك الخبرات فكما كانت بيئة المراهق سوية ساعده ذلك على تكوين علاقات إجتماعية سوية ، في هذه المرحلة و ما يليها من مراحل فتكوين شخصيته تحدث كنتيجة تحصيلية لعاملين المراهق ذاته ثم البيئة المحيطة بها و ما فيها من مؤثرات فيتفاعل مع المجتمع الذي يعيش فيه من ثقافة و تقاليد و أخلاق و نظم إجتماعية تحيط به وما يفرضه عليه من أنماط و سلوكات تقتضي التكيف معها فيحاول في بعض الأحيان أن يمثل من نفسه رجلا فهو يملك جسم رجل إلا أنه يقوم بتصرفات غير ناضجة لأنه لم يملك بعد إتران الرجولة و نضجها .¹

فيتميز النمو الإجتماعي في هذه المرحلة بمسايرة الجماعة و الرغبة في تأكيد الذات فهو يحتاج إلى نماذج إجتماعية تكون قدوة له و غالبا ما يتجه إلى الوالدين من خلال تكوين مبادئ و إتجاهات و معتقدات و قيم التي غالبا ما تصبح أفكاره و أرائه .

و يميل المراهق في هذه المرحلة إلى مساعدة الآخرين و مشاركتهم مشاركة وجدانية و بالتالي فستكون فرصة جيدة لأداء مهام إجتماعية كالمسؤولية وفهم ومناقشة المشكلات الإجتماعية فهو قادر على بذل الجهود في سبيل جماعته مما يدفعه إلى بذل جهود إتجاه جماعة خارج الأسرة و تتميز العلاقة بينه وبين أصدقائه بدرجة كبيرة من التواصل و الثقة بحيث يقضي معهم وقت أكبر من الأسرة و يميل إلى الزعامة بحيث يبدو أكثر إستقلالية عن الأسرة في أعماله و قراراته . و يصبح أكثر حساسية إذا ما وجه له النقد و يميل إلى مقاومة السلطة سواء كان في المنزل أو في المدرسة خاصتا مع أولئك الذين لا يعطون لهم المجال في الديمقراطية في المناقشة و السؤال و المشاركة في القسم أو خارجه فيزيد ميل المراهق إلى نقد ما حوله من قيم و معتقدات و معايير إجتماعية بدافع منه كرجبة في الإصلاح أو الوصول إلى ما يراه هو كصواب .

و لهذا وجب علينا خلق للمراهق في هذه المرحلة مناخ إنفعالي و إجتماعي متسامح مملوء بالإتجاهات و المشاعر الإيجابية حتى ينمو المراهق نمو سليما من الناحية الإجتماعية .²

3-النمو الإنفعالي : ترتبط إنفعالات المراهق بالتغيرات العضوية الداخلية و ما يصاحبها من مشاعر وجدانية و تغيرات فيزيولوجية و كيميائية داخل الجسم وكذلك ترتبط إنفعالاته ببيئته الخارجية التي تحيط به فهي بمثابة مثير لهذه الإنفعالات فنتسم إنفعالاته بالحدة إذ تجتاحه ثورة من القلق و الضيق

¹ علي فالح الهنداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 336 .

² ستيفن هارد - ترجمة مجموعة من الخبراء-، نفس المرجع السابق ، ص 163 و 164 .

فيكون ثائر على الأوضاع منفعلا مع الكبار كثير النقد لهم و تعود إنفعالاته لكونه يريد الإستقلال كالكبار في حين أنه ما يزال يعتمد على الآخرين و هذا ما يوقعه في تناقضات قد تكون عنيفة في بعض الأحيان فتسبب له هذه التناقضات العديد من الإضطرابات ويقع بذلك المراهق في حالة إحباط شديد و يصبح ما يشغل بال المراهق هو مستقبله وما يجده من صعوبات بحيث أنه لا يملك خبرة في تخطيط و توفير السبل لتحقيق ذلك .¹

فتستمر في هذه الفترة الحساسة الإنفعالية و التقلب الوجداني مع نمو الشعور بالحب نحو الجنس الآخر و يستمر شعوره بالقلق و إستعداده للتمرد و تحطيم الحواجز حوله و لكنه مازال يخشى السلطة الإجتماعية و يخاف منها فهو يثور مع زملائه في المدرسة ولكنه مازال يخشى السلطة في المدرسة و ما قد تقوم به للإنتقام منه من وجهة نظره إذ ما قام بالتخريب في المدرسة مثلا ، فيخاف الإمتحانات لأنه يخاف الفشل و الذي سوف تكون أثاره شديدة على مكانته بين أسرته و أصدقائه .

و كذلك تتميز هذه المرحلة بإتجاه الذكور نحو المغامرة و العنف و تلجأ الإناث إلى أحلام اليقظة و التخيل هربا من المواقف المحرجة فالحالات الإنفعالية في هذه المرحلة مرتبطة بالحالة الفسيولوجية كعمل الغدد التي تصل إلى حدها الأقصى و نمو جهاز الدوري و التنفسي فمن الضروري تدريب المراهق على التحكم الإنفعالي و التنفس الإنفعالي المناسب و تعليمه الإستجابات الإنفعالية المتنوعة و يكون للوالدين و المدرسة القدرة على مساعدة المراهق في ضبطها حتى يتمكن من ترويض للإنفعالات دون أدنى كبت أو حساسية .²

و تزداد في هذه المرحلة القدرة على إكتساب المهارات و المعلومات و التفكير و الإستنتاج و تبدأ الفروق العقلية بين الأفراد في الظهور مع زيادة القدرة على الإنتباه و التركيز و الملاحظة و التذكر و القدرة على النقد و إدراك العلاقات و الإهتمام الكبير بالجسم نتيجة التغيرات المفاجئة في النمو وقد يبدو الخجل على البعض بسبب بعض المظاهر الجسمية و محاولة التكيف معها وهذا ما ينعكس بالإيجاب أحيانا وبالسلب أحيانا أخرى .³

4-النمو الحسي : في هذه المرحلة تكون الحواس الخمس قد إكتملت التكوين و الوظيفة و يرتبط أداؤها بالإدراك من خلال معالجة جميع المواقف الشيء الذي تفسره مختلف الإستجابات لأي مثير

¹ علي فالح الهداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 332 و 333 .

² ستيفن هارد - ترجمة مجموعة من الخبراء-، نفس المرجع السابق ، ص 162 و 163 .

³ محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، الطبعة التاسعة ، دار المعارف ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 1994 ،

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

يصله و هو ما ينعكس بالإيجاب على قدرة الدماغ و الوصلات العصبية لإكمال نضجها و مقدرتها على أداء وظيفتها على أكمل وجه .¹

5-النمو الجسمي و البدني 14-17 سنة : تبدأ التغيرات الجسمية للمراهق أثناء فترة البلوغ مما يحدث إختلاف كبيرا في المظاهر الجسمية بين الذكور و الإناث ،² كنتيجة لنشاط الغدد الجنسية .³ فتختلف الفترة الزمنية التي يصل فيها كل من الذكور و الإناث إلى الخصائص الجنسية الأولية ذات العلاقة بظهور السائل المنوي و الدورة الشهرية وتشير الموسوعة الطبية Medical Encyclopedia 2003 أن ظهور السائل المنوي عند الذكور سواء عن طريق القذف Ejaculation أو عن طريق الإحتلام Wet dreams يمكن أن يظهر في فترة ما بين (13 إلى 17 سنة) بمتوسط قدره 14.5 سنة وينكر لاهي (Lahey 2001) أن الطمث أو العادة الشهرية تحدث عند الإناث لأول مرة في متوسط عمر قدره 12.5 سنة فبذلك فإن إنتاج الحيوانات المنوية عند الذكور يتأخر عن توقيت حدوث الدورة الشهرية عند الإناث بمقدار عامين و يختلف هذا حسب البيئة و هو ما يفسر تأخر نمو الذكور عن الإناث في بداية البلوغ⁴ ، فنشاط الهرمونات عند الذكور و الإناث مرتبط بظهور الشعر و هي علامة على بداية العمل الوظيفي للجهاز التناسلي فمما الشعر دليل بأن الأعضاء التناسلية أصبحت وظيفية فبداية البلوغ يرجع إلى الإرث الوراثي الجنسي و بعض الخصائص المحيطة و الحالة الصحية العامة للفرد⁵ ، فترتبط العوامل الجسمية التي يتمتع بها الفرد في كل مرحلة عمرية بالمنطقة التي يعيش فيها و أنماط الحياة و المستوى الثقافي و المعيشي⁶ ، فتحدث العديد من التغيرات على المكونات الجسمية و التي تنعكس على الجانب البدني للفرد مما يساعده على تطوير أدائه فبذلك فإنه توجد خصائص و مكونات بدنية خاصة بهذه المرحلة .⁷

¹ علي فالح الهنداوي ، نفس المرجع السابق ، ص 342 .

² صالح محمد أبو جادر ، علم نفس التطوري الطفولة و المراهقة ، الطبعة الثالثة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 ، ص 410 ، ص 412 .

³ تائر أحمد غباري و خالد محمد أبو شعيرة ، نفس المرجع السابق ، ص 233

⁵ Michael P.Mchinley Et Al . **Anatomie et Physiologie**, Maloine, Paris, France ..2014 .P1340 et 1342.

⁶ بهاء الدين إبراهيم سلامة ، الخصائص الكيميائية الحيوية نفسولوجيا الرياضة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 ، ص 233 .

⁷ jack H .Wilmore et David L .Costill , **Physiologie du sport et de l'exercice** , Traduction de la 3 édition américaine , de boeck , Bruxelles ,Belgique,2006, p 372

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

فتتميز هذه التغيرات في الأبعاد الجسمية بتزايد كمي في العديد من المظاهر كالتطول و الوزن و المحيطات و الأعراض¹، و هذا يرجع إلى ثلاث عوامل أساسية هي : العضلات و الكتلة الشحمية و الهيكل العظمي .²

أ- العضلات و الكتلة الشحمية : يرتبط نمو العضلات بزيادة عدد اللويفات العضلية بحيث تتداخل الأبعاد التشريحية فيما بينها مما يؤدي إلى تطور القوة العضلية نتيجة زيادة التوافق العصبي العضلي للفرد و لكن تكون القوة العضلية للإناث أقل من الذكور مهما كانت العضلات المستهدفة.³

فإكتساب الكتلة العضلية خلال مرحلة النمو يرجع إلى زيادة سمك الألياف العضلية من خلال زيادة عدد اللويفات فيمتد بذلك الليف بالشكل العرضي مصاحبا ذلك زيادة في طول المقطع العضلي ، فالكتلة العضلية تزداد بشكل منظم مما يساعد في إكتساب الوزن من السنوات الأولى إلى المراهقة و لكن في هذه المرحلة العمرية يزداد بشكل خالي من الدهون عند الذكور نتيجة إفراز التسترون و لا نشاهد هذه الظاهرة عند الإناث بل تسجل الإناث زيادة في الخلايا الدهنية مع الكتلة العضلية فتطور الكتلة العضلية عند الذكور مقارنتا بالإناث راجع إلى هذه الخاصية .
فتصل الكتلة العضلية إلى الذروة في سن السادس عشر عند الإناث و يمكن أن تستمر بنسب قليلة حتى سن العشرين ، بينما يتواصل نموها عند الذكور لتبلغ ذروتها في سن الثامن عشر حتى الخامسة و العشرون ، فزيادة نسبة الدهون الجسمية راجع إلى النظام الغذائي و النشاط البدني و الوراثي و عمل الهرمونات و يمكن تفسيره من خلال عمل التسترون عند الذكور و الإستروجان عند الإناث .⁴ ومنه فإن للهرمونات الجنسية دورا هاما في كسب أكبر عدد من الألياف العضلية ،⁵ إلا أنه هناك عدة عوامل المؤثرة في زيادة الوزن نتيجة زيادة الكتلة العضلية و الكتلة الشحمية وهي :

¹ Sébastien Ratel et Vincent Martin , L'enfant et L'activité physique ,E'ditions Déslris ,Paris ,France , 2014 , p 45

^{2 4} jack H .Wilmore et David L .Costill ,OP.CIT , P374 ,p430 et 431 .

³ Rachid Hanifi et Mourad Belhocine ,Bases Physiologiques de L'activité Physique ,Office des publications universitaires ,Alger ,2012 ,P38

⁵ جمال صبري فرج ، القوة و القدرة و التدريب الرياضي الحديث ، بدون طبعة ، دار دجلة ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2012 ، ص 418 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

- الجينات بحيث تلعب الوراثة دورا كبيرا في زيادة وزن الجسم فالأفراد الذين يتم تنشئتهم في نفس البيئة يتشابهون في الوزن مع آبائهم .
 - دافعية الأكل وأنماط الأكل و الأكل المفضل .
 - نقص النشاط الرياضي و الأنماط الحياتية .
 - التفاعل الإجتماعي كالأسرة و الرفاق و المدرسة و المحيط و مختلف التأثيرات المختلفة تؤثر على الزيادة أو النقصان في الوزن .¹
- ب- **الهيكل العظمي** : يزداد الهيكل العظمي بشكل مستمر مع العمر من الطفولة حتى المراهقة .² إذ أن أكثر التغيرات الجسمية وضوحا عند المراهقين في سن 14 إلى 17 سنة هي الزيادة في الطول لكلا الجنسين³ ، فطول يزداد بشكل سريع خلال العامين الأولين من حياة الفرد ثم يلي بعد ذلك ببطء في الطول مع مختلف مراحل الطفولة حتى مرحلة البلوغ ليعود إزدياد الطول بسرعة ثم تبدأ سرعة نمو الطول بتناقص حتى تستقر في سن السادسة عشر و نصف عند الإناث و ثامن عشر عند الذكور .
- فالعظام و المفاصل و الغضاريف و الأربطة تشكل الدعم البنيوي للجسم فتشكل العظام جزء من وزن الجسم تقوم بحماية الأنسجة الحساسة و التي تعتبر هي مخزن الكالسيوم و الفسفور فالبعض منها يستعمل لتشكيل الخطوط الخلوية فتكون العظام لينة ما بين 12 إلى 14 سنة لتتمتع بعدها (L'assification) وهذا التمعظم يختلف مع الزمن بإختلاف العظام⁴ مثل عظام الجمجمة و الغضاريف فأصلها نسيج و كذلك العظام الطويلة⁵ ، فتبدأ في الإلتحام مع بداية البلوغ و ينتهي التمعظم الكلي في سن 12 و بمعدل أقل بالنسبة للإناث مقارنة بالذكور ، فتبلغ سرعة النمو القصوى 12 سنة عند الإناث و 14 سنة عند الذكور⁶ ، و تتعكس سرعة النمو على القياسات الطولية و العرضية و على المحيطات و مقاطع أطراف الجسم في هذه المرحلة العمرية⁷ ، مع ملاحظة

¹ 3 رغبة شريم ، نفس المرجع السابق ، ص 80 و 81 ، ص 79 .

² Sébastien Ratel et Vincent Martin, **OP.CIT**,p 33

⁴ 6 jack H .Wilmore et David L .Costill ,**OP.CIT**,p429

⁵ صلاح الدين محمد أبو الرب ، **علم التشريح** ، بدون طبعة ، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2006 ، ص 72 .

⁷ حسن محمد النواصرة ، **علم التشريح للجهاز الحركي** ، بدون طبعة ، دار الجامعيين للطباعة ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2007 ، ص 19 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

زيادة في النمو الحوض للإناث بشكل واضح تمهيدا لوظيفة الحمل و الولادة¹ ، فسرعة النمو الهيكل العظمي المختلفة تنعكس على نمو الطول الكلي للجسم ، ومن أهم العوامل التي تحدد الطول هي الوراثة و كذا التغذية الجيدة خلال مرحلة النمو و كذلك العمر الذي يبدأ عنده النضج الجنسي الذي يكون له تأثير على إكمال الطول النهائي فالذين ينضجون مبكرا يكونون أكثر قصرا من اللذين ينضجون متأخرا فالنضج الجنسي يؤدي إلى إفراز الهرمونات الجنسية من الغدد التناسلية و تعمل هذه الهرمونات على تثبيط الغدة النخامية عن إنتاج المزيد من هرمونات النمو و العكس صحيح² . وتحدث هذه التغيرات الجسدية المصاحبة لعملية النمو آثار على المراهقين و المتمثلة في ما يلي:

- ميل المراهقين للنوم لساعات طويلة لكي تتمكن أجسامهم للقيام بالوظائف الداخلية الضرورية لمثل هذا النمو السريع .
 - عدم تناسق في النمو بين مختلف الأطراف فهي لا تنمو بنسب منتظمة .
 - يمكن أن تصبح الإناث أكبر حساسية من الوزن نتيجة سرعة إكتسابه .
 - شعور البعض بالقلق بسبب عدم تطوره جسديا بنفس النسق الذي يتطور به أقرانهم .
 - يعاني المراهقين نقص في القدرة على التعبير عن ذاتهم فمع تطور أجسامهم يبدأ في إعادة التفكير في الطريقة التي يتفاعل بها مع الجنس الآخر فالتغيرات التي تحدث عند الإناث كإحتضان والدها و تقبيله أثناء عودتها من المدرسة تشعر بالخل بالقيام بذلك و كذلك الحال بالنسبة للمراهق الذي إعتاد أن يقبل أمه قبل ذهابه إلى النوم يكتفي بالتلويح لها بيديه من بعيد
 - يوجه المراهقون المزيد من الأسئلة المباشرة حول الجنس محاولتا للتعرف إلى قيمهم الجنسية .
- و بالتالي فعلى عدم التوجيه النقد الكثير لهم و التوقف عن مقارنتهم بغيرهم من الأقران و تشجيعهم على النمو الكافي و تفهم حاجياتهم لذلك و تسامح معهم و التسامح مع إهتمامهم الزائد بأجسامهم³ و تنمية الإتجاهات السليمة نحو الجنس الآخر و أن هذه الأمور محكومة بحدود دينية و إجتماعية و مخاطرها و أثارها على المجتمع و السيطرة على الإختلاط المشروط بالتوجيه و الإشراف و توضيح الحدود لكي تكون الحدود واضحة بين العلاقات الإجتماعية و الجنسية⁴ .

¹ سعاد هاشم عبد السلام قصيبات ، علم نفس النمو (الطفولة و المراهقة) ، الطبعة الرابعة ، دار مصراته للكتاب ، مصراته، ليبيا ، سنة 2007 ، ص 97

² رغدة شريم ، نفس المرجع السابق ، ص 79 .

³ صالح محمد أبو جادو ، نفس المرجع السابق ، ص 414

⁴ ستيفن هارد - ترجمة مجموعة من الخبراء-، نفس المرجع السابق ، ص 168 .

6- النمو الحركي : و هو مختلف التغيرات في السلوك الحركي و العمليات المسؤولة عن هذه التغيرات ¹ ، بعد مرور الفرد بفترة زمنية معينة فبذلك النمو الحركي يعبر عن نوع من الحصائل أو النواتج ² ، فالعظام و المفاصل و العضلات الهيكلية هي المكون الرئيسي للجهاز الحركي فدرجة نموها تحدد القدرات الحركية لكل فرد . ³

فللوصول للأداء المثالي في النشاط الرياضي يتطلب الأمر خصائص بدنية و فزيولوجية معينة من أجل الوصول إلى نتائج عالية و تلعب الخصائص كالتطول و الوزن دور مقوم أساسي للبنية التكوينية للجسم فللجنينات و الممارسة دور كبير في تحقيق نتائج على حسب النشاط الرياضي المستهدف ⁴ حيث أنه لكل نشاط رياضي متطلبات جسمية خاصة لتحقيق نتيجة معينة . ⁵

فيلعب النمط الجسمي دور كبير في بعض النشاطات الرياضية فلكل نشاط رياضي مميزات جسمية تساعده على الأداء ⁶ ، فتطوير صفات كالسرعة يتطلب تدريب كبير نتيجة قلة التوجيه الحركي الشيء الذي يؤدي إلى حدوث حركات عشوائية و كذا أداء حركي متصلب و كذلك الخمول كنتيجة للنمو في هذه المرحلة ⁷ ، ويرى ميكلمان و نويهاوس أن هذه الفترة " هي فترة الإضطرابات و الفوضى الحركية إذ أنها تحمل في طياتها بعض الإضطرابات التي تمتد لفترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي " ، حيث نسجل نقص في الرشاقة و يتضح ذلك في الحركات التي تتطلب توافق عصبي عضلي و كذلك تتميز الحركات بعدم الإنتظام و نقص في التوجيه و تكون معظم الحركات عشوائية غير هادفة و عدم القدرة على الإقتصاد الحركي و القوة التي تتناسب نوع الأداء الحركي المطلوب مما يصعب إكتساب المهارات الحركية الجديدة ⁸ ، نتيجة الإضطرابات في الخصائص

¹ بهاء الدين إبراهيم سلامة ، فسيولوجيا الجهد البدني ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 ، ص 59 .

