

رقم الترتيب:.....

الرقم التسلسلي:.....



جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم نشاطات التربية البدنية والرياضية

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر أكاديمي

في النشاط البدني الرياضي المدرسي

بعنوان:

أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

(دراسة ميدانية على تلاميذ ثانويات مدينة الطيبات)

إشراف الأستاذ:

مراد عايدي

- إعداد الطالب:

أحمد دكمه

اللجنة المناقشة

- | | | | |
|----------|---------------|-----------------|--------------|
| - رئيسا | - جامعة ورقلة | الأستاذ الدكتور | - كريبع محمد |
| - مشرفا | - جامعة ورقلة | أستاذ محاضر أ | - عايدي مراد |
| - مناقشا | - جامعة ورقلة | أستاذ محاضر أ | - : فضل قيس |

السنة الجامعية: 2022/2021

كلمة شكر

قال الله تعالى: " ولئن شكرتم لأزيدنكم " صدق الله العظيم

ويقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((من لم يشكر الناس لم يشكر الله))

اللهم أعنا على شكرك على الوجه الذي ترضى به عنا، شكرا وحمدا لله سبحانه وتعالى الذي بتوفيقه وقدرته
تم إنجاز هذا العمل

نتوجه بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف " عايدي مراد " الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة
طوال مدة إعداد المذكرة، راجين من الله عز وجل أن يجعل ذلك في موازين حسناته وأن يجزيه عني خير
الجزاء

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة قاصدي مباح
ورقلة، ولكل من ساهم من قريب أو بعيد في إخراج هذا العمل المتواضع إلى النور، وإلى كل أعضاء لجنة
المناقشة لتفضلهم بقبول مناقشة المذكرة، وتقويمهم لهذا العمل
وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل

دكمة احمد

اهداء

مصداقا لقوله تعالى بعد بسم الله الرحمن الرحيم " وقضي ربك أن لا تعبد إلا إياه و بالوالدين إحسانا " .

أولا أهدي ثمرة جهدي المتواضع إلى التي سهرت من أجلي الليالي، وإلى التي بكت لحزني وفرحت

لسعادتي وأمدتني بكل ما تملك من حنان وأنارت دربي بخالص دعائها " أمي العزيزة " أطال الله

في عمرها، إلى والدي عليه من الله ألف رحمة إن شاء الله، أهدي لهم هذا العمل المتواضع

إلى من كان سندا لي في الحياة كلها وعونا على المتاعب الدراسة، إلى زوجتي وإخوتي وأخواتي

إلى كل أفراد العائلة دون استثناء، وإلى كل أصدقاء الدراسة الأوفياء الذين شاركوني مشواري

الدراسي

إلى كل من أحبهم وأحبوني الأصدقاء والأحبة وزملاء العمل

إلى كل هؤلاء أهدي جميعا هذا العمل تقديرا و عرفانا

دكمه احمد



ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية كما اعتمد الباحث على استبيان يتكون من (40) عبارة موزعة على محورين هما (السلوك الحركي التنافسي ، السلوك الحركي الجازم)، كما استخدم الباحث المنهج الوصفي لتحقيق فرضيات الدراسة، و تمثلت عينة الدراسة في تلاميذ ثانويات مدينة الطيبات والبالغ عددهم (110) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة قصدية، و استخدم الباحث أساليب المعالجة الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الانحدار الخطي البسيط)، وكانت نتائج الدراسة كالآتي:

- هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

حيث أوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالنشاط البدني التربوي في المرحلة الثانوية، وتقديم الدعم والتشجيع من طرف الوالدين والمسؤولين لتحسين السلوك الحركي.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني التربوي - السلوك الحركي - المرحلة الثانوية

The study aimed to know the impact of educational physical activity on the motor behavior of secondary school students, as the researcher relied on a questionnaire consisting of (40) phrases distributed on two axes: (competitive motor behavior, assertive motor behavior), and the researcher used the descriptive approach to achieve the hypotheses of the study, The sample of the study was represented in the high school students of the city of Al-Tayebat, who numbered (110) male and female students, who were chosen in an intentional way. The researcher used the following statistical treatment methods: (arithmetic mean, standard deviation, simple linear regression), and the results of the study were as follows:

There is an effect of educational physical activity on the competitive motor behavior of secondary school students

There is an effect of educational physical activity on the assertive motor behavior of secondary school students

There is an effect of educational physical activity on the motor behavior of secondary school students

Where the researcher recommended the need to pay attention to educational physical activity in the secondary stage, and to provide support and encouragement by parents and officials to improve motor behavior

Keywords: educational physical activity – motor behavior

فهرس المحتويات

الصفحة	فهرس المحتويات
	الإهداء
	الشكر
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	مقدمة
مدخل عام للدراسة	
05	1-الإشكالية
07	1-1- التساؤلات الفرعية
07	2- الفرضية العامة
07	1-2- الفرضيات الفرعية
07	3- أهداف الدراسة
08	4- أهمية الدراسة
09	5- المفاهيم والمصطلحات
الجانب النظري	
الفصل الأول: الدراسات السابقة والمثابفة	
13	1- عرض الدراسات السابقة والمثابفة
16	2-التعليق والتعليق على الدراسات السابقة والمثابفة
17	1- ماهية النشاط البدني التربوي
17	1-1- تعريف النشاط
17	1-2- تعريف النشاط البدني
17	1-3- تعريف النشاط البدني الرياضي
18	2- أنواع النشاط البدني التربوي
18	1-2- ألعاب هادئة
18	2-2- ألعاب بسيطة
18	2-3- ألعاب المنافسة
19	3- خصائص النشاط البدني التربوي
19	4- أدوار النشاط البدني التربوي لدى المراهق
19	5- الأهداف العامة للنشاط البدني التربوي
19	5-1- أهداف النشاط البدني التربوي من الناحية البدنية
20	5-2- أهداف النشاط البدني التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية
21	1- مفهوم السلوك الحركي
21	2- أهداف السلوك الحركي
21	3-عوامل السلوك الحركي
22	4-العوامل المؤثرة في السلوك الحركي
22	4-1-العوامل الشخصية الخاصة بحالة المتعلم

