

جامعة آكلي محند أولحاج البويرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التربية وعلم الحركة.

الموضوع

أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي
في الكرة الطائرة

- دراسة ميدانية على بعض ثانويات ولاية البويرة -

إشراف الدكتور:

طراد توفيق

إعداد الطلبة:

✓ ماموني أيمن

✓ فرحات عبد العزيز

✓ محمدي يزيد

السنة الجامعية: 2019/2018

****كلمة شكر****

****قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:****

**** من لم يشكر الناس لم يشكر الله ****

أولاً وقبل كل شيء نشكر الله عز وجل الذي وفقنا في إنهاء هذا العمل المتواضع، كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتور "طراد توفيق" المشرف الرسمي على مذكرتنا والذي لم يتوان في تقديم توجيهات ونصائح مهدت لنا الطريق لإتمام عملنا.

كما نتقدم بجزيل التشكرات لكل من ساهم من قريب أو من بعيد في إمدادنا يد العون لإنجاز هذا البحث ونتقدم بجزيل الشكر إلى أوليائنا الأعزاء الكرام وإخواننا الذين ساهموا جميعاً في إنجازنا.

ونتقدم بجزيل الشكر لجميع أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

****جزا الله خير كل واحد منهم****

****نحمد الله عز وجل الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل****

****ماموني أيمن - فرحات عبد العزيز - محمدي يزيد****

** الإهداء **

** الحمد لله الذي بفضلہ تتم الصالحات **

أما بعد

إلى من رماني القدر بين أحضانها لتمنحني حنانها وعطفها والتي مثلت لي السعادة.

إلى من طوقتني بأذرع الرعاية وأنا طفل ورافقتني بالدعاء وأنا شاب " أمي الغالية "

إلى من علمني معالم الرجولة وأكسبني شخصية صلبة وضحي من أجلي "أبي الغالي "

إلى أخوي نذير وزياد.

إلى جميع أفراد عائلتي وكل الأقارب

إلى كل الأصدقاء والأحباب دون استثناء.

وفي الأخير أرجوا من الله عز وجل أن يجعل عملي هذا نفعاً يستفيد منه جميع الطلبة

المقبلين على التخرج.

ماموني أيمن.

** الإهداء **

أهدي ثمرة جهدي إلى قرة عيني، أعز وأمثل شخص في حياتي " أمي " التي رافقتني في كل أوقات حياتي حزينة أم فرحة، بعيدة أو قريبة أطل الله في عمرها.

والى الذي وهب لي الحياة وبث في الأمل وحب العمل " أبي " أطل الله في عمره.

والى أخواتي و إخواني كل باسمه: أمين، عماد الدين، سلوى، خديجة، رقية، مريم، فاطمه الزهراء، فتحية.

إلى كل الأصدقاء من ساندني وكان بجانبني: علي، علاء الدين، كمال، عبد المالك...

والأحباب

و الأقارب دون استثناء.

وفي الأخير أرجوا من الله عز وجل أن يجعل عملي هذا نفعا يستفيد منه جميع الطلبة المقبلين على التخرج.

*فرحات عبد العزيز.

**** الإهداء ****

**** الحمد لله الذي بفضلته تتم الصالحات ****

أما بعد

إلى من طوقتني بأذرع الرعاية وأنا طفل ورافقتني بالدعاء وأنا شاب " أمي الغالية "

إلى من علمني معالم الرجولة وأكسبني شخصية صلبة وضحي من أجلي "أبي الغالي "

إلى جميع أفراد عائلتي وكل الأقارب

وفي الأخير أرجوا من الله عز وجل أن يجعل عملي هذا نفعا يستفيد منه جميع الطلبة

المقبلين على التخرج.

محمدي يزيد.

محتوى البحث

| الورقة | الموضوع |
|--------|--|
| أ | - شكر وتقدير |
| ب | - إهداء |
| ت | - محتوى البحث |
| ث | - قائمة الجداول |
| ح | - قائمة الأشكال |
| ج | - ملخص البحث |
| خ | - مقدمة |
| | مدخل عام: التعريف بالبحث |
| 02 | - الإشكالية. |
| 03 | - الفرضيات. |
| 03 | - أهداف البحث. |
| 03 | - أهمية البحث. |
| 04 | - أسباب اختيار الموضوع. |
| 04 | - تحديد المصطلحات والمفاهيم. |
| | الجانب النظري |
| | الفصل الأول: التعلم الحركي. |
| 07 | - تمهيد. |
| 08 | 1-1- التعلم الحركي. |
| 08 | 1-1-1- تعريف التعلم الحركي. |
| 08 | 1-1-2- خصائص التعلم الحركي. |
| 08 | 1-1-3- طرق التعلم الحركي. |
| 12 | 1-1-4- نظريات التعلم الحركي. |
| 14 | 1-1-5- المبادئ الأساسية للتعلم الحركي. |
| 14 | 1-1-6- اعتبارات عملية التعلم الحركي. |
| 16 | خلاصة |

| الفصل الثاني: المهارات الحركية في الكرة الطائرة. | |
|--|--|
| 18 | تمهيد. |
| 19 | 1-2- الكرة الطائرة. |
| 19 | 2-2- مميزات الكرة الطائرة. |
| 19 | 3-2- خصائص الكرة الطائرة. |
| 19 | 4-2- مفهوم الأداء المهاري في الكرة الطائرة. |
| 20 | 5-2- مواصفات الأداء المهاري في الكرة الطائرة. |
| 20 | 6-2- المتطلبات المهارية في الكرة الطائرة. |
| 20 | 7-2- ماهية و أهمية المهارات الأساسية في الكرة الطائرة. |
| 22 | 8-2- الإرسال. |
| 22 | 1-08-2- أهمية الإرسال. |
| 22 | 2-08-2- أنواع الإرسال. |
| 24 | 9_2- الاستقبال(الدفاع عن الإرسال). |
| 24 | 1-9-2- أهمية الاستقبال(الدفاع عن الإرسال). |
| 25 | 2-9-2- أنواع الاستقبال. |
| 25 | 10-2- الإعداد. |
| 25 | 1-10-2- أهمية الإعداد. |
| 26 | 2-10-2- أنواع الإعداد. |
| 27 | 11-2- التمير. |
| 27 | 1-11-2- أهمية التمير. |
| 27 | 2-11-2- أنواع التمير. |
| 28 | 12-2- الصد. |
| 29 | 1-12-2- أهمية الصد. |
| 29 | 2-12-2- أنواع الصد. |
| 30 | 13-2- الضرب الساحق(السحق). |
| 30 | 1-13-2- أهمية الضرب الساحق. |
| 31 | 2-13-2- أنواع الضرب الساحق. |
| 32 | 14-2- الدفاع عن الملعب. |
| 32 | 1-14-2- أهمية الدفاع عن الملعب. |

| | |
|----|---|
| 32 | 2-14-2-أنواع مهارة الدفاع عن الملعب. |
| 33 | 2-15- دور التصور العقلي في الأداء المهاري(التعلم الحركي). |
| 34 | - خلاصة |
| | الفصل الثالث: المراقبة |
| 36 | تمهيد. |
| 37 | 3- المراقبة. |
| 37 | 3-1- تعريف المراقبة. |
| 38 | 3-2- مدة المراقبة. |
| 38 | 3-3- مراحل المراقبة: |
| 38 | 3-3-1- مرحلة ما قبل المراقبة. |
| 38 | 3-3-2- مرحلة المراقبة المبكرة. |
| 38 | 3-3-3- مرحلة المراقبة المتأخرة. |
| 38 | 3-4- أنواع المراقبة. |
| 38 | 3-4-1- المراقبة المكيفة. |
| 38 | 3-4-2- المراقبة الانسحابية. |
| 39 | 3-4-3- المراقبة العدوانية. |
| 39 | 3-4-4- المراقبة المنحرفة. |
| 39 | 3-5- مظاهر النمو في المراقبة. |
| 39 | 3-5-1- الجانب الجسمي. |
| 39 | 3-5-2- النمو الفيسيولوجي. |
| 39 | 3-5-3- النمو العضوي. |
| 40 | 3-5-4- النمو الحركي. |
| 40 | 3-5-5- النمو المعرفي في المراقبة. |
| 40 | 3-5-6- النمو العقلي في المراقبة. |
| 40 | 3-6- جوانب النمو المعرفي لدى المراهق. |
| 41 | 3-7- حاجات ومتطلبات مرحلة المراقبة. |
| 41 | 3-7-1- الحاجة إلى الأمن. |
| 41 | 3-7-2- الحاجة إلى حب القبول. |
| 41 | 3-7-3- الحاجة إلى مكانة الذات. |

| | |
|----|---|
| 42 | 3-8- مشاكل المراهقة. |
| 43 | 3-9- المراهقة وممارسة النشاط البدني الرياضي. |
| 44 | 3-10- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق. |
| 45 | - خلاصة. |
| | الجانب التطبيقي |
| | الفصل الرابع: الدراسات المرتبطة بالبحث. |
| 48 | - تمهيد. |
| 49 | 4-1- الدراسات المرتبطة بالبحث. |
| 49 | 4-1-1- الدراسات السابقة. |
| 50 | 4-1-2- الدراسات المشابهة. |
| 51 | 4-1-3- التعليق على الدراسات. |
| 52 | - خلاصة. |
| | الفصل الخامس: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية. |
| 54 | - تمهيد. |
| 55 | 5-1- الدراسات الاستطلاعية. |
| 55 | 5-2- الدراسة الأساسية. |
| 55 | 5-2-1- المنهج المتبع. |
| 55 | أولاً- تعريف المنهج العلمي. |
| 55 | ثانياً- تعريف المنهج الوصفي. |
| 56 | 5-2-2- متغيرات البحث. |
| 56 | أولاً- المتغير المستقل. |
| 56 | ثانياً- المتغير التابع. |
| 56 | 5-2-3- مجتمع البحث. |
| 56 | 5-2-4- عينة البحث وكيفية اختيارها. |
| 56 | 5-2-5- مجالات البحث. |
| 56 | أولاً- المجال البشري. |
| 57 | ثانياً- المجال الزمني. |
| 57 | ثالثاً- المجال المكاني. |
| 57 | 5-2-6- أدوات البحث. |

| | |
|----|---|
| 58 | 5-2-7- الأسس العلمية للأداة (سيكومترية الأداة). |
| 58 | أولاً- الموضوعية. |
| 58 | ثانياً- الصدق. |
| 58 | 5-2-8- الوسائل الإحصائية. |
| 60 | - خلاصة. |
| | الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج. |
| 62 | - تمهيد. |
| 63 | 6-1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان. |
| 78 | 6-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات. |
| 78 | 6-2-1- مناقشة ومقابلة نتائج الفرضية الأولى. |
| 79 | 6-2-2- مناقشة ومقابلة نتائج الفرضية الثانية. |
| 81 | - خلاصة. |
| 82 | - الاستنتاج العام. |
| 83 | - الخاتمة. |
| 84 | - اقتراحات وفروض مستقبلية. |
| | - البيبليوغرافيا. |
| | - الملاحق. |
| | - الملحق (1). |
| | - الملحق (2). |
| | - الملحق (3). |

قائمة الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول | الرقم |
|--------|--|-------|
| 56 | يمثل حجم العينة المختارة بالنسبة لمجتمع البحث. | 01 |
| 63 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (1) | 02 |
| 64 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (2) | 03 |
| 65 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (3) | 04 |
| 66 | التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (4) | 05 |
| 67 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (5) | 06 |
| 68 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (6) | 07 |
| 69 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (7) | 08 |
| 70 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (1) | 09 |
| 71 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (2) | 10 |
| 72 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (3) | 11 |
| 73 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (4) | 12 |
| 74 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (5) | 13 |
| 75 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (6) | 14 |
| 76 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (7) | 15 |
| 78 | يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (8) | 16 |
| 80 | يمثل مقارنة الفرضيات بنتائج الاستبيان. | 17 |

قائمة الأشكال

| الصفحة | عناوين الأشكال | الرقم |
|--------|--|-------|
| 15 | يوضح العمليات العقلية المركزية لعملية التعلم. | 01 |
| 63 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (2). | 02 |
| 64 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (3) | 03 |
| 65 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (4) | 04 |
| 66 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (5) | 05 |
| 67 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (6) | 06 |
| 68 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (7) | 07 |
| 69 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (8) | 08 |
| 70 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (9) | 09 |
| 71 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (10) | 10 |
| 72 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (11) | 11 |
| 73 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (12) | 12 |
| 74 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (13) | 13 |
| 75 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (14) | 14 |
| 76 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (15) | 15 |
| 77 | تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (16) | 16 |

أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة

دراسة ميدانية على مستوى بعض الثانويات بولاية البويرة.

إشراف الدكتور:

طراد توفيق

إعداد الطلبة:

➤ ماموني أيمن

➤ فرحات عبد العزيز

➤ محمدي يزيد

ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة من وجهة نظر الأساتذة، ولتحقيق ذلك اعتمد الباحث على المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث، كما تمت الدراسة الميدانية على أفراد العينة المختارة من أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى بعض الثانويات بولاية البويرة قدر عددهم ب 12 أستاذ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، كما استعان الباحثون باستمرار الاستبيان كأداة موجهة لأساتذة التربية البدنية والرياضية، من خلال مناقشتنا لنتائج البحث توصلنا إلى النتائج التالية:

- يساهم التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة.
- يستخدم أستاذ التربية البدنية والرياضية أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية.
- يساهم التصور العقلي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة. وعليه أوصى الباحثون بعدة توصيات من أهمها:
- استخدام أساليب التعلم الحركي ضروري من أجل الوصول إلى نتائج تعليمية مختلفة والتي تضمن مراعاة القدرات والفروق بين التلاميذ.
- إدخال الأساليب التدريسية ضمن البرامج والمقررات الخاصة بإعداد وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية.
- ضرورة تنويع أساليب التدريس بتنوع الأنشطة الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.
- استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في عملية التعلم الحركي.

الكلمات الدالة:

- ✓ التعلم الحركي.
- ✓ المهارات الحركية.
- ✓ الطور الثانوي (المراهقة).
- ✓ الكرة الطائرة.

مقدمة:

لقد اهتمت جميع الشعوب والأمم منذ فجر التاريخ بتعليم أفرادها مبادئ العلوم المختلفة، يقينا منها أنه لا سبيل للرقى والازدهار إلى طريق العلم فراحت تهتم بالمعلم تارة ثم بالمادة العلمية تارة أخرى، كما امتد الاهتمام الكبير إلى الوسائل التعليمية والأدوات المنتهجة آنذاك، إلا أن الغاية كانت واحدة.

ولقد أكدت علوم التربية الحديثة على ضرورة الاهتمام بالمتعلم وجعله محور العملية التعليمية، حيث أدرك القائمون على شؤون التربية والتعليم، أنه لم يعد يكفي أن يتقن المعلم المادة العلمية ليقوم بمهمته بفاعلية ونجاح، كما أنه لم يعد مجرد ملقن للمعلومات، بل يجب أن يتركز عمله على التحفيز والتشجيع وبات من الضروري أن يتمتع بشخصية متكاملة، معدا جيدا، علميا ثقافيا ومهاريا، قادرا على فهم احتياجات المتعلمين وخصائص نموهم.

وتعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى على تنمية وبلورة شخصية الفرد، من جميع النواحي الحركية منها النفسية والاجتماعية، معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها، والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية، حيث يلعب هذا الأخير دورا هاما كوسيلة فعالة في تحقيق أهداف التربية الحديثة، فاعتبر برنامجه امتدادا لدروس التربية الرياضية وأن تميز بالمزيد من حرية اختيار التلميذ على تحمل المسؤوليات المناسبة بالاشتراك في التنظيم والإعداد والإعلام والتحكيم والتسجيل، ويمكن اعتبار النشاط الرياضي التربوي، كدعامة ثقافية واجتماعية فهي تمنح المتعلم رصيذا صحيا يضمن له توازنا سليما، وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي، منبعه سلوكيات فاضلة تمنحه فرصة الاندماج الفعلي في المجتمع.

إن طرق التعلم الحركي له أهمية كبيرة حيث تعد نقطة الانطلاق في توجيه المعلم إلى عملية التدريس الفعالة والمؤثرة في سلوك المتعلم، هو من حيث الأساس زبدة مختلف النظريات والنماذج والأنماط والتجارب التي قام بها المختصون في ميدان علم النفس التربوي والتعليم بصفة خاصة.

إن اتقان الحركات وأداء المهارات من الأولويات التي أصبحت تفرض نفسها في مختلف الرياضات، وخاصة الرياضات الجماعية ومنها رياضة الكرة الطائرة هذه الأخيرة التي تعتمد على عدد لا بأس به من المهارات التي تتطلب في اتقانها تطبيق مبادئ وطرق التعلم الحركي التي ليست بالبسيطة بل هي عملية معقدة، فالرياضي يستطيع الوصول إلى الأداء الجيد عن طريق تحكمه الجيد في مختلف المواقف وهذا سر نجاحه.

ويتناول هذا الموضوع مجالا تربويا مهما يمس جانبا كبيرا من جوانب المجتمع لكونه يهتم بالمعلم والبحث في أي موضوع يتصل به وبالتلميذ، وأن مستوى التلميذ وتحصيله مرتبط ارتباطا وثيقا بمستوى المعلم وكفاءته ومدى تحكمه في البيئة الصفية هذه الأخيرة التي يعد للأسلوب التدريسي الأول والأخير فيها.

من هنا جاءت هذه الدراسة بهدف التعرف على التعلم الحركي وانعكاسه على المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة .

ومن خلال ما تقدم تم تقسيم البحث إلى جانبين أولهما للدراسة النظرية والثاني للدراسة الميدانية حيث تم التطرق في الجانب الأول المتمثل في الدراسة النظرية إلى ثلاث فصول ضم الفصل الأول منها على التعلم الحركي أما الفصل الثاني فقد ضم المهارات الحركية في الكرة الطائرة أما الفصل الثالث فتناولنا فيه المرافقة.

أما عن الجانب الثاني والذي احتوى على الدراسة الميدانية فقد قسم هو الآخر إلى فصلين ،احتوى الفصل الأول على منهجية البحث وإجراءاته الميدانية ،والثاني تناولنا فيه عرض وتحليل ومناقشة النتائج على ضوء فرضيات البحث ويسبق الجانب النظري والتطبيقي فصل التعريف بالبحث الذي أردناه مدخلا تمهيديا لدراستنا فيه الخلفية النظرية للبحث ،أهميته ،أهدافه ،كما تطرقنا إلى أهم المصطلحات والمفاهيم رفعا للالتباس وإزالة الغموض .

مدخل عام :
التعريف بالبحث

الإشكالية:

يعد التعلم الحركي احد أهم العلوم الأساسية في المجال الرياضي والبدني التي احتلت مكانة مرموقة ومميزة في مجالات الحياة المختلفة، وبعد التعلم الحركي علما حيويًا وعنصرًا مهمًا من عناصر التربية الرياضية ومدخلًا لها وهو من انصب العلوم في كيفية التعامل مع الأفراد في المراحل التعليمية المختلفة، كما أن التعلم الحركي من أفضل الأساليب التعليمية التي تستهدف تعليم الأفراد وتدريبهم في المراحل المختلفة وخاصة المبكرة.¹

تتفق عملية التعلم الحركي مع التربية البدنية والرياضية في عملية انتقال المعلومات من أستاذ التربية البدنية والرياضية والرياضية إلى المتعلم (التلميذ) كذلك في التغيرات التي تحدث في السلوك الحركي الناتجة من العملية التعليمية، ومن الواجبات الأساسية الملقاة على أستاذ التربية البدنية والرياضية تنمية القدرة التنافسية وتطوير العملية العقلية.

كما أن التصور العقلي وهو الصورة التي يتخذها المتعلم عن طريق النظر والشرح و التوضيح للحركة حيث يكون أساسًا لتأدية المتعلم للحركة، حيث يمثل التصور العقلي الوسيلة التي من خلالها تنجز أهداف التعلم الحركي، رغم أنها ليست الأسلوب الوحيد لتعلم المهارات الحركية فهناك الكثير من الطرق وأساليب التعلم الحركي التي تساعد على سرعة تعلم المهارات الحركية واكتسابها.

يعتمد الأداء المهاري للعبة الكرة الطائرة في أغلب الحالات على استغلال المهارات الأساسية للعبة كوسيلة للدفاع أو الهجوم تبعًا للموقف الموجود فيه اللاعب، وأن تعدد المهارات الأساسية احد أهم النواحي الرئيسية في رياضة الكرة الطائرة بل هي بمثابة العمود الفقري لها، حيث لا يمكن للاعب تنفيذ الخطط سواء الفردية أو الجماعية إلا إذا كان يؤدي المهارات الأساسية بدقة وإتقان ومن أجل الوصول إلى المستويات الرياضية العالية في لعبة الكرة الطائرة.²

ان الهدف من أي أسلوب تعليمي هو اكتساب المهارات الحركية الجديدة أو إتقان ما اكتسب منها سابقًا، وتعرف المهارة بأنها الأفعال والوظائف التي تتطلب الحركة والتي يجب أن يتعلمها الفرد لكي يؤديها بشكل صحيح، فالمهارة الرياضية هي الدقة والإتقان في الأداء التي تمكن الفرد من أداء أفعال حركية بأقصى سرعة ممكنة وبأقل قدر من الطاقة.

حيث تعتبر كرة الطائرة من بين الأنشطة الرياضية الجماعية التي تيرمج في حصص التربية البدنية والرياضية، ومن بين الأنشطة التي يفضلها المتعلمين لهذا يعمل المعلم على إكساب المتعلمين معظم المهارات الأساسية في اللعبة، من أجل ذلك يركز المعلم على توظيف أساليب تعليمية تسهل عليه إكساب هذه المهارات للمتعلمين ومن بينها التعلم الحركي الذي يعتبر لب والركيزة الأساسية لتعلم المهارات الحركية.

¹ ناهدة عبد زيد الدليمي، أساسيات في التعلم الحركي، الطبعة الأولى، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، الأردن، 2015، ص23.

² محمد سعد زغول، محمد لطفي السيد، الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم والمدرّب، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001، ص29.

مما سبق سنحاول الإجابة على التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

هل يساهم التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

التساؤلات الجزئية:

- 1- هل يستخدم أستاذ التربية البدنية والرياضية أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية؟
- 2- هل استخدام التصور العقلي في التعلم الحركي يساهم في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

الفرضيات:

الفرضية العامة:

يساهم التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

الفرضيات الجزئية:

- يستخدم أستاذ التربية البدنية والرياضية أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية.
- يساهم التصور العقلي في التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

أهداف البحث:

- التعرف على أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية.
- التعرف على درجة استخدام أستاذ التربية البدنية والرياضية لأساليب التعلم الحركي.
- التعرف على مساهمة التصور العقلي في اكتساب المهارات الحركية.

أهمية البحث:

تكتسي دراستنا هذه أهميتها من:

الجانب العلمي (النظري):

- _ جعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان التربوي والرياضي.
- _ محاولة إعطاء بعض الحلول والتوصيات النظرية والتطبيقية في هذا الموضوع.

الجانب العملي (التطبيقي):

- إسقاط الجانب النظري على الجانب التطبيقي.
- باعتبار هذه الدراسة تمس شريحة هامة من المجتمع خلال فترة نمو حساسة وهي فترة المراهقة.
- باعتبار هذه الدراسة لتكون دعما للعاملين في مجال التربية البدنية والرياضية.

أسباب اختيار الموضوع:

وراء كل موضوع علمي تقف أسباب ذاتية تخص الباحث وأخرى موضوعية تخص ظاهرة البحث وفيما يلي الأسباب التي دفعت بنا لتناول هذه الدراسة:

الأسباب الذاتية:

- الرغبة الشخصية في خوض هذا الموضوع.
- الرغبة في الاستفادة بمعلومات من موضوعنا هذا ضمن مشوارنا الدراسي.
- قدرتنا على انجاز هذا الموضوع وفقا لما يتوفر لدينا من الوسائل وفي حدود إمكانياتنا الخاصة.

الأسباب الموضوعية:

- نقص الدراسات التي تناولت هذا الموضوع مع وجود دراسات سطحية.
- أن موضوع الدراسة يدخل ضمن صلب تخصص الباحثين وتخصص جميع طلبة التربية البدنية والرياضية المقبلين على عملية التدريس.

تحديد المصطلحات والمفاهيم:**التعلم الحركي:**

هو تعلم الحركات والمهارات الرياضية والذي يكون مقترنا بمقدرة الفرد واستيعابه ويكون معتمدا على التجارب السابقة، حيث أنها تعمل على الإسراع في عملية التعلم الحركي ودقتها.¹

المهارة الحركية:

هي أداء آلي معلوم الزمن والمسار واستعماله في وضعيات مختلفة ومتعددة وبشكل ايجابي سواء كان هذا الأداء بشكل فردي أو جماعي (داخل فريق) وقد يكون ضد منافس وبأداة أو بدونها.

المراهقة في الطور الثانوي:

المراهقة هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد الغير ناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ إلى الرشد ثم الرجولة. وبالمعنى العلمي الصحيح هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج، فهي بهذا مرحلة بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها.²

الكرة الطائرة:

هي عبارة عن مجموعة من الحركات الهجومية والدفاعية متسلسلة مع بعضها البعض، ومرتكزة على مبادئ قانونية يقوم بتطبيقها اللاعب من أوضاع مختلفة لمنع الكرة من السقوط على الأرض.³

¹ احمد عطا الله، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، بدون طبعة، ديوان المطبوعات الجامعية، 2006، ص21.

² ابراهيم محمد المحاسنة، تعليم التربية البدنية والرياضية، ط1، دار جرير للنشر والتوزيع، عمان، 2006.

³ محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد، مرجع سابق، 2001، ص67.

الجانب النظري

الفصل الأول:
التعلم الحركي

تمهيد:

يتأسس المجال المعرفي على عملية تلقي المعارف والمعلومات من خلال الاتصال الجيد ما بين المعلم والمتعلم أيا كان مستواه أو مرحلته السنية وكذلك من خلال إنشاء موقف مناسب وإذا كان التعلم يبدو في المقام الأول قائما على التلقين إلا أن التعلم ينحو نحو الذاتية والنشاط الذي يقوم به المتعلم نفسه والتعليم والتعلم عمليتان ضروريتان لأحداث التغيير والتعديل في السلوك. وإذا أمكن القول أن التعلم يشير إلى حدوث تعديلات أو تغيير أو تطوير في سلوك الفرد اللاعب نتيجة قيامه بنشاط ما فان وجود الحاجة إلى التعليم وكذلك إلى الدوافع الايجابية للتعليم يعود أمرا مهما لإحداث هذا التعديل في السلوك وللخوض في موضوع التعلم والتعليم الحركي.