² أسامة كامل راتب ، نفس المرجع السابق ، ص 38 .

³ Jean Paul Dautreleloux, Physiologie et Biologie du sport , 2 éme édition ,Vigot ,Paris, France , 2013, p 76

⁴ jack H .Wilmore et David L .Costill ,OP.CIT , P375 et 382

⁵ أبو العلا أحمد عبد الفتاح و محمد صبحي حسانين ، فسيولوجيا و مرفولوجيا الرياضة و طرق القياس و التقويم ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1997 ، ص 293 .

⁶ محمد حسن علاوي ، نفس المرجع السابق ، ص 99 ، ص 142 .

⁷ مروان عبد المجيد إبراهيم ، النمو البدني و التعلم الحركي ، الطبعة الأولى ، الدار العلمية للنشر و التوزيع و دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 ، ص 66 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

الحركية و يرجع هذا كنتيجة عدم التوافق في نمو العظام الطويلة بسبب عدم تناسب في نمو أطوال الجسم المخلفة¹ ، حيث يلاحظ إتساع الكتفين عند الذكور نسبة للفخذين بينما يزداد نمو الفخذين عند الإناث نسبة للكتفين و الخصر ، فالأطراف عند الذكور تكون أكبر منها عند الإناث كما أن الساقين لديهم أطول من بقية أجزاء الجسم مع إحترام مبدأ الفروق الفردية بين الأفراد .²

بحيث يقل تطور عدو المسافات القصير عند الجنسين بعد الرابعة عشر ثم تتحسن ديناميكية سير الحركات بعد الخامسة عشر و كذلك دقة التصرفات الحركية فهذه المرحلة مناسبة من أجل تحسين قابلية التعلم الحركي ، فالذكور يحدث لهم خلال هذه المرحلة تطور كبير في جري المسافات القصيرة أما الإناث فيقل هذا التطور و كذلك في فعاليات الوثب و تكون أكبر أيضا عند الذكور من الإناث أما في مسابقات الرمي فيوجد إختلاف كبير بين الجنسين فالتطور عند الإناث يكون بشكل أقل و تظهر علامات الثبات في سن السادسة عشر لهن فالمرونة هي الصفة الوحيدة التي تتطور عند الإناث مقارنة بالذكور و لهذا كان من الضروري مراعاة هذه الفروق بين المتعلمين في برامج التربية البدنية و الرياضية المدرسية وبناءا على ذلك فإنه يمكن تطوير مستوى المهارات الحركية الأساسية كالعدو و الوثب و الرمي بعد الخامسة عشر نظرا للميزات هذه المرحلة مع الأخذ بعين الإعتبار الفروق الفردية بين المتعلمين³ ، فالنمو الحركي عملية متداخلة و متكاملة مع الجوانب السلوك المختلفة بحيث أن النمو الحركي و النمو العقلي و النمو الإنفعالي يتأثر كل منهما بالآخر و يؤثر فيه⁴ و يخضع النمو الحركي للمبادئ العامة التالية :

- يعتبر النمو عملية متصلة متدرجة و مستمرة.
- يمثل النمو الحركي عملية متكاملة مع مراحل السلوك المختلفة .
- إختلاف في معدلات النمو و سرعته (البدني و الحسي) عبر مراحل العمر المختلفة .
- الأجزاء العليا من الجسم تسبق في نموها الأجزاء السفلى .
- يسير النمو الحركي من العام إلى الخاص أو من الكل إلى الجزء .
- توجد فروق فردية في معدلات النمو الأفراد في نفس المرحلة العمرية .⁵

¹ حسن محمد النواصرة ، نفس المرجع السابق ، ص 12 .

² صالح محمد أبو جادر ، نفس المرجع السابق ، ص 410 و 411 .

³ مروان عبد المجيد إبراهيم ، نفس المرجع السابق ، ص 66 و 68 و 69 .

⁴ أسامة كامل راتب ، نفس المرجع السابق ، ص 46 .

⁵ بهاء الدين إبراهيم سلامة ، فسولوجيا الجهد البدني ، نفس المرجع السابق ، ص 60 و 61 و 62 و 63

7- **التعليم في مرحلة المراهقة 14 - 17 سنة** : تتم في هذه المرحلة العديد من التغيرات التي تطرأ على المتعلمين السابق ذكرها في جميع الجوانب و هذا ما يتطلب من المعلمين و المختصين في بناء المناهج و البرامج الدراسية مواجهة العديد من المواقف و المتطلبات الإجتماعية و الثقافية و الأخلاقية و التعليمية و التعليمية ، ففي هذه المرحلة تحدث العديد من الصراعات النفسية و الإجتماعية لكي تتماشى مع مطالب المجتمع و ما يفرضه وما يتعارض أحيانا مع رغبات المتعلمين في هذه المرحلة العمرية نتيجة عدم إكتسابهم للخبرات الكاملة التي يفرضها المجتمع الشيء الذي يؤثر و يتأثر به المتعلم أثناء التعلم .¹

ولهذا يجب مراعاة خصائص المتعلم من الجانب الحسي و الإدراكي و البدنية و المرفولوجية وحالته الإجتماعية و الإنفعالية و تحفيزه مع مراعاة الفروق الفردية بين الأفراد و بين الذكور و الإناث .² وعليه فإن المناهج و البرامج الدراسية المقررة تعد بشكل الذي يساعد على إحداث تغيرات في جوانب النمو المختلفة كالصحة الجسمية و النفسية و تنمية الشخصية و الإتجاهات و القدرات و الميولات و العلاقات الإجتماعية و ما يصبو إليه كل برنامج تعليمي³ ، فيكون نمو المتعلمين في العديد من الجوانب نتاج لعملية التعلم⁴ ، ففهم المعلم و المختصين خصائص متعلميهم في إعداد المناهج و البرامج الدراسية المقررة جزء من عملية التحصيل الدراسي .⁵ و بالتالي فإن معرفة خصائص النمو سيكون السبيل في فهم مختلف عمليات التعلم و التعليم و تفسيرها من أجل توفير أحسن الظروف للمتعلم لمساعدته على التعلم⁶ و عليه و جب على المعلم أن يدرك مستوى النمو لمتعلميه لتحقيق ما يصبو إليه النظام التعليمي التربوي .⁷

¹ عباد قندوز فوزية ، التعلم بين الطفولة و المراهقة و علاقته بنظام الإمتحانات و بناء المناهج الدراسية ، بدون طبعة ، دار هومة للطباعة و النشر و التوزيع ، الجزائر سنة 2011 ، ص 57 .

² فرات جبار سعد الله ، أساسيات في التعلم الحركي ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2015 ، ص 45 .

³ ⁷ محمد مصطفى زيدان ، النمو النفسي للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية ، بدون طبعة ، كلية اللغة العربية و الدراسات الإسلامية ، منشورات الجامعة الليبية ، ليبيا ، بدون سنة ، ص 32 ، ص 34 .

⁴ www.onefd.edu.dz,29/12/2016.09

⁵ محمد عودة الريماوي ، علم النفس الطفولة و المراهقة ، الطبعة الثانية ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 ، ص 282 .

⁶ عباس محمود عوض ، المدخل إلى علم نفس النمو (الطفولة - المراهقة - الشيخوخة) ، بدون طبعة ، دار المعرفة الجامعية ، السويس ، مصر ، سنة 1999 ، ص 11 .

النمو في مرحلة المراهقة 14-17 سنة

و لهذا وجب إعداد مناهج تتماشى مع خصائص المجتمع و التي تمكن متعلمي هذه المرحلة العمرية من النمو السوي من خلال عملية التعليم و التعلم فالنمو السوي لا يحدث إلا إذا خطط لبناء برامج و وحدات دراسية تتماشى و تتكامل مع خصائص هذه المرحلة¹ من خلال تهيئة أفضل الظروف و الفرص لمساعدة المتعلمين إلى الوصول للأهداف المرجوة و إختيار أنسب الطرق و أساليب التدريس و تكييف المواقف التعليمية مع قدرات المتعلمين² و تحضير الإختبارات التي توجه نحو تحقيق الأهداف المحددة للوقوف على جوانب النمو المختلفة من خلالها³.

خلاصة :

إن مرحلة المراهقة 14-17 سنة التي يمر بها متعلمي السنة الرابعة متوسط هي مرحلة تغيرات سريعة تحدث لدى الأفراد في الجوانب العقلية و الإجتماعية و الإنفعالية و الحسية و الجسمية و الحركية و البدنية و التي تتميز بمجموعة من المبادئ و القوانين وهو ما ينعكس على الجانب التكويني للمتعلمين كزيادة الطول و الوزن و الأعراض و المحيطات وكذا الجوانب الوظيفية الداخلية و الخارجية مما يؤدي إلى جملة من التغيرات السلوكية و النمائية عند الذكور و الإناث ولهذا وجب على القائمين على إعداد البرامج و المناهج الدراسية الإلمام بمختلف الخصائص لهذه المرحلة العمرية من أجل توفير البيئة المناسبة و المناخ السوي الذي يتماشى مع خصائص المتعلمين لتحقيق ما يصبو إليه النظام التعليمي في الجزائر .

¹ 3 عباد قندوز فوزية ، نفس المرجع السابق ، ص 243 ، ص 244 .

² محمد حسن علاوي ، نفس المرجع السابق ، ص 95 و 96 .

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد :

بعد الدراسات السابقة و المشابهة و الخلفية النظرية و بعد الجانب التمهيدي و الجانب النظري ، و التي تعتبر القاعدة الأولية لبناء الإطار المنهجي لدراستنا المعنونة " أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط " ، حيث سنتطرق في هذا الفصل إلى خطوات سير البحث الميدانية لنعرج بعدها على الدراسة الإستطلاعية و نتائجها و منهج و مجتمع و عينة الدراسة و خصائصها ، و إلى أدوات جمع البيانات ثم إلى مجالات البحث المكانية و الزمانية و البشرية و الوسائل الإحصائية المستخدمة .

1- **خطوات سير البحث الميدانية :** تحتاج دراسة أي موضوع إلى خطوات على البحث إتباعها للوصول إلى هدف الدراسة¹ ، من خلال تنظيم العمل ووصف إجراءات القيام بالدراسة و كذا متطلباتها وبعدها الإتفاق مع المشرف تم ضبط جميع مراحل سير البحث الميداني و كانت كالتالي :

- القيام بزيارة المتوسطات المتواجدة على مستوى بلدية بسكرة للوقوف على حالة المنشأة الرياضية و البحث عن معلمي المادة الأكثر خبرة وكان ذلك في الفترة الممتدة من 23 إلى 27 نوفمبر 2014.

- في ضوء الزيارة الأولى تم إختيار ثلاث متوسطات وهي : متوسطة محمد الطاهر قدوري و متوسطة الإخوة قروف و متوسطة بشير بن ناصر نظرا لتوفر هذه المتوسطات على شروط التي تخدم موضوع بحثنا ، و لقد تم الإتصال بمدراء المتوسطات السالفة الذكر لطلب تسهيل المهام لإنجاز الدراسة من خلال تحديد تواريخ للقيام بدراسة الإستطلاعية لتحقق من إستعدادات عينة الدراسة و إجراء الإختبارات القبليّة و البعديّة و كانت التواريخ كالتالي بعد التنسيق مع المشرف و معلمي المادة الذين يشرفون على عينة المتعلمين :

- 2015/01/25 إلى 2015/02/10 .
- 2015/04/05 إلى 2015/04/20 .
- 2015/10/01 إلى 2015/11/01 .

¹ مساعد بن عبد الله النوح ، **مبادئ البحث التربوي** ، الطبعة الأولى ، كلية المعلمين بالرياض ، السعودية ، سنة 2004 ، ص 47 .

- 2016/04/05 إلى 2016/04/20 . (أنظر الملحق رقم 03)
- تم الحصول على القوائم الإسمية الخاصة بالمتعلمين (التلاميذ) لسنتي 2015/2014 و 2016/2015 تتضمن القوائم أسماء و ألقاب المتعلمين و تاريخ الميلاد و الجنس و إذا كان معيد للسنة أو لا . (أنظر الملحق رقم 04)
- تم طلب إستعارة وسائل بيداغوجيا للقيام بالإختبارات الميدانية من معهد التربية البدنية و الرياضية بتاريخ 2015/01/14 إلى 2015/02/05 و 2015/04/04 إلى 2015/04/20 . (أنظر الملحق رقم 05)
- تم القيام بزيارة إستطلاعية لمركز إجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية بمتن الإخوة قروف بالعالية بتاريخ 2015/05/03 . (أنظر الملحق رقم 06)
- 2- الدراسة الإستطلاعية :** تستهدف الدراسة الإستطلاعية على التعرف وجمع المعلومات المرتبطة بموضوع الدراسة أو التي تساعد على إنجاز الدراسة الميدانية¹ ولقد تمت الدراسة الإستطلاعية على ثلاث مراحل :
- 1-2- الإستطلاع الأول و الخاص بزيارة المتوسطات المتواجدة ببلدية بسكرة :** تم زيارة المتوسطات المتواجدة على مستوى بلدية بسكرة في الفترة الممتدة من 23 إلى 27 نوفمبر 2014 من أجل الوقوف على المؤسسات التي تتوفر على المنشآت الرياضية التي تسمح بتطبيق برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط و كذا على المؤسسات التي تتوفر على معلمي المادة أصحاب الخبرة المهنية و الراغبين في مساعدتنا لإنجاز هذه الدراسة و كذا قبول الإدارة لطلبنا و المتمثل في القيام بالإختبارات من خلال برمجة يوم ضمن البرنامج الأسبوعي من أجل توحيد ظروف الإجراء .
- **نتائج الإستطلاع الأول :**
- إختيار كل من متوسطات محمد الطاهر قدوري و متوسطة الإخوة قروف و متوسطة بشير بن ناصر لتوفرها على جميع المرافق الرياضية الضرورية و معلمين (أساتذة) مكونين الذين أبدوا الرغبة الكبير على مساعدتنا لإنجاز الدراسة .
- 2-2- الإستطلاع الثاني و الخاص بتطبيق الإختبارات :** تم زيارة المتوسطات المختارة ، في الفترة

¹ محمد محمد إبراهيم ، إعداد و مناقشة الرسائل و البحوث العلمية ، بدون طبعة ، الدار الجامعية ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2014 ، ص 45 .

الممتدة من 2015/01/25 إلى 2015/02/10 و كذا من 2015/04/05 إلى 2015/04/20 للقيام بالتعرف على عينة الدراسة من متعلمي سنة ثالثة متوسط الذين سيدرسون في السنة التي ستليها السنة الرابعة متوسط من حيث الخصائص و كذا من فكرة تقبل إجرائنا لهم الإختبار ومدة التي سيستغرقها الإختبار و العوامل المؤثرة على الإختبار .

- نتائج الإستطلاع الثاني :

- تجاوب كبير من قبل المتعلمين على إجراء الإختبار الخاص بشهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية ورغبة كبير سجلتها من معظم المتعلمين على إبراز قدراتهم و هذا ما تطلب من الأمر أن يصور الإختبار من قبل معلمهم على أنه إختبار رسمي من أجل خلق الحافز الحقيقي .

- ضرورة توحيد الظروف حتى لا تتأثر النتائج بعامل الوقت و الجو من خلال إجراء الإختبارات لكل مؤسسة في يوم واحد مثلما هو الحال بالنسبة للإختبار الرسمي في شهادة التعليم المتوسط 2-3- الإستطلاع الثالث و الخاص بزيارة مركز إجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط : تم زيارة مركز إجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية بتاريخ 2015/05/03 بمتن الإخوة قروف بالعالية من أجل الوقوف على كيفية إدارة و تطبيق إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية .

- نتائج الإستطلاع الثالث :

- يدار إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية بنظام الورشات و لهذا وجب إختيار فريق عمل لمساعدتنا على إجراء الإختبارات. (أنظر الملحق رقم 07)
- بالنسبة للنشاط الإختياري (الوثب الطويل / دفع الجلة) فإن الإختيار يتم بعد التشاور بين رئيس المركز و المعلمين المشرفين على الإختبار .

3-المنهج المستخدم في الدراسة : لكل بحث منهج يسير عليه لدراسة المشكلة " فمنهج البحث هو طريقة موضوعية يتبعها الباحث لدراسة ظاهرة من الظواهر بقصد تشخيصها و تحديد أبعادها و معرفة أسبابها و طرق علاجها و الوصول إلى نتائج عامة يمكن تطبيقها و تعميمها " ¹
وفي دراستنا هذه نظرا إلى طبيعتها و أهدافها إستخدمنا المنهج الوصفي للتأكد من صحة فرضياتنا .

¹ محمود حسين الوادي و علي فلاح الزعبي ، أساليب البحث العلمي مدخل منهجي و تطبيقي ، الطبعة الأولى ، دار المناهج للنشر و التوزيع، عمان ،الأردن ، سنة 2011 ، ص 176.

فالمنهج الوصفي " أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة و ذلك من أجل الحصول على نتائج عملية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية بما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة " ¹ كذلك يستخدم المنهج الوصفي في دراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائصها ، أشكالها ،علاقتها و العوامل المؤثرة في ذلك ² وتتخذ الدراسات الوصفية أنماطا و أشكال متعددة ومن بين هذه الأنماط و الأشكال نجد الدراسات الوصفية المقارنة و الدراسات الإرتباطية التي سنلجأ إلى إستخدامها في دراستنا هذه " بحيث يمكن المقارنة بإستخدام الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي من أجل معرفة " أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط " وكذا الدراسة الإرتباطية بالكشف عن الثبات بين الإختبار القبلي و البعدي بعد إستبعاد المتغيرات الدخيلة الذي قد يعود إليها سبب الأثر على نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية . ³

4-المجتمع و عينة البحث :

4-1- مجتمع البحث : إن أول خطوة في إختيار العينة هي تعريف مجتمع البحث الذي يرغب الباحث الوصول إليه في دراسته ، بمعنى تحديد المجموعة الكبيرة التي يهتم الباحث بدراستها و معرفة الأشخاص الذين يود الباحث أن يطبق نتائج دراسته عليهم ، بعبارة أخرى فإن المجتمع هو المجموعة التي يهتم بها الباحث . ⁴ وفي دراستنا هذه " أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط " فإن مجتمع الدراسة هم جميع متعلمي (تلاميذ) السنة الرابعة متوسط في الجزائر .

أما المجتمع المتاح للباحث في دراسته هذه هم جميع المتعلمين (التلاميذ) في سنة الرابعة متوسط ببلدية بسكرة و التي يبلغ عدد المتوسطات فيها ب 36 متوسطة و يقدر إجمالي المتعلمين المسجلين

¹ محمد عبيدات و آخرون ، منهجية البحث العلمي و القواعد و المراحل و التطبيقات ، بدون طبعة ، كلية الإقتصاد والعلوم الإدارية ، الجامعة الأردنية ، سنة 1999، ص46.

² ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم ، أساليب البحث العلمي النظرية و التطبيق ، الطبعة الخامسة ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان، الأردن ، سنة 2012 ص 72.

³ علي سلوم جواد و مازن حسن جاسم ، البحث العلمي أساسيات و مناهج إختبار الفرضيات تصميم التجارب ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2012 ، ص 143.

⁴ عبد القادر عباس ، طبيعة البحث العلمي و الدلالة الإحصائية ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، سنة 2013، ص118.

في سنة الرابعة متوسط 3838 متعلم أما المعنيين بإختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية والرياضية 3802 بينما 36 متعلم غير معني بإجراء الإختبار بسبب الإعفاء (أنظر الملحق رقم 08) 4-2- عينة البحث : هي نموذج يشمل جانبا أو جزءا من محددات المجتمع الأصلي المعني بالبحث التي تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة و هذا النموذج يعني الباحث عن دراسة كل وحدات و مفردات المجتمع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو إستحالة دراسة كل تلك الوحدات¹، فقد بلغ أفراد العينة 164 متعلم متكونة من 90 متعلم من الإناث و 74 متعلم من الذكور بعد إستبعاد الأفراد الذين لا تتوفر فيهم شروط تحقيق أهداف البحث .