22	2-4-العوامل الخارجية الخاصة بحالة المتعلم
22	4-3-عوامل متعلقة بالسلوك الحركي
22	5-خصائص السلوك الحركي
22	5-1-الاتصال الإدراك الحركي
23	5-2-تسلسل الاستجابات
23	5-3-تنظيم الاستجابات
23	5-4-التغذية الراجعة
23	6-مراحل السلوك الحركي
23	6-1-مرحلة التوافق الأولي للحركة
24	6-2-مرحلة التوافق الجيد للحركة
24	6-3-مرحلة الثبات والية الحركة
25	7-طرق النقل في السلوك الحركي
25	7-1-النقل من أحد أطراف الجسم إلي الطرف الآخر
25	7-2-النقل من مهارة إلي أخرى
25	7-3-النقل من السهل إلي الصعب
25	7-4-النقل بالاستناد إلي فهم الأسس العامة للحركة
26	1-مفهوم المراهقة
26	2-تعريف المراهقة
26	3-مميزات وخصائص النمو المرحلة (15-18)
27	3-1-النمو الجسمي
27	3-2-النمو الحركي
27	3-3-النمو العقلي والاجتماعي
28	3-4-النمو الفسيولوجي
28	4-أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين
29	5-أنواع المراهقة
29	5-1-مراهقة سوية أو مكيفة
29	5-2-مراهقة انسحابية
29	5-3-مراهقة منحرفة
29	5-4-مراهقة عدوانية
29	6-العوامل المؤثرة في المراهقة
29	6-1-الوراثة
29	6-2-العوامل البيولوجية
30	6-3-البيئة
30	6-4-النضج
30	7-تطور الصفات البدنية والقدرات الحركية أثناء فترة المراهقة
30	7-1-القدرات الحركية
30	7-2-تطور الصفات البدنية
الجانب التطبيقي	
الفصل الثاني: طرق ومنهجية الدراسة	
33	تمهيد
34	1- منهج الدراسة
34	2- الدراسة الاستطلاعية
35	3- متغيرات الدراسة
35	4- مجتمع الدراسة

36	5- عينة الدراسة
36	6- أدوات الدراسة
37	7- مجالات الدراسة
38	8- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة
40	9- الأساليب الإحصائية المستعملة
43	خلاصة
الفصل الثالث: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
45	تمهيد
46	1- عرض وتحليل نتائج الدراسة حسب الفرضيات
46	1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
47	1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
48	1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة
49	2- مناقشة وتفسير الفرضيات
49	1-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
49	2-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
50	2-3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة
51	3- الاستنتاج العام للدراسة
	- الخاتمة
	- الاقتراحات والتوصيات
	- المراجع
	- الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
37	يمثل مفتاح مقياس الأبعاد وأرقام العبارات المتعلقة بكل بعد	1
39	يوضح صدق المقاربة الطرفية للمقياس	2
40	يمثل معامل ثبات الاستبيان بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار	3
40	يمثل معامل ثبات طريقة إلفا كرومباخ	4
46	يوضح نموذج انحدار خطي بسيط يفسر أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.	5
47	يوضح نموذج انحدار خطي بسيط يفسر أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.	6
48	يوضح نموذج انحدار خطي بسيط يفسر أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.	7

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
46	الشكل يوضح السلوك الحركي التنافسي	01
47	الشكل يوضح السلوك الحركي الجازم	02
48	الشكل يوضح السلوك الحركي	03
48	الشكل يوضح النشاط البدني التربوي	04

مقدمة

مقدمة :

أصبح النشاط البدني الرياضي التربوي مجالاً كبيراً يتسابق فيه الكثير من العلماء والمختصين، بدراستهم وبحوثهم لتطوير والنهوض والوصول إلى أقصى استفادة للبشرية من هذا المجال، وهو من أهم العوامل للحفاظ والنهوض بالصحة العامة التي تعتبر مقياس تقدم الأمم، وهي أساس المحافظة على قدرات الشباب والاستفادة منها وتوفيرها فيما يعود بالمنفعة الخاصة والعامة، كما يهدف النشاط البدني الرياضي إلى تنمية القدرات الفردية الجسمية والعقلية والسلوكية حتى يستطيع كوحدة واحدة أن يؤثر في المجتمع .

فالنشاط البدني الرياضي التربوي في صورته التربوية الجديدة وبنظمه وقواعده السليمة وبألوانه المتعددة يشكل ميداناً هاماً من ميادين التربية، وعنصر هاماً وقوياً في إعداد المواطن الصالح، بحيث نزوده بخبرات ومهارات واسعة تجعله بذلك قادراً على أن يشكل حياته، وتعينه على مسايرة العصر ونموه وتعتبر المدرسة من بين المؤسسات التي تساهم في إعداد وتكوين المواطن.

(زيود: 2006، 08)

إذ تبين دراسة سيندر أن الممارسة الرياضية تؤدي دوراً هاماً في تكوين شخصية الفرد، وكذلك أوضح فرويل أن العملية التربوية يجب أن تقوم أساساً على النشاط والعمل والتفكير، وتسعى الأنشطة البدنية والرياضية على اكتساب المهارات الحركية وإتقانها والعناية باللياقة البدنية، من أجل سلوك أفضل وحياة أطول وأكثر نشاطاً وتحصيل المعارف نحو النشاط البدني الرياضي وتنمية الأبعاد والاتجاهات الإيجابية نحو مختلف الأنشطة.

أن إتقان الحركات وأداء المهارات من الأولويات التي أصبحت تفرض نفسها في مختلف الرياضات وخاصة الرياضة الجماعية، بهدف اكتساب مهارات حركية جديدة وإتقانها .

وتعد المهارات الحركية الجري والقفز والرمي بأنواعها من أقدم الرياضات التي مارسها الإنسان منذ فجر التاريخ لتحقيق أهداف وأغراض مختلفة، حيث استخدمها في كل مرحلة من مراحل نموه وتطوره المختلفة وقد جرى الإنسان وراء الفريسة لصيدها بالرمح أو سرعة العدو خوفاً منها، وقفز ليعبر جبلاً أو حفر ما فهي جميعها حركات أساسية فطرية اعتبرها العلماء القاعدة الأساسية في قدرات الفرد البدنية، كل إنسان يتعلم ويكسب خلال حياته أساليب السلوك التي يعيش بها في الظروف البيئية الاجتماعية المحيطة به ومنه فإن التعلم يعتبر عملية أساسية في الحياة، ولهذا الغرض أنشئت مؤسسات تربوية وتعليمية حتى يتم عملية التعليم بكفاءة، وبما أن الطفل ينمو نمواً متكاملاً فلا يختصر إذن التعليم من الجانب العقلي فقط وإنما يشمل كل الجوانب منها العقلية، والسلوكية، والنفس الحركية، ويعتبر التعلم الحركي من العمليات الأساسية لتكوين الفرد وتساهم في تنميته نموًا شاملاً .

التعلم الحركي هو عملية يقوم الكائن خلالها بتعديل السلوك بطريقة اقتصادية ذات نتائج مستديمة بشرط أن يكون هذا السلوك ذلك ظاهريا، وحسب تعريف **جاننيه وستالنج**، واهتم كل من **طاش ويورديو** بخصائص السلوك والدور الاجتماعي وبينو أهمية الممارسة الرياضية عند المراهق، إذ يلجا المراهق إلى ممارسة النشاطات البدنية الرياضية قصد التخفيف من الاضطرابات النفسية والمشاكل الاجتماعية .

المراهقة مرحلة من المراحل الحياة تتميز بسرعة النمو والتغير في كل المظاهر النمائية تقريبا و الجسدية والمعرفية والسلوكية والمهارية، وحسب تقدير معظم الباحثين فان هذه الفترة تغطي السنوات الممتدة من الطفولة إلى الرجولة من العمر، حيث ينتقل الفرد خلالها من عدم النضج الطفولة إلي نضج الرشد وبالتالي فهي بمثابة الجسر الواصل بين هاتين المرحلتين. (رغدة شريم:2009، 17)

يتعرض المراهق للتغيرات المختلفة التي تجعله يقع في صراع مع نفسه ومع من يحطون به، حيث يصبح عنيفا وقلقا وغير مستقر وهذا ما يدفع به إلى اتخاذ أسلوب قد يلحق الضرر بنفسه، ويحاول التأكيد على حاجاته بالانتماء إلى جماعة الرفقاء.