للتعلم الحركي شأن كبير وأساسي في تزويد الأفراد بالخبرات الحركية التي تعمل على تدعيم الحركة وتطويرها من خلال تأسيس أسلوب فعال مرتبط ارتباطا وثيقا بحياتهم وان الاستعمال الأمثل والسليم للحركة المناسبة لقدراتهم يزودهم بالمعاني الرئيسة والملموسة التي تؤهلهم للتعامل والاستجابة مع البيئة المحيطة به.

1-1-1- التعلم الحركي

1-1-1-1- تعريف التعلم الحركي:

_ يرى "شابل" أن التعلم الحركي هو عملية الحصول على المعلومات الأولية للحركة والتجارب الأولية للأداء وتحسينها ثم تثبيتها وتعد هذه العملية جزءا من عملية التطور العام للشخصية.

_ كما يرى "تومسون" أن التعلم الحركي هو عملة غير مرئية ويمكن رؤية نتائج التعلم المهاري في تحسين الأداء، ولكن هذه العملية تكون داخل الجسم والعقل ويشترك فيها الجهاز العصبي والمخ والذاكرة، والذاكرة العقلية لتكنيك معين تسمى (البرنامج الحركي) والذي يبدأ تكوينه في المراحل الأولى للتعلم المهاري.

1-1-2- خصائص التعلم الحركي:

توجد خصائص عدة يتميز بها التعلم الحركي وهي:

أولاً/ الاتصال الإدراكي الحركي: ينظر للتعلم الحركي على أنه خطوة نهائية في المهمة الإدراكية الحركية إذ يتم التزود بالمعلومات من المثيرات المستقبلية بتسلسل من الحركات المعينة وهذا ما يسمى بالاتصال الإدراكي الحركي.

ثانياً/ تسلسل الاستجابة: يتكون من الأنماط السلوكية الحركية ومن تتابع للحركات التي تعتمد فيها كل الاستجابة بصورة جزئية في الأقل على الاستجابات التي تظهر قبل تلك لم تصدر بعد، وسلاسل الاستجابات هذه يمكن بدورها أن ترتبط بتسلسل أكثر عمومية للسلوك الحركي المستمر.

ثالثاً/تنظيم الاستجابات: وهي الخاصية الثالثة للتعلم الحركي إذ تبين أن تسلسل الاستجابات لا بد لها من نمط إجمالي للتنظيم حتى تكون ناجحة.

رابعاً/ التغذية الراجعة: يستطيع الفرد عن طريق التغذية الراجعة أن يحدد نتيجة تتابع حركته ويقوم بعمل التقويم لهذه النتيجة وعلى أية تعديلات مناسبة، أو تغييرات لتتابع الاستجابة عند الضرورة.¹

1-1-3- طرق التعلم الحركي:

أولاً/ طريقة التعلم الكلاسيكية: سنحاول دراسة الطرق التعليمية للوصول إلى التحكم الدقيق في المهارة الحركية.²

¹ ناهدة عبد زيد الدليمي، مرجع سابق، 2015، ص37.

² عباس أحمد صالح، طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل 2000، ص189.

أ. **طريقة التجزئة:** تعتبر من أكثر الطرق شيوعاً في التربية الرياضية ومن خلال اسمها يتضح أنها تجزئة تتم عن طريق الحركة إلى أجزاء وتقريب التلاميذ على كل جزء على حدا ثم يبدأ المدرب بربط هذه الأجزاء في بعضها.

ميزاتها:

- سهولة فهم كل جزء من الحركة.
- إتقان كل جزء على حدا.
- تقليل الأخطاء والإصابات.
- سهولة الإخراج بالنسبة للمدرب والمتعلم.
- تساعد التلاميذ على التقدم حسب قدراتهم.
- تساعد المدرب على اكتشاف الأخطاء.
- تساعد في تقسيم العمل إلى مجموعات مختلفة القدرات وبهذا يصبح المدرب يتقدم بالمبتدئين والارتقاء بالمتأخرين.

عيوبها:

- تحتاج إلى وقت طويل في التعلم.
- ليس فيها عامل التشويق.
- عدم وضوح الهدف في التعلم.
- كثرة الشرح مما يجعلها أقرب إلى المحاضرة.
- ليس فيها ميزة الترويح.
- لا تتناسب مع ميول بعض التلاميذ في سن معينة.

ب/ **طريقة الإدراك الكلي:** هذه الطريقة تتماشى مع الطرق الحديثة للتعليم حيث يتم تعلم الحركة كوحدة واحدة غير مجزئة، هذه الطريقة تعتمد على مبدأ وهو أن الإنسان باستطاعته أن يتصور الشيء وأن يدركه إدراكاً كلياً ثم يستطيع تقسيم ما يدركه إلى تفاصيل وأجزاء مختلفة.

ميزاتها:

- مشوقة وتساعد التلميذ في إشباع ميوله.
- واضحة الغرض.
- لا تأخذ وقت طويل في الشرح.
- تتماشى هذه الطريقة مع روح الألعاب الجماعية.¹

¹عباس أحمد صالح، مرجع سابق، 200، ص 193.

عيوبها:

- لا تتماشى مع قدرات اللاعبين جميعهم لاختلافهم في القدرات الحركية.
- يصعب على التلاميذ الصغار استيعاب تفاصيل الحركة.
- يصعب التعليم في الحركات الصعبة.
- يصعب تصحيح الأخطاء.
- تحتاج إلى رعاية كبيرة إذ تحدث أخطاء كثيرة تسبب إصابات نتيجة التهور، الحماس واندفاع التلاميذ في الأداء.

ث. طريقة الوحدات التعليمية: تجمع بين الطريقتين الجزئية والكلية حيث تقسم الحركة إلى وحدات كبيرة وكل وحدة تشتمل على جزء هام من الحركة ولإتباع هذه الطريقة ينتقل المدرب إلى تعليم الحركة ككل في النهاية.

مميزاتها:

- تعطي الفرصة للتلميذ ولو لفترة قصيرة للتعلم حسب قدرته.
- الأهداف والأغراض فيها محددة.
- لا تستغرق وقت طويل في تعليمها.

عيوبها:

- عدم وضوح الغرض العام وضوحا تاما.
- تستلزم من المدرس دقة فائقة في تقسيم اللعبة أو الحركة لوحدات صغيرة وسلمية.
- تحتاج إلى أدوات وإمكانيات كثيرة.

ومن الطرق الثلاثة السابقة للتعلم نلاحظ أن لكل منها مميزات وعيوب لذلك فالمدرّب الناجح هو الذي يختار انسب الطرق لتعلم الحركة، وذلك حسب قدرات التلميذ والإمكانيات المتوفرة في المدرسة وبذلك يقلل من الخطورة على التلميذ وعدم الوقوع في الأخطاء مستعينا بمميزات كل طريقة.¹

¹عباس أحمد صالح، مرجع سابق، 200، ص195.

ثانيا/ طرق التعلم الحديثة:

الوسائل السمعية البصرية:

أ. خصائصها: إن الأخصائيين في مجال التربية البدنية والرياضية من مدربين ومعلمين يؤيدون فكرة استخدام الوسائل السمعية البصرية في درس التربية البدنية والرياضية وحتى في التدريب كالفديو حيث تساعد هذه الأجهزة في كثير من الحالات مثل:

- شرح وتوضيح حركة أو عدة حركات لمهارة حركية ما.
- تساهم في تحليل الحركة المراد شرحها أو تعلمها تحليلا حتى يسهل فهمها واستيعابها.
- يساهم في تطوير الإحساس والشعور الحركي عند الأداء الخاص بالتعلم.
- تساعد على الإدراك الحسي.
- تثير الرغبة والتشويق في التعلم وإبعاد الملل.
- تعود المتدرب أو المتعلم على التركيز والتصميم والتصور الحركي.
- تعمل على تقوية الذاكرة الحركية وقوة استعداد المعلومات والتقليل من النسيان.

ب. إدراك الوسائل: إن العصر الحديث ظهر بتقنياته المتطورة ووسائله الإعلامية ذات التكنولوجيا العالية وتعتبر الوسائل السمعية البصرية من هذه الوسائل التي شهدت تطورا ملحوظا حيث انتشرت الصورة في جميع الميادين وبشكل مذهل، وقد قامت عدة دراسات تجريبية حيث جرى معظمها على أشخاص بالغين بينما دار القليل منها حول مشكل الإدراك عند الأطفال، وقد أعطت هذه الدراسة خاصة التي قام بها "ميالاري" التي كان موضوعها قوة إدراك الطفل للغة السينما توغرافية معلومات هامة أن الرسالة الإعلامية الدقيقة تسهل عملية الإدراك عند الطفل كما تكون عند البالغين أسهل.

ت. الصورة، التعليم والذاكرة: إن اختزان المعلومات لفترة قصيرة يختلف عن عملية اختزانها لفترة طويلة، فالعملية الأولى تتطلب ذاكرة قصيرة المدى والثانية طويلة المدى، من هنا تتضح لنا أهمية الصورة وعلاقتها بالناحية الإدراكية والذاكرة وتأثيرها على عملية التعلم حيث حاول علماء النفس في هذا القرن تجنب التأكد على دور الصورة في التعلم اللفظي لاعتقادهم بأن الصورة مشوهة بعدة عوامل ذاتية الأمر الذي جعل البحث فيها يخرج عن إطاره الموضوعي لكن بعد حدوث بعض التطورات لجأ الباحثون إلى دراسة الصورة وأثرها على التعلم اللفظي وأتبعوا في ذلك طريقتين:

الطريقة الأولى: تقوم على وضع تعليمات يوجهها المدرب إلى المتعلمين ويطلب منهم استخدام الصورة في أداء مهامهم التعليمية المطلوبة ثم يقاس أداء الأفراد الذين استخدموا الصورة مع أداء الأفراد الذين لم يستخدموا الصورة لتوضيح استعمال الصورة للتعلم حيث توصلوا إلى أن نتائج إيجابية.¹

¹ عادة جلال عبد الحكيم، طرق تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2008، ص121.

ث. الرؤية: إن العين هي العضو الرئيسي المسؤول عن البصر ورؤية الأشياء المحيطة به وهذا يعود إلى تكوينها الفيزيولوجي، وتعتبر الشبكة الجهاز الحساس في العين المسؤول عن رؤية الأشياء بوضوح.

العين يمكن أن ترى أي شيء بوضوح موجود على بعد 6 مم بينما تكون الرؤية غير واضحة عند مشاهدة الأشياء على بعد أقل من 6 مم حيث تتطلب العملية تكيف النظر.

لذا كان من الواجب معرفة بعض خصائص ومميزات الرؤية أو العين والظروف التي جعلتها أكثر فعالية في الإدراك والتعرف على الأشياء ونقل صورة واضحة ذات معالم مبنية وبالتالي تسهل عملية التعلم خاصة باستعمال الوسائل السمعية البصرية.¹

1-1-4 - نظريات التعلم الحركي:

هناك عدة نظريات تطرقت إلى موضوع التعلم الحركي واختلفت في تفسيره وأشهر هذه النظريات :- التعلم الشرطي - التعلم بالمحاولة - التعلم بالاستبصار.

ان عملية التعلم ليست بالبسيطة بل هي عملية معقدة وفي الواقع أن كل نظرية من هذه النظريات تفسر نوعا معينا من التعلم بالنظر إلى النظريات المختلفة نجد أنها ليست متناقضة فيما بينها ولكن متكاملة. فلاعب كرة القدم يستطيع الوصول إلى الأداء الجيد عن طريق تحكمه الجيد في مختلف المواقف وهذا سر نجاح اللاعبين وتفوقهم من خلال استعمالهم واستخدامهم الاستعداد الذهني في تفسير مختلف المثيرات المحيطة بهم وطريقة تعلم الطفل منذ رضاعته تختلف باختلاف سنه، حيث أنه يبدأ رضيعا فيكسب عادات بواسطة الاستبصار وإدراك العلاقات.²

¹ غادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، 2008، ص122.

² محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة مصر، 1987، ص346.

أولاً/ نظرية التعلم الشرطي: ترى أن التعلم يحدث على المستوى الفيزيولوجي وهذا من خلال ربط المثير (م) بالاستجابة (س) ونستطيع أن نمثل عملية الاشتراك كما يلي:

مثير غير شرطي ← طعام
استجابة غير شرطية ← سيلان لعاب

مثير معد للاشتراط ← جرس
بدون إفراز لعاب

قرن المثير الشرطي الطبيعي (الطعام) عددا من المرات فان عملية الاشتراط أصبحت كما يلي:

مثير غير شرطي ← طعام
استجابة غير شرطية ← سيلان لعاب

مثير شرطي ← جرس
سيلان لعاب

ثانياً/ نظرية المحاولة والخطأ: تحتاج إلى تفكير للاستفادة من الخبرات السابقة وتعتبر نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ من أحسن الطرق لأنها تتطلب النضج للكائن الحي لمعرفة العلاقات والمواقف المحيطة بالمشكلة.

وعملية إدراك المواقف تكون بصورة كبيرة في البداية ثم تبدأ في الاختصار إلى أن تتكون الاستجابة الصحيحة وكلما كان المجال كبير كانت المهارة كبيرة، وقد تمكنت المدرسة الجشتالية من خلال التجارب التي قامت بها إثبات النظرية المعرفية المجالية ودورها في الرياضيات الجماعية وهذا بعد تنبيهها إلى أهمية التعلم والإدراك المعرفي.

إن نظرية الإدراك المعرفي في الرياضة الجماعية، هي النظرية الأساسية التي يجب على المدربين والمدرسين والمربين والرياضيين أخذها بعين الاعتبار.¹

¹ محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب، 1987، ص346.

ثالثاً/ نظرية التعلم بالاستبصار: لها مجالات تطبيق واسعة، خاصة منها في تعلم المهارات أو التقنيات الأساسية في بعض الرياضات الجماعية، حيث يلعب الاستبصار بالمشهد أو النموذج دوراً هاماً للوصول إلى أداء صحيح خال من أدنى الأخطاء.¹

في حين أن نظرية الارتباط والاستجابة الشرطية تبدو أكثر فائدة في الألعاب الفردية كالسباحة والجمباز وألعاب القوى.²

1-1-5- المبادئ الأساسية للتعلم الحركي:

توجد مبادئ أساسية للتعلم الحركي ومن أهمها:

- 1- النضج.
- 2- الاستيعاب.
- 3- النمط الجسمي.
- 4- الممارسة.
- 5- التجارب السابقة.
- 6- المزاج.
- 7- التشويق والإثارة.
- 8- دافع الحركة والمران.
- 9- تأثير المجتمع.

1-1-6- اعتبارات عملية للتعلم الحركي:

توجد اعتبارات عدة لعملية التعلم هي:

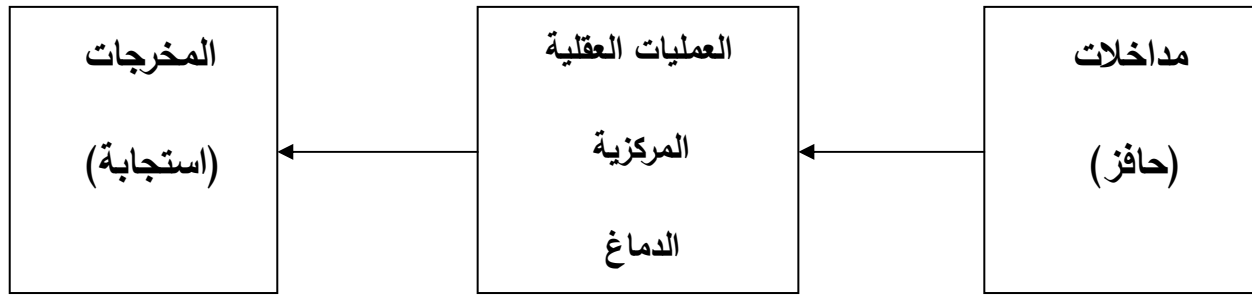
1- عملية التعلم:

إن عملية التعلم متشابهة بين الأفراد لكن الذي يختلف هو وجود الفروق الفردية بالإنجاز فمهما كان التشابه تبقى التجارب السابقة هي الأساس في تطوير الفرد لأن لها الأثر الأكبر في عملية التعلم وتطويرها خاصة الأثر في نظام المقارنة بين ما تم ويجب أن يتم، وأن التشابه بين الأفراد في عملية التعلم يكون في العمليات العقلية (العمليات المركزية، السيطرة واتخاذ القرار) والتي تتمثل في الدماغ. كما هو موضح في الشكل:³

¹ محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب، 1987، ص 347.

² زينب علي عمر، غادة جلال عبد الكريم، طرق تدريب التربية الرياضية، ط4، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2006.

³ ناهدة عبد زيد الدليمي، مرجع سابق، 2015، ص 34.



شكل رقم (1): يوضح العمليات العقلية المركزية لعملية التعلم

2- عوامل شخصية:

يختلف الأفراد فيما بينهم من حيث العوامل الشخصية التي تؤثر في طبيعة الحال في إمكانية في الإدراك والانتجاز ويختلف الأفراد في الكثير من العوامل والتي من أهمها:

- 1- حدة الحس.
- 2- الذكاء.
- 3- الإدراك الحسي.
- 4- الجنس.
- 5- العمر.
- 6- الانفعالات.
- 7- الحث والتشويق.
- 8- الميول والاتجاهات.
- 9- الأنماط الجسمية والمزاج.
- 10- القياسات البدنية والانثروبومترية.
- 11- القياسات والتجارب السابقة.¹

¹ناهدة عبد زيد الدليمي، مرجع سابق، 2015، ص36.

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل تعريف التعلم الحركي والخصائص والطرق العلمية التي يتميز بها هذا الأسلوب التعليمي، كما تم التطرق إلى النظريات والمبادئ الأساسية للتعلم الحركي التي يستعملها أساتذة التربية البدنية والرياضية في الحصص التعليمية حيث استخلصنا من هذا الفصل أن التعلم الحركي يعد علما حيويا وعنصرا مهما من عناصر التربية الرياضية ومدخلا لها وهو من انسب العلوم في كيفية التعامل مع الأفراد في المراحل التعليمية المختلفة، حيث يساهم في انتقال المعلومات من أساتذ التربية البدنية والرياضية إلى المتعلم (التلميذ).

الفصل الثاني:

المهارات الحركية في الكرة
الطائرة

تمهيد:

تعتبر المهارات الحركية في الكرة الطائرة عنصر أساسي وهام وذلك بما تضمنه من المزج بين الأداء المهاري وعناصر وأشكال المهارة في حد ذاتها وهناك عديد المهارات اللازمة للكرة الطائرة (الإرسال الإعداد التميرإلخ) والتي تشكل في مجملها المهارات الفنية بالكرة الطائرة. ويتوقف الوصول إلى مراحل متقدمة من الاداء و الإنجاز المرور على المهارات الحركية في الكرة الطائرة و محاولة تطوير هذه الأخيرة في برامج الإعداد البدني للمرحلة التحضيرية وفي مرحلة المنافسة وارتباط هذه المهارات بعناصر التنمية والتطوير للأداء المهاري وربط كل متغير له علاقة بمهارات الكرة الطائرة.

2-1/ الكرة الطائرة:

هي عبارة عن مجموعة من الحركات الهجومية والدفاعية متسلسلة مع بعضها البعض، ومرتكزة على مبادئ قانونية يقوم بتطبيقها من أوضاع مختلفة لمنع الكرة من السقوط على الأرض.¹

2-2/ مميزات الكرة الطائرة:

- . تعتبر لعبة مرتدة لأن الفريق لا يمتلك الكرة لفترة طويلة.
- . لا تحتاج إلى أدوات كثيرة و إلى مساحة كبيرة، ولا يوجد فيها احتكاك مع المنافس.
- . سهولة التعلم ومناسبة لجميع الأعمار وكلا الجنسين وتمارس في الملاعب و الصالات.
- . عدم السماح بالاستحواذ على الكرة يعطي الفرصة لأكثر عدد في الاشتراك باللعب.
- . قانون الدوران يتيح الفرصة للاعب لإظهار قدراته على الشبكة وفي المنطقة الخلفية.
- . تعتبر رياضة تنافسية و رياضة ترويحوية لقضاء وقت الفراغ، ولا تعتمد على زمن محدد.
- . اللعبة الوحيدة التي لا تلمس الكرة فيها الأرض.²

2-3/ خصائص الكرة الطائرة:

تعد رياضة الكرة الطائرة من الرياضات الجماعية التي تأثرت إيجابياً بشكل واضح بتطور العلوم المختلفة المرتبطة بالمجال الرياضي وتطور أساليب تدريب وإعداد اللاعبين الأمر الذي أسهم في رفع مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً وخططياً، وساعدهم في الوصول إلى أعلى مستوى للمنافسة، وقد تجلّى هذا الإنجاز بمستوى الأداء الذي حققه اللاعبون من خلال الدورات الأولمبية.³

ولقد تطورت الكرة الطائرة تطوراً ملحوظاً في السنوات الأخيرة، واستطاعت أن تكون لنفسها أساليب متقدمة إذا ما قورنت بالرياضات أخرى ويتضح ذلك من زيادة عدد الدول الأعضاء المشتركين في الاتحاد الدولي ومن كثرة عدد اللاعبين الذين يمارسونها بالإضافة إلى المباريات الدولية العديدة التي تقام فيها كالدورات الأولمبية والبطولات العالمية والقارية وغيرها، للوصول لأعلى المستويات الرياضية.⁴

2-4/ مفهوم الأداء المهاري في الكرة الطائرة:

في الكرة الطائرة يلعب الأداء المهاري الجيد دوراً كبيراً في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق حيث تلعب آلية المهارة دوراً بارزاً في عملية إتقاني ونجاح طريقة اللعب وبدرجة عالية مما يؤدي إلى إرباك الفريق الخصم وعدم قدرته على السيطرة على مجريات اللعب والأداء وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل

¹ أحمد فارس محمد صالح: "فاعلية برنامج مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين" رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأزهر ، غزة ، 2011، ص26.

² زكي محمد حسن "د": "مدرّب الكرة الطائرة"، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الجزء الثاني، الإسكندرية، 2004، ص3

³ عوض خالد: "فاعلية برنامج تدريبي مقترح لناشئي الكرة الطائرة" (دراسة تحليلية تجريبية)، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية، 2005، ص5

⁴ بنداري محمود: "تحليل فاعلية الأداء الخططي الهجومي و الدفاعي في مبريات الكرة الطائرة " رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق ، 1996، ص3.

المهارات العالية للفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما وذلك بالتواجد في أماكن ومواقف محددة، تتسهل له القدرة على القيام بالواجب الدفاعي والهجومى على أكمل وجه، وذلك كله يعكس الفريق الذي يفتقد الأداء المهاري، فنحن فعلا لا نجد سيطرة على الكرة بسبب عدم التواجد في الأماكن الصحيحة ، خاصة أثناء استقبال الإرسال أو الدفاع ، أيضا لا نجد التمريرات الجيدة والإعداد المنظم كل ذلك بالطبع سوف يؤثر على طريقة اللعب بدرجة تصل بالفريق إلى حالة اليأس والإحباط.

2-5/ مواصفات الأداء المهاري في الكرة الطائرة:

حدد الخبراء المختصين في مجال الكرة الطائرة بضرورة توافر بعض الخصائص التي يجب أن يتميز بها الأداء المهاري في الكرة الطائرة ، وعليه يمكن أن تتحدد هذه الخصائص أو المواصفات في التالي:

- الاقتصاد في بذل المجهود. -الدقة والانسائية في الأداء.
- السرعة في إنجاز الواجب المحدد. -التحكم والدقة في الأداء.
- مرونة الحركة. -التوافق بين عناصر الحركة.
- التكيف مع الظروف والمواقف المختلفة في المنافسة.

2-6/ المتطلبات مهارية في الكرة الطائرة:

يعتمد الأداء المهاري في أغلب الحالات على استغلال المهارات الأساسية للعبة كوسيلة للدفاع أو الهجوم تبعا للموقف الموجود فيه اللاعب، وأن تعدد المهارات الأساسية أحد أهم النواحي الرئيسية في رياضة الكرة الطائرة بل هي بمثابة العمود الفقري لها، حيث لا يمكن للاعب تنفيذ الخطط سواء الفردية أو الجماعية إلا إذا كان يؤدي المهارات الأساسية بدقة وإتقان ومن أجل الوصول إلى المستويات العالية في لعبة الكرة الطائرة.

2-7/ ماهية و أهمية المهارات الأساسية في الكرة الطائرة:

يعد إتقان أداء المهارات الأساسية احد أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز والانتصار، أي أن نجاح أي فريق يتوقف على مدى استطاعة لاعبيه جميعا أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الأخطاء والمهارات الأساسية هي الحركات التي يتحتم على اللاعب أدائها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد في المجهود، لذلك يجب أن يجيدها كل لاعب إجابة تامة، إذ عن طريقها يتم التعاون بين أفراد الفريق ويمكن تنفيذ طرق اللعب الموضوععة للدفاع أو الهجوم والتي يرجى أن تنتهي دائما إلى فوز الفريق.¹

¹ زكي محمد حسن "د": "مدرّب الكرة الطائرة"، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الجزء الثاني، الإسكندرية، 2004، ص 03.

وينبغي أن يؤدي جميع اللاعبين المهارات الأساسية كلها على مستوى متكافئ حتى يتمكن كل لاعب من تنفيذ المهام المكلف بها باللعب، كما يجب تحليل المهارات الفنية إلى خطوات متعددة حتى يسهل تعلمها و الحصول على أفضل النتائج، فمثلا في التدريب على مهارات الضرب الساحق أو الإرسال من أعلى يجب أن تضرب الكرة في أعلى نقطة يصل إليها اللاعب و على ذلك يكون الغرض الأساسي من تدريبه هو الوصول إلى هذه النقطة. وتعد القدرة على الأداء الفني للحركة شرطا أساسيا للأداء حيث أن هذا الأداء هو نوع و طريقة تنفيذ الحركة و خطوات سيرها مع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة الذي يعد عنصرا هاما من عناصر الحركة، وبالرغم من أن المهارات تبدو سهلة الأداء إلا أنها تتطلب بذلك جهد كبير في إتقانها لصعوبة تنفيذها وذلك لما يفرضه قانون اللعبة.