4-3- خصائص العينة و طريقة إختيارها: تم إختيار العينة بطريقة قصدية " حيث ينتقي الباحث أفراد العينة بما يخدم أهداف دراسته و بناءا على معرفته دون أن يكون هناك قيود أو شروط غير التي يراها هو مناسبة من حيث الكفاءة أو المرافق أو الجنس وغيرها ، وهذه غير ممثلة لكافة و جهات النظر و لكنها تعتبر أساس قوي للتحليل العلمي و مصدر ثري للمعلومات التي تشكل قاعدة مناسبة للبحث حول موضوع الدراسة " ² ولقد تم إختيار عينة الدراسة بشكل قصدي بناءا على الخصائص التالية :

-تم إختيار العينة بطريقة قصدية لتوفر المتوسطات (الإخوة قروف ، بشير بن ناصر ، محمد الطاهر قدوري) على المرافق الضرورية لإجراء إختبار شهادة التعليم المتوسط بعد الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها على متوسطات بلدية بسكرة .و بناءا على توفر هذه المؤسسات على معلمين (أساتذة) لمادة التربية البدنية و الرياضية أصحاب كفاءة و خبرة ، فنجاح البرنامج الدراسي المقرر يتطلب معلمين أصحاب كفاءة في التعامل مع المتعلمين و إختيار أفضل طرق التنفيذ و التخطيط للبرنامج³ ، بحيث يمكن للمعلمين أصحاب الكفاءة العالية من تحقيق أهداف المنهاج و البرامج التعليمية المقررة⁴، وهذا ما توصل إليه في كل من أطروحة الدكتوراه لمحمد خير مناصرة سنة 2001 و كذا

¹ عصام حسن الدلامي و علي عبد الرحيم صالح ، البحث العلمي أسسه ومناهجه ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2014 ، ص74.

² زياد أحمد الطاوسي ، مجتمع الدراسة و العينات ، بدون طبعة ، مديرية التربية لواء البتراء ، الأردن، 2001/2000، ص6

³ سمير محمد كبريت ، منهاج المعلم و الإدارة التربوية ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية للنشر و التوزيع ، بيروت ، لبنان ، سنة 1998 ، ص 21 .

⁴ حسن حسين البيلاوي و آخرون ، الجودة الشاملة في التعليم ، الطبعة الثانية ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 ، ص 119 .

بن عقلية كمال سنة 2008/2007 بأن كفاءة معلم المادة وخبرته تلعب دورا كبيرا في التنفيذ البرنامج و إستخدام المنهاج ، ولهذا تم إختيار معلمي التربية البدنية و الرياضية أصحاب الكفاءة و الخبرة لتجنب تأثر نتائج دراستنا بهذا العامل . (أنظر الملحق رقم 09)

-تم كذلك إختيار العينة بناءا على الإدارة فالإدارة لها دور مهم في الوقوف على تطبيق برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر من خلال إعطاء الحرية لمعلمي المادة في إختيار أماكن الممارسة الرياضية و كذا الجوانب التنظيمية التي توفرها الشيء الذي يخلق لمعلمي المادة الجو المناسب لتطبيق البرنامج الدراسي المقرر للسنة الرابعة متوسط .¹

-تم إستبعاد المتعلمين الذين يمارسون في النوادي الرياضية (أنظر الملحق رقم 10) و كذا المتعلمين المعدين للسنة الرابعة متوسط (أنظر الملحق رقم 04) حيث أنهم سبقوا أن درسوا نفس البرنامج و كذلك تم إستبعاد المتعلمين الذين تغيروا عن أحد الإختبارات القبلي أو البعدي بأي سبب كان .

5-أدوات جمع البيانات : تم إستخدام الإختبار بصفته من أفضل الأدوات جمع البيانات في البحث العلمي للوصول إلى أهداف البحث² ، وكذا لإرتباطه بموضوع البحث .

5-1- الإختبار التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط و الذي يضم :

- الجري السريع 60 م كنشاط إجباري .

- الوثب الطويل و دفع الجلة كنشاط إختياري

- الوضعية الإدماجية . (أنظر الملحق رقم 11)

5-2- قياس الطول و الوزن : قياس الطول و وزن الجسم بواسطة جهاز إلكتروني معد لذلك ، حيث يحتوي هذا الجهاز على تدرج لقياس الطول بالإضافة إلى ميزان طبي لقياس الوزن ، يراعى عند إجراء هذين القياسين مراعاة الوقوف على منتصف قاعدة الجهاز عند قياس الوزن ويسجل بسنتيمتر و الوزن بالكيلوغرام³ مع ضرورة إعادة القياس بنفس الجهاز .⁴

¹ عبد الحميد شرف ، مرجع سبق ذكره ، ص 22 .

² وجيه محجوب ، البحث العلمي و مناهجه ، بدون طبعة ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2014 ، ص 188 .

³ محمد إبراهيم شحاته و محمد جابر بريقع ، دليل القياسات الجسمية و إختبارات الأداء الحركي ، بدون طبعة ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، سنة 1995 ، ص 27 .

⁴ أحمد نصر الدين السيد ، مبادئ فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، سنة 2014 ، ص 209 .

6- مجالات البحث :

6-1- المجال المكاني : تم إجراء الإختبارات في كل من متوسطة محمد الطاهر قدوري ومتوسطة الإخوة قروف .

6-2- المجال الزمني :

6-2-1- الإختبار القبلي :

2015/10/04- بمتوسطة محمد الطاهر قدوري .

2015/10/05 - بمتوسطة الإخوة قروف .

بعد إجرائنا للإختبار القبلي على المتعلمين بمتوسطة بشير بن ناصر في العام الدراسي 2015/2016 تم إستبعاد متعلميها بسبب الصعوبات التي تلقينها من قبل الإدارة .

6-2-2- تطبيق برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط : تم تطبيق البرنامج المقرر للسنة الرابعة متوسط (أنظر الملحق رقم 12) على المتعلمين من قبل معلمهم في الفترة الممتدة بعد الإختبار القبلي إلى غاية إجراء الإختبار البعدي . من الأسبوع الثاني لشهر أكتوبر إلى غاية الأسبوع الثالث لشهر أبريل .

6-2-3- الإختبار البعدي :

2016 /04/17 بمتوسطة محمد الطاهر قدوري .

2016/04/18 بمتوسطة الإخوة قروف .

7- الوسائل الإحصائية المستخدمة :

7-1- المتوسط الحسابي : هو حاصل جمع القيم مقسوم على عددها .¹

ويحسب المتوسط الحساب بالقانون التالي :

$$\frac{س_1 + س_2 + \dots + س_n}{ن}$$

س⁻ : المتوسط الحسابي

س : المفردة

ن : عدد المفردات²

¹ مساعد بن عبد الله النوح ، نفس المرجع السابق ، ص 161 .

² ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم ، نفس المرجع السابق ، ص 300 .

2-7- الانحراف المعياري : هو الجذع التربيعي لمتوسطات مربعات انحراف القيم عن متوسط الحسابي ويعتبر أهم معاملات التشتت ويحسب القانون التالي¹:

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج}(\bar{س} - س)}{1-ن}}$$

ع : الانحراف المعياري

مج : مجموع²

3-7- معامل الارتباط لبيرسون : لقياس التجانس الأداء بين الإختبار القبلي و البعدي نتيجة طول الفترة بينهما ، و خاصتا في هذه المرحلة و التي تعتبر مرحلة تتميز بالنمو السريع في كل من الطول و الوزن يتم قياس معامل الارتباط بين الطول القبلي و الطول البعدي و كذا الوزن القبلي و الوزن البعدي لكل من الذكور و الإناث فمعامل الارتباط يمكنه إعطائنا تقديرا إذا ما كان هناك أثر لهذا المتغير على نتائج إختبار شهادة التعليم المتوسط في التربية البدنية و الرياضية ، وكذلك يمكنه من وصف لنا ثبات الأداء من خلال العلاقة بين الإختبار القبلي و البعدي .

ويحسب معامل الارتباط بيرسون بالطريقة التالية :

$$ر = \frac{\text{مج} س \text{ ص} - \frac{\text{مج} س \times \text{مج} ص}{ن}}{\sqrt{\left(\frac{2(\text{مج} س)}{ن} - 2\text{مج} ص\right) \left(\frac{2(\text{مج} ص)}{ن} - 2\text{مج} س\right)}}$$

ر : معامل الارتباط

س : متوسط الحسابي للمتغير الأول أو الإختبار القبلي .

ص : المتغير الحسابي للمتغير الثاني أو الإختبار البعدي .

ن : عدد أفراد العينة .³

ويكون معامل الارتباط محصور بين القيمة 1 و -1 فالإشارة تحدد نوع العلاقة (-) علاقة

عكسية ، (+) علاقة طردية : أقل من 0.25 علاقة ضعيفة ، من 0.25 إلى 0.49 علاقة

¹ وجيه محبوب ، نفس المرجع السابق ، ص2010

² ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم ، نفس المرجع السابق ، ص 315 .

³ مروان عبد المجيد ابراهيم ، الأسس العلمية و الطرق الإحصائية للإختبار و القياس في التربية الرياضية ، الطبعة

الأولى ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 1999 ، ص 74 و 78 و 79 و 88 .

معتدلة ، من 0.50 إلى 0.75 علاقة قوية ، أكثر من 0.75 علاقة قوية جدا .¹

7-4- درجة الحرية : هي عدد الدرجات التي يمكن أن تتغير حول قيمة ثابتة و تستخدم كمفتاح لإستخدام الجداول الإحصائية لتحديد مدى و جود دلالة إحصائية و بالتالي قبول الفرض أو رفضه . (ن - 1)²

7-5- إختبار الفروق ت . ستيودنت للعينة الواحدة : يستخدم إختبار الفروق لمعرفة الدلالة بين متوسطين يتم إتباع الخطوات التالية :

- حساب المتوسط الحسابي لكل من الإختبار القبلي و الإختبار البعدي .
- حساب الإنحراف المعياري لكل من الإختبار القبلي و الإختبار البعدي .
- ثم يتم تطبيق القانون التالي :

م-12

بعد إيجاد قيمة ت المحسوبة نقارنها بقيمة ت المجدولة من الجداول الإحصائية فإذا كانت ت المحسوبة \leq ت المجدولة فإن الفرق ذو دلالة إحصائية .³

7-6- مستوى الدلالة : ويشير إلى حالة الفروق بين المتوسطات من حيث كونها حقيقية أو راجعة للصدفة و بالتالي قبول أو رفض الفرض وفي بحثنا هذا إختارنا مستوى دلالة 0.01 أي مستوى الثقة 99 % و الشك 1 % .⁴

ولقد تم إجراء التحليلات الإحصائية بواسطة برنامج spss : (statistical package for social sciences) حيث أن طرق اليدوية تحتمل الخطأ بسبب حجم البيانات و يعد برنامج spss واحد من أكثر البرامج دقة وثقة في مجال البحوث العلمية . (أنظر الملحق رقم 13)⁵

¹ عصام حسن الدليمي و علي عبد الرحيم صالح ، نفس المرجع السابق ، ص 185 و 190 .

² مساعد بن عبد الله النوح ، نفس المرجع السابق ، ص 167 ، ص 166 .

³ سهيل رزق دياب ، مناهج البحث العلمي ، بدون طبعة ، غزة ، فلسطين ، سنة 2003 ، ص 151 .

⁵ ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم ، نفس المرجع السابق ، ص 319 .

الفصل الخامس

عرض و مناقشة النتائج

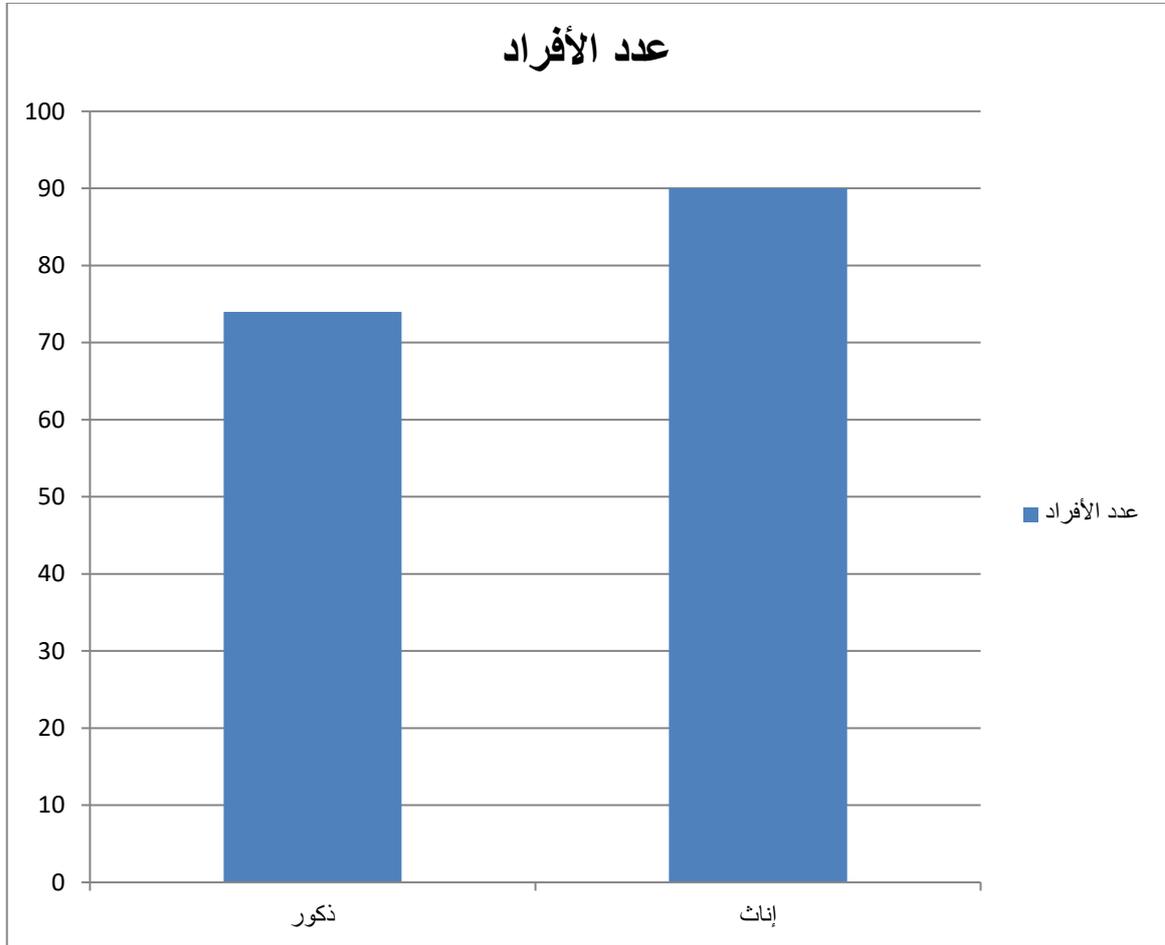
عرض و مناقشة النتائج

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة :

أ- خصائص العينة :

النسبة	عدد أفراد العينة	الجنس (14-17 سنة)
45.1 %	74	ذكور
54.9 %	90	إناث
100 %	164	المجموع

جدول رقم 01 : يوضح عدد ونسبة أفراد العينة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط (ذكور و إناث) سن 14-17 سنة .



تمثيل بياني رقم 01 : يبين عدد أفراد العينة لكل من الذكور و الإناث .

عرض و مناقشة النتائج

ب- التطور بين القياس القبلي و البعدي فيما يخص متغيري الطول و الوزن لكل من الذكور

و الإناث :

• الذكور :

المتغير الخاص بالذكور	الذكور (قبلي وبعدي)	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الطول	الطول القبلي	74	165.23	8.44	0.981
	الطول البعدي	74	166.24	8.13	
الوزن	الوزن القبلي	74	56.45	13.62	0.988
	الوزن البعدي	74	58.70	13.37	

جدول رقم 02 : يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالطول و الوزن لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة) .

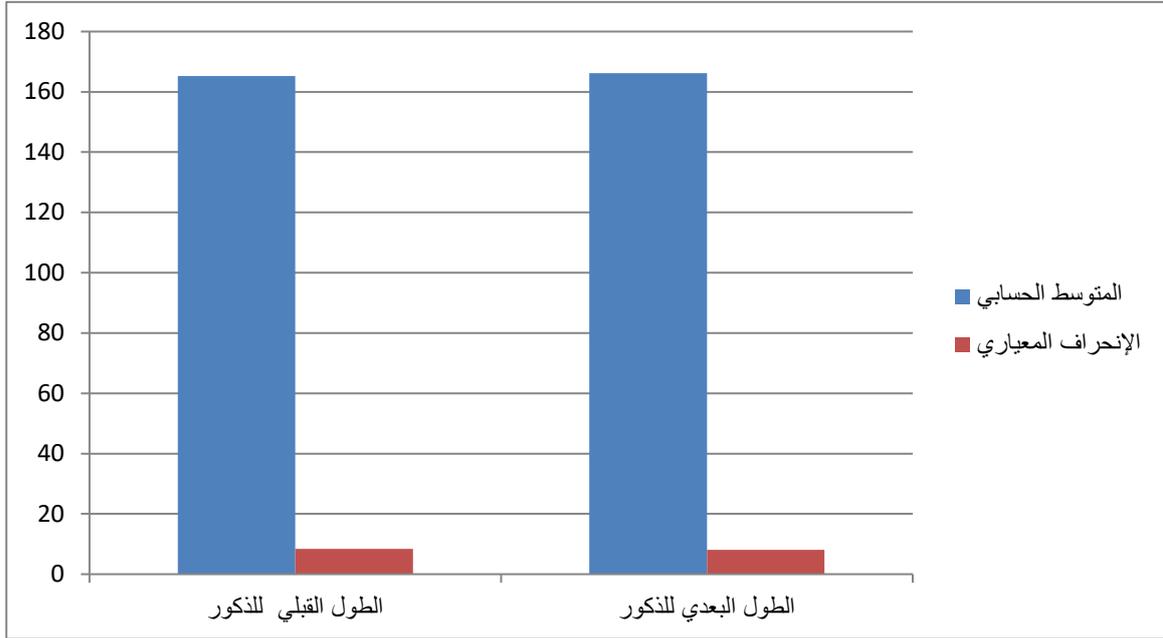
المتغير الخاص بالذكور	الفرق بين متوسط الاختبار القبلي والبعدي	الفرق بين الانحراف القبلي والبعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	الدالة الإحصائية
طول قبلي-طول بعدي	- 1.014	1.634	74	- 5.335	0.000	73	0.01	دال
وزن قبلي - وزن بعدي	- 2.245	2.110	74	- 9.150	0.000	73	0.01	دال

جدول رقم 03 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

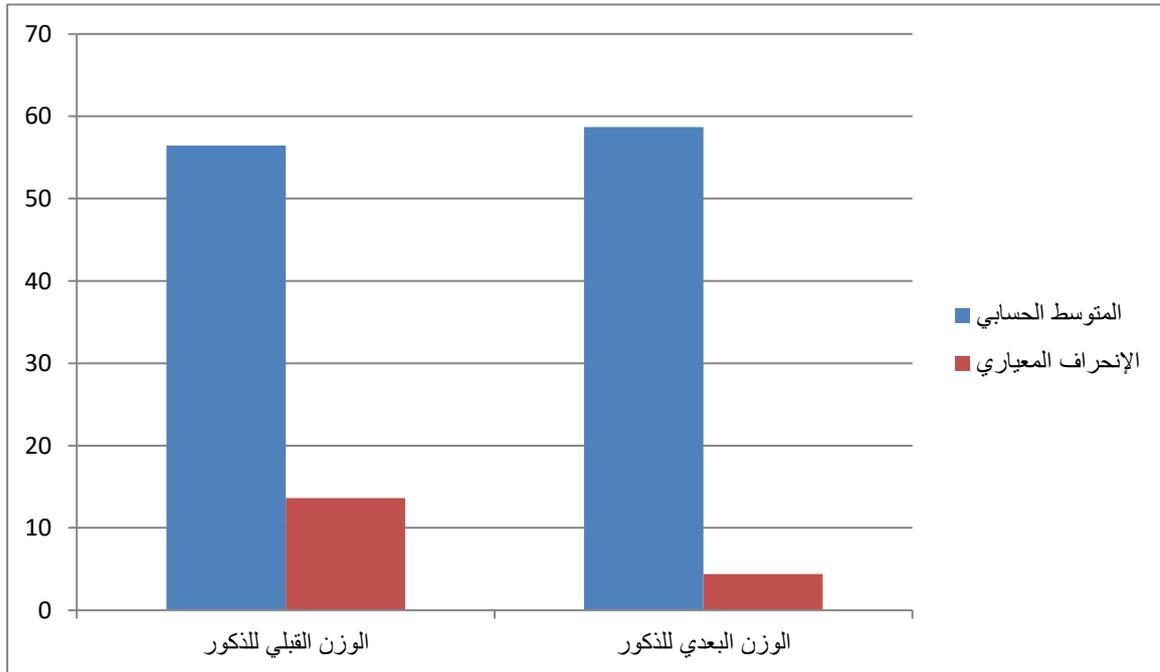
تحليل النتائج :

- نلاحظ من خلال الجدول رقم 02 بالنسبة لمتغير الطول عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 165.23 سم في القياس القبلي و متوسط حسابي 166.24 سم للقياس البعدي و كذا إنحراف معياري 8.44 سم للقبلي و 8.13 سم للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الطول القبلي و الطول البعدي ب 0.981 ، وكذا من خلال جدول رقم 03 أن ت المحسوبة تساوي -5.335 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للطول القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الطول عند متعلمي السنة رابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي .
- نلاحظ من خلال الجدول رقم 02 بالنسبة لمتغير الوزن عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 56.45 كلغ في القياس القبلي و متوسط 58.70 كلغ في القياس البعدي و كذا إنحراف معياري 13.62 كلغ للقبلي و 13.37 كلغ للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوزن القبلي و الوزن البعدي 0.988 ، وكذا من خلال جدول رقم 03 أن ت المحسوبة تساوي - 9.150 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوزن القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوزن عند متعلمي سنة رابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي .

عرض و مناقشة النتائج



تمثيل بياني رقم 02 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للطول بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .



تمثيل بياني رقم 03 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوزن بالنسبة لمتعلمي سنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

• الإناث:

المتغير الخاص بالإناث	الإناث (قبلي وبعدي)	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الطول	الطول القبلي	90	159.12	5.22	0.959
	الطول البعدي	90	159.81	5.15	
الوزن	الوزن القبلي	90	54.96	11.07	0.979
	الوزن البعدي	90	55.69	11.74	

جدول رقم 04: يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالطول و الوزن لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14 - 17 سنة) .

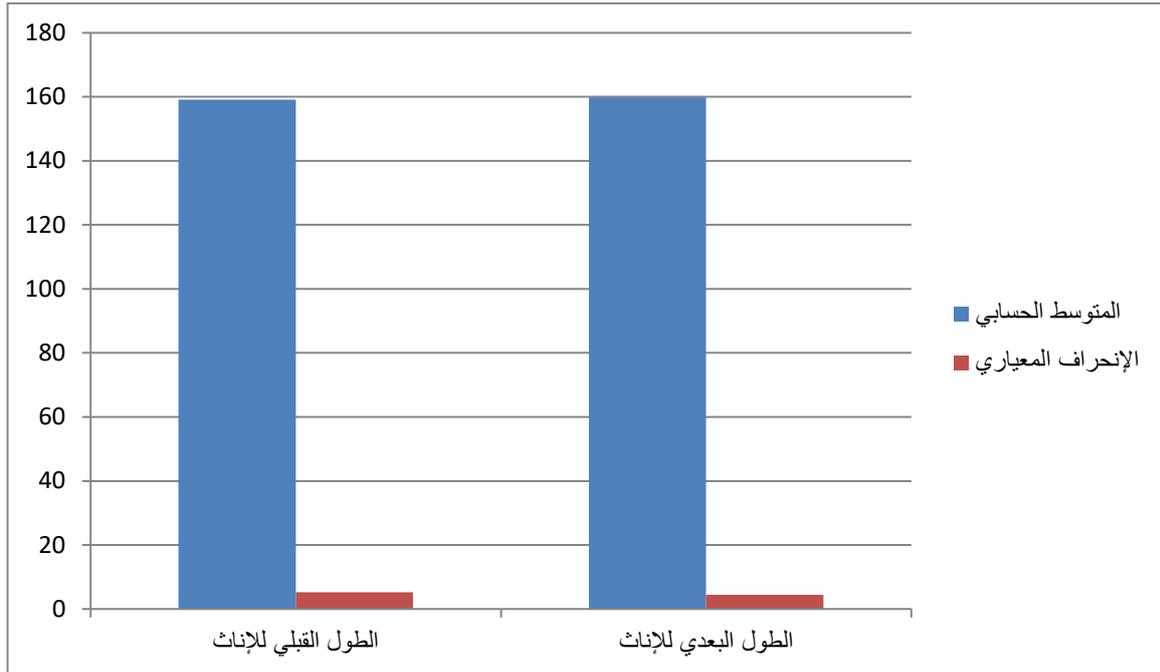
المتغير الخاص بالإناث	الفرق بين متوسط الحسابي الاختبار القبلي والبعدي	الفرق بين الانحراف القبلي والبعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	الدالة الإحصائية
طول قبلي-طول بعدي	- 0.689	1.481	90	- 4.412	0.000	89	0.01	دال
وزن قبلي - وزن بعدي	- 0.732	2.413	90	- 2.879	0.005	89	0.01	دال

جدول رقم 05 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للطول و الوزن عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

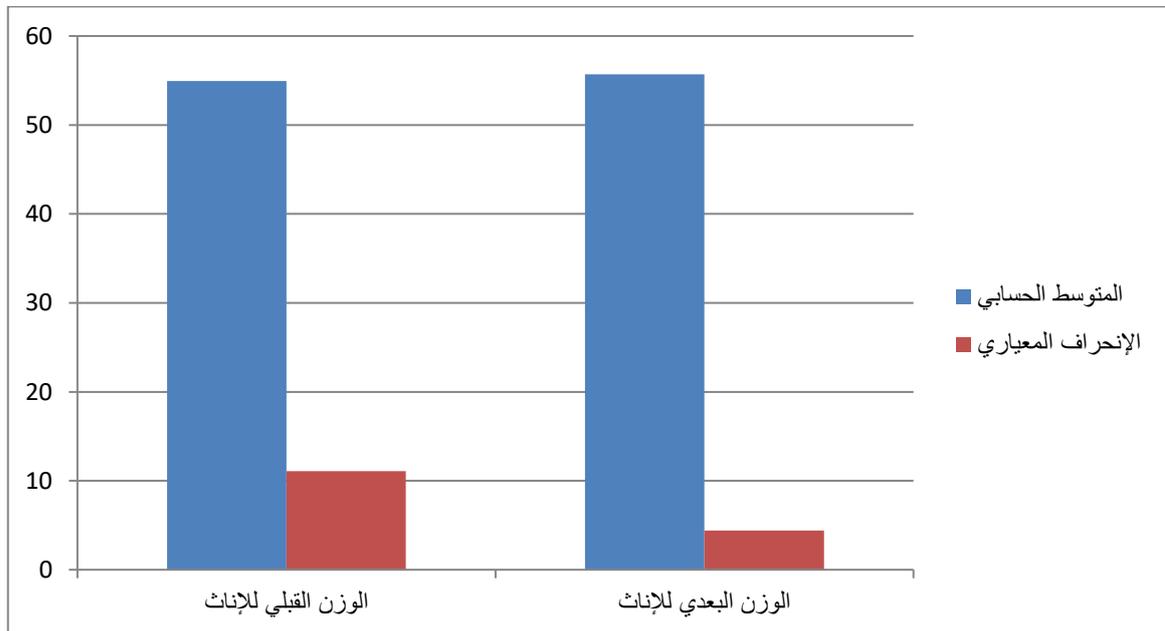
تحليل النتائج:

- نلاحظ من خلال الجدول رقم 04 بالنسبة لمتغير الطول عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 159.12 سم في القبلي و متوسط حسابي 159.81سم للبعدي و كذا إنحراف معياري 5.22سم للقبلي و 5.18 سم للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الطول القبلي و البعدي 0.959 ، وكذا من خلال جدول رقم 05 أن ت المحسوبة تساوي -4.412 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للطول القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الطول عند متعلمي السنة رابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي .
- نلاحظ من خلال الجدول رقم 04 بالنسبة لمتغير الوزن عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 54.96 كلغ في القبلي و متوسط 55.69 كلغ للبعدي و كذا إنحراف معياري 11.07كلغ للقبلي و 11.74 كلغ للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوزن القبلي و البعدي 0.988 ، وكذا من خلال جدول رقم 05 أن ت المحسوبة تساوي -9.150 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.005 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوزن القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوزن عند متعلمي السنة رابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي .

عرض و مناقشة النتائج



تمثيل بياني رقم 04: يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للطول بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة).



تمثيل بياني رقم 05: يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوزن بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة).

عرض و مناقشة النتائج

1-1- عرض نتائج الجري السريع 60 م لكل من الذكور والإناث:

أ- عرض نتائج الجري السريع 60 م لذكور:

المتغير الخاص بالذكور	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الجري السريع 60 م قبلي	74	9.81	0.89	
الجري السريع 60 م بعدي	74	9.65	0.86	

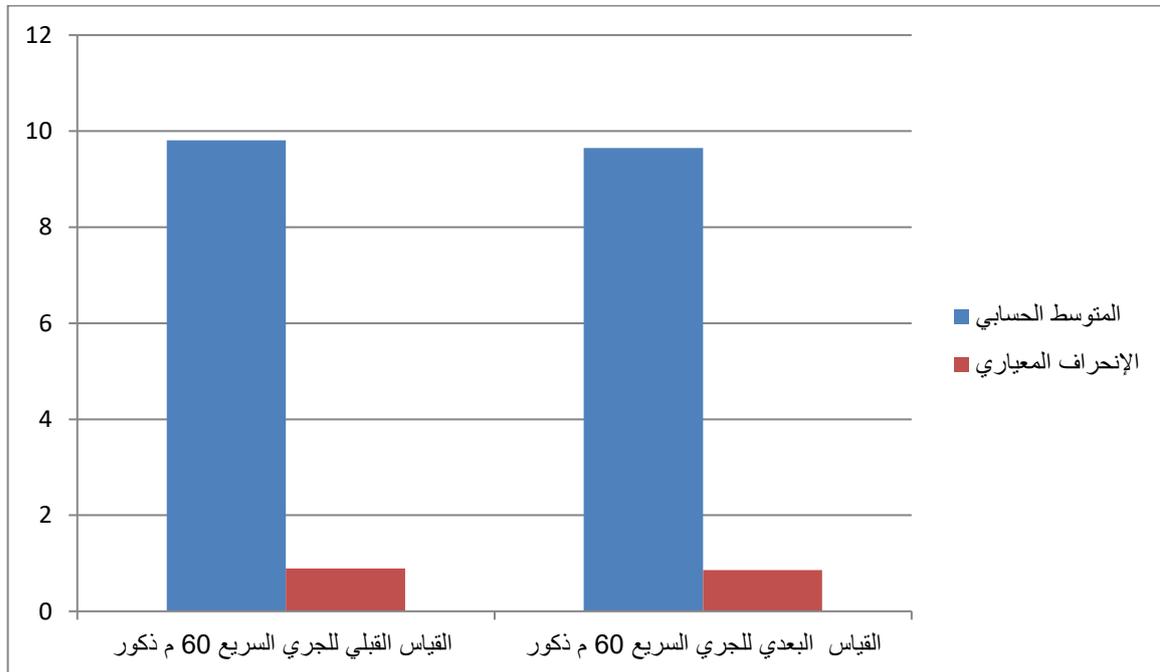
جدول رقم 06: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري الخاص بالجري السريع 60 م لكل من القياس القبلي والبعدي وكذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة).

المتغير الخاص بالذكور	الفرق بين متوسط الحسابي لاختبار القبلي والبعدي	الفرق بين الانحراف المعياري القبلي والبعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الجري السريع 60 م (قبلي-بعدي)	0.155	0.473	74	2.823	0.006	73	0.01	دال

جدول رقم 07: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة).

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 06 بالنسبة لمتغير الجري السريع 60 م عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 9.81 ثانية في القبلي و متوسط حسابي 9.65 ثانية للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.89 ثانية للقبلي و 0.86 ثانية للبعدي ومعامل ارتباط قوي جدا بين الجري سريع 60 م القبلي و البعدي 0.856 ، وكذا من خلال جدول رقم 07 أن ت المحسوبة تساوي 2.823 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.006 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للجري السريع 60 م القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي .



تمثيل بياني رقم 06: يبين الفروق بين القياس القبلي والبعدي للجري السريع 60 م بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة).

عرض و مناقشة النتائج

ب- عرض نتائج الجري السريع 60 م للإناث:

المتغير الخاص للإناث	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الجري السريع 60 م قبلي	90	11.27	0.97	0.776
الجري السريع 60 م بعدي	90	11.17	0.90	

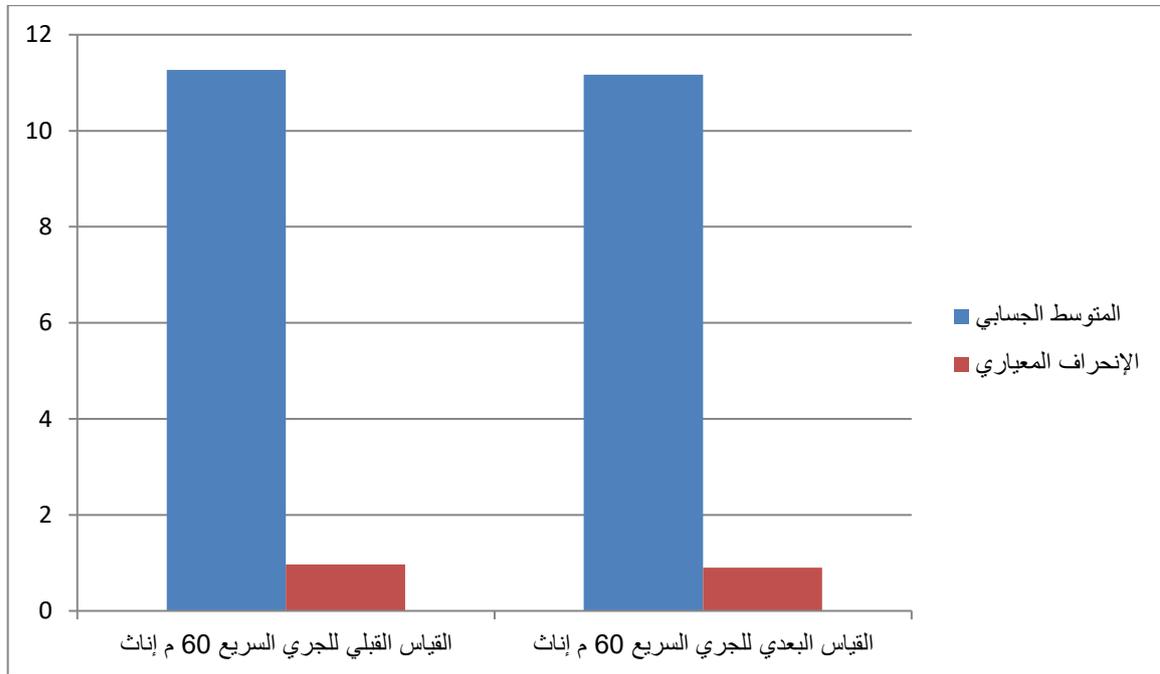
جدول رقم 08 : يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالجري السريع 60 م لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

المتغير الخاص للإناث	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الانحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الجري السريع 60 م إناث (قبلي - بعدي)	0.094	0.628	90	1.414	0.161	89	0.01	غير دال

جدول رقم 09 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 08 بالنسبة لمتغير الجري السريع 60 م عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 11.27 ثانية في القبلي و متوسط حسابي 11.17 ثانية للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.97 ثانية للقبلي و 0.90 ثانية للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الجري السريع 60 م القبلي و البعدي 0.776 ، وكذا من خلال جدول رقم 09 أن ت المحسوبة تساوي 1.414 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.161 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .



تمثيل بياني رقم 07: يبين أنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

2-1- عرض نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور والإناث:

أ- عرض نتائج الوثب الطويل للذكور :

المتغير الخاص بالذكور	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الوثب طويل للذكور قبلي	74	3.27	0.67	
الوثب طويل للذكور بعدي	74	3.43	0.66	

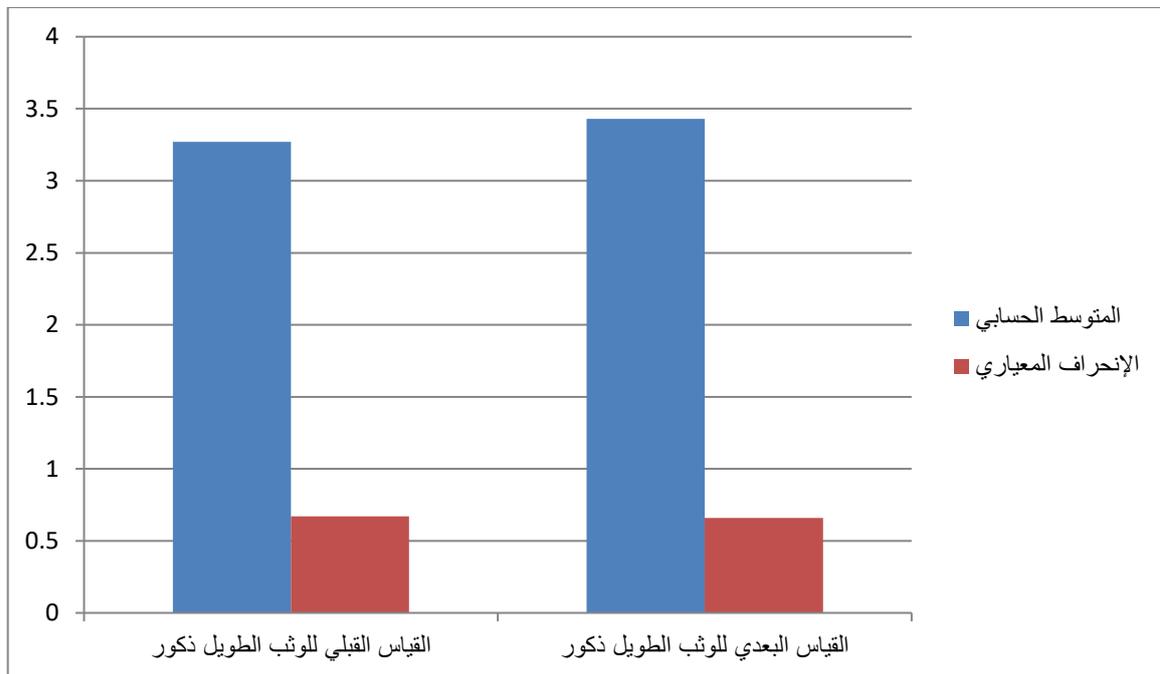
جدول رقم 10 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالوثب الطويل لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة) .

المتغير الخاص بالذكور	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الإنحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الوثب الطويل ذكور (قبلي - بعدي)	-0.164	0.345	74	-4.071	0.000	73	0.01	دال

جدول رقم 11: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 10 بالنسبة الوثب الطويل عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 3.27 م في القبلي و متوسط حسابي 3.43 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.67 م للقبلي و 0.66 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوثب الطويل القبلي و البعدي 0.87 ، وكذا من خلال جدول رقم 11 أن ت المحسوبة تساوي -4.071 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوثب الطويل القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي .



تمثيل بياني رقم 08 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

ب- عرض نتائج الوثب الطويل للإناث :

المتغير الخاص بالإناث	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الوثب طويل للإناث قبلي	90	2.30	0.53	
الوثب طويل للإناث بعدي	90	2.43	0.49	

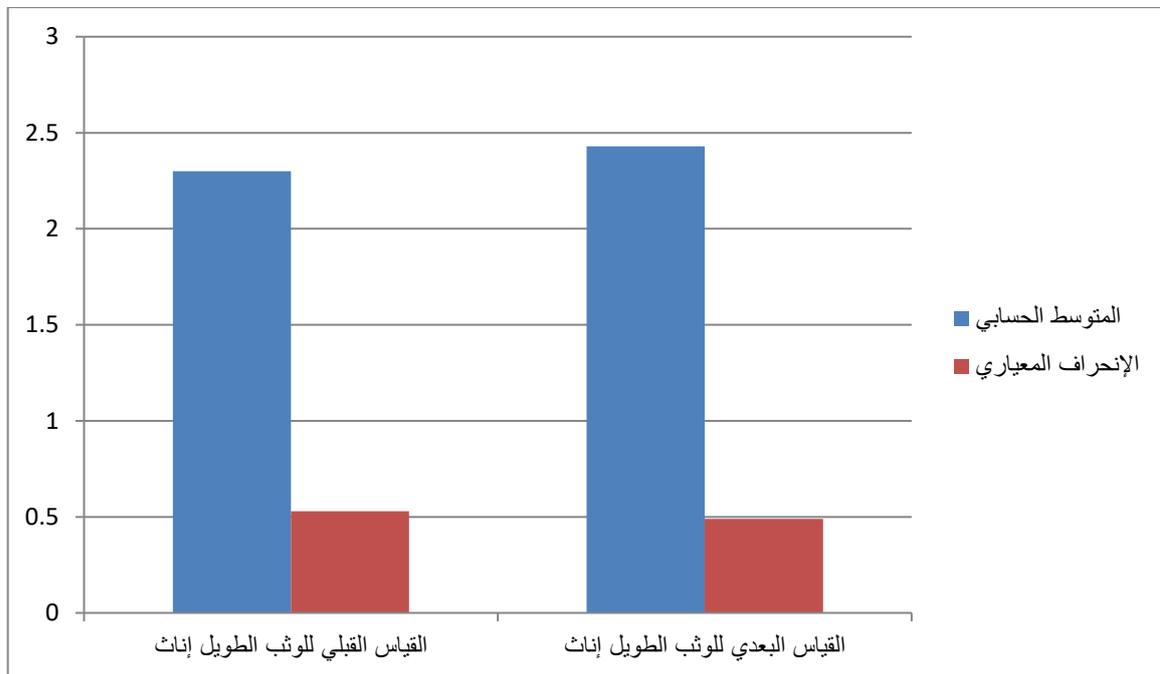
جدول رقم 12: يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالوثب الطويل لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14- 17 سنة) .