وبممارسة المراهق في الثانوية النشاط البدني الرياضي الذي يسعى إلي تحقيق الأداء الحركي ليضمن له سلوك حركي مميز والياقة البدنية والعقلية، كما يعتبر أسلوبا لتنمية الذات واتزانها، كما تعتبر التربية البدنية والرياضية مصدرا لمجابهة الأزمات البدنية والسلوكية التي تطرأ على الإنسان، فأصبحت المدرسة مؤسسة اجتماعية تحقق النمو المتكامل .

أن النشاط البدني التربوي له أهمية بالغة الأهمية في تحسين الأداء الحركي والتعلم الحركي بالنسبة للإنسان جراء ممارسة للأنشطة البدنية التي تتخذ أشكال اجتماعية كاللعب، والألعاب والتمارين البدنية والتدريب الرياضي ، كما أدرك أن هذه المنافع الناتجة عن الممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني والنفسي وحسب، وإنما تتعرف على الآثار الايجابية للجوانب الحركية والاجتماعية والمهارية والسلوكية، وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا ، وكانت التربية البدنية الرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة ولعل أقدم النصوص التي أثارت إلى أهمية النشاط علي المستوى القومي ما ذكره **سقراط** عندما كتب (على المواطن الصالح أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب إلى نداء الوطن إذا دعي الداعي) كما ذكر **شيرلر** في رسالته جمالية التربية (أن الإنسان يكون أنسانا فقط عندما يلعب)، ويقول المربي الألماني **جون مولن** أن الناس تلعب من اجل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم، ومن هذا وبما أن النشاط البدني التربوي له دور كبير

في الأداء الحركي والمراهقة، ومن هذه المفاهيم جاءت فكرة الدراسة هذه كمحاولة للتعرف على النشاط البدني التربوي وأثره على السلوك الحركي، فقمنا بتقسيم الدراسة إلى :

مدخل عام للدراسة : تناولنا فيه الإشكالية والتساؤلات الفرعية والفرضية العامة ثم الفرضيات الفرعية ثم انتقلنا إلى أهمية الدراسة وبعدها أهداف الدراسة ثم المفاهيم والمصطلحات .

جانب النظري: ويتضمن الفصل الأول وتناولنا فيه الدراسات السابقة والمشابهة وتم عرضها وتحليلها والتعقيب والتعليق عليها، وكذلك تطرقنا إلى ماهية النشاط البدني التربوي والسلوك الحركي والمراهقة .

جانب تطبيقي: ويتضمن **الفصل الثاني** طرق ومنهجية الدراسة، حيث يشمل على الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع، العينة ومجتمع الدراسة، وأدوات ومتغيرات الدراسة، ومجالات الدراسة، الخصائص السيكومترية، الأساليب الإحصائية المستعملة.

الفصل الثالث: وتضمن عرض وتحليل، ومناقشة النتائج، والاستنتاج العام، والخاتمة والاقتراحات والتوصيات المراجع والملاحق.

مدخل عام للدراسة

1-الإشكالية :

يعمل النشاط البدني الترويبي من خلال تعدد أنشطته وتنوعها على إعداد الفرد إعداد متكاملًا ومتوازنًا ، فهو يعتبر من أهم الأنشطة الرياضية البدنية التي اتخذت أشكال جماعية وفردية كاللعب والألعاب والتمرينات البدنية، والنشاط البدني الترويبي هو عبار عن نشاط تعليمي ترويبي أو ما يسمى بدرس التربية البدنية والرياضية بالإضافة للنشاط البدني الترويبي التدريبي التنافسي، وهو مجموع الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية المكملة لبعضها البعض.

(يوسف شكري: 2001، 236)

وقد تطرقت عدة نظريات للتفسير النشاط البدني الترويبي أهمها **نظرية الإعداد للحياة** الذي يري كارل جروس بان اللعب هو الدافع العامل لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وبهذا يكون قد نظرا إلى أن اللعب على انه له غاية كبرى، حيث يقول إن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية فالبنيت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة، وكذلك **نظرية الترويح** التي يؤكد **جتسي مونس** القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويل. والراحة معناه إزالة إرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الاستراحة في البيت أو الحديقة أو ساحات خضراء أو على الشاطئ... الخ .

وكل هذه العمليات تقوم بإزالة التعب عن الفرد وخاصة العامل النفسي ولهذا اتخذ السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العامل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن والمناطق الضيقة ومزعجها. (محمد خطاب:1990، 65-57)

أصبح السلوك الحركي موضوع من المواضيع المهمة التي تهتم مدرس التربية الرياضية و المدرب الرياضي والمتعلم والباحث في مجال النشاط البدني الترويبي، لذا فان معرفة الأسس العلمية للحركة وكيفية تطويرها، ومعرفة كيفية حدوثها ، من أهم نواحي المعرفة التي يجب أن نتزود بها، فالسلوك الحركي هو علم يهتم بدراسة مبادئ الحركة البشرية ويتضمن ثلاثة مجالات هما (التحكم الحركي والتعلم الحركي والتطور الحركي) ، أو هو تغير ثابت نسبيا في الأداء وينقسم إلي التحكم الحركي والتعلم الحركي . (عبد الباسط مبارك:2015،213)

وتوجد عدة نظريات فسرت السلوك الحركي منها نظرية **واطسون السلوكية**، وأوضح **واطسون** أن الطفل الصغير يمكن أن يكتسب استجابة انفعالية مغايرة لما كان قد تعلم في السابق وذلك من خلال اشتراط استجابته، ويرى **واطسون** أن ما يدور في الدماغ هو نشاط غامض وبالتالي لا يمكن دراسته دراسة علمية

لذلك ينبغي التركيز على السلوك الظاهري، ونظرية التعلم الشرطي الإجرائي للعالم الأمريكي **سكينر**، الذي اهتم بالسلوك ومحدداته الخارجية وليس ما يحدث داخل الكائن الحي من ارتباطات ومثيرات واستجابات أما المثيرات المنتجة لهذه الاستجابات فهو ينظر إليها من حيث أنها هي التي تحدد شروط ظهورها فقط. ومن هذا المفهوم فرق **سكينر** بين نوعين من السلوك هما السلوك الاستجابي ويظهر نتيجة لوجود مثيرات محددة في الموقف، وتحدث الاستجابة من هذا النوع من السلوك بمجرد ظهور المثير المسؤول عن إصدارها مباشرة، والسلوك الإجرائي الذي يطلق عليه السلوك الوسيلي وهو الذي يصعب تحديد المثيرات المسؤولة عن إصداره، فاللاعب الذي يصب الكرة أثناء المباراة يكون من الصعب عليه تحديد المثيرات المنتجة لهذا السلوك المركب و من ثم لا يجب الاهتمام بهذه المثيرات، فالسلوك هو إجراء يصدر نتيجة التفاعل بين مثيرات الموقف وليس نتيجة لارتباطات سابقة بين مثيرات معينة واستجابات محددة ، ويحدد ثلاثة أنواع من المثيرات هي المثيرات المصدرة والمثيرات المعززة والمثيرات المميزة .