ولقد تناولت العديد من المراجع التصنيفات المختلفة للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة بأكثر من شكل وأكثر من أسلوب، ونجد **حمدي عبد المنعم** قدم أهم التقسيمات في هذا المجال وفيما يلي عرض أهم هذه التصنيفات كما يلي:

تتقسم المهارات الأساسية إلى ستة مجموعات أساسية وهي مرتبة حسب التطور الجديد في تعليمها:

-الإرسال. الإعداد. الهجوم.

-الصد.

-الاستقبال و الإرسال.

-الدفاع عن اللعب.

<المهارات الهجومية وتتكون من:

-الإرسال.

-الإعداد.

-الضرب الساحق.

-الصد الهجومي.

<المهارات الدفاعية:

-الصد.

-الدفاع عن الإرسال.¹

¹محمد صبيحي حسانين، حمدي عبد المنعم، مرجع سابق، ص 156.

-الدفاع عن اللعب.

ومن أنواع التصنيفات الأخرى ما يلي:

كمهارات تؤدي بيد واحدة "الإرسال/الإعداد/الضرب الساحق/الصد/الدفاع عن اللعب/الغطس".

كمهارات تؤدي باليدين "استقبال الإرسال/الإعداد/حائط الصد/الدفاع عن اللعب باليدين من أسفل والدرجة الخلفية والغطس".

كمهارات تؤدي من الثبات "الإرسال/استقبال الإرسال/الإعداد".

كمهارات تؤدي من الحركة "الإرسال الساحق/الإعداد/الضرب الساحق/حائط الصد".¹

2-8/الإرسال:

الإرسال هو الاداء أو التصرف الذي يبدأ به اللعب في الكرة الطائرة، وفرصة الفريق الأولى ليسجل نقطة ضربة الإرسال الثابتة والموضوعة في مكانها المضبوط.²

كما تشير زينب فهمي "أن الإرسال هو الضربة التي يبدأ بها اللعب في المباراة وفي بداية كل شوط و بعد كل خطأ من طرف اللاعب الخلفي الايمن المتمركز في منطقة الإرسال"، ويعتبر من أهم الضربات الهجومية المباشرة التي يستعملها اللاعبون خلال المباراة، وهو من المهارات التي تطورت بدرجة كبيرة.

2-1.08/أهمية الإرسال:

يتميز الإرسال بأنه احد المهارات التي لها طابع هجومي في الكرة الطائرة و تعتبر التحكم في أداء الإرسال صحيحا عملية هامة، لأنه بواسطة إتقان أداء الإرسال يستطيع اللاعب كسب نقطة خاصة وان اللاعب يكون أدائه مستقلا وغير مرتبط بزملائه أو الفريق المنافس.

وتشمل حصة الإرسال 13 % من المهارات من حيث تكرار استعماله في اللعب حسب تقييم المهارات في دورة العالم سنة 1966 ببراغ، إلا أن هذه النسبة قد تطورت مع تطور الأداء المهاري في الكرة الطائرة حاليا، ويعتبر الإرسال عاملا هاما في اللعب و كلما كانت الضربات قوية كلما كان تأثيرها قويا على الفريق.³

2-2.08/أنواع الإرسال:

الإرسال بدوران الكرة: يعني ذلك ضرب الكرة باليد بطريقة معينة بحيث يؤدي ذلك إلى دورانها أثناء طيرانها في الهواء ويشمل:

¹ محمد صبيحي حسانين، حمدي عبد المنعم، مرجع سابق، ص 159-160.

² عصام الدين الوشاحي: "المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1991، ص 141.

³ محمد صبيحي حسانين، حمدي عبد المنعم، مرجع سابق، ص 159-160.

-الإرسال المواجه من أسفل. -الإرسال الجانبي من أسفل.

-الإرسال المواجه من أعلى(التنس). -الإرسال الجانبي من أعلى(الخطافي).

الارسال بدون دوران الكرة (التموج): يعرف هذا النوع من الإرسال أيضا بالإرسال المتموج بالنسبة لتذبذب سير الكرة وهي في الهواء و يتطلب من اللاعبين درجة تركيز عالية عند استلامه،ذلك أن حركة تموج الكرة اثناء طيرانه تؤدي إلى صعوبة تقدير مكان الاستلام وهو ينقسم إلى نوعين:

<إرسال التنس المتموج(الإرسال الأمريكي). >الإرسال الخطافي المتموج(الإرسال الياباني).

2-1.2.08/الإرسال المواجه من أسفل: يعتبر الإرسال المواجه من أسفل أسهل أنواع الإرسال كما أنه يعتبر النوع الأساسي بالنسبة للمبتدئين،حيث أنه يحتاج إلى قوة بسيطة في عملية أدائه.

ولا يوجد بالنسبة لأفراد الفريق المنافس أية صعوبة في الدفاع عنه بسبب بطء مسار الكرة في اتجاهها إلى ملعب الخصم،ولذلك نرى أنه يجب على اللاعبين إتقان أدائه إتقاناً تاماً.

2-2.2.08/الإرسال الجانبي من أسفل:يتشابه هذا النوع من الإرسال إلى سهولة أدائه مع الإرسال المواجه من أسفل و يعتبر من الأنواع المفضلة للسيدات والناشئين بالنسبة لقلة القوة اللازمة للضرب بفضل مرجحة الذراع للخلف مسافة كبيرة.

2-3.2.08/الإرسال المواجه من أعلى(التنس):هو أكثر أنواع الإرسال انتشاراً واستعمالاً حيث أنه يعتبر إرسالاً هادفاً،أي أنه يسهل للاعب توجيه الكرة والتحكم فيها ،ويمكن أدائه بضربة قوية تؤثر على صعوبة وفشل استلامه،كما أن حركة أدائه مشابهة لحركة أداء الضرب الساحق و يعتبر خطوة تعليمية سابقة لها.

2-4.3.08/الإرسال الجانبي من أعلى(الخطافي):يعتبر هذا النوع من الإرسال أقوى أنواع الإرسال عموماً ويرجع ذلك إلى حركة المرجحة الكبيرة للذراع الضاربة،إلا أنه يحتاج إلى درجة عالية من الإتقان حتى يستطيع اللاعب التحكم في توجيه الكرة،و يستعمل بعض اللاعبين ثني الجذع بشدة عند مرجحة الذراع و البعض الآخر يستعمل حركة لف الجذع مع ثنيه مما يعطي قوة أكبر للضربة.

2-5.2.08/إرسال التنس المتموج(الأمريكي):يشابه هذا الإرسال مع إرسال التنس من حيث وضع الجسم ،ولكنه يتميز عنه بأن خط سير الكرة يكون متموجاً ،وأما ألا تصاحب هذه العملية دوران الكرة ويكون ذلك نتيجة ثبات الرسغ وهي عمودية مع تصلب اليد فتتوقف حركة اليد عن متابعة الكرة للأمام وترتد مباشرة عن الكرة بعد ضربها،ويكون ضرب الكرة في منتصفها بحدة باطن اليد ،ويلاحظ عند أدائه أن قذف الكرة لأعلى يكون أقل نوعاً ما عن إرسال التنس،كما أن الذراع تتأهب للحركة قبل القذف بفترة قصيرة وكذلك استعمال الجذع يكون قليلاً.¹

¹الين وديع فرج"الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب"،منشأة المعارف،ب ط ،الإسكندرية ،ص 77-80.

2-08.6/الإرسال الخطافي المتموج(الياباني): يشابه هذا الإرسال مع الإرسال الخطافي في وقفة البدء والحركة عموماً، إلا أنه يتميز بشد الرسغ و تكو الذراع ثابتة كما أن حركة التمهيد بالذراع كبيرة للجانب، و تضرب اليد الكرة بحده و باستقامة مع أقل متابعة ممكنة لها على الكرة، و يكون الذراع و الرسغ ثابتين، و تضرب الكرة من الخلف مباشرة و ليس من أسفل، و يكون الضرب بباطن اليد و هي متصلبة.

ويتميز الإرسال الخطافي المتموج بأن خط سير الكرة يكون متموجاً أثناء طيرانها في الهواء كما أنه يصل إلى مسافة بعيدة عنه في أنواع الإرسال الأخرى.¹

2-9/الاستقبال(الدفاع عن الإرسال):

هي تقنية موجهة نحو إرجاع أو استقبال الكرة القادمة من طرف الخصم، و تكون حركة استقبال كرة الإرسال برسغي اليدين و هما ملتصقتين و الساعدين متقاربتين حتى يسمح لنا بتوجيه الكرة، و يعتبر الاستقبال من المهارات الدفاعية المهمة إذ أن أي خطأ يرتكب أثناء الاستقبال ينتج عنه تضييع نقطة للفريق.²

ويشير **علي مصطفى طه** أن مهارة الاستقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل من الفريق المنافس لتهيئتها إلى اللاعب المعد أو الزميل في الملعب، وذلك لامتناس سرعتها وقوتها وتمريرها من الاسفل إلى الأعلى بالساعدين، أو من الأسفل بالتمرير إلى أعلى حسب قوة الكرة و سرعتها و وضعية اللاعب المستقبل.³

كما يطلق عليه الدفاع عن الإرسال كما تشير **الين وديع فرج** أن الدفاع عن الإرسال هو استخدام الكرة المرسله من المنافس و تمريرها من أسفل لأعلى نتيجة ارتدادها على الساعدين بهدف توجيهها لزميل في الملعب.

2-1.09/أهمية الاستقبال(الدفاع عن الإرسال):

يعتبر الدفاع عن الإرسال أو مهارة الاستقبال بأنه أحد المهارات الدفاعية الهامة في الكرة الطائرة وأي خطأ فيه يؤدي إلى فوز الفريق المنافس بنقطة وهنا تظهر أهميته.

كما تؤثر نوعية الدفاع عن الإرسال على عمليتي الإعداد والهجوم التاليين، ولذلك فإنه ينبغي توافر إمكان رفع الكرة عاليا ودقة توجيهها للزميل المعد.

ولقد تغيرت طريقة الاستقبال أو الدفاع عن الإرسال وأصبحت تؤدي باستلام الإرسال بالسطح الداخلي للساعدين متلاصقين، و ذلك لما لها من قيمة في تحقيق ضمان استلام الكرة بدون حدوث خطأ وحسن رفعها لتوصيلها إلى لزميل، و يعتبر الدفاع عن الإرسال مهارة مستقلة وغير متعلقة بباقي أفراد الفريق وهو يستخدم بنسبة 12% بالنسبة لباقي مهارات الكرة الطائرة.⁴

¹الين وديع فرج "أ"، مرجع سابق، ص 84.

²يوسف فتحي: "توظيف الوسائل السمعية البصرية في عملية التدريب الرياضي لتفعيل تعلم المهارات الحركية عند لاعبي الكرة الطائرة"، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر 03، 2008، ص 123.

³علي مصطفى طه: "الكرة الطائرة (تعليم، تدريب، تحليل، قانون)، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص 71.

⁴محمد صبيحي حسانين، حمدي عبد المنعم، مرجع سابق، ص 161.

2-2.09/أنواع الاستقبال:

2-2.09/1/الاستقبال من الأسفل:وهو الأكثر استعمالا وتكون مساحة الاستعمال أو الإرجاع بمقدمة اليدين ويكون اللاعب مقابلا للكرة لتوجيهها مع ضرورة استقامة اليدين.

2-2.09/2/الاستقبال من الاعلى:وهو استقبال الكرة القادمة من الخصم بمقدمة اليدين ،وهذا من وضعية عالية فوق الرأس.

2-2.09/3/الاستقبال الجانبي:يكون بيد واحدة أو بكلتا اليدين وهذا عندما يكون اتجاه الكرة على جانب الجسم.

2-2.09/4/الاستقبال مع الانبطاح:يكون بيد واحدة أو بكلتا اليدين وهذا عند محاولة إنقاذ الكرة من زاوية مية،ويكون استقبال الكرة بعد القيام بانبطاح أو ارتقاء نحو الارض.

2-10/الإعداد:

يعتبر الاعداد هو استلام الكرة باليدين فوق الرأس وأمامها تقريبا وتمريها لأعلى مع تغيير اتجاهها بدون استقرارها على اليدين.

ويعتبر الإعداد من المهارات الفنية الأساسية التي يجب على اللاعب أن يتحكم فيها بكل دقة لأنه بمثابة اللمسة التي تضع الهجوم و تحدد كفاءته.

2-1.10/ أهمية الإعداد:

يعتبر الإعداد أو التمير من أعلى كما يطلق عليه أحيانا هو المهارة الاساسية في الكرة الطائرة،وبهدف الإعداد إلى تمرير الكرة من أعلى برفعها في المكان المناسب للضربات الهجومية وقد يكون هذا الإعداد من اللمسة الاولى،إلا أنه يؤدي غالبا من اللمسة الثانية،وهو يستخدم عادة عندما تكون حركة الكرة الملعبوة بطيئة و عالية بدرجة كافية من الأرض بالنسبة للاعب الذي سوف يلعبها فوق الرأس،ولا يعني هذا أنه يمكنه لعب الكرة فقط عندما تكون فوق ارتفاع رأسه أثناء الوقوف وإنما يمكن لعبها بثني الرجلين وخفض الرأس.

وينبغي أن يتميز اللاعب المعد بدرجة عالية من التركيز والذكاء لأنه يحتاج إلى ملاحظة كثير من الاشياء المحيطة به عند إعداده الكرة،وينبغي أن تكون لديه القدرة على أداء جميع أنواع الإعداد بإتقان ودقة لكي يوصل الكرة إلى الضارب بصورة جيدة لتمكينه من أداء ضربة ناجحة،كما عليه أن يراقب جيدا حالة حائط الصد في الفريق المضاد كي يوجه رفع الكرة إلى الضارب الذي يختاره متلائما مع الظروف القائمة،ويستعمل الإعداد بنسبة 20% من جميع المهارات الأخرى تقريبا.¹

¹الين وديع فرج،مرجع سابق،ص 92-100.

2-10.2/أنواع الإعداد:

2-10.1.1/الإعداد الأمامي: هو أكثر الإعداد استعمالاً ونسبة استعماله حوالي 70% بالنسبة لجميع أنواع الإعداد الأخرى بالنسبة لسهولة أدائه و يعتبر أساساً لجميع أنواع التمرير الأخرى، لذا يجب البدء في تعلمه وإتقانه أولاً حتى يساعد على تأدية باقي أنواع الإعداد الأخرى، كما يجب مراعاة إتقان الإعداد من حيث الارتفاع والاتجاه كي يتمكن اللاعب من التكيف مع ما تفرضه المواقف المختلفة في الملعب.

2-10.2.2/الإعداد الخلفي: إن نسبة الإعداد الخلفي حوالي 15% في الملعب، ويستعمل هذا الإعداد أثناء اللعب في الأغراض الخطئية، وأيضاً بسبب وضع الكرة بالنسبة للاعب المعد، ويؤدي هذا الإعداد عندما تكون الكرة الملعوبة في مستوى ارتفاع لدى الرأس، وهو يتطلب درجة حساسية عالية للحركة حيث أن اللاعب لا يرى الهدف الذي يوجه إليه الإعداد لحظة أدائه خلفاً، والإعداد الخلفي كالإعداد الأمامي في طريقة أدائه إلا أنه يختلف عليه فيما يلي:

يكون وضع اللاعب تحت الكرة عند ملامستها.

توضع اليدين فوق الرأس مباشرة و الذراعان منتشيتين، والمرفقان أماماً.

يكون امتداد الذراعين لأعلى بانسياب وليس بالدفع.

يسحب الحوض للإمام مع سقوط الرأس للخلف قليلاً.

2-10.3.2/الإعداد بالسقوط المتدرج: إن نسبة تكرار حدوث الإعداد بالسقوط المتدرج حوالي 5% ويستعمل هذا النوع من الإعداد في حالة الكرات المنخفضة القريبة من الأرض، وفي حالة الكرات الساقطة بانخفاض جنباً للاعب، وكذلك في حالة الكرات الساقطة خلف حائط الصد مباشرة، وهو يشابه الإعداد الأمامي في الجري السريع للكرة في الوقت المناسب وفي حركة اليدين و الأصابع على الكرة وفي وقفة الاستعداد.

2-10.4.2/الإعداد الجانبي: نسبة تكرار الإعداد الجانبي حوالي 5% في الملعب، ويستعمل هذا الإعداد عندما تكون الكرة الاتية من زميل قريبة من الشبكة ولا يسمح المكان بالدوران خوفاً من حدوث خطأ لمس الشبكة، كما يستعمل هذا الإعداد في أغراض خطئية عند الرغبة في الخداع، أو عند عدم وجود وقت كاف للدوران لمواجهة الاتجاه المرغوب توجيه الكرة إليه، وهو مشابه للإعداد الأمامي من حيث الأداء الحركي ويختلف عنه فيما يلي:

يقف اللاعب ووقفة الاستعداد جانباً لاتجاه التمرير ولذا يصعب عملية دقة توجيه الكرة، وتحتمل الذراعان واليدين جهداً أكبر في هذا التمرير عما تتحمله في الإعداد الأمامي، حيث تتغير فيه حركة لف الرسغين.¹

¹الين وديع فرج، مرجع سابق، ص 100-102.

2-10.5/الإعداد بالوثب: نسبة تكرار هذا النوع من الإعداد حوالي 5% في أثناء اللعب، وهو يستعمل في حالة الكرات العالية، وأيضاً في عمليات الخداع الخطئية، وهو يختلف عن الإعداد الامامي في أنه يعتمد على استعمال الذراعين والأصابع اعتماداً كلياً، حيث يبطل استعمال الرجلين نتيجة الوثب لحظة الإعداد، أي في أعلى نقطة في الوثب أثناء ارتفاع الكرة، وفي لحظة الدوران وتقليد حركة الضرب الساحق (خداع) يجب على اللاعب أن يقرن حركة الدوران مع الوثب، ولكي لا يكتشف المنافس عملية الخداع إلا في آخر لحظة فإنه توضح حركة الضرب الساحق بل وتمثل حركة التمهيد للضرب أيضاً كمزيد من التمويه.

2-11/ التمرير:

يعتبر التمرير من أهم المهارات الأساسية وأكثرها استخداماً خلال اللعب، وهي المهارة التي يمكن استخدامها في الهجوم و الدفاع، إذ أنه يصبح أحد الطرق للهجوم المباشر أو غير المباشر. والتمرير من الأعلى بالأصابع هي اللسة الهامة التي يجب أن تتقن إتقاناً تاماً الأمر الذي يؤدي لوصول الكرة إلى الزميل بطريقة تمكنه من إحراز نقطة أو كسب الإرسال.¹ ويعتبر التمرير استلام الكرة باليدين أو بيد واحدة من أعلى ومن أسفل بتوجيهها للأعلى مع تغيير اتجاهها بدون استقرارها على اليدين.

2-11.1/ أهمية التمرير:

يمثل التمرير بأنواعه القدرة على المبادرة في العمل الهجومي نتيجة وقوع المنافس في الخطأ، ويشكل التمرير كمهارة أساسية في نظام الأداء المهاري في الكرة الطائرة عنصراً هاماً مع الإعداد، إلا أن هناك بعض التصنيفات التي ترى أن التمرير هو نفسه الإعداد إلا أن الباحث يرى عكس ذلك بأن كل مهارة لها أشكالها الخاصة بها وهما مهارتين مرتبطتين ببعضهما البعض من حيث الأداء الحركي بنسبة كبيرة إلا أن الاختلاف يكمن في الإعداد أو التمرير من الأعلى وأن الإعداد هو في بعض الحالات استقبال إلى أن التمرير أدق في هذا الشكل المهاري، لذلك يشكل التمرير عنصراً هاماً في برامج الإعداد المهاري لوجوب إتقان هذه المهارة التي تساعد على تحقيق أفضل النتائج.²

2-11.2/ أنواع التمرير:

لقد تنوع وتعدد التمرير في الكرة الطائرة، حيث يمكن أن نقسم التمرير من حيث طريقة أدائه إلى تمرير من الثبات وتمرير من الحركة، ونقسمه من حيث المستوى الذي تصل فيه الكرة إلى تمرير من الأعلى وتمرير من الأسفل، كما

¹الين وديع فرج "أ"، مرجع سابق، ص 102-105.

²زينب فهمي، مرجع سابق، ص 13.

يمكن تقسيمه من حيث استخدام اليد أو اليدين إلى تمرير باليد الواحدة، وعموماً يمكننا أن نقسم التمرير إلى نوعين هما:

2-11.1/التمرير من أسفل بالساعدين: يتوقف نجاح الفريق أو فشله إلى حد كبير على مهارته في تمرير الكرة من أسفل بالساعدين حيث أنها أضمن الطرق في جميع حالات ومواقف اللعب، ويجب أن نميز ثلاثة أنواع من التمرير من أسفل بالساعدين:

- عند استقبال الإرسال.

- عند التمرير (تغطية الدفاع والهجوم ولعب الكرات المرتدة من الشبكة).

- عند الدفاع المنخفض.

ويمكن أن نطلق على مهارة التمرير من الأسفل بالساعدين بأنها حركة إيجابية للرجلين باتجاه الهدف وذلك بمواجهة اللاعب للكرة متحركاً إليها بالسرعة المناسبة التي تتفق مع مسافة أو بعد الكرة، وكذلك في الاتجاه الذي ستلعب إليه الكرة دافعاً إياها بيديه بالقدر المناسب.¹

2-11.2/التمرير من أعلى بالأصابع: يمكن استخدام التمرير من أعلى في لعب أي كرة لتحريكها ببطء إما للإعداد المهاجم أو جعل الكرة في اللعب عندما يكون الضرب الساحق غير ممكن، وبالتالي فإن الأساس الفني لمهارة التمرير من أعلى بالأصابع يتمثل في:

- الإسراع في الوصول إلى مكان الكرة أو مكان التمرير.

- تنفيذ المهارة من الوضع الثابت من أمام الجبهة وبالجسم كامل.

- إعداد الكرة أمام الزميل و الربط بين مسار الكرة وتحرك اللاعب.

- دوران الجسم باتجاه مكان التمرير قبل تنفيذ الأداء.

- تمرير الكرة من المنطقة الخلفية يكون باتجاه الشبكة وبشكل قطري، والانتباه إلى أن الإعداد هو الأساس لإنهاء عمليات الهجوم.

- ربط عملية الإعداد بتحركات حائط صد الفريق المنافس ويطلق على هذا الرؤية المحيطة.²

2-12/الصد:

هو قيام لاعب أو أكثر من لاعبي الصف الامامي باعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب المنافس بالقرب

من الشبكة برفع اليد أو كلتا اليدين فوق مستوى الحافة العليا للشبكة ولمس اللاعب للكرة.³

¹الين وديع فرج "أ"، مرجع سابق، ص 108

²محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد، ص 70-71.

³يوسف فتحي، مرجع سابق ص 139.

إن فعالية عملية الصد يعتمد على عدد اللاعبين المشاركين في هذه العملية و مدى قدرتهم على الارتقاء الجيد وسرعة رد الفعل، وكذا الخبرة التكتيكية، فالصد عبارة عن عملية تتم بمواجهة الشبكة و قريبا منها ،ويقوم بها لاعب أو لاعبين أو ثلاثة عن طريق الوثب إلى أقصى ارتفاع مع مد الذراعين عاليا وإلى الامام قليلا بحيث يكون حائط الصد مقابلا لاتجاه الكرة عند أداء العملية (عملية الضربة الساحقة) من قبل الفريق المضاد.¹

2-1.12/أهمية الصد:

تستخدم هذه المهارة بنسبة 20% تقريبا بالنسبة لجميع المهارات الاخرى المستخدمة في الكرة الطائرة ،وترجع أهمية الصد إلى أنه الوسيلة الفعالة في تثبيط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجمه من ضرب الكرة الساحق فوق الشبكة ،وكما أن الضرب الساحق هو سلاح الهجوم الرئيسي للفريق ،فإن الصد يعتبر سلاح الدفاع الرئيسي له أيضا ويفضل الصد القوي يمكن أن يحصل الفريق على 50 من نقطة إما بطريقة مباشرة بصد الكرة وإعادتها إلى الملعب المنافس ،وإما بطريقة غير مباشرة بإرباك الفريق المنافس ودفع إلى استخدام مجموعة من الضربات الساحقة الضعيفة تجنباً لحائط الصد ،ويغطي بناء حائط الصد جزءا كبيرا من الملعب ضد هجمات المنافس القوية ،كما يساعد باقي أفراد فريقه من لاعبي الدفاع في اتخاذ مواقفهم المناسبة في تغطية أجزاء الملعب الاخرى.²

ويعتبر الصد من المهارات الاساسية و الهامة في عملية الدفاع عن اللعب أمام الضربات الهجومية المختلفة على الشبكة وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة.³

2-2.12/أنواع الصد:

2-1.2.12/الصد الدفاعي: وفيه يتم سقوط الكرة بعد عملية الصد في نفس ملعب الفريق المدافع ،بعد أن تكون قد قلت قوتها وفقدت خطورتها بحي يمكن للفريق أن يستغلها في الإعداد لضربات ساحقة.

2-2.2.12/الصد الهجومي: عند أداء الصد الهجومي تكون الأيدي المكونة لحائط الصد متوازنة قريبة من الشبكة، وفيها انثناء نحو ملعب المنافس فتتحرك الذراعان واليدان أثناء الصد لمحاولة ضرب الكرة في ملعب المنافس.

وهناك بعض التصنيفات التي أضافت أنواع أخرى لكن يرى الباحث أنها أشكال للصد وهي :

الصد بلاعب واحد/الصد بلاعبين/الصد بثلاثة لاعبين.⁴

¹ يوسف فتحي، مرجع سابق، ص 139

² الين وديع فرج "أ"، مرجع سابق، ص 134.

³ علي مصطفى طه، مرجع سابق، ص 136.

⁴ احمد فارس محمد صالح ،مرجع سابق ،ص 39.