المتغير الخاص بالإناث	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الانحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الوثب الطويل إناث (قبلي - بعدي)	-0.123	0.336	90	-3.638	0.000	89	0.01	دال

جدول رقم 13: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة).

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 12 بالنسبة للوثب الطويل عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 2.30 م في القبلي و متوسط حسابي 2.43 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.53 م للقبلي و 0.49 م للبعدي ومعامل ارتباط قوي جدا بين الوثب الطويل القبلي و البعدي 0.785 ، وكذا من خلال جدول رقم 13 أن ت المحسوبة تساوي -3.638 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوثب الطويل القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي .



تمثيل بياني رقم 09 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي للوثب الطويل بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

3-1- عرض نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث :

أ- عرض نتائج دفع الجلة لذكور :

المتغير الخاص بالذكور	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الوثب دفع الجلة قبلي	74	6.84	1.65	
الوثب دفع الجلة بعدي	74	7.31	1.57	

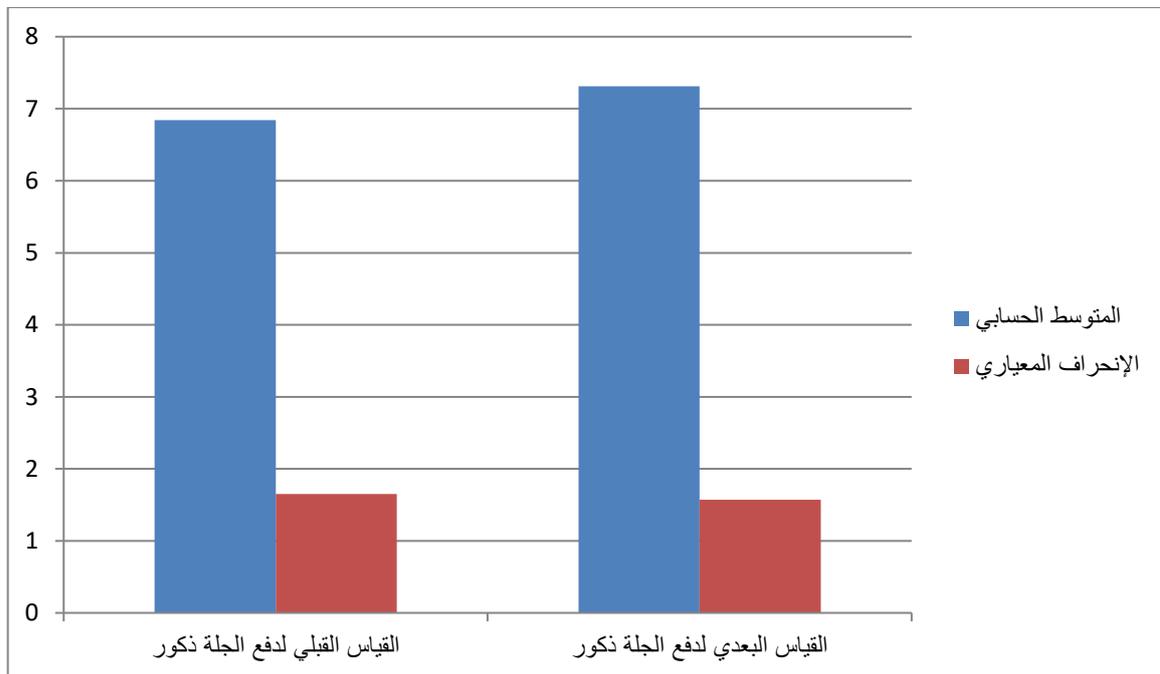
جدول رقم 14 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بدفع الجلة لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة)

المتغير الخاص بالذكور	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الإنحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
دفع الجلة ذكور (قبلي - بعدي)	0.470-	0.781	74	5.179-	0.000	73	0.01	دال

جدول رقم 15: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 14 بالنسبة لدفع الجلة عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 6.84 م في القبلي و متوسط 7.31 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 1.65 م للقبلي و 1.57 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا لدفع الجلة القبلي و البعدي 0.884 ، وكذا من خلال جدول رقم 15 أن ت المحسوبة تساوي -5.179 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 و من خلال مقارنة متوسط الحسابي لدفع الجلة القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير دفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي .



تمثيل بياني رقم 10 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة بالنسبة لمتعلمي سنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

ب- عرض نتائج دفع الجلة إناث:

المتغير الخاص بالإناث	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
دفع الجلة قبلي	90	3.77	0.84	
دفع الجلة بعدي	90	4.16	0.93	

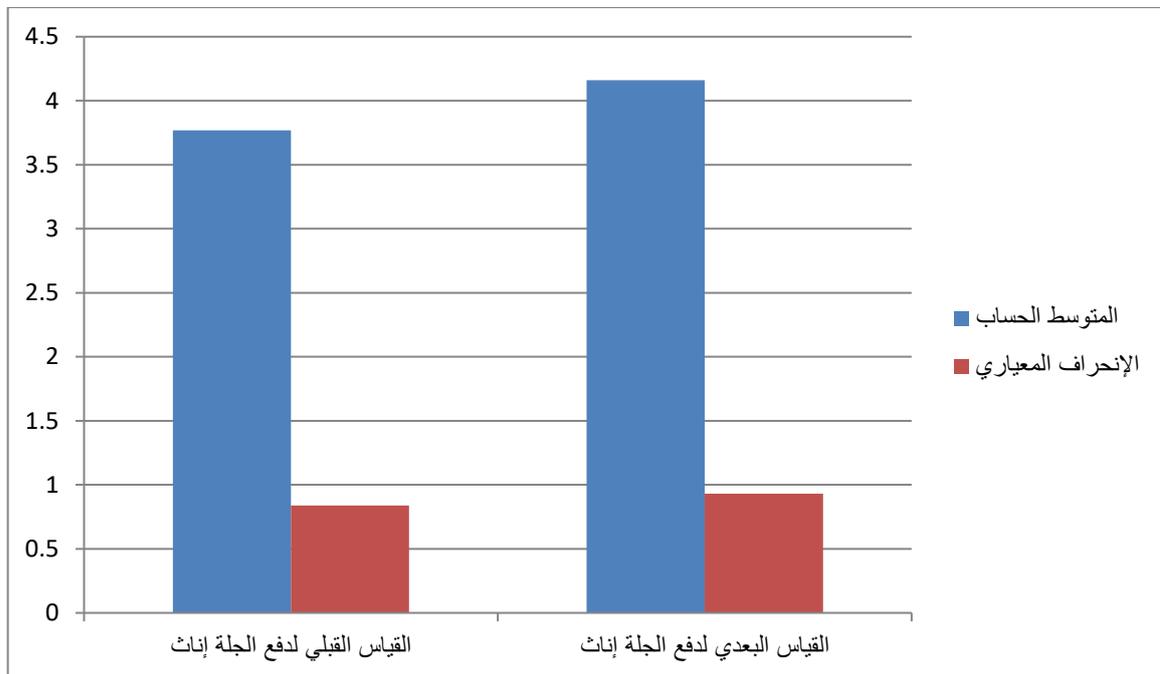
جدول رقم 16 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بدفع الجلة لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14 - 17 سنة) .

المتغير الخاص بالإناث	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الإنحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
دفع الجلة إناث (قبلي - بعدي)	-0.338	0.840	90	-4.383	0.000	89	0.01	دال

جدول رقم 17: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 16 بالنسبة لدفع الجلة عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 3.77 م في القبلي و متوسط 4.16 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.84 م للقبلي و 0.93 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي لدفع الجلة بين القياس القبلي و البعدي 0.555 ، وكذا من خلال جدول رقم 15 أن ت المحسوبة تساوي -4.383 ودرجة الحرية 89 وقيمة 0.000sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي لدفع الجلة القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير دفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي .



تمثيل بياني رقم 11 : يبين الفروق بين القياس القبلي و البعدي لدفع الجلة بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

4-1- عرض نتائج الوضعية الإدماجية لكل من الذكور و الإناث :

أ- عرض نتائج الوضعية الإدماجية للذكور :

المتغير الخاص بالذكور	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الوضعية الإدماجية قبلي	74	6.26	0.621	0.486
الوضعية الإدماجية بعدي	74	6.26	0.550	

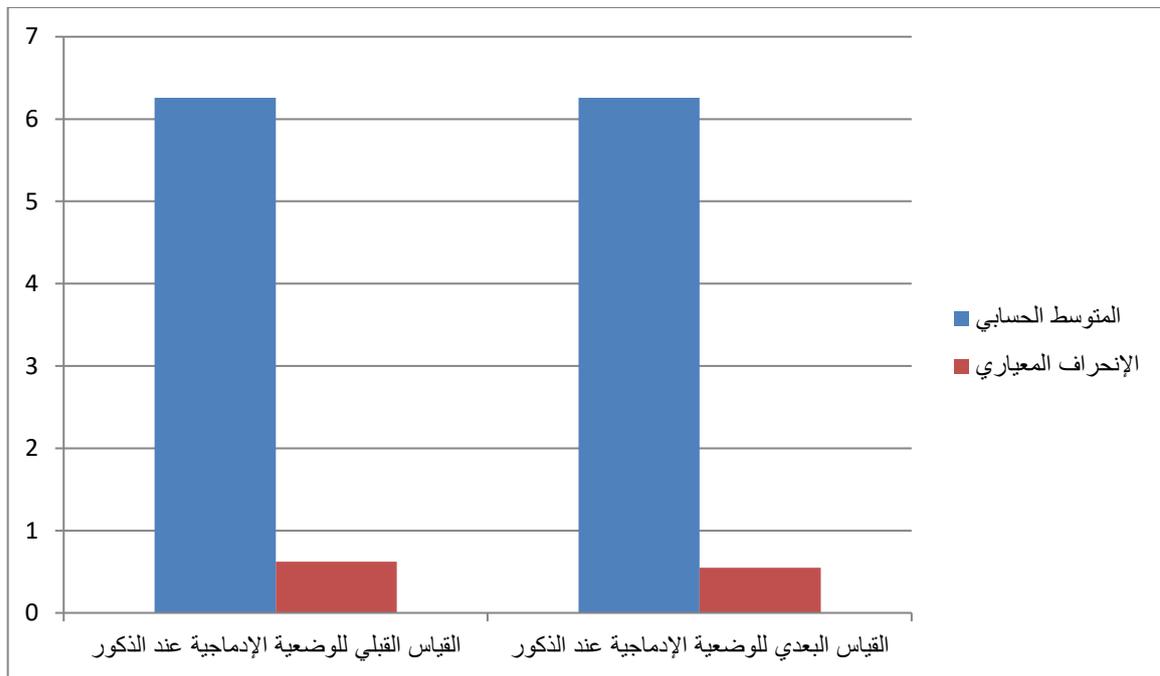
جدول رقم 18 : يبين المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري الخاص بالوضعية الإدماجية لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14 - 17 سنة) .

المتغير الخاص بالذكور	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الإنحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية	الدالة الإحصائية
وضعية إدماجية ذكور (قبلي - بعدي)	0	0.597	74	0.000	1.000	73	0.01	غير دال

جدول رقم 19: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 18 بالنسبة للوضعية الإدماجية عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 6.26 نقطة في القبلي و متوسط حسابي 6.26 نقطة للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.621 نقطة للقبلي و 0.550 نقطة للبعدي ومعامل إرتباط معتدل للوضعية الإدماجية القبلي و البعدي 0.486 ، وكذا من خلال جدول رقم 19 أن ت المحسوبة تساوي 0.000 ودرجة الحرية 73 وقيمة 1.000sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .



تمثيل بياني رقم 12 : يبين أنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

ب- عرض نتائج الوضعية الإدماجية للإناث :

المتغير الخاص بالإناث	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون
الوضعية الإدماجية قبلي	90	5.96	0.47	
الوضعية الإدماجية بعدي	90	6.01	0.18	

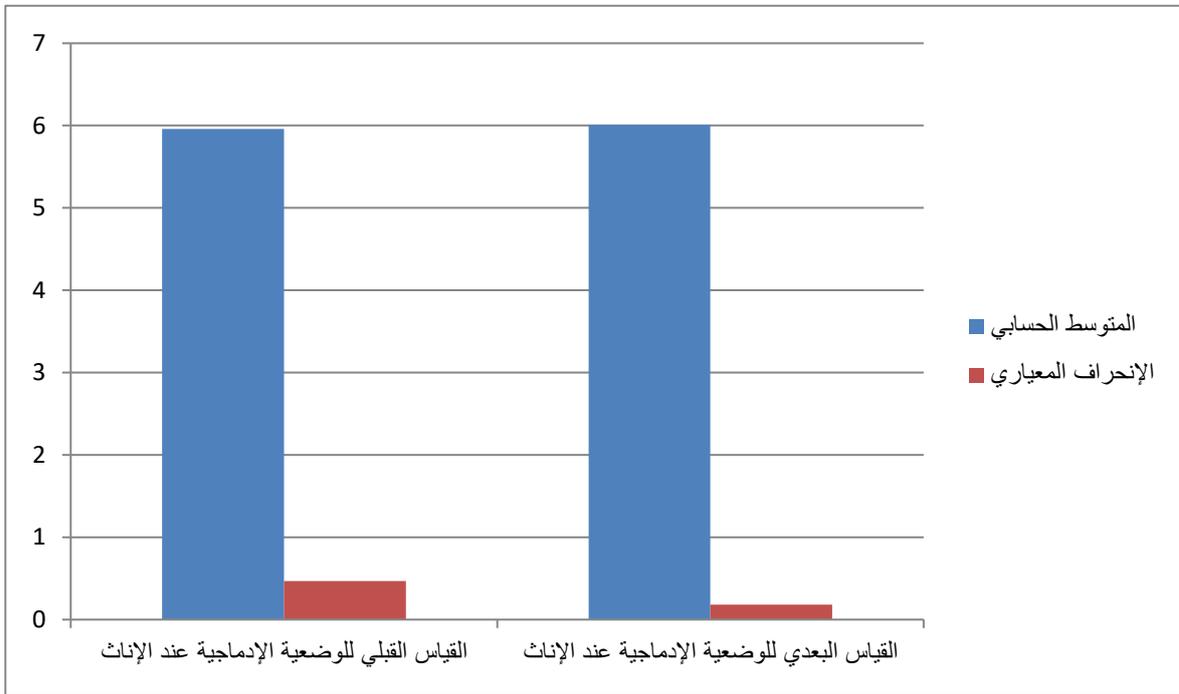
جدول رقم 20 : يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري الخاص بالوضعية الإدماجية لكل من القياس القبلي و البعدي و كذلك معامل الارتباط بيرسون عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14 - 17 سنة) .

المتغير الخاص بالإناث	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الانحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الوضعية الإدماجية إناث (قبلي - بعدي)	-0.056	0.483	90	-1.092	0.278	89	0.01	غير دال

جدول رقم 21: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم 20 بالنسبة للوضعية الإدماجية عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 5.96 نقطة في القبلي و متوسط حسابي 6.01 نقطة للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.47 نقطة للقبلي و 0.18 نقطة للبعدي ومعامل إرتباط ضعيف للوضعية الإدماجية القبلي و البعدي 0.136 ، وكذا من خلال جدول رقم 19 أن ت المحسوبة تساوي -1.092 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.278 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .



تمثيل بياني رقم 13: يبين أنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي للوضعية الإدماجية بالنسبة لمتعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

2- مناقشة النتائج :

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى: لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج الجري السريع 60 م لكل من الذكور و الإناث .

إنطلاقاً من الجدول رقم 06 بالنسبة لمتغير الجري السريع 60 م عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 9.81 ثانية في القبلي و متوسط حسابي 9.65 ثانية للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.89 ثانية للقبلي و 0.86 ثانية للبعدي ومعامل ارتباط قوي جدا بين الجري سريع 60 م القبلي و البعدي 0.856 وهذا ما يدل على ثبات أداء المتعلمين الذكور، وكذا من خلال جدول رقم 07 أن ت المحسوبة تساوي 2.823 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.006 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للجري السريع 60 م القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي و بالتالي نرفض الفرض الصفري و نقبل الفرض البديل أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند الذكور (14-17 سنة) .

و من خلال الجدول رقم 08 بالنسبة لمتغير الجري السريع 60 م عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 11.27 ثانية في القبلي و متوسط حسابي 11.17 ثانية للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.97 ثانية للقبلي و 0.90 ثانية للبعدي ومعامل ارتباط قوي جدا بين الجري سريع 60 م القبلي و البعدي 0.776 وهذا ما يدل على ثبات أداء المتعلمين إناث ، وكذا من خلال جدول رقم 09 أن ت المحسوبة تساوي 1.414 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.161 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) و بالتالي نقبل الفرض الصفري و نرفض الفرض البديل أي أنه لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند الإناث (14-17 سنة) .

و يرى الباحث أن السبب يرجع إلى النمو الخاص بكل من الطول و الوزن للمتعلمين فإنطلاقاً من الجدول رقم 02 بالنسبة لمتغير الطول عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 165.23 سم في القياس القبلي و متوسط حسابي 166.24 سم للقياس البعدي و كذا إنحراف معياري 8.44 سم للقبلي و 8.13 سم

عرض و مناقشة النتائج

للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الطول القبلي و الطول البعدي ب 0.981 ، وكذا من خلال جدول رقم 03 أن ت المحسوبة تساوي -5.335 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للطول القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الطول عند متعلمي السنة رابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي ، وكذا لاحظنا من خلال الجدول رقم 02 بالنسبة لمتغير الوزن عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 56.45 كلغ في القياس القبلي و متوسط 58.70 كلغ في القياس البعدي و كذا إنحراف معياري 13.62 كلغ للقبلي و 13.37 كلغ للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوزن القبلي و الوزن البعدي 0.988 ، وكذا من خلال جدول رقم 03 أن ت المحسوبة تساوي - 9.150 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوزن القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوزن عند متعلمي سنة رابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي . و لاحظنا من خلال الجدول رقم 04 بالنسبة لمتغير الطول عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 159.12 سم في القبلي و متوسط حسابي 159.81 سم للبعدي و كذا إنحراف معياري 5.22 سم للقبلي و 5.18 سم للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الطول القبلي و البعدي 0.959 ، وكذا من خلال جدول رقم 05 أن ت المحسوبة تساوي -4.412 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للطول القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الطول عند متعلمي السنة رابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي ، و من خلال الجدول رقم 04 بالنسبة لمتغير الوزن عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 54.96 كلغ في القبلي و متوسط 55.69 كلغ للبعدي و كذا إنحراف معياري 11.07 كلغ للقبلي و 11.74 كلغ للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوزن القبلي و البعدي 0.988 ، وكذا من خلال جدول رقم 05 أن ت المحسوبة تساوي - 9.150 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.005 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوزن القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوزن عند متعلمي السنة رابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي .

عرض و مناقشة النتائج

حيث أن الجري السريع 60 م يمر بالعديد من المراحل من مرحلة الإنطلاق التي تعتمد على سرعة رد الفعل للإنعكاس العصبي العضلي فور إعطاء إشارة البدء بحيث يقوم المتعلم بتحريك الرجل الخلفية إلى الأمام لأخذ أول خطوة ثم الدفع بالأمامية ففي الخطوات الأولى تكون مرجحة الذراعان من مفصل الكتف في حركة سهلة دون توتر و بسرعة تتناسب مع حركة الرجلين و هذه الحركة تساعد المتعلم في الإندفاع إلى الأمام مستخدما وزن وقوة الجسم ، ففي هذه المرحلة العمرية (14-17 سنة) ترتبط نمو العضلات بزيادة عدد اللويحات العضلية بحيث تتداخل الأبعاد التشريحية فيما بينها مما يؤدي إلى تطور القوة العضلية نتيجة زيادة التوافق العصبي العضلي للفرد و لكن تكون القوة العضلية للإناث أقل من الذكور مهما كانت العضلات المستهدفة¹ ، فيزداد الوزن عند الذكور بشكل خالي من الدهون نتيجة إفراز التستسترون و لا نسجل ذلك عند الإناث حيث يزداد وزنه مع زيادة الخلايا الدهنية فتطور القوة العضلية عند الذكور مقارنة بالإناث راجع لهذه الخاصية² أما حركة الرجل الخلفية فإنها تدفع إلى الأمام لأداء أول خطوة بعد خطوة البداية و بصورة عامة تكون هذه الخطوة قصيرة وسريعة لأن ميل الجذع و قرب من مركز الثقل يحد من طولها لتساعده هذه الخطوات الأولى القصيرة على تفادي مرحلة الطيران و بالتالي قصر الزمن الأداء فالمتعلم يستثمر جميع خصائصه الجسمية ليتمكن من الحصول على خطوات متناسبة مع طوله ، فمرحلة الإنطلاق لها دور كبير في تحقيق نتائج جيدة وهذا ما يفسر نتائج التي حققها الذكور مقارنة بنتائج الإناث ، حيث أن طول خطوات تعتمد على طول المتعلم وكذلك على كيفية الإنطلاق بالشكل الصحيح ففي اللحظة التي تركز بها الرجل الخلفية على الأرض تبدأ الرجل الأمامية بحركتها إلى الأمام و بأقصى قوة و سرعة ممكنة وتتحمل هذه الرجل مسؤولية إعطاء الجسم أكبر دفع للأمام الشيء الذي يتطلب وزن مناسب و تناسق عصبي عضلي و هذا ما يفسره تركيز البرنامج على التقوية العضلية في نشاط الجري السريع (أنظر الملحق رقم 12)، ثم تأتي مرحلة التسارع التي تتوقف على طول الخطوات الأولى و أسلوب أدائها فالخطوات القصيرة جدا لا تضمن ازدياد سرعة الجري ، و الخطوات الطويلة تؤدي إلى إنخفاض في السرعة نتيجة الطيران الشيء الذي يتطلب إستغلال طول المتعلم بشكل إقتصادي ما يضمن تحقيق نتائج جيدة من خلال إستثمار كفاءتهم وقدراتهم النفسية و الجسمية و المعرفية وهذا ما يفسره تركيز البرنامج الدراسي على تحسين سعة الخطوات و الرغبة في سرعة التنقل (انظر

¹Rachid Hanifi et Mourad Belhocine ,OP.CIT ,P38 .

²jack H .Wilmore et David L .Costill ,OP.CIT,p430 et 431 .

عرض و مناقشة النتائج

ملحق رقم 12) ولكن دون الأخذ بعين الاعتبار الخصائص الفروق الفردية بين الجنسين ، فيعود سبب عدم تحقيق البرنامج المقرر للسنة الرابعة متوسط لأثر على نتائج الجري السريع 60م عند الإناث إلى خصائص نموهم في هذه المرحلة فعند الإقتراب من خط الوصول تقوم بعض الإناث بالقفز نحو خط النهاية الشيء الذي يفقدهم الوقت وهذا راجع إلى الجوانب الوجدانية كالصبر و العزيمة الكبيرة لتحقيق أحسن نتيجة ، فعدم مراعاة محتوى البرنامج الدراسي للسنة الرابعة متوسط لخصائص نمو الإناث من أجل إحداث تغيرات في الأداء¹ لإختلاف خصائص نموهم مع الذكور بشكل واضح² فهذه التغيرات تنعكس على الجانب البدني للمتعلم و لهذا كان من الضروري أخذ خصائص الإناث في بناء برنامج المادة³ من إتجاهات و ميولات نحو ممارسة النشاط الرياضي وهذا ما أشار إليه كيث دلاك وآخرون سنة 2014 : بأن الإناث يميلون لممارسة أنشطة رياضية على حساب أنشطة رياضية أخرى نظرا لخصائصهم التكوينية و الوظيفية و إتجاهاتهم نحو ممارسة نوع النشاط.⁴ وكذلك في دراسة محمد صبان و آخرون سنة 2009 : بأنه من الضروري أخذ مختلف الخصائص و التغيرات الجسمية للمتعلمين في بناء البرامج و المناهج .⁵ فمحتوى البرنامج يجب أن يتماشى مع حاجات و ميولات المتعلمين ذكور و إناث في هذه المرحلة العمرية فالأنشطة التي لا تراعي إستعدادات و قدرات المتعلمين للممارسة لن تكون مناسبة وبالتالي فإن تحقيق الأهداف يكون صعب ، إضافة إلى ذلك كان من الضروري حصر الإمكانيات التي تساعد متعلمي هذه المرحلة على أداء النشاط وعدم ترك هذا الأمر على حسب ما هو متوفر في كل مؤسسة⁶ ، كذلك ففهم مسعى الفتيات الرياضية و فائدتها في تحقيق نتيجة أو رقم قياسي (انظر الملحق رقم 12) يتطلب حجم ساعي مبني على أسس علمية تتطلب فهم جميع خصائص المتعلم و النشاط فهناك علاقة بين عدد الساعات الأسبوعية و التعلم و تحسين النتائج⁷ فحسب المنهاج المادة فإن الوحدة التعليمية تتجز

¹Frédéric Aubert et Thierry Choffin ,OP.CIT, p

² علي فالح الهنداوي ،نفس المرجع السابق ، ص 30 .

³jack H .Wilmore et David L .Costill ,OP.CIT,p37 .

⁴kiethM.darke and al, OP.CIT, P 286

⁵ محمد صبان و آخرون ،دور و أهمية تحديد الأنماط الجسمية في تقويم مناهج مدارس المرحلة الثانوية بالجزائر ، مخبر تقويم النشاطات الرياضية ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر، سنة 2009 ، ص 101 .

⁶ عبد الحميد شرف ،مرجع سبق ذكره ، ص 51 و 52 و 53 .

⁷ عمر عبد الرحيم نصر الله ،تدني مستوى التحصيل و الإنجاز المدرسي ، الطبعة الثانية ، دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 ، ص 320 .

عرض و مناقشة النتائج

في 9 وحدات تعليمية ويضم العام الدراسي 28 أسبوعاً للنشاطات التعليمية و 4 أسابيع للتقويم فالنشاطات الرياضية المبرمجة في المادة (أنظر الملحق رقم 01) تيرمج نشاط الجري السريع مع نشاط الجري نصف طويل في الفصل الأول و يتم إكمال النشاط بعد الإختبارات المحروسة للفصل الأول وهذه المدة تؤدي إلى تناقص القدرات البدنية وهذا ما أشار إليه تروست وآخرون سنة 2002 خاصتا عند الإناث مقارنة بالذكور من 7 إلى 15 سنة¹ بالإضافة إلى أن النشاط الجري السريع يجرى في الفصل الأول ويفصله عن إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط مدة 5 أشهر يتخللها عطلة الشتاء و الربيع لمدة 15 يوم لكل واحدة وكذا الحالة الجوية في المنطقة التي تعيق سير الوحدات التعليمية فعدتا يبدأ في البرنامج المادة متأخرا وينتهي مبكرا و لا ينجز في 32 أسبوع كعمل ميداني مقارنة بالمواد الدراسية الأخرى و بالتالي فالوحدات التعليمية ستكون أقل من 9 وحدات (بين التعليمية و التقويمية) فتحسين نتائج الجري السريع يتطلب عدد ساعي كبير نتيجة قلة التوجيه الحركي في هذه المرحلة² ،بالإضافة إلى ذلك فإن حصص التقويم ذات غرض وظيفي كالتقويم التشخيصي لتحديد النقائص للوقوف على مدى نجاعة منهجية العمل للمواصلة أو إعادة النظر في الأهداف أما التقويم التحصيلي لقياس التطور و إعطاء النقاط للمتعلمين (أنظر الملحق رقم 12)، وكذلك فعدم تحديد طرق و أساليب التدريس الملائمة لمتعلمي هذه المرحلة لنشاط الجري السريع³ أدى لحصول الإناث على نتائج تتعارض مع القانون التوجيهي من خلال المادة رقم 45: " ضرورة العمل على توفير الظروف التي تسمح للمتعلمين بنمو أجسامهم نموا منسجما من خلال تنمية قدراتهم البدنية و اليدوية ". و منه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى تحققت بشكل جزئي أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند الذكور (14-17 سنة) ،

ولا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند الإناث (14-17 سنة) .

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية: لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج

¹Emmanuel van praagh , **physiologie du sport enfant et adolescent** , éditions de boeck université , bruxelles , Belgique , 2008 , p 26

² مروان عبد المجيد إبراهيم ، **مرجع سبق ذكره** ، ص 66 .

³ قاسم محمد صالح الجميلي ، **برنامج ألعاب تمهيدية على جوانب التعلم لبعض مسابقات الميدان و المضمار** ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر ودار الوفاء لندنيا الطباعة ، الإسكندرية ، مصر سنة 2016 ، ص 12 .

عرض و مناقشة النتائج

الوثب الطويل لكل من الذكور و الإناث .

إنطلاقاً من الجدول رقم 10 بالنسبة الوثب الطويل عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 3.27 م في القبلي و متوسط حسابي 3.43 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.67 م للقبلي و 0.66 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوثب الطويل القبلي و البعدي 0.87 و هذا ما يدل على ثبات الأداء ، وكذا من خلال جدول رقم 11 أن ت المحسوبة تساوي -4.071 ودرجة الحرية 73 وقيمة 0.000sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوثب الطويل القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي ، و بالتالي نرفض الفرض الصفري و نقبل الفرض البديل أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوثب الطويل عند الذكور (14 - 17 سنة)

و إنطلاقاً من الجدول رقم 12 بالنسبة للوثب الطويل عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 2.30 م في القبلي و متوسط حسابي 2.43 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.53 م للقبلي و 0.49 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا بين الوثب الطويل القبلي و البعدي 0.785 وهذا ما يدل على ثبات الأداء ، وكذا من خلال جدول رقم 13 أن ت المحسوبة تساوي -3.638 ودرجة الحرية 89 وقيمة 0.000sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للوثب الطويل القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوثب الطويل عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي .

و بالتالي نرفض الفرض الصفري و نقبل الفرض البديل أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوثب الطويل عند الإناث (14 - 17 سنة) .

و يرى الباحث أن السبب يرجع إلى نمو الطول و الوزن لكل من الذكور و الإناث وعلاقتها بالخطوات الفنية للوثب الطويل من إقتراب و الإرتقاء و الطيران و الهبوط¹ ، فسرعة المتعلم تزداد خلال الجزء الأول من مسافة الإقتراب نتيجة لميل الجذع إلى الأمام أو خلفا لذا نجد طول الخطوة يزداد حتى يصل إلى خطوات طوله الطبيعي و توقيته الثابت خلال منتصف المسافة² فهذا ما يثبت دور طول الجسم في هذه

¹ ريسان خريبط و عبد المجيد الأنصاري ، مرجع سبق ذكره ، ص 101 .

² عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس ألعاب القوى ، مرجع سبق ذكره ، ص 164 .

عرض و مناقشة النتائج

المرحلة فتتأثر نتيجة الوثب الطويل على حسب سرعة الجري وكذا على طول الخطوات ، حيث أنه يوجد ارتباطات عالية بين القياسات الجسمية و مستويات الأداء في الأنشطة المختلفة ، و على سبيل المثال يفضل طوال القامة لرياضات الرمي و الوثب¹ لمسافة الإقتراب تتوقف على الفروق الفردية بين المتعلمين من سن و جنس وهنا قد تكون المرحلة العمرية التي يمر بها المتعلم سببا في الحصول على هذه النتائج وقد أثبتت بعض الدراسات أن لطول الناشئ و قابليته للوثب الطويل ترجع إلى نسبة طول الجسم و التي تعتبر من أهم الخطوات في إختيار الناشئ لممارسة رياضة الوثب الطويل في سن 13 -15 سنة² أما بالنسبة للوزن و القوة فستساعد في الإرتكاز المؤثر و كذا الإرتقاء الجيد و التسارع و المحافظة على توازن الجسم أثناء الإرتقاء تحت تأثير كتلة الجسم³ مما أدى إلى الإستغلال الجيد للجسم أثناء الإرتقاء ، وهو متوصل إليه علي جواد عبدو بأن لوزن الجسم علاقة إرتباطية في أداء مهارة الوثب بأقصى قوة فكما كان وزن الجسم مناسب يعطي قوة دفع للجسم مساعدة على الوثب على العكس من الأجسام البدينة وبالإضافة إلى إن الجسم المناسب الأقل وزن يكون اقل تعرض للجاذبية الأرضية إذ يمكن مقاومتها والقيام بالوثب وكذا وجد أهمية كبيرة لمؤشر طول الطرف السفلي حيث وجد ارتباط عالي و أثبتت النتائج التي توصل إليها إلى مدى تأثيرها على الأداء في مهارة الوثب وذلك واضح فيزيائيا فالقوة تؤثر تأثير كبير على المقاومة وذلك يوضح مدى أهميتها في أداء مهارة الوثب ، ووجد أن وزن الجسم له ارتباط فعال على أداء الوثب ما يدل على أهمية وزن الجسم على أداء الوثب بالصورة التي توصل المتعلم إلى الانجاز، و وجد أن الطول الكلي يساعد في الحصول على مسافة وثب جيدة⁴ ويمكن أن نقول بأنه كان هناك أثر إيجابي للتعلم خاصتا في مهارة الإقتراب نتيجة النشاط الذي سبق الوحدة التعليمية للوثب الطويل و المتمثل في نشاط الجري السريع 60 م⁵.

¹ أمر الله أحمد الباسطي ، قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، سنة 1998 ، ص 11

² أسامة رياض ، الطب الرياضي و ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربية القاهرة ، مصر ، سنة 2003 ، ص 264 .

³ عبد الرحمن عبد المجيد زاهر ، فسيولوجيا مسابقات الوثب الطويل و القفز ، مرجع سبق ذكره ، ص 20 .

⁴ علي جواد عبد ، بعض القياسات الأنثروبومترية والمتغيرات البايوميكانيكية وعلاقتها بأداء مهارات القفز ، مجلة العلوم

التربية الرياضية ، العراق ، العدد 3 المجلد 6 ، سنة 2013 ، ص 151 ، 153

⁵ فرات جابر سعد الله ، مرجع سبق ذكره ، ص 306 .

عرض و مناقشة النتائج

وكذلك فنشاط الوثب الطويل في برنامج المقرر للسنة الرابعة متوسط يرتكز على تعلم مختلف مهارات الوثب مع التركيز على استثمار القدرات الجسمية من خلال تحديد خطوات الإقتراب لكل متعلم و تركيز على التنسيق و الدفع و استخدام تقنية المقصية للوثب مع التركيز على تقديم التغذية الراجعة لكل المتعلمين ذكور و إناث والعمل على الحصول على النتائج الجيدة من خلال فكرة الرقم القياسي فإستغلال العامل التقني و كذا خصائص المتعلم أدى إلى تحقيق النتائج (أنظر الملحق رقم 12)

إضافة إلى عدم تطلب نشاط الوثب الطويل لإمكانات كبيرة في أدائه مقارنة بنشاطات أخرى فمعظم حركات الوثب تنتسب إلى مجموعة الحركات المختلطة التي تعتمد على صفات السرعة و القوة وهذا ما يتفق مع دراسة حيدر نوار حسين العامري أن البرنامج التعليمي المبني وفق التسلسل المنطقي و تنظيم محتواه التعليمي و إتفاقه مع النظريات العلمية أي ما تعلمه الفرد يجب أن يكون منسجما مع ما يقوم به وشموله يحقق النتائج المطلوبة¹

ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية لم تتحقق أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوثب الطويل لكل من الذكور والإناث (14- 17 سنة) .

2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة: لا يوجد فرق بين الإختبار القبلي و البعدي على نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث .

إنطلاقا من الجدول رقم 14 بالنسبة لدفع الجلة عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 6.84 م في القبلي و متوسط 7.31 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 1.65 م للقبلي و 1.57 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي جدا لدفع الجلة القبلي و البعدي 0.884 وهذا ما يدل على ثبات الأداء ، وكذا من خلال جدول رقم 15 أن ت المحسوبة تساوي -5.179 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.000 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي لدفع الجلة القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير دفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي . و بالتالي نرفض الفرض الصفري و نقبل الفرض البديل أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج دفع الجلة عند الذكور (14- 17 سنة) .

¹حيدر نوار حسين العامري ،تأثير البرامج التعليمية لتطوير المظاهر الحركية و الأداء الفني لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين ، الطبعة الأولى ، دار دجلة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2016 ، ص 134 .

عرض و مناقشة النتائج

و إنطلاقاً من الجدول رقم 16 بالنسبة لدفع الجلة عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 3.77 م في القبلي و متوسط 4.16 م للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.84 م للقبلي و 0.93 م للبعدي ومعامل إرتباط قوي لدفع الجلة القبلي و البعدي 0.555 وهذا ما يدل على ثبات متوسط في الأداء ، وكذا من خلال جدول رقم 15 أن ت المحسوبة تساوي -4.383 ودرجة الحرية 89 وقيمة 0.000sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي لدفع الجلة القبلي و البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير دفع الجلة عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) لصالح البعدي ، وبالتالي نرفض الفرض الصفري و نقبل الفرض البديل أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج دفع الجلة عند الإناث (14 - 17 سنة) .

ويرى الباحث أنه لأداء حركة الدفع ينتقل وزن الجسم إلى القدم الأمامية و يكون المتعلم قد واجه مقطع الرمي و تكون الرجل اليمنى قد وصلت إلى أقصى إمتداد لها ومرتكزة على مشطها و يكون وزن الجسم واقع على الرجل الأمامية التي تستمر في الإمتداد حيث تكون الذراع الدافعة قد دفعت الجلة و استمر الدفع مع الإستمرار في متابعة الجلة حتى يتم التخلص و كلما ارتفعت نقطة التخلص كلما بعدت نقطة الهبوط لذلك يلعب زيادة طول القامة دوراً هاماً في الحصول على نتائج أفضل¹.

حيث أن الخصائص البيوميكانيكية التي تحدد المسافة التي يتحركها أي جسم يقذف في ضوء عدد من العوامل (الإرتفاع، الزاوية ، السرعة) من أجل التخلص من الجسم المراد بحيث أن إرتفاع التخلص أو الرمي يتحدد بإرتفاع جسم الدافع² كما أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها (ناجح محمد الذيابات و الذيابات إنعام محمد) إلى أن الطول الكلي يساهم في مستوى الانجاز الرقمي حيث يشير الباحثان أن طول الجسم يلعب دوراً هاماً وجوهرياً في الأداء من حيث الإعتماد على نظام الروافع لإنتاج أكبر قدر من القوى ، حيث تساهم القياسات الأنثروبومترية الطول و الوزن بمستوى الإنجاز الرقمي³، وكذلك حين اختيار لاعبي دفع الجلة فمن الضروري مراعاة سمة الطول و أيضا القوة

¹ريسان خريبط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الأنصاري، مرجع سبق ذكره ، ص 228 و 229.

²عبد الرحمن عبد المجيد زاهر، ميكانيكية تدريب و تدريس ألعاب القوى ، مرجع سبق ذكره ، ص 217

³ناجح محمد الذيابات و الذيابات إنعام محمد ، علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية و البدنية بالإنجاز الرقمي لدى

للاعبات الكرة الحديدية ، سلسلة العلوم الإنسانية المجلد الثامن عشر العدد الثاني ، مجلة جامعة الأقصى ، غزة ،

فلسطين ، يونيو 2014، ص 105 .

عرض و مناقشة النتائج

الجسمانية حيث يتراوح متوسط الطول للاعبين دفع الجلة من 185 إلى 2.04م ويتراوح وزنهم أكثر من 115 كغ¹ وهذا ما يدل على دور كل من الطول و الوزن في نتائج دفع الجلة .

فنشأت دفع الجلة في البرنامج يركز على التحسين من خلال مراقبة و تصحيح التوازن و التنسيق و تغيير الإرتكاز بعد التثبيت و إدراك القوة و توجيهها مع إحترام القوانين و تنمية الحركة الشاملة لتحقيق أحسن النتائج (أنظر الملحق رقم 12) كما أن نشاط دفع الجلة لا يتطلب إمكانيات كبيرة لأدائه .

ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثالثة لم تتحقق أي أنه

يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط على نتائج دفع الجلة لكل من الذكور و الإناث (14- 17 سنة) .

2-4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة: لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية .

نلاحظ من خلال الجدول رقم 18 بالنسبة للوضعية الإدماجية عند الذكور سجلنا متوسط حسابي 6.26 نقطة في القبلي و متوسط حسابي 6.26 نقطة للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.621 نقطة للقبلي و 0.550 نقطة للبعدي ومعامل إرتباط معتدل للوضعية الإدماجية القبلي و البعدي 0.486 ، وكذا من خلال جدول رقم 19 أن ت المحسوبة تساوي 0.000 و درجة الحرية 73 وقيمة 1.000sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه :

لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) .

نلاحظ من خلال الجدول رقم 20 بالنسبة للوضعية الإدماجية عند الإناث سجلنا متوسط حسابي 5.96 نقطة في القبلي و متوسط حسابي 6.01 نقطة للبعدي و كذا إنحراف معياري 0.47 نقطة للقبلي و 0.18 نقطة للبعدي ومعامل إرتباط ضعيف للوضعية الإدماجية القبلي و البعدي 0.136 ، وكذا من خلال جدول رقم 19 أن ت المحسوبة تساوي -1.092 ودرجة الحرية 89 وقيمة 0.278sig ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه لا توجد : فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الوضعية الإدماجية عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

¹W.mcardle et al traduit de l'américain par M.nadeau , **physiologie de l'activité physique** , 4 éme édition , maloine/edisem, paris, France, 2001,p 538

عرض و مناقشة النتائج

ويرى الباحث أن إكتساب الكفاءة في المادة يمر من خلال نشاطات التربية البدنية و الرياضية (أنظر الملحق رقم 12) حيث تقسم الكفاءة الختامية إلى مجموعة من الكفاءات النهائية مقسمة على عدد سنوات مرحلة التعليم المتوسط و بدورها الكفاءة النهائية تقسم إلى مجموعة من الكفاءات القاعدية يتم إكتسابها من خلال تقسيم الكفاءة القاعدية إلى مجموعة من المؤشرات ، تكون هذه المؤشرات منفصلة (أنظر الملحق رقم 12) وهذا ما يؤدي إلى صعوبة دمجها فكان من الأفضل دمج جميع الكفاءات في كفاءة واحدة من خلال تحديد مؤشراتها بشكل متتابع و مترابط ذو طابع إدماجي مما يساهم في العملية التعليمية ، بحيث يجب أن يتمكن المتعلم من فهم مختلف جوانب التعلم من أجل توظيفها للوصول إلى الكفاءة المطلوبة .

من خلال ربط جوانب الأهداف الثلاث الحس الحركي و العاطفي الوجداني و المعرفي بشكل مدمج ، فعدم فهم العلاقة بينها لا يمكن من الوصول إلى الإدماج¹ ، فكان من الضروري تنظيم خطوات البرنامج على نواتج تعليمية تؤدي إلى التعلم من خلال تعليم عناصر النشاط بشكل ترابطي من أجل مساعدة المتعلمين على دمج ما تعلموه² ، ولهذا كان لتحقيق الكفاءات من خلال البرنامج الدراسي تحديد الخصائص و إختيار المحتوى المناسب لذلك³ ، كذلك لم يوضح البرنامج طرق التدريس و الموارد اللازمة لتحقيق الكفاءة (أنظر الملحق رقم 12) ، ولهذا كان من الضروري تنظيم الموارد و طرق التدريس المناسبة للوصول إلى الكفاءات المطلوبة ، " فالكفاءة تكون نتيجة تنظيم العمل في الزمان و المكان عبر التخطيط العقلاني المناسب للإمكانيات المتاحة و تكييف محتويات التعلم لمستوى المتعلم و خصائصه"⁴ فللكفاءة قوة إدماجية يتم إكتسابها من خلال الإعتماد على محتوى البرنامج الدراسي الذي منطلقه الأنشطة الرياضية و المنهاج⁵ ، فعدم إكتساب الكفاءة يعود إلى غياب التقويم المناسب الذي يساعد على تعلم الإدماج كالتقويم التكويني و التحصيلي (أنظر الملحق رقم 12) حيث يكتفي التقويم التكويني

¹ فوزي عبد السلام الشربيني و غفت مصطفى الطناوي ،تصميم المنهاج و البرامج التعليمية بين النظرية و الممارسة ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2016 ، ص 252 .

² فيصل عبد منشد الشويلي ،تصميم التعليم و التدريس نظريات و نماذج ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2015 ، ص 85 و 86 .

³ رند علي حسين السبتي ،البرامج التعليمية و علاقتها بالتفكير الناقد ، الطبعة الأولى ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2016 ، ص 141 .

⁴ مديريةية التعليم الأساسي ، اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمنهاج التعليم المتوسط ، مرجع سبق ذكره ، ص 10 .

⁵H.K .Manners et M.E Carroll , physical education , taylor and francis group falmerpress , philadelphia in usa ,1995, p 2

عرض و مناقشة النتائج

بالوقوف على مدى نجاعة منهجية عمل المعلم للمواصلة أو إعادة النظر في الأهداف أما التحصيلي يهتم بقياس التطور الحاصل لدى المتعلمين بالإضافة إلى مقارنة الأهداف المعلن عنها وما تحقق أي أن التقويم دوره وظيفي فقط من خلال مقارنة نتائج المتعلمين مع المعايير و المستويات الموجودة في المنهاج فكان من الضروري القيام بالمعالجة البيداغوجيا بعد التقويم التحصيلي لإيجاد الحلول المناسبة للمتعلمين الذين يعانون من صعوبات التعلم¹ مع تنوع أشكال المعالجة البيداغوجيا من خلال الحصص الإضافية أو التغذية الراجعة أو التكرارات أو تغير طرق التدريس أو التركيز على النشاط² وكذا غياب الفضاءات التي توفر البيئة المناسبة لإستخدام تكنولوجيا الإعلام و الإتصال التي تقدم التغذية الراجعة الفورية من أجل معالجة الأخطاء .³

فالتقويم المستخدم لا يساعد على تعلم الإدماج بالإضافة إلى عدم هيكلة الكفاءة بالشكل الذي يحدد وقت ووسائل المناسبة لتحقيق كل مؤشر ، فعدم تحقيق برنامج التربية البدنية و الرياضية للكفاءة المطلوبة يتعارض مع المادة رقم 06 من القانون التوجيهي : " تلقين المتعلمين المعارف و الكفاءات التي تمكنهم من إعادة إستثمار المعارف و الكفاءات الأساسية : التي تمكنهم من إعادة إستثمار المعارف و المهارات المكتسبة و توظيفها" .

ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية تحققت أي أنه لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية لكل من الذكور و الإناث (14 - 17 سنة) .

¹ رشاش أنس عبد الخالق و أمل أبو ذياب عبد الخالق ، طرائق النشاط في التعليم و التقويم التربوي ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، سنة 2007 ، ص 226 .

² العربي عقون ، مدخل إلى التقويم التربوي ، بدون طبعة ، دار الهدى للطباعة و النشر و التوزيع ، عين مليلة ، الجزائر ، سنة 2006 ، ص 53 .

³ غسان يوسف قطيط ، تقنيات التعلم و التعليم الحديثة ، الطبعة الأولى ، دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2015 ، ص 80 .

عرض و مناقشة النتائج

الخلاصة العامة :

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة " أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط " لدى متعلمي السنة الرابعة متوسط في بلدية بسكرة مكونة من 164 متعلم (90 متعلم من الإناث و 74 متعلم من الذكور) موزعين على متوسطتين ، حيث تم إجراء إختبار قبلي (قبل تطبيق البرنامج الدراسي المقرر للسنة الرابعة متوسط ثم إختبار بعدي بعد الإنتهاء من تطبيقه ، هذا بعد ضبط المتغيرات الدخيلة حتى لا تؤثر في نتائج الدراسة وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة على التالي :

- يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند المتعلمين ذكور (14- 17 سنة) .
- لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند المتعلمين إناث (14- 17 سنة) .
- يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج النشاط الإختياري الوثب الطويل عند المتعلمين ذكور (14- 17 سنة) .
- يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج النشاط الإختياري الوثب الطويل عند المتعلمين إناث (14- 17 سنة) .
- يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج النشاط الإختياري دفع الجلة عند المتعلمين ذكور (14- 17 سنة) .
- يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج النشاط الإختياري دفع الجلة عند المتعلمين إناث (14- 17 سنة) .
- لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية عند المتعلمين ذكور (14- 17 سنة) .
- لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الوضعية الإدماجية عند المتعلمين إناث (14- 17 سنة) .

عرض و مناقشة النتائج

إقتراحات و دراسات مستقبلية :

- تحديد طرق التدريس الأكثر نجاعة لتحقيق أهداف كل نشاط رياضي مدرج في البرنامج الدراسي المقرر بشكل يتماشى مع خصائص متعلمي السنة رابعة متوسط ذكور و إناث .
- تحديد الوقت المناسب لتعلم النشاطات الرياضية المدرجة في البرنامج الدراسي المقرر مع تغير في طريقة تقديم الأنشطة من الشكل الدوري إلى أشكال أخرى تسمح بممارسة جميع الأنشطة الرياضية على مدار العام الدراسي .
- إختيار أحسن التقنيات الخاصة بكل نشاط التي تتوافق مع المرحلة العمرية بالشكل الذي يساهم في التعلم و تحقيق النتائج في إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط .
- دراسة خصائص مختلف الأنشطة الرياضية مع قدرات و إستعدادات و ميولات و إتجاهات المتعلمين و وضع معايير و مستويات ذات شكل تسمح بمراقبة التطور المتعلمين ذكور و إناث بشكل مستمر و إستغلال الخصائص الجسمية للمتعلمين لتحسين النتائج في النشاطات المختلفة.
- ضبط الموارد الخاصة بكل نشاط (كرات ، معارف ، كتب ، مرافق رياضية) لسماح للمتعلمين للوصول إلى الكفاءة مع تحديد الميزانية المناسبة لتنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر.
- إعادة تشكيل محتوى البرنامج بالشكل الذي يتكيف مع المرافق المتوفرة و البيئة الطبيعية من منطقة و الطقس الذي يميزها من أجل تحقيق النتائج في إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط.
- رفع معامل مادة التربية البدنية و الرياضية وكذا الحجم الساعي المخصص بساعتين أسبوعين من أجل زيادة الحافز نحو تحقيق أهداف المادة .
- تفعيل المعالجة البيداغوجيا من خلال إقتراح أساليب مختلفة لذلك مع تفعيل التقويم وجعله أكثر فعالية بالشكل الذي يتماشى مع مبادئ المقاربة بالكفاءات .
- إعادة بناء و تشكيل البرنامج مع إقتراح برامج دراسية بالشكل الذي يتكامل مع غايات التربية المحددة في القانون التوجيهي من خلال إيجاد السبل المناسبة لتحقيق الأهداف المطلوبة .
- تدعيم فكرة الإصلاحات التربوية الثانية .

قائمة المراجع

1- الكتب باللغة العربية :

- 1- إبراهيم أحمد سلامة ، المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية ، بدون طبعة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الفاتح ، طرابلس ، ليبيا ، 1999 / 2000.
- 2- إبراهيم سالم السكار ، موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 .
- 3- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، التدريب الرياضي المعاصر ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2012 .
- 4- أبو العلا أحمد عبد الفتاح و محمد صبحي حسانين ، فسيولوجيا و مرفولوجيا الرياضة و طرق القياس و التقويم ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1997 .
- 5- أبو بكر مرسي محمد مرسي ، أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي ، الطبعة الأولى ، مكتبة النهضة المصرية للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2002 .
- 6- أحمد بوسكرة ، منهاج تربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و التقني ، بدون طبعة ، دار الخلدونية للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2005 .
- 7- أحمد عبد الله بديه ، الإمتحانات المدرسية المشكلة و الحل ، مركز البحوث و التطوير التربوي ، وزارة التربية و التعليم ، الجمهورية اليمنية ، سنة 2009 .
- 8- أحمد علي خليفة ، التقويم و الإختبارات ، بدون طبعة ، قسم التربية البدنية و الرياضية ، جامعة أم القرى ، السعودية ، بدون سنة .
- 9- أحمد ماهر أنور حسن و آخرون ، التدريس في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2007 .
- 10- أحمد محمد خاطر و علي فهمي البيك ، القياس في المجال الرياضي ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، سنة 1996 .
- 11- أحمد نصر الدين السيد ، مبادئ فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، سنة 2014 .
- 12- أحمد يعقوب النور ، القياس و التقويم في التربية و علم النفس ، بدون طبعة ، الجنادرية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2007 .

- 13- أسامة رياض ، الطب الرياضي و ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربية القاهرة ، مصر ، سنة 2003 .
- 14- أسامة كامل راتب ، النمو الحركي - مدخل للنمو المتكامل للطفل و المراهق - ، بدون طبعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1999 ، ص 131 .
- 15- أكرم خطايبية ، أسس و برامج التربية الرياضية ، بدون طبعة ، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 .
- 16- أمر الله أحمد الباسطي ، قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، سنة 1998 ،
- 17- أمر الله أحمد البساطي ، التدريس في التربية البدنية و الرياضية ، بدون طبعة ، نشر مطابع جامعة الملك سعود ، المملكة العربية السعودية ، سنة 1999 .
- 18- أمين أنور الخولي و اخرون ، التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل و طالب التربية العملية ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 .
- 19- أنيتا ونفولك ترجمة صلاح الدين محمود علام ، علم النفس التربوي ، الطبعة الأولى ، دار الفكر ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 .
- 20- إيمان أبو غربية ، التطور من الطفولة حتى المراهقة ، الطبعة الأولى ، دار جرير للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2007 .
- 21- بدرة معتصم ميموني و مصطفى ميموني ، سيكولوجية النمو في الطفولة و المراهقة ، بدون طبعة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، سنة 2010
- 22- بهاء الدين إبراهيم سلامة ، الخصائص الكيميائية الحيوية لفسولوجيا الرياضة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 .
- 23- بهاء الدين إبراهيم سلامة ، فسولوجيا الجهد البدني ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 .
- 24- توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة الأولى ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2000 .
- 25- توفيق أحمد مرعي و محمد محمود الحيلة ، المناهج التربوية الحديثة ، الطبعة السابعة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2009

- 26- ثائر أحمد غباري و خالد محمد أبو شعيرة ، سيكولوجية النمو الإنساني بين الطفولة و المراهقة ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 .
- 27- جرجس ميشال جرجس ، معجم مصطلحات التربية و التعليم ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، سنة 2005 .
- 28- جمال صبري فرج ، القوة و القدرة و التدريب الرياضي الحديث ، بدون طبعة ، دار دجلة ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2012 .
- 29- حسن حسين البيلاوي و آخرون ، الجودة الشاملة في التعليم ، الطبعة الثانية ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 .
- 30- حسن شحاته و زينب النجار ، معجم المصطلحات التربوية و النفسية ، الطبعة الأولى ، الدار المصرية اللبنانية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2003 .
- 31- حسن محمد النواصرة ، علم التشريح للجهاز الحركي ، بدون طبعة ، دار الجامعيين للطباعة ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2007 .
- 32- حمد حسن حمادات ، المناهج التربوية ، الطبعة الأولى ، دار الحامد للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 .
- 33- حمد حسين محمد عبد المنعم ، طرق تدريس الألعاب الجماعية بين النظرية و التطبيق ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر ، سنة 2012 .
- 34- حمد سعيد عزمي ، درس التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية و التطبيق ، بدون طبعة ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2014 .
- 35- حمود داود الربيعي ، التقويم و الإرشاد و التوجيه في الميدان التربوي و الرياضي ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب العلمية ، بيروت ، لبنان ، سنة 2013 .
- 36- حيدر نوار حسين العامري ، تأثير البرامج التعليمية لتطوير المظاهر الحركية و الأداء الفني لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين ، الطبعة الأولى ، دار دجلة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2016 .

- 37- خالد عبد الحميد شافع ، منظور علم الحركة للبدء في مسابقات العدو ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2006 .
- 38- خالد محمد عبد الجابر الخطيب ، منهاج التربية الرياضية في ضوء معايير الجودة ، الطبعة الأولى ، دار العلم والإيمان للنشر و التوزيع ، دسوق، مصر ، سنة 2015 .
- 39- خلود مانع الزبيدي ، موسوعة الألعاب الرياضية ، بدون طبعة ، دار دجلة ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 .
- 40- الديوان الوطني للإمتحانات و المسابقات ، أبواب مفتوحة على الإمتحانات المدرسية ، وزارة التربية الوطنية ، بدون سنة.
- 41- رامي محمد الطاهر سالم ، تأثير إستخدام التدريبات البالسيتية على القدرة العضلية للرجلين و علاقتها بالمستوى الرقمي للوثب الطويل ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2013.
- 42- ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم ، أساليب البحث العلمي النظرية و التطبيق ، الطبعة الخامسة ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان، الأردن ، سنة 2012 .
- 43- رحيم يونس كروز ، المناهج و طرائق التدريس ، الطبعة الأولى ، دار دجلة ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن، سنة 2009 .
- 44- رشراش أنس عبد الخالق و أمل أبو ذياب عبد الخالق ، طرائق النشاط في التعليم و التقويم التربوي ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، سنة 2007 .
- 45- رعد محمد عبد ربه ، ألعاب القوى و التحمل ، الطبعة الأولى ، الجنادرية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 .
- 46- رعدة شريم ، سيكولوجية المراهقة ، الطبعة الأولى ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2009 .
- 47- رمضان محمد القذافي ، علم نفس النمو الطفولة و المراهقة ، بدون طبعة ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 1997.
- 48- رند علي حسين السبتى ، البرامج التعليمية و علاقتها بالتفكير الناقد ، الطبعة الأولى ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2016 .

- 49- ريسان خريبط مجيد وعبد الرحمن الأنصاري ، ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 .
- 50- زكي محمد محمد حسن و بهاء سيد محمود ، التقويم التربوي في المجال الرياضي ، بدون طبعة ، المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2006 .
- 51- زياد أحمد الطاوسي ، مجتمع الدراسة و العينات ، بدون طبعة ، مديرية التربية لواء البتراء ، الأردن، 2001/2000.
- 52- زينب علي عمر و غادة جلال عبد الحكيم ، طرق تدريس التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2008 .
- 53- ستيفن هارد - ترجمة مجموعة من الخبراء - ، مشكلات الطفولة و سيكولوجية المراهقة طرق علاجها ، الطبعة الأولى ، جويتر للخدمات الأكاديمية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 .
- 54- سعاد هاشم عبد السلام قصيبات ، علم نفس النمو (الطفولة و المراهقة) ، الطبعة الرابعة ، دار مصراته للكتاب ، مصراته، ليبيا ، سنة 2007.
- 55- سعد الدين الشرنوبى و عبد المنعم هريدي ، مسابقات الميدان و المضمار ، بدون طبعة ، مكتبة الإشعاع الفني ، الإسكندرية ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998.
- 56- سعد رشيد الأعظمي ، أساسيات علم النفس الطفولة و المراهقة ، بدون طبعة ، دار جهينة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2007 .
- 57- سعد فتح الله محمد العالم ، الجينات و إنتقاء الناشئين في ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر و دار الوفاء لنديا الطباعة ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2015 .
- 58- سمير محمد كبريت ، منهاج المعلم و الإدارة التربوية ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية للنشر و التوزيع ، بيروت ، لبنان ، سنة 1998 .
- 59- سهيل رزق دياب ، مناهج البحث العلمي ، بدون طبعة ، غزة ، فلسطين ، سنة 2003.
- 60- شبيب نعمان السعدون ، موسوعة ألعاب القوى العالمية ، الطبعة الأولى ، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 .
- 61- صابر خير الله و سعد محمد قطب ، ألف سؤال وجواب في قانون ألعاب القوى ، بدون طبعة ، دار الجامعيين ، الإسكندرية ، مصر ، بدون سنة .