(وسام صلاح عبد الحسين وآخرون: 2014، 35-36)

مرحلة المراهقة من أهم المراحل في حياة الإنسان فهي المرحلة التي تبني عليها شخصية الإنسان بكامل معالمها وسماتها، وبالتالي تكون هي الأساس الذي تبني عليه حياة الإنسان، فالمراهقة هي فترة من النمو والتحول من عدم النضج الطفولة إلى النضج الرشد وفترة إعداد للمستقبل وبهذا المعنى فإنها تعتبر بمثابة الجسر الواصل بين مرحلتَي الطفولة والرشد.

ويوجد عدة نظريات فسره مرحلة المراهقة منها **نظرية ستانلي هول** الذي يعتقد بأن المراهقة فترة عصيان وتمرد ومرحلة عواصف وتوتر، حيث تتميز هذه المرحلة بالتغير وعدم الاستقرار ولا يصل الفرد إلى النضج إلا في نهايتها، فهو يرى أن التفكير المراهق ومشاعره وأفعاله تتذبذب بين الغرور والتواضع، فهي فترة مجهدة وعواطف متقلبة يخرج منها الشاب الصغير أقوى خلقياً، وكذلك نظرية **سيجموند فرويد** الذي يعتبر المنظر الرئيسي لنظرية التحليل النفسي، وقد طور نظريته من خلال عمله مع مرضاه، واصفا هذه المرحلة بأنها استثارة جنسية وقلق واضطراب في الشخصية في

بعض الأحيان، واعتبر السنوات المبكرة من العمر هي التي تشكل حياة الطفل .
(رعدة شريم:38،2009/40)

من خلال ما سبق يبرز لنا علاقة النشاط البدني التربوي بالسلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ولهذه الأسباب والعوامل نطرح التساؤل التالي:

هل هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

1-1- التساؤلات الفرعية:

1- هل هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

2- هل هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

2- الفرضية العامة :

هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

1-2- الفرضيات الفرعية :

1-هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

2- هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

3- أهداف الدراسة :

إن دراستنا هذه تتمحور بشكل عام في التعرف على أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلميذ المرحلة الثانوية، لذلك فدراستنا لديها جملة من الأهداف تمحوره في نقاط أساسية وهي:

- إبراز أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي

- إبراز أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم

- إبراز أثر ممارسة النشاط البدني التربوي في تأثيره على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

4- أهمية الدراسة :

تعتبر هذه الدراسة من الدراسات الحديثة في المجال الرياضي التربوي، كونها أحد المواضيع التي حظيت بعناية الباحثين في مختلف التخصصات، وهذا بما فيه من دلالة على أهمية المكانة البحثية لهذا الموضوع، حيث نجد الدراسة الحالية تبحث في اثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلميذ المرحلة الثانوية، فإن أهمية البحث تظهر في الجوانب التالية:

4-1- الأهمية العلمية:

- توضيح الأثر القائم بين النشاط البدني التربوي والسلوك الحركي
- إلقاء الضوء على طبيعة السلوك الحركي لدى المراهقين
- تقديم إضافة جديدة لدراسة أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي
- تحديد نوع التأثير القائم بين النشاط البدني التربوي والسلوك الحركي
- إضافة دراسة علمية تفيد في إطلاع المهتمين بالمجال التربوي بمختلف مستويات السلوك الحركي لدى تلميذ المرحلة الثانوية
- تمكين القارئ من معرفة أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي
- تكميل و تعديل الدراسات والبحوث السابقة المتتالية لهذا الموضوع
- إثراء المكتبة بالمعلومات اللازمة لهذا الموضوع

4-2- الأهمية العملية:

- تقديم إرشادات وتوصيات فيما يخص تأثير النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي
- أخذها كمنطلق لدراسات أخرى في المستقبل
- تساعد نتائج هذه الدراسة على إظهار السلوك الحركي وعلاقته بالنشاط البدني التربوي
- رفع مستوى السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية
- كشف المشاكل المتعلقة بتطوير السلوك الحركي ومحاولة الوصول به إلى أعلى مستوى ممكن

5- المفاهيم والمصطلحات :

5-1 النشاط البدني التربوي :

اصطلاحا :

هو ميدان من التربية عموما، والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصر فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه النمو البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع . (فرحات:2001، 211)

لغويا :

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إثباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية .

(أمين أنوار الخولى، آخرون:1990، 20)

التعريف الإجرائي :

هي مجموع الأنشطة البدنية والرياضية المقررة في مناهج مادة التربية البدنية والرياضية للمرحلة الثانوية المعتمدة للتدريس من قبل وزارة التربية الوطنية، وتكون عن طريق تمرينات وألعاب بدنية ورياضية، فردية وجماعية يقوم بها أستاذ مادة التربية البدنية والرياضية، في حصة التربية البدنية والرياضية، وفق توقيت زمني ضمن التوقيت الأسبوعي للتلاميذ المقدر بـ ساعتين أسبوعيا

5-2 السلوك الحركي :

اصطلاحا :

يعرفه كرونباخ على أنه أي تغير شبه ثابت في السلوك نتيجة للخبرة أما كلاوز ماير فينظر إليه على أنه تغير في السلوك نتيجة لشكل أو أشكال الخبرة أو النشاط أو التدريب أو الملاحظة. (عماد عبد الرحيم الزغول:2012، 82)

لغويا :

نشاط حركي يصدر عن الكائن الحي

التعريف الإجرائي :

هو تغير في سلوك تلاميذ المرحلة الثانوية الذي نلاحظه أثناء ممارستهم للنشاط البدني التربوي من خلال السلوك الحركي التنافسي، والسلوك الحركي الجازم.

اصطلاحا :

هي مشتقة من المصطلح اللاتيني " adolece " ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعالي والعقلي أي " النمو " أو " النمو إلى النضج " ويستخدم علماء النفس هذا المصطلح للإشارة إلى النمو النفسي والتغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد. ويتفق علماء النفس على أن المراهقة تبدأ بتغيرات جسمية يتبعها البلوغ وتنتهي بإتمام حالة الرشد الكامل التي تقاس بالنضج الاجتماعي والبدني وإن كانت هذه الجوانب للنمو لا تتم في وقت واحد. (هدى محمد قناوي: 1992، 3)

لغويا :

إن كلمة المراهقة لغة تفيد معني الاقتراب أو الدنو من الحلم و بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعني في الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج. (فؤاد البهي السيد: 1994، 05)

التعريف الإجرائي :

المراهقة المتأخرة الممتدة من 15 - 18 سنة من العمر التي تتزامن مع وجود التلميز في الثانوية وتشمل علي عدة تغيرات عقلية و جسمانية و سلوكية، ويكتمل فيها النضج البدني والجنسي .