2-13/الضرب الساحق(السحق):

عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين لتعديلها بالكامل فوق الشبكة ،وتوجيهها إلى ملعب الفريق الماد بطريقة قانونية.¹

كما تشير الين وديع فرج إلى أن الضرب الساحق أو الضرب الهجومي كما يطلق عليه أحيانا هو عبارة عن ضرب اللاعب للكرة بإحدى اليدين بقوة لعبورها بالكامل فوق المستوي الرأسي للشبكة وتوجيهها لأسفل نحو ملعب المنافس.²

وتعد مهارة الضرب الساحق للمسة الثالثة للفريق ،وهي تتطلب إخلال دفاع حائط الصد ،وضرب الكرة في مكان يصعب معه دفاع حائط الصد من الفريق المنافس ،وهذا الأخير يستلزم الدقة في الاداء مع القوة اللازمة لذلك فهي تعد واحدة من أصعب المهارات في عملية التعلم.

كما أن لهذه المهارة تأثيرا كبيرا في إحراز النقاط والفوز الحاسم للفريق ،باعتبارها سلاحا هجوميا يمتلكه اللاعب الضارب ،ولهذا فإن لمهارة الضرب الساحق متطلبات عالية من القوة العضلية والسرعة والتوافق والدقة في الاداء الحركي ،مما يتيح للاعب التعرف السليم وتنويع الأداء المهاري.³

2-1.13/أهمية الضرب الساحق:

تتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين الذين يتميزون بقدرات توافقية ،مثل السرعة والبديهة والثقة بالنفس وطول القامة وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرشاقة والتوافق ،والقدرة في الوثب والضرب والدقة في الاداء الحركي بالإضافة إلى الهبوط الصحيح والاستعداد للدفاع ،حيث تشير الإحصائيات العالمية أن نسبة 80% من نقاط المباراة من خلال المهارات الهجومية ومن أهم هذه المهارات الضربة الهجومية ،وبلغت نسبة تكرار أداء الضربات الهجومية ،من جميع المهارات خلال اللعب 31,39% وهي تمثل أعلى نسبة تكرار ،كما بلغت نسبة تأثيرها الإيجابي 61,89% ،وهي تمثل أعلى نسبة تأثير إيجابي عن باقي المهارات ،وذلك في بطولة العالم للرجال عام 2002.

كما يعد الهجوم تحديدا الضرب الساحق السلاح الاول في تحقيق نقطة للفريق ،حيث يمثل نسبة 21% من بقية المهارات الاخرى ،وتعد الوسيلة الاولى لإحراز النقاط في المباراة.⁴

¹ أحمد فارس محمد صالح،مرجع سابق،ص 31.

² الين وديع فرج"أ"،مرجع سابق،ص 136 .

³ Dak Jahn: "Sports and Recreational activites" ,sunders company Phialdelphia, 13th ed new york p632.

⁴ عصام الدين الوشاحي:"المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"،دار الفكر العربي ،ب ط،القاهرة ،1991، ص 108.

2-13/أنواع الضرب الساحق:

2-13.1/الضرب الساحق المواجه: تتم هذه الضربة الساحقة بانقباض العضلة المستقيمة البطنية ،وكذلك العضلات العاملة لتحريك الكتف والذراع ،وتتم عملية ضرب الكرة، إذ تغطي اليد الكرة لإكسابها حركة دوران بمرجحة الذراع بكامله في أثناء الضرب ،وتكون زاوية الذراع قائمة بين الساعد و العضد لإحراز أكبر قوة وراء الضربة الساحقة.

2-13.2/الضرب الساحق المواجه بالدوران: تتم هذه الضربة الساحقة بدوران قليل في أثناء عملية الاقتراب ،ويقوم اللاعب بلف هين لكتف اليد الضاربة في أثناء الاستعداد لأداء الضربة ،ثم تتبع الذراع بحركة تتابع في اتجاه الدوران.¹

2-13.3/الضرب الساحق الجانبي(الخطافي): تختلف الضربة الساحقة الخاطفة عن الضربة الساحقة بالرسغ ويرجع ذلك إلى طبيعة أدائها وكيفية تنفيذها، وكذلك إلى طريقة الاقتراب لتنفيذ الضربة، فالاقتراب لأداء الضربة الساحقة الخاطفة غالبا ما يكون موازيا للشبكة أو مائلا إليها ،ويكون الارتقاء والوثب إما بقدم واحدة أو بكلتا القدمين ،أما حركة الذراع الضاربة فتكون متأرجحة جانبا في حركة دائرية من أسفل الجنب إلى أعلاه لتقابل الكرة فوق الرأس، وفي أثناء تنفيذ الضربة يقوم اللاعب بلف الجسم لحظة أداء الضربة وغالبا ما يكون الهبوط مواجهًا للشبكة ،وتعد هذه الضربة من أصعب الضربات وأقواها وأكثرها خداعا للفريق المنافس.

2-13.4/الضرب الساحق الساقط بالرسغ: تنفذ هذه الضربة عندما يكون اللاعب في حالة تأهب كاملة لأداء الضربة ثم تبدأ بمفاجأة الخصم ،وذلك بإيقاف حركة الذراع واليد الضاربة قبل ملامسة الكرة مباشرة وأداء الضربة بالرسغ حتى يتمكن من تنفيذها بدقة متناهية في أي مكان يريده اللاعب ،وتؤدي هذه الضربة إما بدوران الكرة أو بدون دورانها.²

2-13.5/الضرب الساحق الخادع: تتم هذه الضربة الساحقة بالخداع بعد تأهب اللاعب لتنفيذ إحدى أنواع الضربات الهجومية بقوة ،وبعد وصوله إلى أعلى نقطة بعد نهاية الدفع، وقد لاحظ حائط صد الفريق المنافس فيلجأ لتنفيذ الضربة الساحقة بالخداع ،وتتم بلمس الكرة من أسفل نقطة لها وبأصابع اليد لتعمل الكرة قوس فوق حائط الصد و تسقط خلفه.³

¹ عصام الدين الوشاحي ،مرجع سابق ،ص 109.

² علي مصطفى طه، مرجع سابق، ص 122.

³ أكرم زكي خطايبية: "موسوعة الكرة الطائرة الحديثة"، دار الفكر العربي، ب ط، عمان، 1996، ص 150.

2-14/الدفاع عن الملعب:

يعرف الدفاع عن الملعب بأنه استلام الكرة المضروبة ضربا ساحقا من المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتميرها من أسفل لأعلى بهدف توجيهها لزميل في الملعب.

2-14.1/أهمية الدفاع عن الملعب:

يعد الدفاع عن الملعب مهارة دفاعية الهدف منها هو الدفاع عن الضرب الساحق للمنافس في الجزء الخلفي من الملعب، وتغطية حائط الصد، وأيضا تغطية عملية الهجوم بالنسبة للفريق ذاته، وتكرر هذه المهارة بنسبة 14% تقريبا في المباراة، وتبدو أنها ليست في المرتبة الأولى من الأهمية، ولكن الحقيقة عكس ذلك إذ أن إهمالها يؤدي إلى 41 من حالات الفشل في الملعب، بينما يكسب الفريق بواسطتها 23 من جميع النقاط، ومن ذلك تظهر بوضوح أهميتها في نتيجة اللعب، وهي تستخدم في حالة الكرات المنخفضة جدا والسريعة جدا، والبعيدة جدا عن الجسم. وتعتبر هذه المهارة من أصعب مهارات الكرة الطائرة حيث أنها تتطلب مستوى عال في القوة العضلية للرجلين، والرشاقة والقدرة على سرعة رد الفعل والتركيز لفترة طويلة والشجاعة في استخدام الجسم (الغطس) لإنقاذ الكرات البعيدة.

2-14.2/أنواع مهارة الدفاع عن الملعب(الدفاع المنخفض):

2-14.2.1/الدفاع باليدين من الوقوف: يعتبر من أكثر أنواع الدفاع استخداما، وهنا يتحرك اللاعب من مكانه بسرعة في حدود المنطقة المختص بتغطيتها حسب الخطة الدفاعية المناسبة لتوقع الكرة المضروبة من المنافس، وهناك يأخذ وقفة الدفاع، وفيها تثني الركبتان ثنيا عميقا، وتكون القدمان متوازيتين تقريبا، ومتباعدتين بحوالي عرض الكتفين مع مراعاة عدم زيادة اتساعهما حتى لا يؤدي ذلك إلى فرد الركبتين، ويكون الجذع عموديا تقريبا.

2-14.2.2/الدفاع بيد واحدة من الوقوف: يستعمل هذا النوع من الدفاع في حالة الكرات التي تضرب بقوة من المنافس وتصل إلى مسافة قريبة بجانب اللاعب، وفيه تكون وقفة الدفاع، ويتم ضرب الكرة بفرد الذراع للجانب وتلمس الكرة بالسطح الداخلي للساعد، أو بالرسغ مع ثني الأصابع أو باليد المقبوضة، لكي تحول دون حدوث خطأ استقرار الكرة على اليد.

2-14.2.3/الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط المتدرج: يستعمل هذا النوع بالنسبة للكرات التي تبعد لمسافة متوسطة (حوالي 1-2م) بجانب اللاعب، ولسرعة مسار الكرة وانخفاضها فإن اللاعب لا يستطيع التحرك بكامل جسمه ليكون خلف الكرة، وبناء على ذلك فإنه يحرك ذراعيه أو ذراع واحدة للجانب لمقابلة الكرة، وبالنسبة للدفاع باليدين بالسقوط فإنه تتشابه فيه حركة الذراعان واليدين كما في الدفاع باليدين من الوقوف، كما تتشابه حركة الذراع واليد في الدفاع بيد واحدة بالسقوط كما في حالة الدفاع بيد من الوقوف.¹

¹الين وديع فرج، مرجع سابق، ص 151.

2-14.4/الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط الغاطس: يستعمل هذا النوع من الدفاع في حالة الكرات التي تكون أماما أو جانبا للاعب وعلى مسافة أكثر من متوسطة (2م فأكثر)، أو في حالة الكرات التي تكون ساقطة بانحدار شديد لأسفل، وفيه يقوم اللاعب بعمل حركة غطس اتجاه الكرة ولعبها قبل السقوط على الأرض، وبهذه الطريقة يمكن الإبقاء على الكرة في الهواء لكي يقوم زميل آخر بتمريرها.¹

2-15/دور التصور العقلي في الأداء المهاري (التعلم الحركي):

من المهم أن يتعرف المدرب على ما يدور في عقل اللاعب عند تعلمه مهارة حركية فالتفوق في المجال الرياضي يتطلب التكامل التام بين العقل والجسم.

كما أن التدريب الذهني للمهارات الحركية يساعد اللاعب في تحقيق المزيد من الفهم الجيد لأداء المهارات ولا شك أن ذلك يعاونه في أن يصبح أكثر ألفة بمتطلبات نجاح أداء المهارات الحركية، كما أجريت تجارب على العلاقة بين التدريب الذهني واكتساب المهارات الحركية وتم التوصل إلى وجود علاقة إيجابية وأن التدريب الذهني يساهم في اكتساب المهارات الحركية.

ويذكر **موسى طلعت 1998** أنه بالرغم من توافر حقائق علمية كثيرة تتعلق بأهمية التصور العقلي فالتدريب العقلي يتم استخدامه غالبا لتسهيل عملية التعليم وتحسين المهارات الحركية وتنميتها وتطويرها وكذلك يعمل التدريب العقلي على أن يألف الرياضي مكان المنافسة وكذلك مسارات الحركة وخطط اللعب كما أنه يشكل إمكانية جيدة للتدريب الخططي.²

وهنا يشير الباحث إلى أهمية الأهداف النوعية المحددة للتصور العقلي في كل مرحلة من مراحل الإعداد بغرض تطبيق هذا الأخير ضمن مجال برامج الإعداد البدني، لتكون هناك استراتيجيات كفيلة بتحسين الأداء المهاري مما يعطي لاعب الكرة الطائرة القدرة والمستوى المهاري العالي انطلاقا مما تحدده هذه البرامج من واقعية التحكم ووضوح الصورة وارتباط ذلك بمستوى التصور العقلي لدى لاعب الكرة الطائرة، وأن الدور الرئيسي الذي يلعبه التصور العقلي كاستراتيجية فعالة للتدريب العقلي في برامج الإعداد البدني العام والخاص نحو تحسين القدرات المهارية في مرحلة معينة وبالصورة المرجوة.

¹الين وديع فرج "أ"، مرجع سائق، ص 163 - 165.

²موسى طلعت ابراهيم: "استخدام التدريب العقلي لتحسين مستوى الأداء مجموعات اللكم لناشئ الملاكمة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، بنين، جامعة الزقازيق، 1998، ص 06.

خلاصة:

الأداء المهاري الناجح يعتمد على الكشف والتجريب والممارسة والإتقان ، وأن جميع المهارات الحركية في الكرة الطائرة تشكل نقطة العبور نحو تحقيق أفضل النتائج ، ولقد كان هذا الفصل بما يحتويه من متغيرات عنصرا هاما للربط بين جميع المتغيرات الأخرى وحاولنا فيه الإلمام بجميع ما يتعلق بالمهارات الحركية في الكرة الطائرة. وعلى العموم يرى الباحثون أن الخلاصة التي يمكن أن نستخلصها من جملة المعطيات المقدمة في هذا الفصل هي الكيفية التي يمكن من خلالها تحسين وتطوير المهارات الحركية الخاصة بالكرة الطائرة ، وأن هذه المهارات لها ارتباط ببعضها البعض ، وقد حاول الباحثون أن تكون العناصر المقدمة لها الارتباط المباشر بالمهارات الحركية انطلاقا من القدرات البدنية والتصور العقلي كعنصرين للربط ، ولكي تكتمل جميع العناصر المشكلة لهذا الفصل فإننا نقول أن المهارات الحركية في الكرة الطائرة والقدرات البدنية والتصور العقلي حجر الزاوية للوصول إلى أفضل النتائج.

الفصل الثالث: المراقبة

تمهيد:

إن المراهقة فترة أو مرحلة جد حساسة من حياة البشر، وهذا باعتبارها مرحلة عبور من الطفولة إلى الرشد تسمح للفرد بالولوج عالم الكبار، ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح لسهل عليه مواصلة مشوار حياته بسهولة وبدون آثار جانبية قد تؤثر عليه وتحدث لديه عقد نفسية يصعب التخلص منها مستقبلاً، فمن خلال هذه الفترة - المراهقة - تحدث عدة تغيرات نفسية وعقلية واجتماعية وجسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة أو غير مباشرة. ومنه فقد حاولنا في هذا الجزء إعطاء فكرة عن هذه المرحلة الصعبة حتى يسهل لدينا فهم الفرد في هذه المرحلة والتعامل معه بصورة ايجابية، اذا تطرقنا إلى تعريف المراهقة وتحديد مراحلها ومظاهر النمو التي تتميز بها كما تناولنا أنواع وحاجات ومشكلات المراهقة، بالإضافة الى التحدث عن أهمية ممارسة الرياضة للمراهق.

3-1-1- تعريف المراهقة:

كلمة أصلها لاتيني وتعني الاقتراب المتدرج من النضج الجنسي الانفعالي.
 *أصلها العربي: رهب فلان: سفه وجهل وركب الشر والظلم وغشي المؤثم.
 والمراهقة هي فترة من بلوغ الحلم إلى الرشد.

3-1-1-3- التعريف التربوي:

هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فالبلوغ مرحلة تبدأ به المراهقة، ولا تنتهي عندها ولكن ينتهي بالبلوغ، فالبلوغ هو النمو الفيسيولوجي والجنسي للأعضاء والغدة التناسلية وهو أول القذف بالنسبة للذكر وأول طمث بالنسبة للأنثى وما يصاحبها من علامات للأنثى وبروز النهدين والشعر، وللذكر نمو الخصيتين والشعر أيضا.¹

3-1-2- التعريف الذي اتفق عليه العلماء:

المراهقة هي حالة من النمو تقع بين الطفولة والرجولة والأنوثة ولا يمكن تحديد فترة المراهقة بدقة، لأنها تعتمد على السرعة الضرورية في النمو الجسمي فهي متفاوتة، وبما أن عملية النمو السيكولوجي غامضة من غير السهل أن تقرر هذه المرحلة من حياة الإنسان حتى يصبح النظام الغددي ناميا بصورة كلية، مما لا ريب فيه أن هذا الاحتمال يجب أن ينتهي في بداية العشرينيات من العمر.

فالمراهقة تشمل الأفراد الذين هم بالعقد الثاني من الحياة، وتعد أول دراسة جاءت على يد الحافظ "1981".

3-1-3- يعرفها علماء النفس:

بأنها المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بدخول المراهقين مرحلة الرشد وفق المحاكات التي يحددها المجتمع. فالمراهقة لا تعني اكتمال النضج، لكن تعني الاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي بطريقة تدريجية.

أما البلوغ: فهو فترة تطويرية تتميز بسرعة نضج العظام والأعضاء والوظائف الجنسية التي تحدث بشكل رئيسي في مرحلة المراهقة المبكرة، وبطبيعة الحال ليس حدثا مفاجئا يحدث بمعزل عن العوامل الأخرى، فهو جزء من عملية تحدث بصورة تدريجية، وعلى أي حال يمكننا أن ندرك أن فردا قد انتقل إلى مرحلة البلوغ. ولكن الصعوبة تكمن في التحديد الدقيق للحظة التي يصل فيها الفرد إلى مرحلة البلوغ.²

¹ - ثائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة. - سيكولوجية النمو بين الطفولة والمراهقة، - ط1. - مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع: عمان، 2009، - ص 223 - 224.

² - صالح محمد علي أبو جادو. - علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة. - ط2، - دار المنيرة للنشر والتوزيع: عمان، 2007، - ص 408.

3-2-مدة المراهقة:

تمتد مرحلة الفترة في العقد الثاني من حياة الفرد، وبالتحديد من الثالثة عشر أو قبل ذلك بعام أو بعامين أي "11 سنة" و "21 سنة" ولهذا تعرف المراهقة بالفتوة، أحيانا باسم العشارية. ويعرف الفتيان بالعشرينين نسبة إلى الأرقام بين عشرة سنين وعشرين سنة.

3-3 مراحل المراهقة:

يلاحظ عموما عدم اتفاق الباحثين والعلماء المختصين بدراسة التطور الإنساني على فترة زمنية محددة لفترة المراهقة. كما أنهم لم يتفقوا على المراحل الفرعية التي تتضمنها هذه المرحلة.

3-3-1- مرحلة ما قبل المراهقة: قام "ويليام ونبوغ" نهاية مرحلة الطفولة تتحدد غالبا بفترة من النمو المتسارع في الجسم والتصرفات غريبة الأطوار والرغبة في البقاء مع مجموعة من نفس الجنس، وأول علامة نفسية تظهر في سن التاسعة إلى عشر سنوات وتنتهي المرحلة عندما يصل الذكر أو الأنثى إلى مرحلة النماة الجسدي مهتما فيها بالبقاء مع الجنس الآخر.

3-3-2- مرحلة المراهقة المبكرة: ويصل فيها المراهق لاستقرار نوعي من التغيرات البيولوجية وكذلك يستقل متخلصا من القيود المحيطة بذاته.

3-3-3- مرحلة المراهقة المتأخرة: مرحلة الاستقرار والتكيف مع المجتمع وضبط النفس للدخول في المجتمعات وتحديد الاتجاهات في السياسة والعمل.

وتذكر "لوزا بريك 1999" أن مرحلة المراهقة طويلة جدا وقد جاءت العادة بين الباحثين على تقسيمها إلى ثلاث مراحل فرعية هي:

- المراهقة المبكرة من 11/12 إلى 14 سنة: وهي فترة من التغيرات السريعة نحو البلوغ.
- المراهقة المتوسطة من 14 إلى 18 سنة: حيث تكون التغيرات ذات العلاقة بالبلوغ قد اكتملت تقريبا.
- المراهقة المتأخرة من 18 إلى 21 سنة: وعموما فإن هذا التقسيم ينسجم مع تسلسل المراحل في الكثير من دول العالم حيث تأتي بعد المدرسة الابتدائية التي يتم تكوين فئة الطفولة المتوسطة والمتأخرة ومرحلة المدرسة الثانوية، وأخيرا ينتقل الفرد إلى الدراسة في الكليات والجامعات.¹

3-4-أنواع المراهقة:

لقد قسم ميخائيل ميخاريوس المراهقة إلى أربع أنواع:

3-4-1- المراهقة المكيفة:

تنقسم هذه المرحلة بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع القرارات الانفعالية والسلبية وتتميز فيها علاقة المراهق مع الآخرين بالحسن والفتح.²

¹ - ثائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة. - مرجع سابق، 2009، - ص 225.

² - محمد مصطفى زيدان - دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، الطبعة الأولى - دار الشروق - جدة - 2002 - ص 155.

3-4-2- المراهقة الانسحابية:

تنقسم هذه المرحلة بالميل إلى العزلة والانطواء والتزدد والخجل والشعور بالنقص، وعدم التوافق الاجتماعي، وينصرف جانب كبير من تفكيره إلى نفسه، وحل مشاكله وإلى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية، كما يسرف في الاستغراق في أحلام اليقظة، وخيالات مرضية، يؤدي إلى محاولة مطابقة نفسه بأشخاص الروايات التي يقرأها.

3-4-3- المراهقة العدوانية:

يكون المراهق ثائراً متمرداً على السلطة الأبوية وسلطة المجتمع الخارجي كما يميل إلى تأكيد ذاته، ويظهر السلوك العدواني أما بصفة مباشرة أو غير مباشرة فيرفض كل شيء.

3-4-4- المراهقة المنحرفة:

تشكل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني، وتتميز بالانحلال الخلقى والانهيار النفسي، حيث يقوم المراهق بتصرفات ترزع المجتمع، ويدخلها في بعض الأحيان في عداد الجريمة أو المرض النفسي والعقلي.¹

3-5- مظاهر النمو في المراهقة:**3-5-1- الجانب الجسمي: قال تعالى: "ثم لتبلغوا أشدكم"**

وهو في مظهرين أساسيين:

3-5-2- النمو الفسيولوجي: ونقصد به الأجهزة الداخلية الغير الظاهرة التي يتعرض لها المراهق في البلوغ وما بعده ويشمل بوجه خاص الغدد الجنسية.

3-5-3- النمو العضوي: ويشمل نمو الأبعاد الخارجية للمراهق (الطول، الوزن، العرض).

*مرحلة المراهقة هي مرحلة نمو جسمي وطفرة لا يفوقها في النمو إلا مرحلة ما قبل الولادة ويتميز النمو الجسمي بعدم الانتظام.

*يزداد الطول ويتسع المنكبين وطول الجذع والذراعين والساقين ويتأخر نمو الأطراف السفلية عن العلوية، يزداد الوزن لزيادة نمو العضلات والعظام وزيادة الشحم عند الفتيات.

*يتغير شكل الوجه في كل جزء (داخلي، خارجي) فيبدو غير متناسق في المراهقة المبكرة والوسطى وينمو الشعر في أجزاء محددة بصورة واضحة.

***الفروق بين الجنسين في النمو الجسمي لمراهق: قال تعالى: "في أي صورة ما شاء ركبك".**

أ/ الذكور: أقوى جسمياً وعضلاتهم تنمو بسرعة وازدياد في الطول وتمايز في اتساع الكتفين واهتمام بالمظهر الجسمي وصوت خشن.

ب/ الإناث: تتركب الشحم في مناطق معينة كالصدر والردفين وازدياد في الطول والوزن أسرع وقتاً وأقل كما من الذكور، نمو عظام الحوض مميزة لنمو الإناث.

*تهتم الإناث بالوزن والطول وتناسق الوجه وصفات البشرة.¹

¹ - محمد التومي الشيباني - الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، الطبعة الثانية، دار الثقافة، مصر - ص 142.

3-5-4-النمو الحركي: هو نمو تابع للجانب الجسمي في بداية فترة المراهقة حيث تؤدي إلى نمو سريع يتبعه عدم توازن حركي مما يجعل المراهق كسولا وساكنا ويؤدي عدم توافق بالحركات فتسقط من يده الأشياء ويرتطم بما يواجهه من أثاث.

3-5-5-النمو المعرفي في المراهقة:

***خصائص التفكير لدى المراهق:** لا يوجد حد فاصل بين النمو العقلي للفرد وبمرحلة الطفولة ومرحلة المراهقة وبالنمو العقلي بمرحلة المراهق هو امتداد للمرحلة السابقة، وعملية الفصل والتحديد هو لغرض الدراسة فقط، وبطبيعة الحال فإننا لا نستطيع أن نفصل النمو العقلي عن سائر جوانب النمو الأخرى، على اعتبار أن كل منهما يؤثر ويتأثر بالجانب الآخر.

- فعمل أبرز ما يميز تفكير المراهق بهذه المرحلة هو وصوله إلى مرحلة التفكير الشكلي (العمليات المجردة) أي قدرة الفرد على التعامل مع الرموز والمفاهيم غير المحسوسة ولعل أهم ما يطرأ على سلوك المراهق العقلي من تغيير هو تحرره من التمرکز حول الذات ولذا يكتسب المراهق نتيجة لذلك المرونة والحركة والحرية بالتفكير.

3-5-6-النمو العقلي في المراهقة:

-تصبح القدرات العقلية أكثر تعبير ودقة من ذي قبل، وتبدأ قدرات المراهق بالتمايز حيث تزداد القدرة على التحصيل واكتساب المهارات والمعلومات وما يميز التعليم بهذه الفترة بأنه يبني على أساس منطقته على عكس المرحلة السابقة التي كان التعليم فيها يتم بشكل آلي، وكذلك تنضج قدرة المراهق على نقد ما يقرأ، وتزداد قدرته على الانتباه لفترات أطول مما يمكنه من استيعاب مشكلات كبيرة وهو كذلك يصبح قادرا على التعامل مع مفاهيم اجتماعية مثل الخير والفضيلة والعدالة الديمقراطية والحرية ... الخ.

وتظهر ما يسمى بالقدرات الخاصة، ويصل ذكاء المراهق في نهاية هذه الفترة إلى أعلى قمم النضج، وكذلك يستطيع المراهق أن يطور مفاهيم المواطنة الصالحة والمفاهيم الأخلاقية المختلفة ويكون قد بدأ بوضع تصور عن المهنة المستقبلية.

3-6-جوانب النمو المعرفي لدى المراهق:

3-6-1-الإدراك: للمراهق إدراك يمتد من الأشياء الملموسة إلى آثار هذا الشيء الملموس وجوانب الزيادة والنقصان للأثر التابع له.