- 62- صالح محمد أبو جادر ، علم نفس التطوري الطفولة و المراهقة ، الطبعة الثالثة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 .
- 63- صحتي أحمد قبلان ، الألعاب الفردية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 .
- 64- صلاح الدين محمد أبو الرب ، علم التشريح ، بدون طبعة ، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2006 .
- 65- عباد قندوز فوزية ، التعلم بين الطفولة و المراهقة و علاقته بنظام الإمتحانات وبناء المناهج الدراسية ، بدون طبعة ، دار هومة للطباعة و النشر و التوزيع ، الجزائر سنة 2011 .
- 66- عباس محمود عوض ، المدخل إلى علم نفس النمو (الطفولة - المراهقة - الشيخوخة) ، بدون طبعة ، دار المعرفة الجامعية ، السويس ، مصر ، سنة 1999 .
- 67- عبد الحميد بن عبد المجيد بن عبد الحميد حكيم ، الإختبارات و القياس و التقويم ، مركز خدمة المجتمع و التعليم المستمر ، مكة ، المملكة العربية السعودية ، سنة 2004/2005.
- 68- عبد الحميد شرف ، البرامج في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق للأسوياء و المعاقين ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2007 .
- 69- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، فسولوجيا مسابقات الوثب و القفز ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2000 .
- 70- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ، ميكانيكية تدريب و تدريس مسابقات ألعاب القوى ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009 .
- 71- عبد الرحمن عبد السلام جامل ، الكفايات التعليمية في القياس و التقويم ، الطبعة الأولى ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2014.
- 72- عبد العزيز حيدر حسين الموسوي ، علم النفس النمو و نظرياته ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع و مؤسسة دار الصادق الثقافية ، عمان و بغداد ، الأردن و العراق ، سنة 2013.
- 73- عبد الفتاح عبد الله و عزة حمدي ، تنظيم و إدارة الدرس في التربية البدنية و التعلم الحركي ، بدون طبعة ، المكتبة المصرية للطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2004 .

- 74- عبد القادر عباس ، طبيعة البحث العلمي و الدلالة الإحصائية ، الطبعة الأولى ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، مصر ، سنة 2013.
- 75- عبد القادر كريم رضوان ، علم النمو و التطور ، الطبعة الرابعة ، الجامعة الإسلامية غزة ، فلسطين ، سنة 2009 .
- 76- عبد الله قلي و فضيلة حناش ، التربية العامة ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، وزارة التربية الوطنية ، سنة 2009 .
- 77- العربي عقون ، مدخل إلى التقييم التربوي ، بدون طبعة ، دار الهدى للطباعة و النشر و التوزيع ، عين مليلة ، الجزائر ، سنة 2006 .
- 78- عصام الدين متولى عبد الله ، طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية و التطبيق ، بدون طبعة ، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر ، سنة 2011
- 79- عصام حسن الدليمي و علي عبد الرحيم صالح ، البحث العلمي أسسه ومناهجه ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2014.
- 80- عطا الله أحمد و آخرون ، تدريس التربية البدنية و الرياضية في ضوء الأهداف الإجرائية و المقاربة بالكفاءات ، بدون طبعة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 2009.
- 81- عفاف عبد الكريم ، تطوير عناصر تصميم المنهج في التربية البدنية ، بدون طبعة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2008 .
- 82- عفاف عثمان عثمان و آخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، بدون طبعة، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة ، 2008 .
- 83- علي سلوم جواد و مازن حسن جاسم ، البحث العلمي أساسيات و مناهج إختبار الفرضيات تصميم التجارب ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2012 .
- 84- علي فالح الهنداوي ، علم النفس الطفولة و المراهقة ، الطبعة الثانية ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، الإمارات العربية المتحدة ، سنة 2002 .
- 85- عمر عبد الرحيم نصر الله ، تدني مستوى التحصيل و الإنجاز المدرسي ، الطبعة الثانية ، دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 .

- 86- غسان يوسف قطيط ، تقنيات التعلم و التعليم الحديثة ، الطبعة الأولى ، دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2015 .
- 87- فتحي الكرداني و مصطفى السايح ، التربية العملية بين النظرية و التطبيق، الطبعة الأولى ، دار الجامعيين للطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2002 .
- 88- فرات جابر سعد الله ، أساسيات في التعلم الحركي ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2015 .
- 89- فراج عبد الله توفيق ، النواحي الفنية لمسابقات العدو و الجري و الحواجز و الموانع ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2004.
- 90- فوزي عبد السلام الشربيني و عفت مصطفى الطناوي ، تصميم المنهاج و البرامج التعليمية بين النظرية و الممارسة ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2016 .
- 91- فيصل عبد منشد الشويلي ، تصميم التعليم و التدريس نظريات و نماذج ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2015 .
- 92- قاسم حسن حسين و إيمان شاكر محمود ، الأسس الميكانيكية و التحليلية في فعاليات الميدان و المضمار ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي للطباعة و النشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2000 .
- 93- قاسم محمد صالح الجميلي ، برنامج ألعاب تمهيدية على جوانب التعلم لبعض مسابقات الميدان و المضمار ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر و دار الوفاء لدنيا الطباعة ، الإسكندرية ، مصر سنة 2016 .
- 94- كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد نصر الدين رضوان ، مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1994.
- 95- اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للسنة الرابعة متوسط ، اللجنة الوطنية للمناهج ، سنة 2005 .
- 96- اللجنة الوطنية للمناهج ، مناهج السنة الرابعة من التعليم المتوسط ، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية ، جوان 2013 .

- 97- لخضر لكحل و كمال فرحاوي ، أساسيات التخطيط التربوي النظرية و التطبيق ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2009 .
- 98- مایسة أحمد النیال ، المراهقة ، بدون طبعة ، الجزء الثاني ، دار المعرفة الجامعية ، السويس ، مصر ، سنة 2009
- 99- محروس محمد محروس ، التقويم في الرياضة المدرسية ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة و دار الوفاء لدنيا الطباعة ، الإسكندرية ، مصر 2015 .
- 100- محمد إبراهيم شحاته و محمد جابر بريقع ، دليل القياسات الجسمية و إختبارات الأداء الحركي ، الطبعة الأولى ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 1995.
- 101- محمد الطاهر وعلی ، الوضعية الإدماجية ، الطبعة الثانية ، الورسم للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2012 .
- 102- محمد الطاهر وعلی ، الوضعية المشكلة التعليمية في المقاربة بالكفاءات ، الطبعة الرابعة ، الورسم للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2012.
- 103- محمد الطاهر وعلی ، بيداغوجيا الكفاءات ، الطبعة الثانية ، الورسم للنشر و التوزيع ، الجزائر ، سنة 2011 .
- 104- محمد بن یحیا زکریا ، التدريس عن طرق المقاربة بالأهداف و المقاربة بالكفاءات ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، وزارة التربية الوطنية الجمهورية الجزائرية ، سنة 2006 .
- 105- محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، الطبعة التاسعة ، دار المعارف ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 1994 .
- 106- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي ، بدون طبعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2008 .
- 107- محمد دريج و آخرون ، معجم مصطلحات المناهج و طرق التدريس ، بدون طبعة ، المنظمة العربية للتربية و الثقافة و العلوم ، الرباط ، سنة 2011 .
- 108- محمد رضا البغدادي ، الأهداف و الإختبارات في المناهج و طرق التدريس بين النظرية و التطبيق ، بدون طبعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 1998 .

- 109- محمد صابر سليم و آخرون ، بناء المناهج و تخطيطها، الطبعة الأولى ، دار الفكر ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2006 .
- 110- محمد صبحي حسنين ، القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة السادسة ، الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، سنة 2004 .
- 111- محمد عبيدات و آخرون ، منهجية البحث العلمي و القواعد و المراحل و التطبيقات ، بدون طبعة ، كلية الإقتصاد والعلوم الإدارية ، الجامعة الأردنية ، سنة 1999 .
- 112- محمد عودة الريماوي ، علم النفس الطفولة و المراهقة ، الطبعة الثانية ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 .
- 113- محمد محمد إبراهيم ، إعداد و مناقشة الرسائل و البحوث العلمية ، بدون طبعة ، الدار الجامعية ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2014 .
- 114- محمد مصطفى زيدان ، النمو النفسي للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية ، بدون طبعة ، كلية اللغة العربية و الدراسات الإسلامية ، منشورات الجامعة الليبية ، ليبيا ، بدون سنة .
- 115- محمد نصر الدين رضوان ، المدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 2006 .
- 116- محمود حسين الوادي و علي فلاح الزعبي ، أساليب البحث العلمي مدخل منهجي و تطبيقي ، الطبعة الأولى ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2011 .
- 117- مديرية التعليم الأساسي ، اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمنهاج التعليم المتوسط للتربية البدنية و الرياضية ، سنة 2014/2013 .
- 118- المركز الوطني المغربي للتجديد التربوي و التجريب ، دليل بيداغوجيا الإدماج ، بدون طبعة ، وزارة التربية الوطنية و التعليم العالي و تكوين الأطر و البحث العلمي للملكة المغربية ، المغرب ، بدون سنة
- 119- مروان عبد المجيد ، طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية ، بدون طبعة ، الدار العلمية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 .

- 120- مروان عبد المجيد ابراهيم ، الأسس العلمية و الطرق الإحصائية للاختبار و القياس في التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 1999 .
- 121- مروان عبد المجيد إبراهيم ، النمو البدني و التعلم الحركي ، الطبعة الأولى ، الدار العلمية للنشر و التوزيع و دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 .
- 122- مريم سليم ، علم النفس النمو ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية بيروت ، لبنان ، سنة 2002
- 123- مساعد بن عبد الله النوح ، مبادئ البحث التربوي ، الطبعة الأولى ، كلية المعلمين بالرياض ، السعودية ، سنة 2004 .
- 124- مصطفى السايح محمد ، أدبيات البحث في تدريس التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2009.
- 125- مصطفى باهى و صبرى عمران ، الاختبارات و المقاييس في التربية الرياضية ، بدون طبعة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2008 .
- 126- مصطفى حسين باهى و آخرون ، مقدمة في الاختبارات و المقاييس في المجال الرياضي ، بدون طبعة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، سنة 2013 .
- 127- المعهد التربوي لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، التسيير التربوي و الإداري ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2004 .
- 128- المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، النظام التربوي و المناهج التعليمية ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2004 .
- 129- المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، بناء الاختبارات ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2005 .
- 130- مكارم حلمي أبو هجرة و محمد سعد زغلول ، مناهج التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، سنة 1999.
- 131- ملحق سعيدة الجهوية ، المعجم التربوي ، المركز الوطني للوثائق التربوية ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2009 .

132- نوال إبراهيم شلتوت و محسن محمد حمص ، طرق و أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة الأولى، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر الإسكندرية ، مصر ، سنة 2008

133- هند عبد الكريم و مصطفى حسين علي ، مناهج البحث في علم النفس النمو ، الطبعة الأولى ، جويتر للخدمات الأكاديمية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2009.

134- وجيه محجوب ، البحث العلمي و مناهجه ، بدون طبعة ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2014 .

2- رسائل الماجستير و الدكتوراه :

135- آيات جعفر الصرايرة ، دراسة تحليلية لأنماط أسئلة الإختبارات التحصيلية لدى معلمي التربية الإجتماعية و الوطنية لصفوف الرابعة و الخامسة الأساسيين ، رسالة ماجستير ، قسم المناهج و التدريس ، جامعة مؤتة ، الأردن ، سنة 2011 .

136- حزازي كمال ، معوقات تطبيق التدريس و فق بيداغوجيا المقاربة بالكفاءات في مادة التربية البدنية و الرياضية ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية و الرياضية ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، الجزائر ، سنة 2010/2009 .

137- الصغير ساحلي ، دراسة تقييمية لمحتوى عناصر منهاج التربية البدنية و الرياضية لمرحلة التعليم المتوسط و علاقاتها بمهارات التدريس لديهم و طبيعة التفاعل نفس إجتماعي داخل القسم ، أطروحة دكتوراه في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر 03 ، الجزائر 2013/2012 .

138- عمر عمور ، الأساليب التطبيقية للدروس العملية بقسم التربية البدنية و الرياضية ، رسالة ماجستير في التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر ، الجزائر ، سنة 2001/2000 .

139- عياش أيوب ، تطوير المناهج التربوية و علاقتها بدافعية الميول لممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي ، رسالة ماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر ، الجزائر ، سنة 2008/2007 .

140- معوش عبد الحميد ، درجة معرفة معلمي السنة الخامسة ابتدائي للوضعية الإدماجية وفق منظور التدريس بالمقاربة بالكفاءات و علاقتها بإتجاهاتهم نحوها ، دراسة لنيل شهادة

الماجستير في علم النفس المدرسي ، كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية ، جامعة مولود معمري ، تيزي وزو ، الجزائر ، سنة 2012/2011 .

3- المجالات و المنشورات باللغة العربية :

141- بلقاسم سلاطنية و أسماء بن تركي ، خطوات عملية لتحديد مشكلة البحث ، مجلة العلوم الإنسانية ، العدد 29، جامعة محمد خيضر بسكرة ، الجزائر ، سنة 2013 .

142- بوكبشة جمعية ، تحديث المناهج التعليمية ضمن الإصلاح التربوي ، مجلة الأكاديمية للدراسات الإجتماعية و الإنسانية ، كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية ، العدد 10 ، جامعة حسية بن بوعلي ، الشلف ، سنة 2013 .

143- جابر نصر الدين ، العلاقة بين الإختبار و القياس و التقويم في ظل تعليمية المادة

الدراسية، مجلة المخبر ، العدد الثاني، كلية الأدب و العلوم الإجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، سنة 2005.

144- عبد العزيز بوتفليقة ، القانون التوجيهي ، رقم 08-04 المؤرخ في 15 محرم عام 1429 هجري الموافق 23 يناير سنة 2008 ، العدد 04 ، الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية.

145- عبد العزيز رحمون ، دراسة القانون التوجيهي للتربية الوطنية ، المفتشية العامة ، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر ، سنة 2009 .

146- علي جواد عبد ، بعض القياسات الأنثروبومترية والمتغيرات البايوميكانيكية وعلاقتها بأداء مهارات القفز، مجلة العلوم التربية الرياضية ، العراق ، العدد 3 المجلد 6 ، سنة 2013.

147- اللجنة الوطنية للمناهج ، تطور المناهج الدراسية على مستوى إعداد المناهج ، ندوة جهوية بباتنة ، 2015/04/05 .

148- محمد صبان و آخرون ، دور و أهمية تحديد الأنماط الجسمية في تقويم مناهج مدارس المرحلة الثانوية بالجزائر ، مخبر تقويم النشاطات الرياضية ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر ، سنة 2009 .

149- ناجح محمد الذبابات و الذبابات إنعام محمد ، علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية والبدنية بالإنجاز الرقمي لدى لاعبات الكرة الحديدية ، سلسلة العلوم الإنسانية المجلد الثامن عشر العدد الثاني ، مجلة جامعة الأقصى ، غزة ، فلسطين ، يونيو 2014 .

150- وزارة التربية الوطنية اللجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة اختبارات مادة التربية البدنية
و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، جوان 2006 .

4-الكتب باللغة الأجنبية :

- 151- Anthony laker ، Developing personal . social and moral education through physical education : A guide for teachers ،
routledge taylor and francis group ، london and new york, 2001 .
- 152- Dominique Daumail avec la participation de Frédéric Aubert ،
Athlétisme les lancers , éditions revue eps ، paris ، France ، 2004 .
- 153- Emmanuel van praagh ، physiologie du sport enfant et adolescent ، éditions de boeck université ، bruxelles ، Belgique ، 2008 .
- 154- Frédéric Aubert et al ، Athlétisme 2 – les sauts ، éditions revue eps ، paris ، France ، 2005 .
- 155- Frédéric Aubert et Thierry Choffin ، Athlétisme 3 – les cours ،
éditions revue EPS ، 2007 .
- 156- H.K . Manners et M.E Carroll ، physical education ، taylor and francis group falmer press ، philadelphia in usa ,1995 .
- 157- Hazel kathleen manners and Margaret carroll ، A frame work for physical education in the early years ، falmer press taylor and francis group ، london and new york ، 1995.
- 158- jack H .Wilmore et David L .Costill ، Physiologie du sport et de l'exercice ,Traduction de la 3 édition américaine ، de boeck ، Bruxelles ،Belgique,2006 .
- 159- Jean Paul Dautreleloux, Physiologie et Biologie du sport ، 2 éme édition ,Vigot ,Paris, France ، 2013 .
- 160- Michael P .Mchinley Et Al, Anatomie et Physiologie ،Maloine ، Paris ، France, 2014 .

- 161- Rachid Hanifi et Mourad Belhocine ,**Bases Physiologiques de L'activité Physique** ,Office des publications universitaires ,Alger ,2012 .
- 162- Sébastien Ratel et Vincent Martin , **L'enfant et L'activité physique** ,E'ditions Déslris ,Paris ,France , 2014 .
- 163- Timothy chandler et all , **sport and physical education : the key concepts** , routledge taylor and francis group , london and new york , 2002 .
- 164- W.mcardle et al traduit de l'américain par M.nadeau , **physiologie de l'activité physique** , 4 éme édition , maloine/edisem, paris, France, 2001.

5-المجلات و المنشورات باللغة الأجنبية :

- 165- Abdurrahman aktop and Nilufer Karahan , **Physical education teacher's views of effective teching methods in physical education** , elsevier procedia social and behavioral sciences 46 , 2012 .
- 166- Borja jiménez-herranz et all , **Transforming a municipal school sports programme though a critical communictive methodology : the role of the advisory committee** , elsevier evaluation and program planning 58 , 2016 .
- 167- Jingxian Zhang and outhers , **Influence of curriculum quality and educational service quality on student experiences: A case study in sport management programs** , elsevie Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education 18 , 2016 .
- 168- kieth M.darke and all ,**High school sports programs differentially impact participation by sex** , elsevier, journal of sport and health science 4,2015,of shanghai university of sport .

- 169- Liliana Dacica , The formative role of physical education and sport , elservier social and behavioral sciences 180 , 2015 .
- 170- Mark .T , now and then in and out of the the classroom : techers lerning to teach through the experiences of their living curricula , elsevier number 44 , 2014 .
- 171- Philippe perrenoud , L'approche par compétences: une réponse a l'échec scolaire , association québécoise de pédagogie collégiale Montréal, septembre 2000 .

6-المواقع الإلكترونية :

- 172- <http://www.almaany.com/ar/dict/arar/%D8%A8%D8%B1%D9%86%D8%A7%D9%85%D8%AC/>
- 173- www.elbassair.com
- 174- www.ifpm19.com/anance/%20التقويم%20%المناهج/
- 175- http://www.hassanlahia.com/2015/08/blog-post_98.html
- 176- <http://www.alukah.net/culture/0/56850/>
- 177- <http://www.minbar-rif.com/archive/index.php/t-5442.html>
- 178- <http://www.tarbawiyat.net/news10172.html>
- 179- <http://www.onefd.edu.dz>

قائمة الملاحق

Abstract of the doctorate dissertation, entitled:

The impact of the physical and sport education program which is scheduled for the fourth year middle school classes on the results of the domain test in the B.E.M exam.

- A field study on the fourth year middle school learner in the municipality of Biskra –

This study aimed to know the impact of the physical and sport education program which is scheduled for the fourth year middle school classes on the results of the material test in the B.E.M exam ,for both males and females, to achieve this study; a descriptive approach was adopted to achieve its objectives. A sample of fourth year middle school learner was selected in Biskra municipality in a manner intended to provide a set of conditions(The teachers of the domain that are efficient and have averages in all the necessary facilities, which are available to conduct tests after excluding individuals who do not meet the research criteria , from the learners who practice in sports clubs, as well as learners who are eligible for the fourth year middle school since they have already studied the same program)

The test was carried out in the B.E.M, which consists of two parts :(**The first part** of the self-resources that was consisted of speed running 60 m and that was combined of compulsory activity and voluntary activity; the long jump and push the shot ,**The second part** is specific to the integrated situations). In addition, the pre-test was performed, then after the application of the scheduled course by teachers, we conducted the post-test after the end of the scheduled course for the fourth year middle school learner. The sample reached 164 learners, consisting of 90 female learners and 74 male learners distributed to two institutions (Mohammad Eltahir Kadouri and El

Ikhwa guarouf), The variance test was used for one sample, and the results of this study were as follows:

- There is an impact of the program of physical education and sports that is scheduled for the the fourth year middle school learner on the results of fast running 60 m at the male learners (14–17 years).
- There is no effect of the program of physical education and sports which is scheduled for the the fourth year middle school student son the results of fast running 60 m at the female learners (14–17 years).
- There is an impact of the program of physical education and sports which is scheduled for the fourth year middle school learner on the results of the activity of the long jump option for male learners (14–17 years).
- There is an effect of the physical and sport education program for the fourth year middle school learner on the results of the long jump selective activity of female learners (14–17 years).
- There is an impact of the program of physical education and sports which is scheduled for the fourth year middle school learner on the results of the optional activity Push the shot in the male learners (14–17 years).
- There is an impact of the program of physical education and sports that is scheduled for the fourth year middle school student son the results of the optional activity Push the shot in the female learners (14–17 years).
- There is no impact of the program of physical education and sports which is scheduled for the fourth year middle school learner on the results of the situation of the integration of male learners (14–17 years).
- There is no effect of the program of physical education and sport which is scheduled for the the fourth year middle school learner on the results of the situation of the integration of female learners (14–17 years).