الجانب النظري

الفصل الأول

الدراسات السابقة والمشابهة

1- الدراسات السابقة والمثابفة :

1-1-الدراسة قاسمي فيصل بعنوان " مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك الجازم لدي لاعبي كرة القدم فئة

أشبال ولاية بجاية" سنة 2009، بجامعة محمد خيضر بسكرة

المستوي: ماجستير

أهم الفرضيات:

- توجد علاقة ارتباطيه ايجابية بين مستويات مفهوم الذات ومستوي السلوك الجازم لدي لاعبي كرة القدم

فئة أشبال على مستوى ولاية بجاية

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

العينة: عينة عشوائية

أدوات المستخدمة: مقياس تنسي لمفهوم الذات

أهم النتائج:

أنها توجد علاقة ارتباطيه ايجابية بين مستويات مفهوم الذات ومستوي السلوك الجازم لدي لاعبي كرة القدم.

أهم الاستنتاجات:

أن مفهوم الذات الإيجابي لدى الفرد الرياضي يؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس والرغبة في تحقيق الأهداف أما

فبما يخص مرحلة المراهقة الوسطي (15-17) أنها بمثابة المرحلة المثلي لنمو بعض الصفات البدنية

والنفسية، ويتالي تنمية اللعب الرجولي أو ما يسمى بالسلوك الجازم.

1-2- دراسة سليم حمادي بعنوان " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في ضبط النشاط الحركي الزائد

لدى تلاميذ السنة الخامسة " سنة 2017 بجامعة قاصدي مرياح ورقلة .

المستوي: ماستر

أهم الفرضيات:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النشاط الحركي الزائد بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين

وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الحركة المفرطة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي

الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

العينة: العينة العشوائية البسيطة

أدوات المستخدمة: مقياس ضبط النشاط الحركي الزائد

أهم النتائج:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط

الحركي الزائد لصالح التلاميذ الممارسين في مقياس النشاط الحركي الزائد

أهم الاستنتاجات:

هناك دور ايجابي للممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي على النشاط الحركي الزائد لتلاميذ سنة

الخامسة ابتدائي، ومن خلال أبعاده (الاندفاعية وضعف الانتباه و الحركة المفرطة)

1-3- دراسة كاتب نجيب و فارس سيف الدين بعنوان " علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة

المهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية أم البواقي"، سنة 2017،

بجامعة العربي بن مهيدي ، أم البواقي

المستوي: ماستر

منشورة

أهم الفرضية:

- تساهم طرق التعلم الحركي بصورة متفاوتة على بناء الكفاءة المهارية في التربية الرياضية لدى تلاميذ

الطور المتوسط ولاية أم البواقي

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

العينة: عينة عشوائية

أدوات المستخدمة: الاستبيان

أهم النتائج:

- الطريقة المختلطة تتميز بسرعة اكتساب المهارات الحركية، وهي أكثر الطرق مساهمة علي تعليم

المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط

أهم الاستنتاجات:

تنوع طرق التعلم الحركي يساهم بصورة متفاوتة علي تعليم المهارات الحركية لدي المراهقين

الطريقة المختلطة هي أفضل الطرق المستخدمة لتعليم المهارات الحركية لدى التلاميذ

1-4-دراسة نايل كمال عزيز بعنوان: أثر النشاط البدني الرياضي التربوي على مستويات الاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، دراسة ميدانية لتلميذات الصحراء الغربية نموذجاً لولايتي الأوغوط-الجلفة

السنة: 2018/2017

الجامعة: جامعة زيان عاشور ولاية الجلف

المستوي: دكتورا نظام (LMD)

أهم الفرضيات:

تساهم ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي في التقليل من مستويات الاغتراب النفسي لدي تلميذات الصحراء الغربية لمرحلة الثانوي هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى العجز لدى تلميذات الصحراء الغربية الممارسات وغير ممارسات للنشاط البدني الرياضي التربوي لصالح العينة الممارسة

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

العينة: عينة قصدية

أدوات المستخدمة: مقياس الاغتراب النفسي

أهم النتائج:

تساهم ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي في التقليل من مستويات الاغتراب النفسي لدي تلميذات الصحراء الغربية لمرحلة الثانوي

أهم الاستنتاجات:

ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي إذا طبقا بطريقة ايجابية من طرف الأستاذ والمؤسسة التعليمية يساعد كثيرا في إخراج التلميذ من القوقعة التي يخلقها له الاغتراب النفسي والتي يتخبط في داخله

1-5-دراسة بن يحي محمد أنور بعنوان " مستويات السلوك التنافسي أثناء الحصص التطبيقية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاط البدني المسيلة، دراسة ميدانية لطلبة المعهد، سنة 2020، بجامعة محمد بوضياف المسيلة.

-المستوى: ماستر

- منشورة

أهم فرضية :

-يتغير مستوى السلوك التنافسي أثناء الحصص التطبيقية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

-المنهج المتبع: المنهج الوصفي

-العينة: عينة عشوائية

-أدوات المستخدمة: مقياس السلوك التنافسي

-أهم النتائج:

مستوي السلوك التنافسي أثناء الحصص التطبيقية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية يتغير وهذا لعدة أسباب منها الثقة بالنفس والاستعداد الذهني والنفسي، وكذلك الإصابات وانتقاد المدرب
أهم الاستنتاجات:

مستوي بعض السلوك التنافسي يتغير أثناء الحصص التطبيقية لدى طلبة المعهد، وعليه ضرورة الاهتمام بتعزيز وتطوير الجوانب السيكلوجية التي تلعب دورا كبيرا وهاما في مختلف الطاقات البدنية والمهارية لهؤلاء.

2-التعليق والتعليق على الدراسات السابقة والمثابفة:

يتضح لنا من خلال الدراسات السابقة والمثابفة مدى أهمية دراسة النشاط البدني التربوي و السلوك الحركي، لما لهما من آثار إيجابية بالنسبة للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي، على مختلف جوانب الحياة، إلا أننا لم نجد أيا من الدراسات التي تناولت السلوك الحركي، أو المتغيرين معا، فمن خلال الدراسات المثابفة والمترابطة سنتمكن من الاستفادة منها من حيث شكل الإطار النظري والإجراءات المستخدمة في تلك البحوث ، كالمناهج المتبع الذي كان في أغلب الدراسات المنهج الوصفي الذي يشبه منهج دراستنا، وكذلك العينة التي كانت عشوائية بسيطة في معظم الدراسات، أما في دراستنا استخدمنا عينة قصدية مثلما استخدمه في دراسة نايل كسال عزيز، أما الأدوات المستخدمة في الدراسات المثابفة هي المقياس، أما في دراستنا استخدمنا الاستبيان، وكذلك من خلال النتائج المتوصل إليها في تلك الدراسات ومقارنتها بالنتائج التي نحن بصدد

1- ماهية النشاط البدني التربوي :

1-1 تعريف النشاط :

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجة الفرد ودوافعه وذلك من خلال تحديد المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية . (أمين أنوار الخولي: 1996 ، 20)

2-1 تعريف النشاط البدني :

يقصد به المجال الكلي للحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والترصص في مقابل الكسل والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان والتي استخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز Larsen الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنشطة الفرعية الأخرى . (أمين أنوار خولي: 2002 ، 12)

3-1 تعريف النشاط البدني الرياضي :

يعتبر النشاط البدني الرياضي احد الأشكال الراقية لظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً والأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني ويعرف (مات فيف) بأنه نشاط ذو نشاط خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها، وبذلك ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني لهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته، وتضيف (كوسولا) أن التنافس سميت أساسية تضيف علي النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً وذلك لأن النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث انه كائن اجتماعي ثقافي. أو نسبه إليه، ويتميز النشاط الرياضي على بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص ومن دونه لا يمكن أن نغير أي نشاط انه نشاط رياضي مؤسس على قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد كنزت على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً والنشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطريقة اللعب .