3-6-2-التذكر: له أيضا أوجه مختلفة عن الطفولة، فالمراهق تنمو قدراته على الاستدعاء والحفظ ويبلغ تذكر المراهق قمته في السنة الخامسة عشر ويتأثر المراهق بدرجة ميل المراهق لهذا الموضوع.

3-6-3-التفكير: يتميز تفكير المراهق في مرحلته الأولى يحل المشاكل بالصيغة الاستقرائية (من الأجزاء إلى القاعدة) ثم ينتقل في وسط المراهقة إلى الصيغة الاستنباطية (من القاعدة إلى الأجزاء) وينتهي في مرحلة المراهقة بالصيغتين معا، فأى طريقة تحل له المشكلة يأخذ بها:

يتميز ويتأثر المراهق في عمقه وارتفاع مستواه إلى البيئة المحيطة بالمراهق فيبدأ بالتعميم الرمزي لمستويات مثل الفضيلة والعدالة.¹

3-6-4-التخيل: هو ابن التفكير ويزداد ارتباطهما "التفكير والتخيل" كلما اقترب المراهق من الرشد.

والفروق بين تخيل الأطفال وتخيل المراهقين، إن تخيل المراهق فيه وصف للمشاعر والانفعالات وزيادة التفكير بالجو العاطفي، وتخيل فني جمالي للإرشاد "وخيال الفتاة المراهقة يفوق خيال الشاب المراهق".

3-6-5-الميل: يميل المراهق لمواضيع توازي خياله ميلا مهنيا والأصدقاء، وطريقة الحياة الخاصة أنها ميول فكرية، وأسلوب الكلام له ميل إدراكي للموضوع (وقد يختلف الميل مع الزمن).²

3-7-3-حاجات ومتطلبات المرحلة المراهقة:

وتتمثل أهم حاجات هذه المرحلة فيما يلي:

3-7-1-الحاجة إلى الأمن:

تتضمن الحاجة إلى الأمن الجسدي والصحة الجسمية والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.

3-7-2-الحاجة إلى حب القبول:

تتضمن الحاجة إلى التقبل الاجتماعي والحاجة إلى أصدقاء، والحاجة إلى الشعبية، الحاجة إلى الشعور بالانتماء إلى الجماعة ووحدة الهدف، والتجانس في الخبرات والألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين الأفراد ومعرفة الأدوار في الجماعة وتحديدها، كل هذا يؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق إلى المراهقين إلى أقصى حد.³

3-7-3-الحاجة إلى مكانة الذات :

تتضمن الحاجة إلى الانتماء الرفاق، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية، الحاجة إلى تحقيق الذات، لذلك فهو يريد أن يمدح دوماً ويشجع لأجل الشعور بقدراته على تحقيق الأعمال وإنجاز المشاريع، وكذلك إلى الشعور بالعدالة في المعاملة والاعتراف مع الآخرين، وكذلك التقبل والحاجة إلى النجاح الاجتماعي والامتلاك والقيادة.⁴

¹ثائر احمد عياري، خالد محمد أبو شعيرة، مرجع سابق، ص 235.

²ثائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة. - مرجع سابق، ص 233 - 238.

³عماد الدين الإسلامي. - "النمو في مرحلة المراهقة"، ط1، دار القلم، الكويت، 1982، ص 64.

⁴حامد عبد السلام زهران، "مرجع سبق ذكره"، ص 401.

3-8-مشاكل المراهقة:

يعاني المراهق الكثير من المشاكل والتي تنتج عن خصائص ومميزات هذه وفيما يلي سرد لأهم المشكلات التي تتأثر بتفكير المراهق.

1- مشكلات خاصة بالشخصية: أبرزها الشعور بمركب النقص وعدم القدرة على تحمل المسؤولية وكذا نقص الثقة بالنفس والشعور بكراهية للآخرين له، وأحلام اليقظة وكثرة المحاولة.

2- مشكلات تتصل بالصحة والنمو: أبرزها الأرق، الشعور بالتعب وعدم الاستقرار النفسي وعدم تناسق أعضاء الجسم وقبح المظهر.

3- مشكلات تتصل بالمكانة الاجتماعية: القلق الخاص بالمظهر الخارجي والشعور بعدم محبة الآخرين له والخوف من الانطلاق في الحياة الاجتماعية خشية الوقوع في الأخطاء، وكذا صعوبة تكوين الأصدقاء.

4- المشكلات الجنسية: النشاط الجنسي الذاتي المفرط ومن أهم تصرفات المراهق التسكع في الطرقات والتلفظ بالعبارات الساقطة والاستسلام بسهولة للإغراءات.

5- مشكلات المراهق داخل أسرته:

- عدم توفر مكان خاص بها في المنزل.

- وجود حواجز بينه وبين والديه تجعله يحتفظ بمشكلاته الشخصية والنفسية لذاته.

- إلزامه بالتواجد في البيت في ساعة محددة.

- خلافات الوالدين فيما بينهما وكذا تدخلهما في اختيار الأصدقاء.

- الشعور بالحرمان من أشياء كثيرة وعدم وصله على أشياء خاصة به.

6- مشكلات تعود وترجع إلى المدرسة:

- ضعف التركيز عند التفكير وعدم القدرة على تخطيط وتنظيم الوقت.

- نقص الرغبة في برنامج التربية البدنية والرياضية نتيجة الخجل.

- شك المراهق بقدراته، وهذا راجع لعدم توفر النصائح والتوجيهات لأحسن الأساليب الدراسية.

7- مشكلات تمس المعايير الأخلاقية:

- الحاجة للإرشاد والتوجيه بشأن ما عليه من تقاليد ينبغي الحفاظ عليها.

- الاضطراب الناشئ عن عدم التميز بين الخير والشر.

- الخلط بين الحق والباطل وعدم إدراك مغزى الحياة.

- القلق بمسائل التسامح والإصلاح.¹

¹حامد عبد السلام زهران: 'علم النفس الطفولة والمراهقة، ط2، عالم المكتبات: القاهرة، 2008، ص 263.

3-9- المراهقة وممارسة النشاط البدني الرياضي:

من الطبيعي أن التربية البدنية والرياضية تساعد المراهق على التعرف عن قدراته البدنية والعقلية ويكتشف من خلالها عن مواهبه، كما أن ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربية لها تأثير إيجابي على سلوك التلميذ في مرحلة المراهقة من حيث:

- اكتساب القيم الأخلاقية.
 - الروح الرياضية.
 - الالتزام بتطبيق واحترام القوانين والقواعد.
 - تحمل المسؤولية.
 - التنافس بطريقة شريفة.
- لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربية تؤكد إظهار الجوانب الإيجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية.¹
- تشير النتائج والبحوث المعنية بدراسة دوافع المشاركة أو الانسحاب من النشاطات البدنية والرياضية، وخاصة للأطفال والمراهقين، أن تلك الدوافع تتميز بالتعدد والتنوع، ومن الأمثلة عن الدوافع التي عبروا عنها المشاركة في الرياضة، ما يلي:
- الرغبة في الاستمتاع.
 - المشاركة واكتساب الأصدقاء.
 - تحسين وتطوير مهاراتهم، والارتقاء والنقد بمستوى اللياقة البدنية.
 - تحقيق خبرات النجاح والتفوق.
- وقد استطاع كل من "ويس" و "بيتلشكوف" 1989 تصنيف أسباب مشاركة النشء في الرياضة إلى فئات أربع هي:
- الكفاية.
 - الانتماء.
 - اللياقة.
 - الاستماع.²

¹ - أسامة كامل: "راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة"، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي: القاهرة 1999، ص 127.

² - بوري ودمان: "التدريب الرياضي علم وفن" ترجمة عصام بدوي وكامل راتب، - دار الفكر العربي: القاهرة، 2004، - ص 100.

3-10- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق:

يعتبر علماء النفس اللعب أحد العوامل المساعدة على تحقيق من ضغوطات الحياة اليومية، والتي تنطبق فيها المشاعر النفسية والطاقة الغريزية فيما يخص ما يقوم به الفرد من نشاط حر، كما يعتبر اللعب أسلوباً هاماً لدراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية، ويؤدي اللعب التي التنفيس عن الطاقة الزائدة، كما يساعد على تدريب المهارات التي تساعد المراهق على التأقلم والتكيف في حياته ومجتمعه.

ففي الفريق يتعود المراهق على تقبل الهزيمة بروح من ناحية والكسب بدون غرور من ناحية أخرى وكيفية تقبل مرافق التنافس لتلك المنافسة التي لا بد له أن يقابلها في الحياة، إذن واللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائياً دون أن يكون له هدف مادي معين، وهو أحد الأساليب الطبيعية التي يعبر الفرد من خلالها على نفسه.

أن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هب المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي، فهي متنوعة وتمنح الفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الإحباطات التي يعانها المراهق، كما تساعد على التحكم في المشاكل كالقلق والإحباطات والعنف، والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي تكون معانيتها باختلاف الفرد وشخصيته.¹

¹ - م. ميخائيل: "رعاية المراهقين" دار الغرب للطباعة، عمان 1991، ص 147.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف المراهقة وتحديد زمنيها، والتعريف بأنواعها، والخصائص التي تتميز بها هذه المرحلة والاحتياجات السامية للمراهق، كما تم التطرق إلى المشاكل النفسية الجسدية والاجتماعية إلى يعاني منها المراهق، والتي يمكن أن تؤدي به إلى سلك طريق الانحراف والعزلة، كما تطرقنا إلى تبيان الأهمية النفسية والجسدية والاجتماعية للنشاط البدني عند المراهق ودورها في التخفيف من المشاكل التي يعاني منها في هذه المرحلة كنتيجة لممارسة للتربية البدنية والرياضية.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:
الدراسات المرتبطة بالبحث

تمهيد:

تعتبر الدراسات السابقة والمشابهة هي نقطة بداية لكل باحث، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيد لبحوث قادمة، لذلك يجب القيام أولاً بتصفح أهم ما جاء في الكتب ومختلف المصادر والإطلاع على الدراسات السابقة، إذ يعد ذلك عامل مساعد للبحث وهذا لمعرفة ما وفره الباحثون من آراء ونظريات ومعارف ومعلومات تساهم في توفير قاعدة للباحثين للانطلاق في إعداد بحثهم، حيث تكمن أهمية هذه الدراسات في معالجة مشكلة البحث ومعرفة الأبعاد التي تحيط به مع الاستفادة منها في توجيهه، تخطيطه، ضبط المتغيرات، وكذا في مناقشة نتائج البحث بأسلوب موضوعي وعلمي.

انطلاقاً من هذا المبدأ يتضح أنه من المنطقي استعراض أهم الدراسات السابقة والبحوث المشابهة ذات العلاقة بموضوع البحث، وذلك بهدف الاسترشاد بها من أجل التحديد والضبط السليم للإشكالية وكذا صياغة الفرضيات المناسبة لهذه الدراسة، والتعرف على المناهج المستخدمة من الدراسة، وكذا كيفية اختيار العينة والأدوات المستخدمة، إضافة إلى أهم النتائج التي تم التوصل إليها، إذ يشير **تركي رابح** في ذات السياق "أنه كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه".¹

¹ رابح تركي: "مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس"، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1999، ص123.

4-1/الدراسات المرتبطة بالبحث:

4-1.1/الدراسات السابقة:

4-1.1.1/دراسة ميرفت وائل حسن سوالمة(2017).

بعنوان: أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طلاب تخصص التربية الرياضية.

مستوى الدراسة: مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية بكلية الدراسات العليا.

المنهج المستخدم: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بطريقة المجموعات المتكافئة بالتصميم ذو القياس القبلي و البعدي لثلاثة مجموعات، وذلك لملائمته وطبيعة الدراسة.

عينة الدراسة: تمت الدراسة على عينة قوامها (60) طالب بكلية التربية الرياضية، والتي تراوحت أعمارهم بين (22.18) سنة تم توزيعهم على ثلاثة مجموعات تجريبية، تكونت كل مجموعة من (20) طالبا للأسلوب التبادلي - (20) طالبا للأسلوب التعاوني - (20) طالبا للأسلوب الأمري. تم اختيارهم بطريقة قصدية.

وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- أن استخدام أسلوب التعليم التبادلي والتعاوني في تعليم بعض المهارات الأساسية المختلفة وخاصة في الألعاب الجماعية ولعبة كرة الطائرة بشكل أدق لهما الأثر الكبير لتعلم الطلاب المهارات الأساسية و خصوصا التبادلي.

- أن أسلوب التعلم الأمري له الأثر الأقل في تحسين تعلم المهارات الأساسية، لكنه كان له التأثير الواضح على تحسين تعلم المهارة من قبل الطلاب، مما يدل على أن هناك مهارات تحتاج إلى استخدام هذا الأسلوب إذ يعتمد ذلك على درجة صعوبة المهارة.

- أن البرنامج التعليمي المقترح كان له الأثر الواضح والإيجابي ذو الدلالة الإحصائية على تحسين الأداء المهاري.

4-2.1.1/دراسة نور الدين مراد. خليل يوسف. عبد الكريم بوجلال(2010).

بعنوان: أساليب تدريس النشاط الرياضي التربوي ومدى إنعكاسها على التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

مستوى الدراسة: مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي لأنه الأنسب لهذا الموضوع.

عينة الدراسة: تمت الدراسة على عينة مكونة من (20) أستاذ في التربية البدنية والرياضية بمختلف ثانويات ولاية بسكرة، تم اختيارهم بطرق عشوائية.

وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- أسلوب التدريس بالأمر يؤثر على التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- أسلوب التدريس بالمهام يؤثر على التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- الأسلوب التدريبي يؤثر على التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- الأسلوب التبادلي يؤثر على التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

4-1.2/الدراسات المتشابهة:

4-1.2.1/دراسة بن الذيب الدين(2016).

بعنوان: بعض أساليب التدريس وانعكاسها على الرضا الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية. من وجهة نظر الأساتذة.

مستوى الدراسة: مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
أهداف الدراسة:

-التعرف على انعكاس الأسلوب الأمري على الرضا الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-التعرف على مدى انعكاس الأسلوب التدريبي على الرضا الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-التعرف على مدى انعكاس الأسلوب التفكيرى المتشعب على الرضا الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي لأنه الأنسب لهذا الموضوع.

عينة الدراسة: تمت الدراسة على عينة مكونة من (40) أستاذ في التربية البدنية والرياضية بمختلف ثانويات ولاية برج بوعرييج، تم اختيارهم بطرق عشوائية.

وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

-العمل بالأسلوب الأمري ينعكس سلبا على الرضا الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-العمل بالأسلوب التدريبي ينعكس إيجابا على الرضا الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-العمل بالأسلوب التفكيرى المتشعب ينعكس إيجابا على الرضا الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

4-2.2.1/دراسة نصير بولرياح وغريب نجيب(2014)

بعنوان: واقع استخدام طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

مستوى الدراسة: مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

المنهج المستخدم: اعتمد الباحثان في دراستهما على المنهج الوصفي، وذلك لملائمته وطبيعة الدراسة.

عينة الدراسة: تمت الدراسة على عينة مكونة من (30) أستاذ التربية البدنية والرياضية بمختلف ثانويات ولاية ورقلة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

وقد توصل الباحثان إلى النتائج التالية:

-هناك درجة قوية من استخدام الأبعاد النظرية أثناء بناء الحصة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية.

-هناك درجة قوية بالنسبة للأبعاد التطبيقية أثناء بناء الحصة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية.

-هناك علاقة ذات دلالة إحصائية تؤكد أن الأبعاد النظرية لها علاقة إرتباطية قوية بالأبعاد التطبيقية.

-هناك صعوبات متنوعة تحد من استخدام طرق التدريس، منها صعوبات تخص الأستاذ وأخرى خارج نطاق الأستاذ من وجهة نظر الأساتذة.

4-3.1/التعليق على الدراسات:

يهدف الباحثان من عرض الدراسات السابقة إلى التعرف على الجوانب النظرية والإجراءات العملية لكل دراسة وذلك بهدف الحصول على دعم المعلومات من هذه الدراسات والتي بدورها تساعد الباحث في تحديد الإجراءات العملية للدراسة الحالية على أسس علمية سليمة.

من خلال ما قام به الباحثان من عرض وتحليل للدراسات السابقة تمكن من استخلاص أهم النقاط المشتركة التي تجمع الدراسات:

- من حيث المنهج المتبع: اتفقت جل الدراسات السابقة على استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الموضوع .
 - من حيث العينة وكيفية اختيارها: جل الدراسات استعانت بالطريقة العشوائية البسيطة في اختيار عينة البحث.
 - أما من حيث الأهداف: فقد تنوعت أهداف هذه الدراسات كل حسب نوع الدراسة، فمنهم من تناول التعرف على أرو الأسلوب الأمرى والتبادلى، وكذا الأسلوب التدرىبى والتعاونى بالإضافة إلى أسلوب التفكير المتشعب.
 - اتفقت نتائج جل الدراسات السابقة الذكر على أهمية التنوع واستخدام أساليب التدريس الحديثة فى التعلم الحركى.
- وعلى ضوء تعليق الباحثان على هذه الدراسات تم الاستفادة منها فيما يلى:

- الوصول إلى الصياغة النهائية لإشكالية البحث.
- شكلت إطارا نظريا لموضوع الدراسة الحالية.
- تحديد المنهج المناسب باستخدام المنهج الوصفى.
- كيفية اختيار العينة.
- الاستفادة من طريقة عرض البيانات وتحليلها وتفسيرها تفسيراً علمياً.
- الاسترشاد بنتائج هذه الدراسة على ضوء نتائج الدراسات السابقة.

خلاصة:

إن للدراسات السابقة والمثابفة أهمية كبيرة بالنسبة للباحث، لما لها من معلومات ومرتكزات يعتمد عليها في بناء البحث وتركيبه تركيباً منهجياً ومعرفياً بشكل مقبول سواء من ناحية الإطار أو الرصيد، ولأهمية هذه الدراسات قام الباحث باستعراض جملة من الدراسات في ميدان التربية البدنية والرياضية بغرض تحديد وضبط بعض المتغيرات الرئيسية في ميدان بحثه، فمن خلال الدراسات السابقة الذكر والتي شملت النشاط الرياضي التربوي-أستاذ ودرس وأساليب تدريس التربية البدنية والرياضية-التعلم الحركي-والتي اتفقت بالإجماع على أهم النقاط المشتركة حاولنا من خلالها تسليط الضوء على النقاط التي تخدم دراسة بحثنا وتدعمها للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية مبرزين في ذلك بعض نقاط التشابه والاختلاف بين الدراسات، كما حرصنا على أن تكون تكملة زاوية أخرى علمية وعملية.

الفصل الخامس:
منهجية البحث وإجراءاته
الميدانية

تمهيد:

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق، وتكمن البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها.

فالبحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها وأنواعها تحتاج بالضرورة إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث، وبالتالي تقديم وتزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة وهامة، وطبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها، وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة والوضوح في عملية تنظيم وإعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية، وبالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي مفادها التقليل من الأخطاء واستغلال أكثر للوقت والجهد.

بعد انتهائنا من الجانب النظري للبحث، سننتقل في هذا الفصل إلى الإحاطة بالموضوع من الجانب التطبيقي والقيام بدراسة ميدانية تهدف إلى تحقيق الأهداف المسطرة من قبل، فيما تتأكد صحة الفرضيات، حيث سنحاول أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة، والمنهج العلمي المتبع حسب متطلبات الدراسة وتصنيفها، كل هذا من أجل الحصول على نتائج علمية مشبعة بإسناد علمي يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى وكما هو معروف فإن الذي يميز أي باحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا لا يحقق إلا إذا اتبع القائم بالدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

5-1/ الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في القاء نظرة إستشرافية عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، فهي بمثابة القاعدة الأساسية التي تبنى عليها التصورات الأولية، والغرض منها هو تبيين مشكلة البحث وكذلك في الوقوف على الواقع الميداني في المؤسسات التربوية، فالبحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا ما هي أبعادها وجوانبها... الخ¹ إذ لا يخفى على أي باحث أن ضبط سؤال الاشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة، أما أدوات البحث المناسبة فهي أساس إنجاز الجانب الميداني الذي يعطي مصداقية للإشكالية، وعليه قام الباحث بخطوات تمهيدية والتي كان الغرض منها إعداد أرضية جيدة للعمل وهذه الخطوات يمكن حصرها فيما يلي:

-الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تعترض الباحث خلال الدراسة الأساسية.

-إلقاء نظرة حول واقع سير العملية التربوية، ومعرفة الأسس التي تبنى عليها الوحدات التعليمية.

-إعداد الوثائق الإدارية من أجل إضفاء الصيغة القانونية لإجراء هذه الدراسة.

5-2/ الدراسة الأساسية:

5-2-1/ المنهج المتبع:

أولا/ تعريف المنهج العلمي:

يعتبر المنهج العلمي الوسيلة والسند الذي لا يمكن الاستغناء عنه في أي بحث علمي أو عمل ميداني في مختلف العلوم والمجالات فهو عبارة عن "مجموعة القواعد والعمليات الخاصة التي تتيح الحصول على المعرفة السليمة في طريق البحث عن الحقيقة كعلم من العلوم"²

ثانيا/ تعريف المنهج الوصفي:

نظرا لطبيعة موضوع البحث وسعيا من جماعة البحث إلى إيجاد حل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة فقد اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي كمنهج مناسب وملائم لموضوع الدراسة الذي يعرف على أنه "أحد أشكال التحليل والتعبير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كليا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة"³. وهو المنهج الذي يسعى إلى "دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع"⁴.

¹ناصر ثابت: "أضواء على الدراسة الميدانية"، مكتبة الفتح، ط1، 1984، ص74.

²محمد عوض بيسوني، فيصل ياسين الشاطي: "نظريات و طرق التربية البدنية"، ديوان المطبوعات الجامعية، 1992، ص206.

³سامي محمد ملحم: "مناهج البحث في التربية و علم النفس"، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، ط4، 2007، ص370.

⁴حسن عبد الحميد رشوان: "في مناهج العلوم"، مؤسسة شباب الجامعة، بدون طبعة، 2003، ص66.

5-2-2/متغيرات البحث:

تم ضبط متغيرات البحث على النحو التالي:

أولا/المتغير المستقل:التعلم الحركي.

ثانيا/المتغير التابع:المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

5-2-3/مجتمع البحث:

إن موضوع الدراسة متعلق بأساليب النشاط الرياضي التربوي وانعكاسها على التعلم الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي،وبالتالي فإن مجتمع البحث يمثل جميع أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي في ولاية البويرة، والذي يبلغ 119 أستاذ،حسب المعلومات المتحصل عليها من مصلحة الموظفين التابعة لولاية البويرة موزعين على 57 ثانوية.

5-2-4/عينة البحث وكيفية اختيارها:

يعتبر اختيار العينة الممثلة للمجتمع المبحوث من أصعب الأمور التي تواجه الباحثين والدارسين،حيث يمكن تعريف العينة على أنها"المجموعة الجزئية التي يقوم الباحث بتطبيق دراسته عليها وهي تكون ممثلة لخصائص مجتمع الدراسة الكلي،إذن هذه العينة تتوزع فيها خصائص المجتمع بنفس النسب الواردة في المجتمع".¹ وهي أيضا النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني،فبعد الدراسة الاستطلاعية وبعد تحديد مجتمع الدراسة،ونظرا لطبيعة البحث والمنهج المستخدم فيه تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة. وقد اقتصرت العينة على أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى بعض الثانويات بولاية البويرة، نظرا لسهولة الاتصال بالأساتذة وضيق الوقت،بالإضافة إلى التأخر في عملية توزيع الاستمارة،إذ تزامنت هذه العملية مع تفرغ الأساتذة لإجراء الامتحانات التقييمية بالنسبة لشهادة البكالوريا،وهذا ما أدى إلى اختيار عينة تتضمن 12 أستاذ في التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لإجراء الدراسة.

| النسبة | عدد الأساتذة | |
|--------|--------------|-------------------------------|
| 10 | 12 | عينة الدراسة |
| 100 | 119 | عدد الاساتذة في ولاية البويرة |

-جدول رقم (01):يمثل حجم العينة المختارة بالنسبة لمجتمع البحث.

5-2-5/مجالات البحث:

أولا/المجال البشري:أجريت الدراسة الميدانية على أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى بعض الثانويات بولاية البويرة،وقد قدر عددهم ب 12 أستاذ.

¹سلاطينة بلفاسم ،حسان الجيلالي:"أسس البحث العلمي"،ديوان المطبوعات الجامعية،بدون طبعة،الجزائر،2007،ص 128.

ثانيا/المجال الزمني:لقد بدأت الدراسة الجدية بعد تلقي الموافقة النهائية على مشروع البحث من اللجنة المقررة لدراسة مشاريع البحوث على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية،وهذا في شهر جانفي 2019 وقد امتدت الدراسة فيها في جانبين:

-الجانب النظري والذي امتد من شهر فيفري إلى غاية منتصف شهر أفريل .
-الجانب التطبيقي من الدراسة فقد كان في الفترة الزمنية الممتدة من منتصف شهر أفريل إلى غاية النصف الثاني من شهر ماي.

ثالثا/المجال المكاني:أجريت الدراسة الميدانية على أفراد العينة المختارة من أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى بعض الثانويات بولاية البويرة.

5-2-6/أدوات البحث:

من الأمور المهمة التي تساعد الباحث في إنجاز وإتمام التجربة هي تهيئة وتنظيم وترتيب الأدوات المستخدمة وتنسيقها حتى يتسنى استغلالها بأحسن صورة لأداء العمل بكفاءة ودقة وبأقل مجهود وفي أقصر وقت. لقد استخدم الباحث لأجل إنجاز بحثه عن النحو الأفضل وتحقيقاً لأهدافه المنشودة مجموعة من الأدوات التالية:

المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

قصد الاحاطة الكلية والإلمام النظري بموضوع البحث قمنا بالاعتماد على كل ما يتوفر لدينا من مصادر ومراجع باللغتين العربية والأجنبية زيادة على المجلات والملتقيات والمنشورات العلمية،فضلا عن شبكة الانترنت،كما تم الاستعانة والاعتماد على الدراسات السابقة والمرتبطة التي يدور محتواها حول موضوع البحث،وذلك بهدف التوجه إلى الميدان لإجراء الدراسة الميدانية والباحث على علم ودراية بمختلف المتغيرات التي تحيط بموضوع بحثه.

الاستبيان:

في بحثنا هذا قمنا باستخدام طريقة الاستبيان باعتباره الأمثل وأنجح الطرق للتحقق من الاشكالية التي قمنا بطرحها،كما أنه يسهل لنا عملية جمع المعلومات المراد الحصول عليها انطلاقا من الفرضيات. ويعرف على أنه:أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة،ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية. حيث تم إعداد أسئلة الاستمارة التي حاولنا أن تكون شاملة لجميع ما جاء في الجزء النظري،وضم الاستبيان قائمة مكونة من (15) سؤال وقد راعينا عند صياغة الأسئلة ما يلي:

-صياغة الأسئلة بطريقة واضحة وسهلة.

-ربط الأسئلة بالأهداف والمحاور المراد الحصول عليها.

-احتواء هذه الاستمارة على أسئلة مغلقة يجيب عليها أفراد العينة بنعم أو لا وأسئلة مفتوحة لاقتراح الحلول المناسبة.

ويتجلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تنثري البحث.

وكون الاستبيان تقنية شائعة الاستعمال، ووسيلة علمية لجمع البيانات والمعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي والأسئلة هي استجابة للمحاور وبالتالي استجابة للفرضيات، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات.

5-2-7/ الأسس العلمية للأداة (سيكومترية الأداة):

أولاً/ الموضوعية:

من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كآرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو تعصبه فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون.¹

ثانياً/ الصدق:

إن المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الإختبار بالفعل للظاهرة التي وضع لقياسها.

ويعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي مقياس أو اختبار حيث أنه من شروط تحديد صلاحية الاختبار.²

ويعني كذلك صدق الاستبيان التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه.³

كما يذكر "الطريبي" أن أداة القياس صادقة بالدرجة التي تكون الاستنتاجات المبنية عليها مناسبة وذات دلالة وفائدة، وهذا يعني أننا نقصد صدق تفسير الدرجة لمستوى الخاصية أو السمة أو القدرة المراد قياسها، فالصدق إذا تعلق بمدى فائدة أداة القياس في اتخاذ قرارات تتعلق بغرض أو أغراض معينة ولهذا فهو يعتبر من أهم الخصائص المقاييس الجيد على الإطلاق.⁴

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له.

صدق المحكمين: عرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة والدكاترة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية-جامعة البويرة-تم الخروج ببعض الملاحظات والتعديلات حول مدى وضوح فقرات الاستبيان وكفايتها ومناسبتها للمحاور المقترحة، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها السادة المحكمون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين، حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر، وكذلك إعادة ترتيبها وفق آراء المحكمين دائماً.

-الدكتور منصورى نبيل.-الدكتور زريفى سليم.-الدكتور ساسى عبد العزيز

5-2-8/ الوسائل الإحصائية:

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علمياً استخدمنا الطريقة الإحصائية لبحثنا، وهذا لكون الإحصاء الوسيلة والأداة الحقيقية التي تعالج بها النتائج على أساس فعلي، يستند عليها في البحث والاستقصاء.

وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي:

¹ محمد هاشم فالوقي: "مدخل الى علم النفس العام"، دار الثقافة للنشر و التوزيع، ط1، عمان، 2004، ص133.

² محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب: "البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي للطبع و النشر، القاهرة، 1999، ص224.

³ فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة: "أسس البحث العلمي"، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، 2002، ص167.

⁴ سعيد حسن آل عبد الفتاح: طمدى اختلاق الخصائص السيكمترية لأداة القياس في ضوء تغاير عدد بدائل الاستجابة و المرحلة الدراسية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة أم القرى، السعودية، 2003، ص13.

النسب المئوية:

بما أن البحث كان مقتصرًا على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجدنا أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المتحصل عليها، هي استخدام النسب المئوية.

طريقة حسابها:

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

ع ← 100

ت ← س

$$\boxed{\text{س} = \text{ت} \times 100 / \text{ع}}$$

ع: عدد العينة.

ت: عدد التكرارات.

س: النسبة المئوية.¹

¹فريد كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب: "مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي"، دار المسيرة، الأردن، 2006، ص 213.

خلاصة :

لقد شمل هذا الفصل الاجراءات الميدانية، فكان الاستطلاع تمهيدا للعمل الميداني حيث أن هذه الاجراءات تعتبر أسلوب منهجي في أي بحث علمي و إن نجاح أي بحث مهما بلغ درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءاته الميدانية لأن جوهر الدراسة مكنون في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية.

وعليه فقد حاول الباحثان من خلال هذا الفصل وضع خطة محددة الأهداف والغايات في هذا الاتجاه وذلك بتحديد النقاط التي يمكن أن تساعدنا في ضبط المتغيرات وحدود البحث انطلاقا من الدراسة الاستطلاعية إلى تحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث ويخدم مشكلة البحث الرئيسية، كما تم تحديد عينة البحث تماشيا مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية والعملية، واختيار الأدوات اللازمة لذلك وتحديد طرق القياس المستخدمة وضبط المتغيرات التي من شأنها إعاقة السير الحسن لتجربة البحث الرئيسية، واختيار الطرق والوسائل الإحصائية الملائمة التي تساعدنا في عملية عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

الفصل السادس:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها، لكن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية، وإنما يجب أن نقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية تعود بالفائدة على البحث بصفة عامة.

في هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها على ضوء الإطار النظري للدراسات السابقة والمرتبطة بالبحث، حيث سنحاول إعطاء بعض التفسير لإزالة الإشكال المطروح خلال الدراسة، والتي يجب الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منضمة تمكن من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك، وحتى لا نقع في أي التباس أثناء تقديم هذه الشروح، فلقد حرص الباحث على أن تتم العملية بطريقة علمية منظمة.

سنقوم بعرض النتائج المسجلة ومعالجتها معالجة إحصائية وكذا تقديم تحليل مفصل لهذه النتائج وبالتالي الهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ مقاصدها.

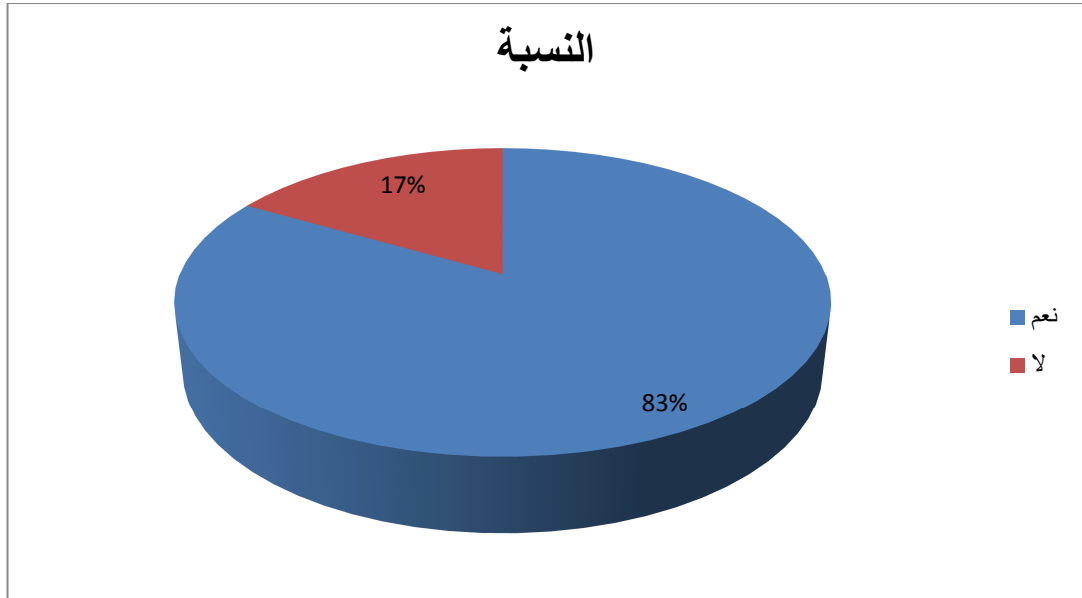
6-1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

المحور الأول: استخدام أستاذ التربية البدنية والرياضية لأساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال رقم (1): هل استخدامك للتعلم الحركي مع التلاميذ يكسبهم مهارات حركية جديدة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 83 % | 10 | نعم |
| 17 % | 2 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (2): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (1)



شكل رقم (2): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (2)

تحليل ومناقشة الجدول رقم (2):

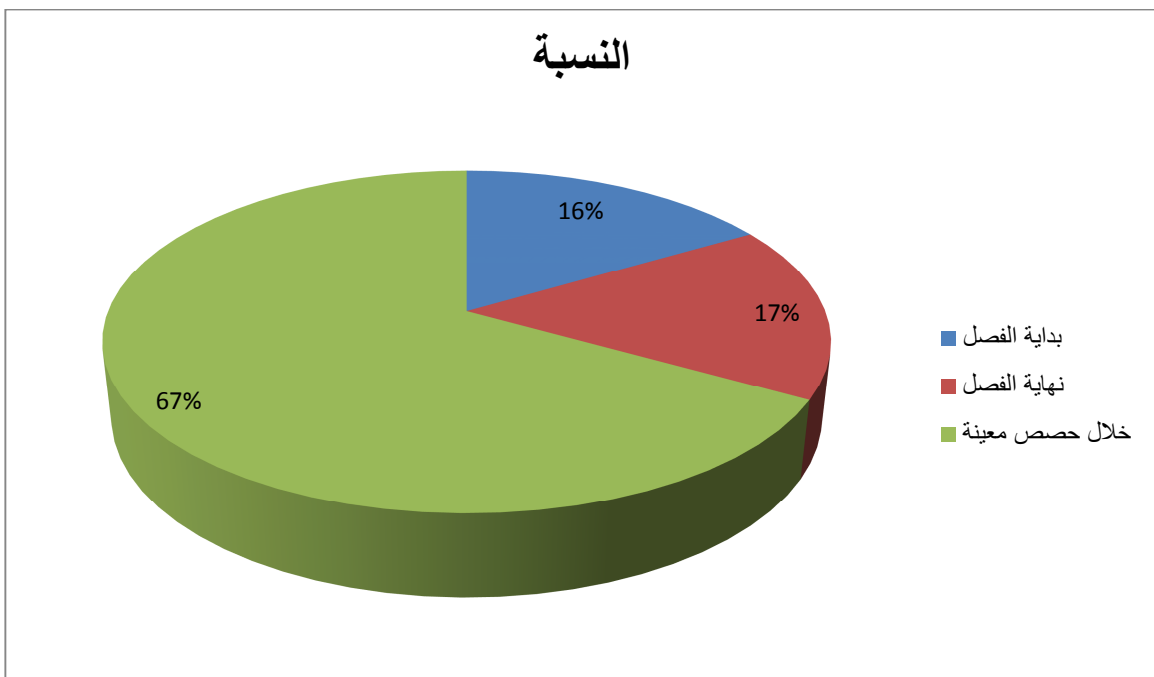
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (2) يتضح لنا أن نسبة 83 % من الأساتذة يرون أن استخدام التعلم الحركي مع التلاميذ يكسبهم مهارات حركية جديدة، أما نسبة 17 % من الأساتذة يرون أن استخدام التعلم الحركي مع التلاميذ لا يكسبهم مهارات حركية جديدة، والشكل رقم (2) يوضح ذلك.

الاستنتاج: نستنتج أن استخدام التعلم الحركي مع التلاميذ يكسبهم مهارات حركية جديدة.

السؤال رقم (2): هل تحرصون على استخدام التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية؟

| الاجابة | التكرار | النسبة المئوية |
|----------------|---------|----------------|
| بداية الفصل | 2 | 16 % |
| نهاية الفصل | 2 | 17 % |
| خلال حصص معينة | 8 | 67 % |
| المجموع | 12 | 100 % |

جدول رقم (3): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (2)



شكل رقم (3): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (3)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (3):

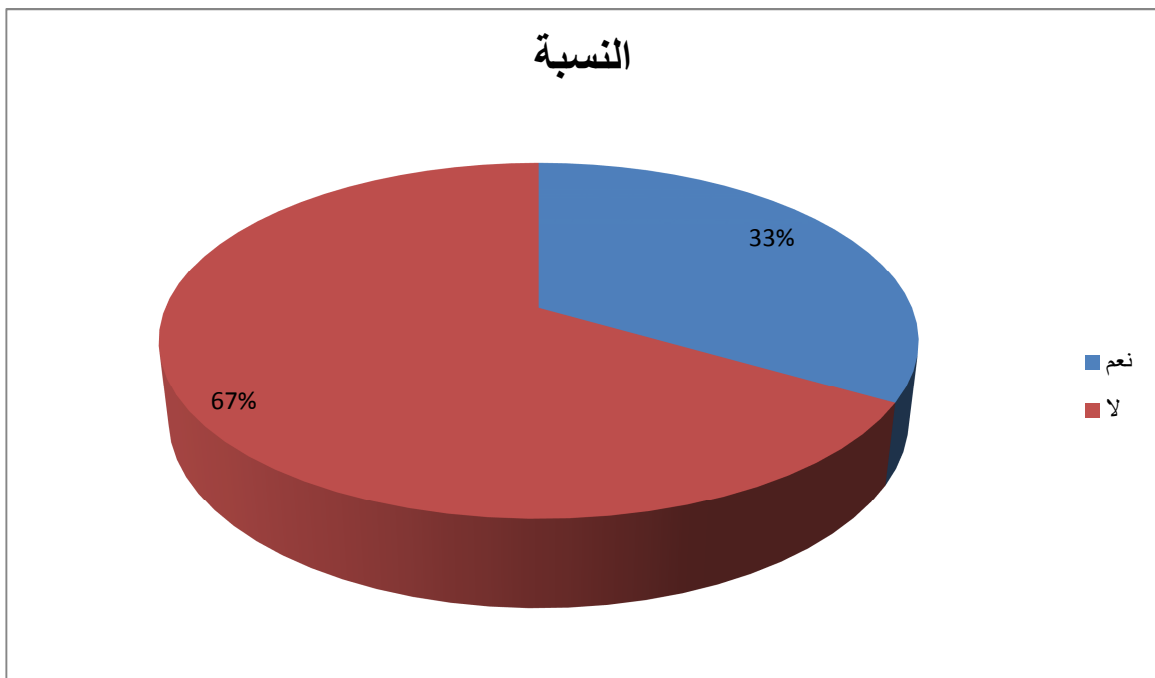
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (3) يتضح لنا أن نسبة 16 % من الأساتذة يحرصون على استخدام أساليب التعلم الحركي في بداية الفصل، ونسبة 17 % من الأساتذة يستخدمونها في نهاية الفصل، أما نسبة 67 % من الأساتذة يحرصون على استخدام أساليب التعلم الحركي خلال حصص معينة.

الاستنتاج: نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يحرصون على استخدام أساليب التعلم الحركي خلال حصص معينة.

السؤال رقم (3): هل استعمال التعلم الحركي ضروري في كل حصة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 33 % | 4 | نعم |
| 67 % | 8 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (4): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (3)



شكل رقم (4): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (4)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (4):

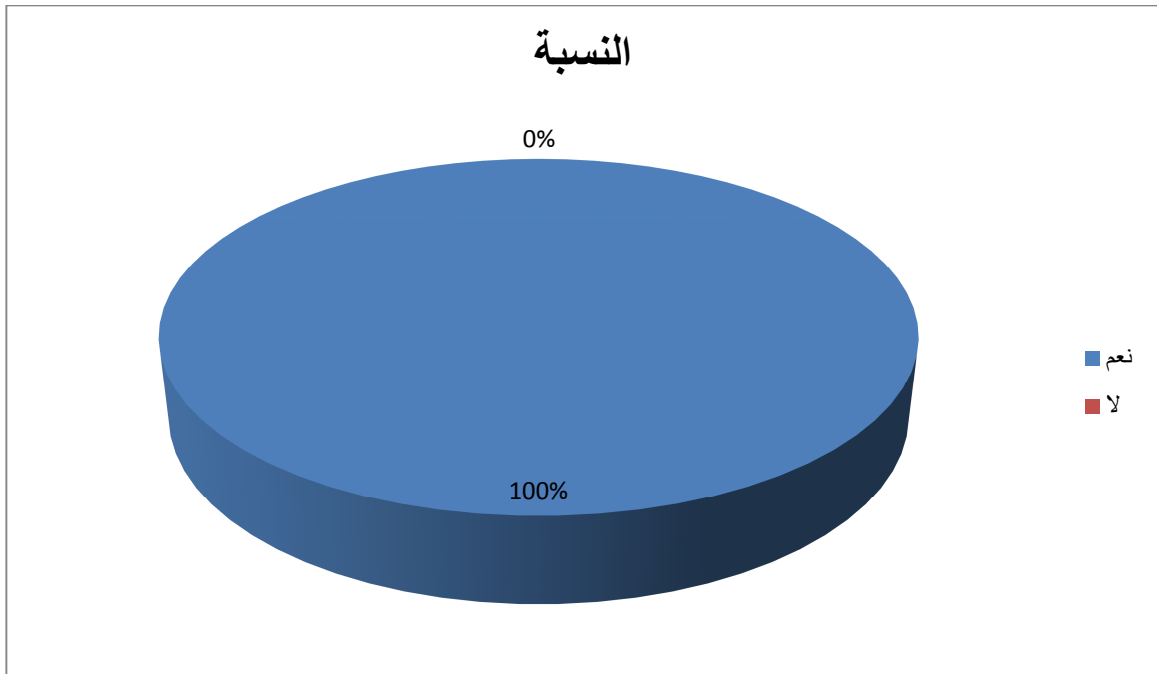
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (4) يتضح لنا أن نسبة 33 % من أساتذة التربية البدنية والرياضية يرون أن استعمال التعلم الحركي غير ضروري في كل حصة، أما نسبة 67 % من الأساتذة يرون أنه ضروري.

الاستنتاج: نستنتج أن استعمال التعلم الحركي ضروري في كل حصة.

السؤال رقم (4): هل التلاميذ الذين يمارسون الرياضة خارج المدرسة أفضل من أقرانهم في المهارات الحركية في الكرة الطائرة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 100 % | 12 | نعم |
| 0 % | 0 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (5): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (4)



شكل رقم (5): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (5)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (5):

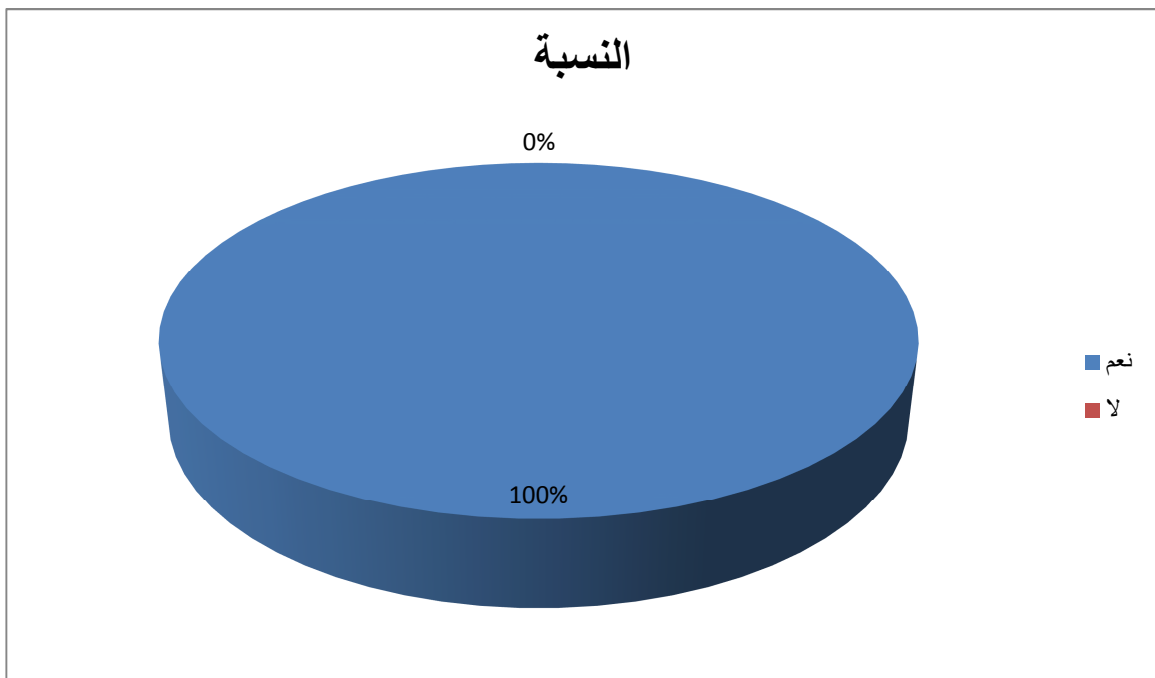
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (5) يتضح لنا أن نسبة 100 % من الأساتذة يرون أن التلاميذ الذين يمارسون الرياضة خارج المدرسة أفضل من أقرانهم في المهارات الحركية في الكرة الطائرة، أما نسبة 0 % يرون العكس.

الاستنتاج: نستنتج أن التلاميذ الذين يمارسون الرياضة خارج المدرسة أفضل من أقرانهم في المهارات الحركية في الكرة الطائرة.

السؤال رقم (5): هل تراعون الفروق الفردية بين المتعلمين في التعلم الحركي؟

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية |
|---------|---------|----------------|
| نعم | 12 | 100 % |
| لا | 0 | 0 % |
| المجموع | 12 | 100 % |

جدول رقم (6): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (5)



شكل رقم (6): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (6)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (6):

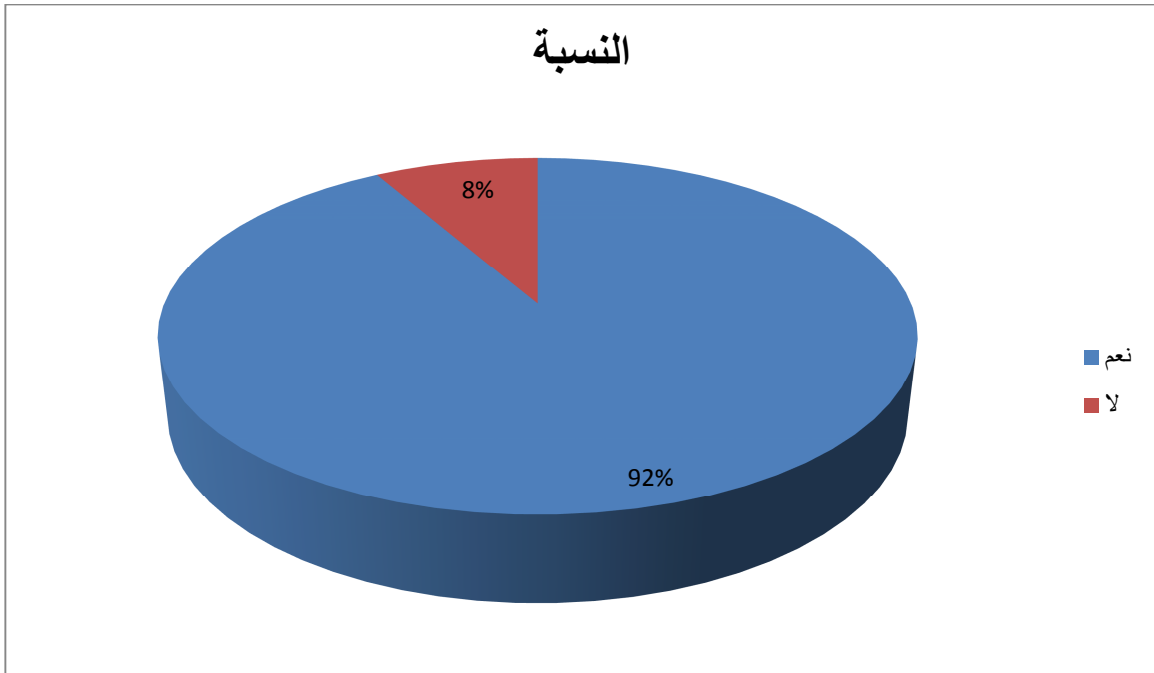
من خلال نتائج التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (6) يتضح لنا أن نسبة 100 % من الأساتذة يراعون الفروق الفردية بين المتعلمين في التعلم الحركي، أما نسبة 0 % لا يراعون الفروق الفردية بين المتعلمين في التعلم الحركي.

الاستنتاج: نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يراعون الفروق الفردية بين المتعلمين في التعلم الحركي.

السؤال رقم (6): هل يسهل التعلم الحركي في اكتساب مهارات حركية معينة لدى المتعلمين في الكرة الطائرة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 92 % | 11 | نعم |
| 8 % | 1 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (7): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (6)



شكل رقم (7): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (7)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (7):

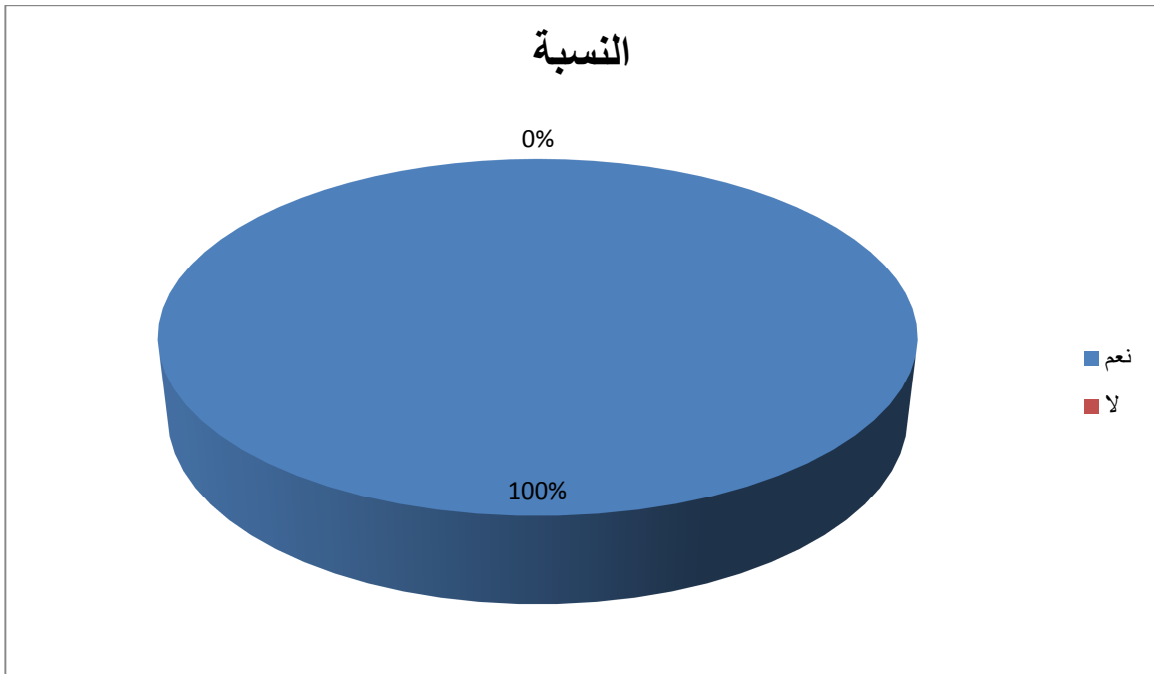
من خلال نتائج التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (7) يتضح لنا أن نسبة 92 % من الأساتذة يرون أن التعلم الحركي يسهل في اكتساب مهارات حركية معينة لدى المتعلمين في الكرة الطائرة، أما نسبة 8% من الأساتذة يرون أن التعلم الحركي لا يسهل في اكتساب مهارات حركية معينة لدى المتعلمين في الكرة الطائرة.