إن النشاط البدني الرياضي عبارة على مجموعة من المهارات، متعلمة من اتجاهات يمكن أن يتعلمها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعهم، حيث أن ممارسة النشاط البدني الرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط إلا انه يتم

النشاط البدني التربوي

التأثير الايجابي على جوانب أخرى إلا وهي نفسية واجتماعية، عقلية والمعرفية، الحركية والمهارية، جمالي وفني وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملا منسقا متكاملًا .

(أمين أنوار الخولي: 2002، ص22)

2- أنواع النشاط البدني التربوي :

إذا أردنا إن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة إن هناك نشاط يمارسه الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، العاب القوي، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما النشاط الأخرى فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق مثل كرة السلة، كرة القدم، كرة اليد، فرق التتابع في السباحة، لهوكي .

هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكن تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلي كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلي ذلك ومنها :

2-1 العاب هادئة :

لا تحتاج إلي مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو إحدى الغرف و اغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم .

2-2 العاب بسيطة :

ترجع بساطتها إلي خلوها من التفاصيل وكثرت القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال .

2-3 العاب المنافسة :

تحتاج إلي مهارات وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب، يتنافس فيه الأشخاص فردياً وجماعياً .

إن بما أن المنافسة تشترط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفر جميع الشروط من قبل احد المتنافسين من اجل تحقيق الفوز .

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى النشاط اللاصفي للتربية البدنية، فانه يعتبر احدي الأجزاء المكتملة لبرنامج التربية البدنية ومحقق نفس أصدائها، وينقسم بدوره إلي نشاط داخلي ونشاط

خارجي . (على يحي منصور: 1971، 20)

3- خصائص النشاط البدني التربوي :

يتميز النشاط البدني التربوي بعدة خصائص متنوعة منها :

- النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي وهو يعتبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع
- خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.
- أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو تدريب ثم تنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، يؤثر المجهود الكبير على سر العمليات النفسية لفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.
- لا يوجد أي نوع من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحيات، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيط ومجتمع، حتى يستطيع إخراج العبء الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.

(إبراهيم رحمة: 1988، 122)

4- أدوار النشاط البدني التربوي لدى المراهق :

يلعب النشاط البدني الرياضي دورا فعالا في حياة المراهق فهو يساعده علي تنمية الكفاءة الرياضية والمهارات البدنية النافعة في حياته اليومية و التي تمكنه من اجتياز بعض الصعوبات والمخاطر التي تعيقه كما أن للنشاط الرياضي دورا في تنمية القدرات الذهنية والعقلية التي تجعله متمكن في مختلف المجالات كالدراسة ومختلف الإبداعات ... والنشاط الرياضي يستغل أوقات الفراغ لدى المراهق، فهو ينمي فيه صفات القيادة الصالحة، والتبعية السليمة بين المواطنين، ويفضل النشاط الرياضي تتاح الفرصة للطامحين للوصول إلى مرتبة البطولة في المنافسات الرياضية، كما أنه ينمي في المراهقين الصفات الخلقية، ويدمجه في المجتمع. ونجد عرض أدوار النشاط الرياضي في جمهورية ألمانيا الغربية سابقا:

- تحسين الحالة الصحية للمواطن. - النمو الكامل للحالة البدنية كأساس من أجل الإنتاج و النمو الكامل للناحية البدنية كأساس للدفاع عن الوطن - التقدم بالمستويات العالية.

5- الأهداف العامة للنشاط البدني التربوي :

5-1 أهداف النشاط البدني التربوي من الناحية البدنية :

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده

النشاط البدني التربوي

على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة، السرعة المرونة والقدرة العضلية. فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

5-2 أهداف النشاط البدني التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية :

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي. كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة. فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أبا وعونا موجهها وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضوا في جماعة منطقتة. فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب للوثام المدني، فهي تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة .

(عصام عبد الخالق:1992، 11-10)

1- مفهوم السلوك الحركي :

يعرف السلوك الحركي بأنه تطور في المهارة الحركية الناتجة عن الشروط التجريبية والتطبيقية وليس بسبب العمليات النضجية أو الوظائف الفسيولوجية .

كما يقصد بالسلوك الحركي مجموعة العمليات التي تحدث من خلال التمرينات أو الخبرات والتي تؤدي إلى تغير ثابت في قدرة أو مهارة الأداء.

هو عملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو تبديل قابليته عن طريق الممارسة والتجربة . (موفق أسعد محمود: 2009، 18-19)

هو تعديل وتغيير في السلوك نتيجة الممارسة على أن يكون هذا التعديل والتغيير ثابت نسبيا، ولا يكون مؤقتا هرمونا بظروف أو حالات طارئة. (يوسف قطامي آخرون: 2000، 12)

السلوك الحركي هو تغير يحدث في الأعصاب نتيجة تراكم الخبرات لذا فإن هنالك عملية داخلية تحدث ويكون نتيجة لهاته العملية هو التغير الحاصل في السلوك الحركي، وأن التغيير يمكن تقومه بصورة غير مباشرة عن طريق السلوك الحركي. (يعرب خيون احمد البدوي: 2002، 17)

2- أهداف السلوك الحركي :

للسلوك الحركي أهداف كثيرة وواضحة لها أهميتها فعند تعلم المبتدئ أي مهارة أو حركة معينة على المعلم أن يحقق هدفين يقوم بإيصالهما إلى المتعلم وهما :

- الهدف التعليمي :

يقتضي بنقل محتوى المهارة إلى ذهن المتعلم أي تزويده بالمعلومات الموجودة لديه والعمل علي تصحيح الأخطاء منذ البداية حتي يتمكن من التقدم في مستوى الأداء الحركي نحو الأفضل.

- الهدف التربوي :

يقتضي بتوظيف الفكرة العامة للوحدة التعليمية اجتماعيا أي ضرورة الإفادة من مفهوم الوحدة التعليمية في الحياة العملية، لذا فإن أهداف السلوك الحركي لها أثر كبير في معرفة حاجات المجتمع.