الاستنتاج: نستنتج أن التعلم الحركي يسهل في اكتساب مهارات حركية معينة لدى المتعلمين في الكرة الطائرة.

السؤال رقم (7): عند نهاية كل فصل هل تلاحظون تحسن في المهارات الحركية ناتجا لتوظيفكم للتعلم الحركي في الحصص التعليمي؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| % 100 | 12 | نعم |
| % 0 | 0 | لا |
| % 100 | 12 | المجموع |

جدول رقم (8): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (7)



شكل رقم (8): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (8)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (8):

من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (8) يتضح لنا أن نسبة 100 % من الأساتذة يلاحظون تحسن في المهارات الحركية ناتجا لتوظيفهم للتعلم الحركي في الحصص التعليمية، أما نسبة 0 % من الأساتذة يرون العكس.

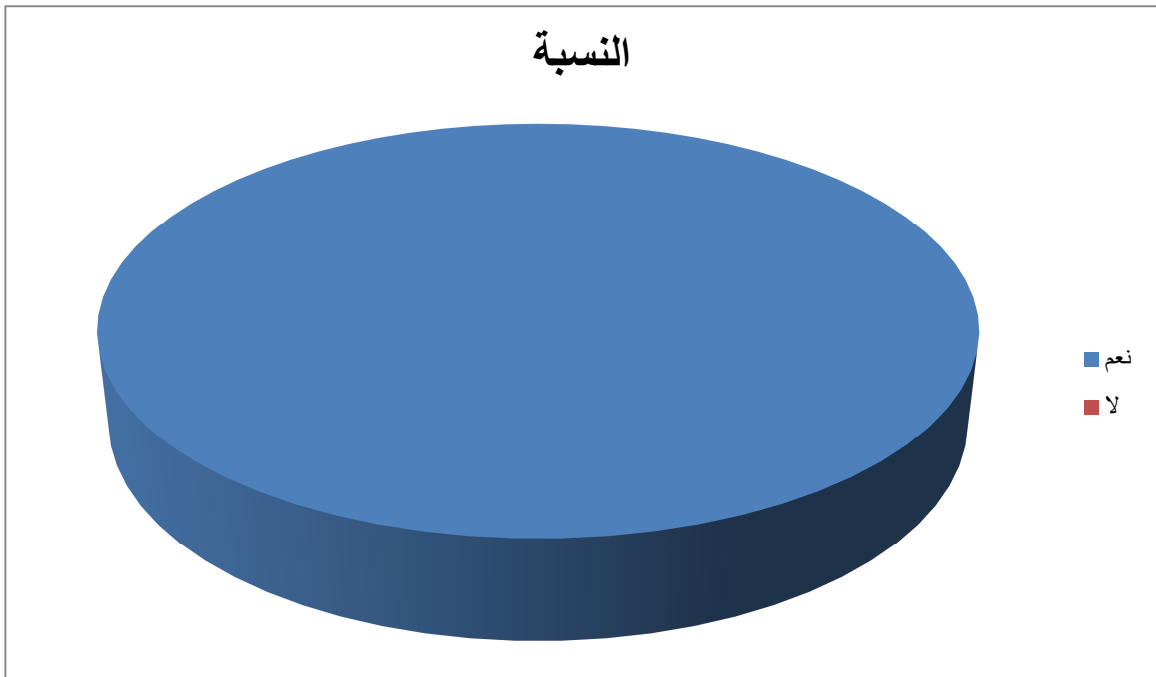
الاستنتاج: نستنتج أنه ناتجا لتوظيف التعلم الحركي في الحصص التعليمية يكون هناك تحسن في المهارات الحركية عند نهاية كل فصل.

المحور الثاني: يساهم التصور العقلي في التعلم الحركي لاكتساب المهارات الحركية لتلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة.

السؤال رقم (1): هل لديك فكرة عن التصور العقلي؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| % 100 | 12 | نعم |
| % 0 | 0 | لا |
| % 100 | 12 | المجموع |

جدول رقم (9): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (1)



شكل رقم (9): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (9)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (9):

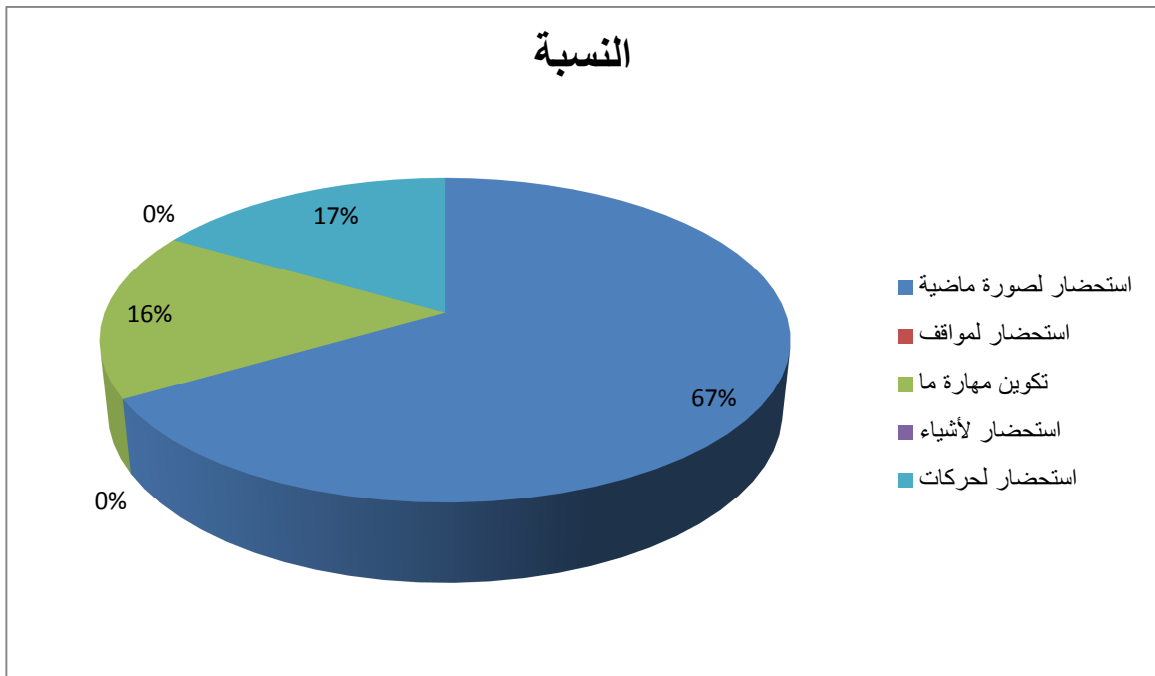
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (9) يتضح لنا أن نسبة 100 % من الأساتذة لديهم فكرة عن التصور العقلي في حين أن نسبة 0 % من الأساتذة ليس لديهم فكرة عن التصور العقلي.

الاستنتاج: نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية لديهم فكرة عن التصور العقلي.

السؤال رقم (2): ماذا يمثل التصور العقلي للمتعلمين؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------------------|
| 67 % | 8 | استحضار لصورة ماضية |
| 0 % | 0 | استحضار لمواقف |
| 16 % | 2 | تكوين مهارة ما |
| 0 % | 0 | استحضار لأشياء |
| 17 % | 2 | استحضار لحركات |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (10): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (2)



شكل رقم (10): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (10)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (10):

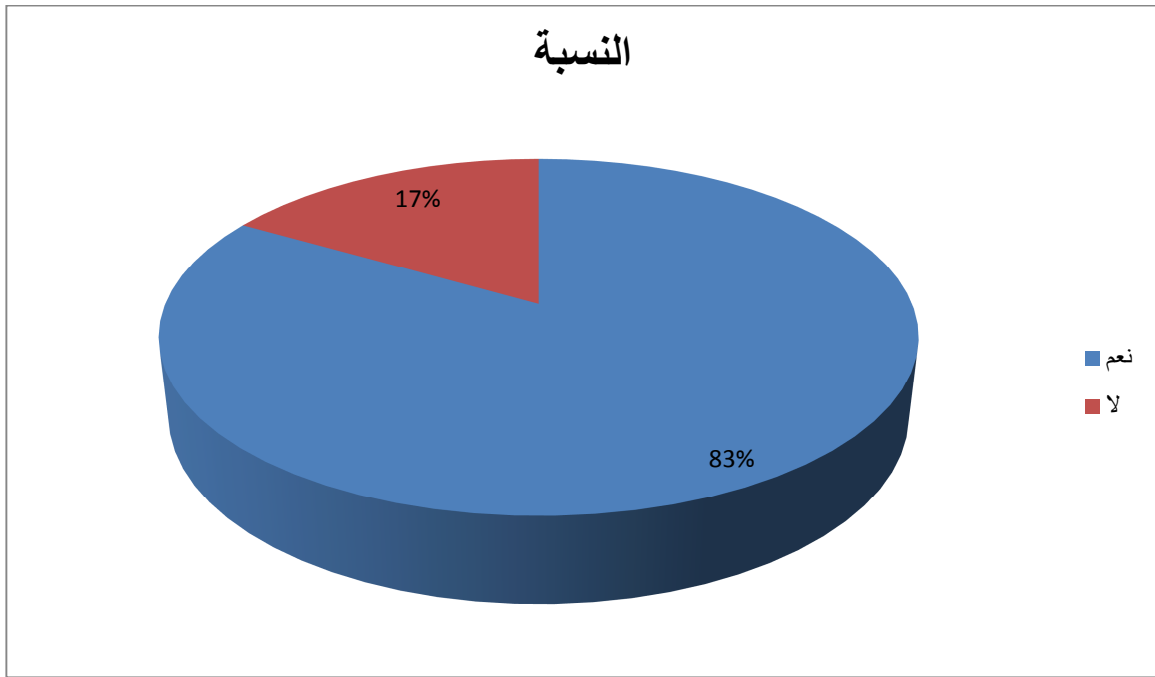
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (10) يتضح لنا أن نسبة 67 % من الأساتذة يرون أن التصور العقلي يمثل استحضاراً لصورة ماضية للمتعلمين، في حين أن نسبة 0 % يرون أنه يمثل للمتعلمين استحضاراً لمواقف، ونسبة 16 % يرون أنه يمثل للمتعلمين تكويناً لمهارة ما، ونسبة 0 % يرون أنه يمثل للمتعلمين استحضاراً لأشياء، أما نسبة 17 % يرون أنه يمثل للمتعلمين استحضاراً لحركات.

الاستنتاج: نستنتج أن التصور العقلي يمثل استحضاراً لصورة ماضية بالنسبة للمتعلمين.

السؤال رقم (3): هل تخصصون أوقات من الحصة لتنمية مهارة التصور العقلي؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 83 % | 12 | نعم |
| 17 % | 0 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (11): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (3)



شكل رقم (11): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (11)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (11):

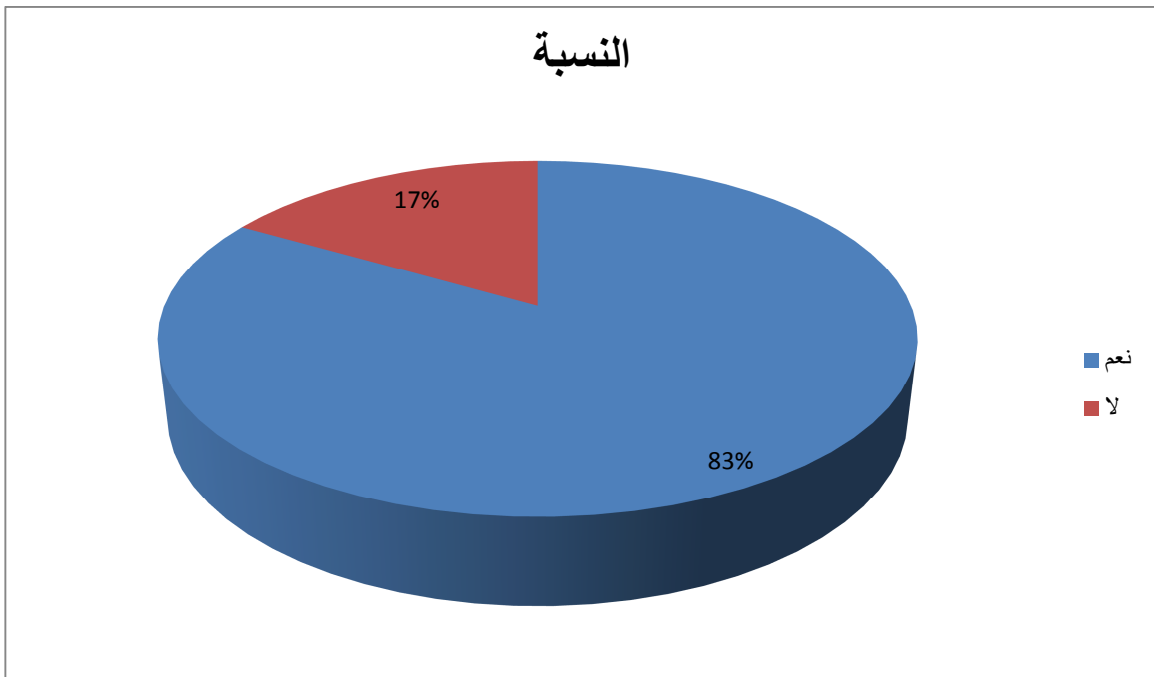
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (11) يتضح لنا أن نسبة 83 % من الأساتذة يخصصون أوقات من الحصة لتنمية مهارة التصور العقلي، أما نسبة 17 % من الأساتذة لا يخصصون أوقات من الحصة لتنمية مهارة التصور العقلي.

الاستنتاج: نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يخصصون أوقات من الحصة لتنمية مهارة التصور العقلي.

السؤال رقم (4): هل تستخدمون التصور العقلي لمهارة حركية معينة في الكرة الطائرة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 83 % | 10 | نعم |
| 17 % | 2 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (12): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (4)



شكل رقم (12): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (12)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (12):

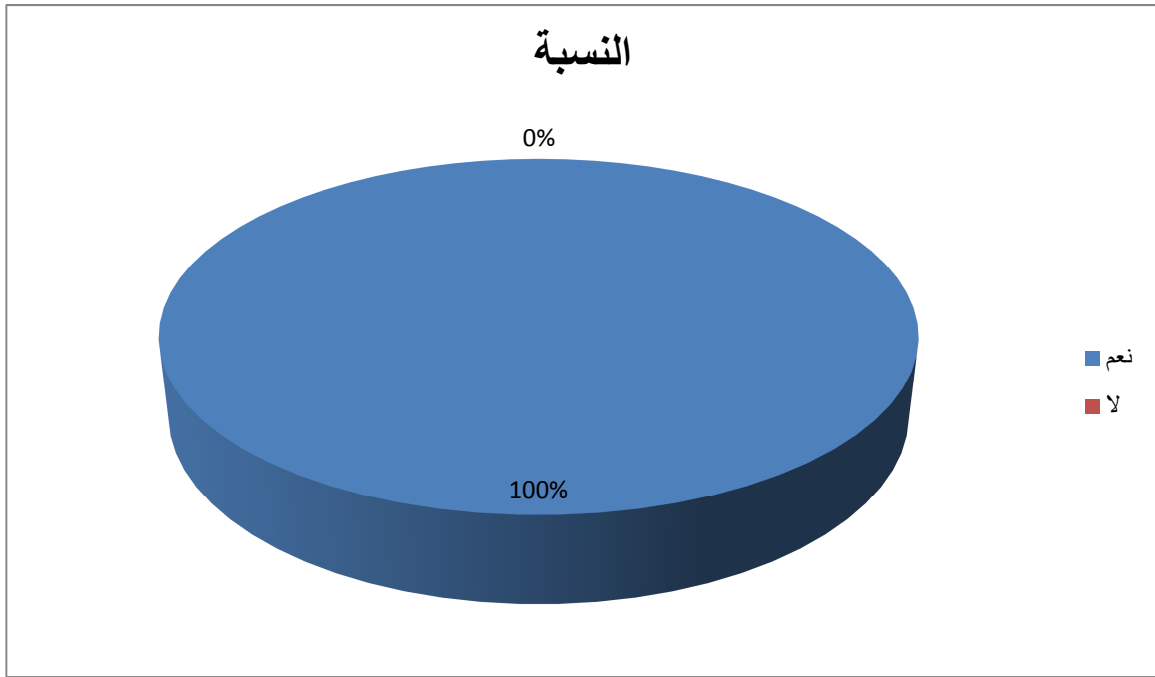
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (12) يتضح لنا أن نسبة 83 % من الأساتذة يستخدمون التصور العقلي لمهارة حركية معينة في الكرة الطائرة، في حين أن نسبة 17 % من الأساتذة لا يستخدمون التصور العقلي لمهارة حركية معينة في الكرة الطائرة.

الاستنتاج: نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يستخدمون التصور العقلي لمهارة حركية معينة في الكرة الطائرة.

السؤال رقم (5): هل ترى أن اكتساب مهارة ما راجع إلى استحضار لحركات ماضية عند المتعلمين؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| % 100 | 12 | نعم |
| % 0 | 0 | لا |
| % 100 | 12 | المجموع |

جدول رقم (13): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (5)



شكل رقم (13): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (13)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (13):

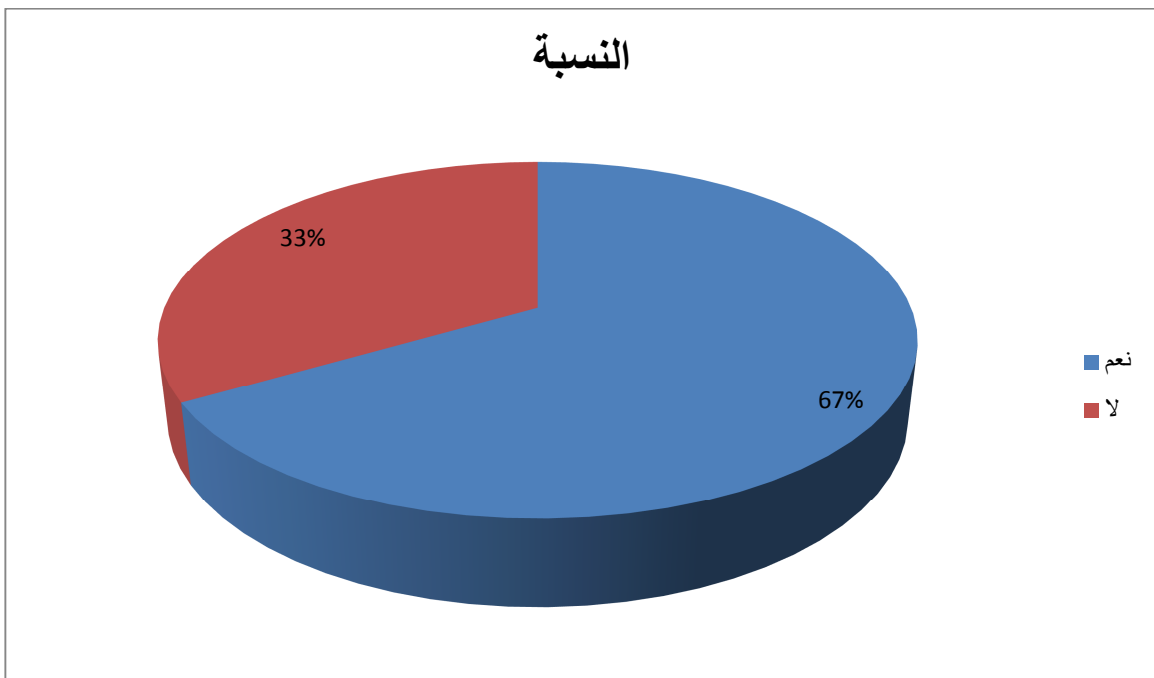
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (13) يتضح لنا أن نسبة 100 % من الأساتذة يرون أن اكتساب مهارة ما راجع إلى استحضار لحركات ماضية عند المتعلمين، أما نسبة 0 % يرون أن اكتساب مهارة ما ليس راجع إلى استحضار لحركات ماضية عند المتعلمين.

الاستنتاج: نستنتج أن اكتساب مهارة ما راجع إلى استحضار لحركات ماضية عند المتعلمين.

السؤال رقم (6): هل تعطون وقتا كافيا للتصور العقلي أثناء تعلم مهارة حركية في الكرة الطائرة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| 67 % | 8 | نعم |
| 33 % | 4 | لا |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (14): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (6)



شكل رقم (14): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (14)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (14):

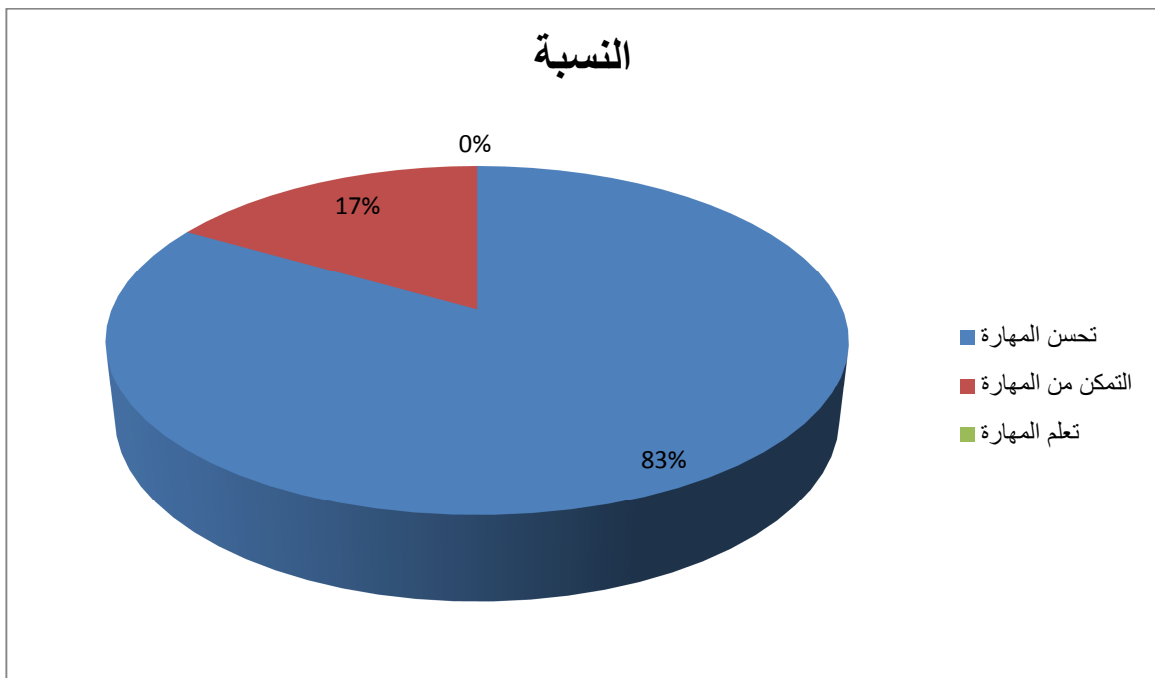
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (14) يتضح لنا أن نسبة 67 % من الأساتذة يعطون وقتا كافيا للتصور العقلي أثناء تعلم مهارة حركية في الكرة الطائرة، في حين أن نسبة 33 % لا يعطون وقتا كافيا للتصور العقلي أثناء تعلم مهارة حركية في الكرة الطائرة.

الاستنتاج: نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يعطون وقتا كافيا للتصور العقلي أثناء تعلم مهارة حركية في الكرة الطائرة.

السؤال رقم (7): كيف تقيم الأداء الحركي لمهارات الكرة الطائرة عندما تستعمل التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|-------------------|
| 83 % | 10 | تحسن المهارة |
| 17 % | 2 | التمكن من المهارة |
| 0 % | 0 | تعلم المهارة |
| 100 % | 12 | المجموع |

جدول رقم (15): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (7)



شكل رقم (15): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (15)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (15):

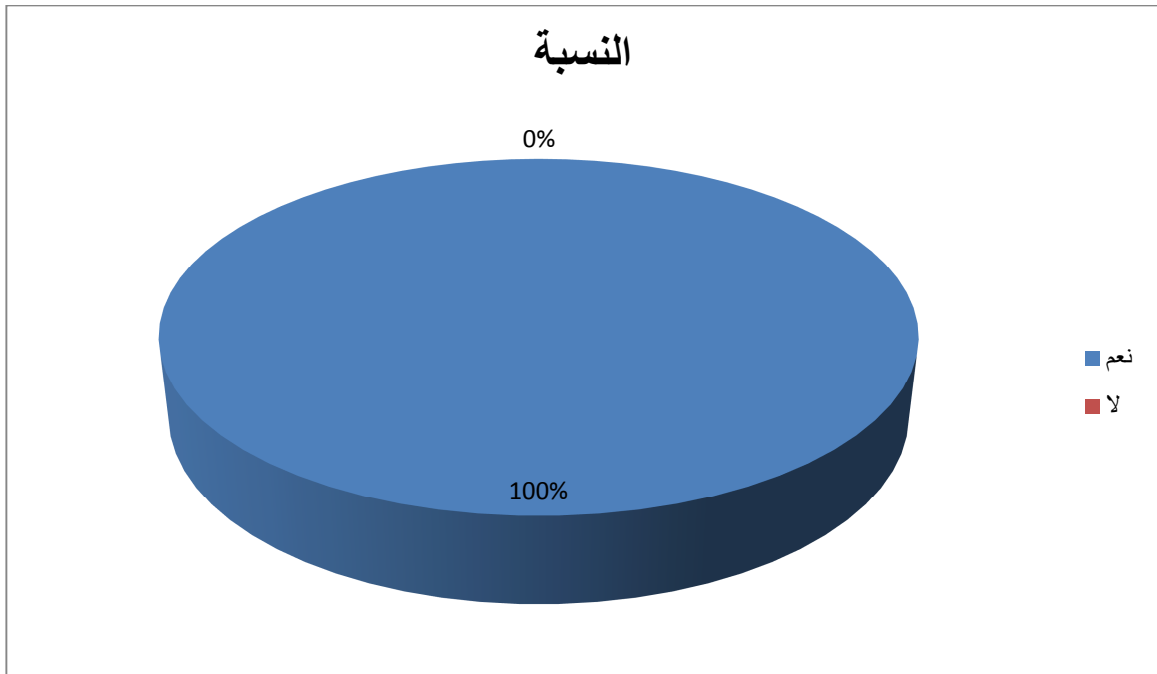
من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (15) يتضح لنا أن نسبة 83 % من الأساتذة يقيمون الأداء الحركي لمهارات الكرة الطائرة عندما تستعمل التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية بتحسين المهارة، أما نسبة 17 % يقيمونه بالتمكن من المهارة، أما نسبة 0 % يقيمونه بتعلم المهارة.

الاستنتاج: نستنتج أن تقييم الأداء الحركي لمهارات الكرة الطائرة عند استعمال التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية هو تحسن المهارة.

السؤال رقم (8): هل استعمال التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية يزيد التلاميذ ثقة في اكتسابهم للمهارات الحركية في الكرة الطائرة؟

| النسبة المئوية | التكرار | الإجابة |
|----------------|---------|---------|
| % 100 | 12 | نعم |
| % 0 | 0 | لا |
| % 100 | 12 | المجموع |

جدول رقم (16): يمثل التكرارات والنسب المئوية للسؤال رقم (8)



شكل رقم (16): تمثيل بياني يوضح النسبة المئوية لنتائج الجدول رقم (16)

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (16):

من خلال التحليل الإحصائي لنتائج الجدول رقم (16) يتضح لنا أن نسبة 100 % من الأساتذة يرون أن استعمال التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية يزيد التلاميذ ثقة في اكتسابهم للمهارات الحركية في الكرة الطائرة، أما نسبة 0 % من الأساتذة يرون عكس ذلك.

الاستنتاج: نستنتج أن التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية يزيد التلاميذ ثقة في اكتسابهم للمهارات الحركية في الكرة الطائرة.

6-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

6-2-1- مناقشة ومقابلة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يستخدم أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجداول رقم: (2،3،4،5،6،7،8) وبالنسب (83،%67،%67،%100،%100،%92،%100،%100) على الترتيب الخاصة بتحليل نتائج استمارة الاستبيان نستنتج أن النتائج المحققة في إجابات الأساتذة حول استخدام التعلم الحركي مع التلاميذ يكسبهم مهارات حركية جديدة هذا يدل على أن التعلم الحركي له دور كبير في نظر الأساتذة وكذلك يسهل عليهم العملية التعليمية، يحرص أساتذة التربية البدنية على استخدام أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية خلال حصص معينة من الفصل وهذا إن يدل على أن الأساتذة يولون أهمية للتعلم الحركي في فترة معينة من السنة الدراسية وكذلك في حصص معينة حسب الضرورة لتعلم المهارات الحركية وذلك بناء على الخبرة المكتسبة من طرف الأساتذة، ونتاجاً لتوظيف التعلم الحركي في الحصص التعليمية يكون هناك تحسن في المهارات الحركية عند نهاية كل فصل هذا ما يؤكد الأساتذة من خلال إجاباتهم حول الاستبيان فكانت النتيجة نعم بنسبة 100%.

إن كل النتائج المتوصل إليها ومناقشتها على ضوء الفرضية المطروحة تعطي لنا دليل على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يستخدمون أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية و تتفق النتائج المتوصل إليها مع نتائج دراسة "تصير بولرباح" و"غريب نجيب" بعنوان واقع استخدام طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي التي تؤكد على أن التعلم الحركي من بين الأساليب الجيدة في تعلم المهارات الحركية.

مما سبق يمكن أن نقول أنه قد تحققت الفرضية الأولى.

6-2-2- مناقشة ومقابلة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الأولى على أنه يساهم التصور العقلي في التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجداول رقم: (9،10،11،12،13،14،15،16) وبالنسب (100%،67%،83%،100%،67%،83%،100%) على الترتيب الخاصة بتحليل نتائج استمارة الاستبيان نستنتج أن النتائج المحققة في إجابات الأساتذة حول مساهمة التصور العقلي في التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي هذا يدل على أن التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية يزيد التلاميذ ثقة في اكتسابهم للمهارات الحركية، تقييم الأداء الحركي لمهارات الكرة الطائرة عند استعمال التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية هو تحسن المهارة يدل على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يعطون وقتاً كافياً للتصور العقلي أثناء تعلم المهارة الحركية، إن التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية يزيد التلاميذ ثقة في اكتسابهم للمهارات الحركية، هكذا كانت إجابات الأساتذة حول مساهمة التصور العقلي في الحصص التعليمية على تعلم المهارات الحركية.

لقد أشارت عديد الدراسات أهمها دراسة الباحث "بوخراز رضوان" بعنوان **التحضير الذهني للمهام الحركية فعلية التصور الذهني في الأداء والتحكم الحركي عند الرياضيين** أن التصور العقلي له تأثير إيجابي وفعال في تطوير مستوى أداء المهارات الحركية، وكذلك توصل "مارتنيز" إلى أن التصور العقلي الصحيح للمهارة الحركية ينتج عنه استجابات عصبية وعضلية مماثلة للاستجابات الفعلية، إذ تؤدي عملية التصور العقلي إلى إرسال استشارات من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة، ويساعد التصور العقلي على معايشة خبرة النجاح المتوقع حدوثها من خلال بناء ثقة الرياضي بذاته، وهو بذلك يتيح للمتعلم فرص متعددة لاستحضار الصور الذهنية لبعض المواقف التي يصعب ممارستها عملياً خلال التدريب. مما سبق يمكن أن نقول أنه قد تحققت الفرضية الثانية.

| النتيجة | صياغتها | الفرضية |
|---------|---|-------------------------|
| تحققت | يستخدم أستاذ التربية البدنية والرياضية أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية. | الفرضية الجزئية الأولى |
| تحققت | يساهم التصور العقلي في التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي. | الفرضية الجزئية الثانية |
| تحققت | يساهم التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي. | الفرضية العامة |

جدول رقم(17): يمثل مقابلة الفرضيات بنتائج الاستبيان.

خلاصة:

قمنا في هذا الفصل بعرض وتحليل ومناقشة النتائج المتوصل إليها، من خلال إعطاء القيمة العلمية لنتائج أفراد العينة، وكذا مناقشتها وتحليلها لمعرفة أهم الجوانب المتدخلة في هذه العملية والخروج باستنتاج لكل فرضية من فرضيات الدراسة.

وبعد الدراسة المعمقة التي شملت الاستبيان، وبعد الاطلاع على نتائج هذه الأخيرة التي قدمت إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي على مستوى بعض الثانويات لولاية البويرة من أجل معرفة أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة.

من خلال الاطلاع على نتائج الجداول وحساب كل من التكرارات والنسب المئوية، اتضح لنا جليا واستطعنا التوصل إلى أن للتعلم الحركي أهمية في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي وأن التصور العقلي في التعلم الحركي يساهم في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

الاستنتاج العام:

بعد التحليل المعمق والمناقشة العلمية الدقيقة لاستمارة الاستبيان الخاصة بأساتذة الطور الثانوي، توصلنا إلى نتيجة عامة وهي أن للأساتذة دراية عالية بأهمية استخدام طرق وأساليب التعلم الحركي الحديثة المسطرة وفق المناهج الجديدة، وكذلك هناك قدرة جلية أثناء تطبيق هذه الطرق والأساليب خلال حصة التربية البدنية والرياضية، وفي ضوء نتائج الدراسة أمكن التوصل إلى الاستنتاجين التاليين:

✓ يستخدم أستاذ التربية البدنية والرياضية أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية. للتعلم الحركي شأن كبير وأساسي في تزويد التلاميذ بالخبرات الحركية التي تعمل على تدعيم الحركة وتطويرها من خلال تأسيس أسلوب فعال مرتبط ارتباطا وثيقا بحياتهم وان الاستعمال الأمثل والسليم للحركة المناسبة لقدراتهم يزودهم بالمعاني الرئيسة والملموسة التي تؤهلهم للتعامل والاستجابة مع البيئة المحيطة بهم.

✓ يساهم التصور العقلي في التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي. التصور العقلي عامل مهم في اكتساب وتطوير المهارات الحركية، أو في مراحل التعلم الحركي المختلفة ويساهم في مراحل اكتساب المهارات الحركية ويؤدي دورا مهما في عملية التعليم والتدريب بشكل عام، إذ يمثل التصور العقلي أيضا الجزء الأساس في إعداد اللاعب للدخول في المنافسات الرياضية فهو يتضمن تصور الحركة وتسلسل المهارات والمواقف والأهداف.

وأخيرا نستنتج أن التعلم الحركي يساهم في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

خاتمة:

في موضوعنا هذا تناولنا أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة حيث تكمن أهميته في تسهيل عملية التدريس لأساتذة التربية البدنية والرياضية حيث يلعب التعلم الحركي دورا هاما كوسيلة فعالة في تحقيق أهداف مادة التربية البدنية والرياضية من حيث اكتساب التلاميذ للمهارات الحركية في الكرة الطائرة.

من خلال البحث النظري، والدراسة الميدانية التي قمنا بها باستعمال الاستبيان وجدنا أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يحرصون على استخدام أساليب التعلم الحركي في الحصة، وأن التعلم الحركي مع التلاميذ يكسبهم مهارات حركية جديدة هذا وإن دل على شيء فإنما يدل على أن التعلم الحركي له دور كبير في نظر الأساتذة، ويحرصون كذلك على استخدام التصور العقلي في حصص معينة الذي بدوره له تأثير إيجابي وفعال في تطوير مستوى أداء المهارات الحركية.

نأمل أن نكون قد بلغنا هدفنا المنشود من هذه الدراسة والوصول إلى نتائج موضوعية تبرهن أن التعلم الحركي يساهم في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة، ثم توصلنا إلى نتائج موضوعية تخص هذا المجال وكذلك توصيات متنوعة قد تكون سندا لإشكاليات مواضيع دراسات مستقبلية.

في الأخير نتمنى أننا وفقنا بالإحاطة ولو بالقليل بموضوع دراستنا من كل الجوانب، وإذا كنا قد تركنا جانب من الجوانب فهذه ميزة من ميزات البحث العلمي، أي الاستمرارية لذا نطلب من زملائنا الطلبة مواصلة المسيرة في هذا التخصص بغية تحسين المستوى التدريسي للأستاذ، وبذلك تحقيق الأهداف والكفاءات المسطرة للمناهج وإيصال مادة التربية البدنية والرياضية إلى مصاف أم المواد.

اقتراحات وفروض مستقبلية:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة ومحصورة في إمكانياتنا المتوفرة، ورغم ذلك أردنا أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال بتوسيع وتعميق أكثر.

وعلى ضوء النتائج نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من بهمه الأمر، خاصة أساتذة التربية البدنية والرياضية والتي نأمل أن تكون بناءة مما تسهل عليهم تجنب العديد من المشاكل التي يجدونها خلال عملهم.

- استخدام أساليب التعلم الحركي ضروري من أجل الوصول إلى نتائج تعليمية مختلفة، والتي تضمن مراعاة القدرات والفروق بين التلاميذ.

- إدخال الأساليب التدريسية ضمن البرامج والمقررات الخاصة بإعداد وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية.

- ضرورة تنويع أساليب التدريس بتنوع الأنشطة الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.

- إلزامية توفير المستلزمات والتجهيزات الرياضية الحديثة في المؤسسات التعليمية من أدوات وأجهزة ومنشآت رياضية متكاملة، وضرورة التأكيد على توفير الأجهزة البيداغوجية بكل ما يضمن لأساتذة المادة القيام بواجبها على أكمل وجه.

- ضرورة إدخال والطرق الحديثة في التعلم الحركي خلال حصص التعلم الحركي من أجل تسهيل عملية اكتساب التلاميذ للمهارات الحركية.

- استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في عملية التعلم الحركي.

وأخيرا نأمل أن نكون قد ساهمنا بهذا العمل المتواضع بشكل ايجابي لعرض ومعالجة الجوانب المتعلقة بهذا البحث ولا شك أن أمور أخرى كانت تستحق منا التفسير والتعمق، إلا أننا لم نوافيها حقها ونرجو بهذا البحث أننا قد أتحنا أفقا جديدة لأبحاث ودراسات في هذا الموضوع بجوانبها المختلفة.

البيبلوغرافيا:

قائمة المصادر:

-القرعان الكريم.

قائمة المراجع باللغة العربية:

أ/ الكتب المؤلفة:

- 1- إبراهيم محمد المحاسنة: "تعليم التربية البدنية والرياضية"، الطبعة الأولى، دار جرير للنشر والتوزيع، عمان، 2006.
- 2- أحمد عطا الله: "أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية"، بدون طبعة، ديوان المطبوعات الجامعية، 2006.
- 3- أكرم زكي خطايبية: "موسوعة الكرة الطائرة الحديثة"، دار الفكر العربي، ب ط، عمان، 1996.
- 4- الين وديع فرج أ: "الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرب واللاعب"، منشأة المعارف، ب ط، الإسكندرية، 1990.
- 5- ثائر احمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: "سيكولوجية النمو بين الطفولة والمراهقة"، الطبعة الأولى، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2009.
- 6- حسن عبد الحميد رشوان: "في مناهج العلوم"، مؤسسة شباب الجامعة، بدون طبعة، 2003.
- 7- زكي محمد حسن أ: "مدرب الكرة الطائرة أسس ومفاهيم وآراء"، المكتبة المصرية، الجزء الأول، الإسكندرية، 2006.
- 8- زكي محمد حسن د: "مدرب الكرة الطائرة"، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الجزء الثاني، الإسكندرية، 2004.
- 9- زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم: "طرق تدريب التربية الرياضية"، الطبعة الرابعة، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2006.
- 10- زينب فهمي: "الكرة الطائرة"، الشركة العالمية للنشر، ب ط، طرابلس، 1994.
- 11- سامي محمد ملحم: "مناهج البحث في التربية وعلم النفس"، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط 4، 2007.
- 12- سلاطينة بلقاسم، حسان الجيلالي: "أسس البحث العلمي"، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 2007.
- 13- صالح محمد علي أبو جادو: "علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة"، الطبعة الثانية، دار المنيرة للنشر والتوزيع، عمان، 2007.
- 14- عباس أحمد صالح: "طرق التدريس في التربية الرياضية"، الطبعة الثانية، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 2000.
- 15- عصام الدين الوشاحي: "المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1991.
- 16- عصام الدين الوشاحي: "المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1991.
- 17- علي مصطفى طه: "الكرة الطائرة (تعليم، تدريب، تحليل، قانون)"، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 18- عماد الدين الإسلامي: "النمو في مرحلو المراهقة"، الطبعة الأولى، دار القلم الكويت، 1982.

- 19- عوض خالد: "فعالية برنامج تدريبي مقترح لناشئي الكرة الطائرة (دراسة تحليلية تجريبية)"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنان، جامعة الإسكندرية، 2005.
- 20- غادة جلال عبد الحكيم: "طرق تدريس التربية الرياضية"، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر، 2008.
- 21- فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة: "أسس البحث العلمي"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط 1، الإسكندرية، 2002.
- 22- فريد كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب: "مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي"، دار المسيرة، الأردن، 2006.
- 23- م ميخائيل: "رعاية المراهقين"، دار الغريب للطباعة، عمان، 1991.
- 24- محمد التومي الشيباني: "الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب"، الطبعة الثانية، دار الثقافة، مصر، 1973.
- 25- محمد جاسم محمد: "مدخل إلى علم النفس العام"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، 2004.
- 26- محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب: "البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي للطبع والنشر، القاهرة، مصر، 1999.
- 27- محمد سعد زغول، محمد لطفي السيد: "الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم والمدرّب"، مركز الكتاب للنشر، ط 1، القاهرة، 2001.
- 28- محمد صبيحي حسنين، حمدي عبد المنعم: "الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقييم"، مركز الكتاب للنشر، ط 1، القاهرة، 1997.
- 29- محمد عوض بيسوني، فيصل ياسين: "نظريات وطرق التربية البدنية"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992.
- 30- محمد مصطفى زيدان: "الدراسة السيكولوجية التربوية للتلميذ"، الطبعة الأولى، دار الشروق، جدة، 2002.
- 31- محمد هاشم فالوقي: "بناء المناهج التربوية"، المكتب الجامعي الحديث، بدون طبعة، الإسكندرية، 1997.
- 32- ناصر ثابت: "أضواء على الدراسة الميدانية"، مكتبة البحث، ط 1، 1984.
- 33- ناهدة عبد زيد الدليمي: "أساسيات في التعلم الحركي"، الطبعة الأولى، دار المنهجية للنشر والتوزيع، الأردن، 2015.

ب/ الكتب المترجمة:

- سبوري ودمان: "التدريب الرياضي علم وفن"، ترجمة عصام بدوي وكامل راتب، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- ت/رسالات الماجستير وأطروحات الدكتوراه:
- 1- أحمد فارس محمد صالح: "فاعلية برنامج مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الأزهر، غزة.
- 2- بنداري محمود: "تحليل فاعلية الأداء الخططي الهجومي و الدفاعي في مبريات الكرة الطائرة" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، 1996.

3- عوض خالد: "فاعلية برنامج تدريبي مقترح لناشئي الكرة الطائرة" (دراسة تحليلية تجريبية)، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 2005.

4- يوسف فتحي: "توظيف الوسائل السمعية البصرية في عملية التدريب الرياضي لتفعيل تعلم المهارات الحركية عند لاعبي الكرة الطائرة"، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر 03، 2008.

5- موسى طلعت ابراهيم: "استخدام التدريب العقلي لتحسين مستوى الأداء مجموعات اللكم لناشئي الملاكمة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، بنين، جامعة الزقازيق، 1998.

ث/قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

Dak Jahn: "Sports and Recreational activites", sunders company Phialdelphia, 13th ed new york p632.

الملاحق



جامعة اقلي محند اولحاج . البويرة .

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة الاستبيان موجهة إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي

تحية طيبة وبعد:

أساتذتنا الكرام يشرفنا أن نتقدم إليكم بهذا الاستبيان الذي يندرج في إطار البحث العلمي لتحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي.

بعنوان:

أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي في الكرة الطائرة

. دراسة وصفية من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية لبعض ثانويات ولاية البويرة

لذا نرجو سيادتكم ملئ هذه الاستمارة بكل صدق وموضوعية, ونحيطكم علما أن كامل البيانات المجملة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية فقط. وفي الأخير تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

تحت إشراف الدكتور:

طراد توفيق

من إعداد الطلبة:

✓ ماموني أيمن

✓ فرحات عبد العزيز

✓ محمدي يزيد

السنة الجامعية: 2019/2018

معلومات خاصة بالأساتذة:

الاسم واللقب:

المؤهل العلمي:

سنوات الخبرة:

ملاحظة: وضع العلامة (x) أمام الإجابة المناسبة

المحور الأول: يستخدم أستاذ التربية البدنية والرياضية لأساليب التعلم الحركي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

1- هل استخدامك للتعلم الحركي مع التلاميذ يكسبهم مهارات حركية جديدة؟

لا

نعم

2- هل تحرصون على استخدام أساليب التعلم الحركي في حصة التربية البدنية والرياضية؟

خلال حصص معينة

نهاية الفصل

بداية الفصل

لا

نعم

3- هل استعمال التعليم الحركي ضروري في كل حصة؟

4- هل التلاميذ الذين يمارسون الرياضة خارج المدرسة أفضل من أقرانهم في المهارات الحركية في الكرة الطائرة؟

لا

نعم

لا

نعم

5- هل تراعون الفروق الفردية بين المتعلمين في التعلم الحركي؟

6- هل يسهل التعلم الحركي في اكتساب مهارات حركية معينة لدى المتعلمين في الكرة الطائرة؟

لا

نعم

7- عند نهاية كل فصل هل تلاحظون تحسن في المهارات الحركية نتاجا لتوظيفكم للتعلم الحركي في الحصص

لا

نعم

التعليمية؟

المحور الثاني: يساهم التصور العقلي في التعلم الحركي لاكتساب المهارات الحركية لتلاميذ الطور الثانوي في

الكرة الطائرة

1- هل لديك فكرة عن التصور العقلي؟ نعم لا

إذا كانت الإجابة نعم وضح ذلك؟

2- ماذا يمثل التصور العقلي للمتعلمين؟

استحضار لصورة ماضية استحضار لأشياء

استحضار لمواقف استحضار لحركات

تكوين مهارة ما

3- هل تخصصون أوقات من الحصة لتنمية مهارة التصور العقلي؟ نعم لا

4- هل تستخدمون التصور العقلي لمهارة حركية معينة في الكرة الطائرة؟ نعم لا

إذا كان الجواب نعم فما هي؟

5- هل ترى أن اكتساب مهارة ما راجع إلى استحضار لحركات ماضية عند المتعلمين؟ نعم لا

6- هل تعطون وقتا كافيا للتصور العقلي أثناء تعلم مهارات حركية في الكرة الطائرة؟ نعم لا

7- كيف تقيم الأداء الحركي لمهارات الكرة الطائرة عندما تستعمل التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

تحسن المهارة التمكن من المهارة تعلم المهارة

8- هل استعمال التصور العقلي خلال حصة التربية البدنية والرياضية يزيد التلاميذ ثقة في إكسابهم للمهارات

الحركية في الكرة الطائرة؟ نعم لا



جامعة أكلي محند أولحاج البويرة
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
تخصص: التربية و علم الحركة.



استمارة التحكيم للأساتذة

بحث تحت عنوان: أهمية التعلم الحركي في اكتساب المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي
في الكرة الطائرة

| الإمضاء | الملاحظات | المؤسسة الجامعية | الدرجة العلمية | الأستاذ المحكم |
|---------|---------------------------|------------------|--------------------|--------------------|
| | مقبول | البويرة | أستاذ مهاضر "أ" | نيل مفهور |
| | مقبول مع بعض التعديلات | البويرة | دكتوراه | زاريفي سليم |
| | مقبول | البويرة | أستاذ مهاضر "أ" | ساسا عبد العزيز |

إشراف الدكتور :
* طراد توفيق

إعداد الطلبة:
* ماموني أيمن
* فرحات عبد العزيز
* محمدي يزيد

السنة الجامعية : 2019/2018

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية البويرة
مصلحة التكوين والتفتيش
مكتب التكوين

الرقم : 808/م ت م ت / 19

مدير التربية

إلى

السيدات و السادة / مديري ثانويات

دائرة الأخرية

الموضوع: فد/ي تسميل مهمة .

المرجع: مراسلة جامعة ألكلي محند أولحاج معهد علوم تقنيات النشاطات


التربية الرياضية و البدنية تحت رقم: 2019/021.

بتاريخ 2019/05/02

بناء على المراسلة المشار إليها في المرجع أعلاه
يشرفني أن طلب منكم منح رخصة الدخول إلى مؤسستكم للطالب (ة) : ماموني أيمن
للقيام بدراسة ميدانية تخصص علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية .

البويرة في 2019/05/02.

هذا مدير التربية و التكوين و التفتيش
رئيسة مصلحة التكوين و التفتيش
ججيتة عزوز



L'importance de l'apprentissage moteur dans l'acquisition des habiletés motrices chez les élèves du secondaire au volley-ball

Étude de terrain sur quelque lycée de la wilaya de bouira

Elaboré par:

- **Mamouni Aymen**
- **Ferhat Abdelaziz**
- **Mohamadi Yazid**

Encadré par:

Docteur Tarrad tawfik

Résumé :

L'objectif de cette étude était d'identifier, du point de vue des professeurs, l'importance de l'apprentissage moteur dans l'acquisition des habiletés motrices chez les élèves du secondaire au volley-ball, en s'appuyant sur une approche descriptive pour en déterminer la pertinence et la nature de la recherche. Dans l'état de Bouira, le nombre de professeurs dans l'enseignement secondaire était estimé à 12. Le questionnaire a été utilisé comme un outil pour les enseignants d'éducation physique et de sport. Nous avons dégagé les résultats suivants:

- L'apprentissage moteur contribue à l'acquisition des habiletés motrices chez les élèves du secondaire au volleyball.

- Le professeur d'éducation physique et sportive utilise des méthodes d'apprentissage dynamiques dans les domaines de l'éducation physique et du sport.

- La perception mentale contribue à l'acquisition des habiletés motrices chez les élèves du secondaire au volleyball.

Par conséquent, les chercheurs ont recommandé plusieurs recommandations, dont les plus importantes sont:

- L'utilisation de méthodes d'apprentissage dynamiques est nécessaire pour atteindre différents résultats éducatifs garantissant la prise en compte des capacités et des différences entre les étudiants.

- Introduire les méthodes d'enseignement dans les programmes et les cours pour la préparation et la composition des enseignants d'éducation physique et sportive.

- La nécessité de diversifier les méthodes d'enseignement de la variété des activités sportives dans le partage de l'éducation physique et du sport.

- L'utilisation de la technologie moderne dans le processus d'apprentissage des locomotives.

Mots clés :

- ✓ Learning Apprentissage moteur.
- ✓ Motricité.
- ✓ Stade secondaire (adolescence).
- ✓ Volleyball.