(خالدة عبد زيد الدليمي: 2011، 46)

3- عوامل السلوك الحركي :

- الاستيعاب (الوضوح، السهولة، التدرج)

- الإتقان والثبات والتجارب السابقة

- التشويق والإثارة

- الممارسة

- دافع الحركة

- تأثير المجتمع والبيئة

- النضج

- النمط الجسمي

- المزاج وأنماطه

(ناهد عبد زيد الدليمي: 2002، 16)

4- العوامل المؤثرة في السلوك الحركي :

توجد العديد من العوامل والتي تؤثر في المواقف التعليمية، وتستوجب من المعلم الإدراك حتي يتمكن من ضبط هذه العوامل والتحكم بتأثيراتها وتقسّم هذه العوامل إلي الآتي :

4-1- العوامل الشخصية الخاصة بحالة المتعلم :

العمر والجنس، الخبرات السابقة، الذكاء، النضج الانفعالي، القدرات الحركية العامة، المستوى الاجتماعي، سلامة الأجهزة الداخلية ولياقتها.

4-2- العوامل الخارجية الخاصة بحالة المتعلم :

المنهج التعليمي وأساليبه، الأدوات التعليمية، مكان عملية السلوك الحركي ووقته، المدرس، البيئة الاجتماعية.

4-3- عوامل متعلقة بالسلوك الحركي :

التكرار يساعد علي تكوين روابط، ضرورة وجود الإثارة التي تحقق الاستجابة الحركية، الضيق وعدم الارتياح من بعض الحركات يعمل على إضعاف رغبة المتعلم، تكوين روابط بين الموقف التعليمي ورد الفعل لإتمام عملية التعلم، القيام باستجابات متعددة قبل الوصول إلي الاستجابة الصحيحة .
(يعرب خيون احمد البدوي: 2002، 26)

5- خصائص السلوك الحركي :

5-1- الاتصال الإدراك الحركي :

يعتبر الخطوة النهائية من مهام السلوك الحركي، هذا يعني ضرورة وجود علاقة بين المثيرات القادمة (المستقبلية) كمصدر للتزويد بالمعلومات وبين تتابع حدوث الحركة لإنجاز المهمة الحركية.

5-2- تسلسل الاستجابات :

تتكون الأنماط السلوكية الحركية من تتابع متسلسل للحركات والتي يعتمد فيها علي كل استجابة بصورة جزئية علي الأقل علي الاستجابات التي تظهر قبل تلك التي لم تصدر بعد.

5-3- تنظيم الاستجابات :

إن تنظيم الاستجابات الحركية يعتبر خاصية مهمة لنجاح عملية السلوك الحركي، فيمكن أن يحدث السلوك الحركي لأي مهارة إذا لم ينظم تسلسل الاستجابات المختلفة المكونة للمهارة، وبذلك فتنظيم الاستجابات يعمل على نجاح عملية السلوك الحركي.

5-4- التغذية الراجعة :

يمكن تعريفها في هذا المجال بأنها معرفة النتائج وتقويمها والاستفادة منها عن طريق المعلومات الواردة للمتعلم نتيجة سلوك حركي جديد، وقد تكون تلك النتائج من مصادر خارجية أو تستشار من مصادر داخلية. (بسطويسي احمد: 1996، 69-71)

6- مراحل السلوك الحركي

تبين مراحل السلوك الحركي القاعدة التي يسير عليها التطور في تكوين حركات جديدة منظمة، كما انه يمكن تحديدها عن طريق الملاحظة والمقارنة لكثير من العمليات في الرياضة أو في الأعمال البدنية

6-1- مرحلة التوافق الأولي للحركة :

لقد سمي " ماينل " تلك المرحلة بالإضافة إلي مرحلة التوافق الأولي للحركة بمرحلة الاكتساب الأولي أو مرحلة الإدراك الأولي، أو مرحلة الخام للحركة.

وعلى ذلك تهدف تلك المرحلة إلى اكتساب المتعلم وإدراكه التوافق الحركي الأول للمهارة، والذي يسمى "بالشكل الخام " ومجال تلك المرحلة درس التربية البدنية في المدرسة أو أول مرحلة من مراحل تعلم الناشئين في الأندية الرياضية.

يمكن الوصول إلي " اللحظة الحاسمة " والتي يصفها بلحظة التوافق الأولي أو الخام عن طريق أسلوبين هما الاكتساب الغير متعلم والاكتساب المتعلم

- الاكتساب الغير متعلم :

يسميه مانيل بالتعلم الحر حيث أنها طريقة غير موجهة وتتم بالطريقة الذاتية للمتعلم والاكتشاف الشخصي المبني علي المحاولة والخطأ، حتي تتقارب أجزاء الحركة ويحدث التوافق الأول لها.

- الاكتساب المتعلم :

يتم عن طريق المعلم حيث يتبع طريقة خاصة وأسلوب معين، فتعلم المهارات الرياضية المختلفة يكون بواسطة المعلم في الدرس أو خارجه، ويذكر " شابل " بأن تعلم الشكل الأول للحركة يكون مناسباً في سن الطفولة، حيث يتعلم الأطفال تلك المهارات ويقبلون عليها بشغف .

6-2- مرحلة التوافق الجيد للحركة :

لقد سميت تلك المرحلة بمرحلة الاكتساب الجيد للحركة أو التوافق أو الأداء الجيد للحركة. وتهدف هذه المرحلة إلى التخلص من معظم الأخطاء الفنية الكثيرة والتي تتميز بها المرحلة التعليمية السابقة حتى تبدو الحركة نظيفة خالية من الزوايا الحادة والحركات الغريبة في مسار الحركة. ويقول " شنابل " في هذه المرحلة، إن من أهم أهدافها التخلص من الحركات المصاحبة والزائدة والتي تسبب النشور الحركي وحتى لا يكون جهد مبدول زائد ولا لزوم له، وبذلك يتمكن اللاعب من أداء حركة خالية نسبياً من الأخطاء الفنية الكثيرة، وحتى يتمكن من توجيه أعضاء جسمه بدقة وانسيابية ويظهر إيقاع الحركة جميلاً وموزوناً. (بسطوسي احمد: 1996، 78-90)

التوافق الدقيق هو قدرة الجهاز العصبي على تنظيم العضلي، أي تنظيم القوة الداخلية لتنسجم مع القوة الخارجية فتتجنب الحركات الزائدة لهذا يصبح التوافق منسجم مع الحركة، ومن مميزات هذه المرحلة :

- تتطور وتترتب المهارة نتيجة الإحساس بالأداء الخاطئ فيتولد انسجام للحركة.
- تطور التوقع الحركي والرشاقة في أداء الحركات.
- كبت الخوف مما يؤثر على التوافق الدقيق ويطوره .
- الإعادة والتكرار والتفكير الجيد يؤدي إلى الدقة ويعزل الحركات الزائدة والغير الصحيحة .
- التوافق الدقيق يتميز بانسجام التكتيك مع بداية تعلم التكتيك .
- تطور الانسيابية في مجال وزمن الحركة .

6-3- مرحلة ثبات والية الحركة :

وبعني أن الحركة أو المهارة تؤدي أوتوماتيكياً مهما كانت الظروف الخارجية، إذ إن الحركة أصبحت برنامجاً محسوباً على الذاكرة الحركية ومنسجماً مع الأداء الحركي، وتتميز هذه المرحلة بالقدرة على ربط الحركات والمجموعات الحركية مع بعضها وتوجيه الحركة والتصرف بها، كما إن تطور قابلية التوافق الحركي هي الأساس في تطور . (عبد الحسين متعب: 2014، 26)

7- طرق النقل في السلوك الحركي:

7-1- النقل من أحد أطراف الجسم إلى الطرف الآخر:

لقد أثبتت العديد من البحوث أن المهارة التي نتعلمها بالرجل اليمني يمكن نقلها بسهولة إلى الرجل اليسرى بعد شيء من التدريب .

7-2- النقل من مهارة إلى أخرى:

يتم نقل بعض العناصر المتشابهة بين عدد من الألعاب.

7-3- النقل من السهل إلى الصعب:

إن التدرج في تعلم المهارات السهلة ثم الانتقال إلى الأصعب مستمد من ملاحظتنا، لأن عملية النقل ستكون أسهل إذا تدرجنا من ناحية الصعوبة.

7-4- النقل بالاستناد إلى فهم الأسس العامة للحركة:

إن فهم اللاعب للأسس العامة التي تؤثر على خط سير الحركة، وارتدادها يساعد في تعلم المهارات التي تتطلب ارتداد الحركة، وكذلك فإن من المهم فهم اللاعب للقوانين الفيزيائية التي تؤثر على الحركة، وكذلك إذا استطاع اللاعب فهم المبادئ العامة فإنه يستطيع استخدامها لصالح تعلم مهارة جيدة.

(محمد عوض بسيوني و آخرون: 1987، 62-81)

1- مفهوم المراهقة :

إن المراهقة مصطلح، وصفي لفترة أو مرحلة من العمر، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة، ويكون قد اقترب من النضج العقلي، والجسدي، والبدني وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة، وبداية الرشد.

وبذلك المراهق لا طفلا، ولا راشدا إنما يقع في داخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها (عبد الله الجسماني) " بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا في ما يصبون إليه من وسائل وغايات "

(عبد العالي الجسماني:1994، ص195)

2- تعريف المراهقة:

2-1- لغة:

جاء علي لسان العرب لابن منظور، زاهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق، وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم، ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر.

(أبو الفضل جمال الدين ابن المنصور: 1997، ص430)

2-2 - اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق علي الفرد غير الناضج انفعاليا وجسمانيا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.

(أمين أنوار الخولي و آخرون:1998، ص58)

3- مميزات وخصائص النمو المرحلة (15-18):

تجمع هذه المرحلة بين خصائص مرحلتي النضج والرشد حيث تختلف الخصائص البدنية والحركية والانفعالية في بداية المرحلة عن نهايتها، إذ يتعرض الفرد في بدا هذه المرحلة لعمليات التغيير السريع وغير المستقر بدنيا وعقليا، ولكن يصل بالترج إلى مرحلة النضج والواقعية ويزداد معها اهتمامه بالاستقلالية وتزداد اهتماماته الأساسية في الحياة صحيا، اجتماعيا.

وتعتبر هذه المرحلة هامة لغرس القيم لدي الأفراد وتطوير اتجاهاتهم الصحية والاجتماعية والمهارية.

(إيلي عبد العزيز: 2003، ص226)

3-1- النمو الجسمي:

تتميز هذه المرحلة بالبطء في النمو الجسماني، ويلاحظ استعادة الفتى والفتاة لنتاسق الجسم. كما تظهر الفروق المميزة في تركيب جسم الفتى والفتاة بصورة جلية، ويزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة اكبر من نمو العظام حتى يستعيد الفرد اتزانه الجسمي، ويصل الفتيان والفتيات إلى نضجهم البدني الكامل تقريبا. (محمد حسن علاوي:1998، 132)

3-2- النمو الحركي:

يظهر في هذه المرحلة الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب الحركي وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسين والرقى لتصل إلى درجة عالية من الجودة كما يلاحظ ارتقاء بمستوي التوافق العضلي العصبي.

وفيها يكتسب الفرد ويتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها إضافة إلى ذلك زيادة قوة العضلات الذي يتميز به الفتى يساعد الكثير على ممارسة أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية التي تحتاج إلى القوة العضلية. كما أن زيادة مرونة العضلات الفتاة تسهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجهاز والتمرينات الفنية.

3-3- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي:

تشير بعض الدراسات إلى النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي في هذه المرحلة يتميز بعدة خصائص منها:
1-ازدياد الخبرات المكتسبة من مراحل النمو السابقة، والإفادة منها في الحكم على الأشياء ورسم الخطة الشخصية لتحقيق حاجاته وميوله.

2-تنضج القدرات العقلية المختلفة ونظهر الفروق الفردية في القدرات، وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بالتفوق الرياضي فيها واتضح المهارات .

3-ازدياد النزعة في الاستقلال في الرأي والتصرف حتي يشعر بالمساواة مع الكبار .

4-زيادة ميل كل جنس إلى الجنس الآخر، ويصاحب زيادة الاهتمام بالمظهر والتأنق في الملبس واختيار الألوان الملفتة للانتباه .

5-زيادة الرغبة في الاشتراك مع أفراد شلته وتبادل الأحاديث معهم في موضوعات مختلفة .

6-بدا الاهتمام بالتخصص في الدراسات أو المهنة وازدياد التفكير في أمر العمل للمستقبل، أو تكوين أسرة خاصة بالنسبة لفتيات.

7-الميل للحفلات الجماعية والألعاب المشتركة وخاصة التي يشترك فيها الجنسان.

- 8- حساسية زائدة إما بالهروب من الواقع وكبت الانفعالات، أو بالانطلاق المؤدي إلى التهور الذي يعقبه التخاذل ولوم النفس بسبب الحاجة إلى تهدئة التوتر العصبي .
- 9 - الحاجة إلى اللعب والراحة والاسترخاء والتغذية الكافية.
- 10- الحاجة إلى ممارسة نشاط تعاوني مع من هم في سنه .

3-4- النمو الفسيولوجي:

يتابع النمو الفسيولوجي في هذه المرحلة تقدمه نحو النضج بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوطا نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي، مع زيادته بعد مجهود فكري وهذا دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، ومما يؤكد تحسن التحمل في تلك المرحلة هو انخفاض نسبة الأكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد هذا بالإضافة إلى التوازن عددي مميز والذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفسيولوجية الحركية، الحسية والانفعالية للفرد، والتي تعمل على اكتمال شخصية الفرد المتعددة الجوانب. (بسطويسي احمد:1996، 148-149-183)

4- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين:

إن الرياضة عملية تسلية، وترويح لكلا الجنسين، هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا، وبدنيا كما تزوده من المهارات، والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس، والمشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية، وعصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها علي جملة من القيم المفيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي، وقدراته من أجل شغل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق، والملل، وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا، وفكريا فيستسلم حتما للراحة، والنمو بدلا من أن يستسلم للكسل والخمول.

وبضيع وقته فيما لا يرضي الله، ولا النفس، ولا المجتمع، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية، والنوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على:

- ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية، والنفسية، والعقلية التي يمر بها.
- إعطاء المراهق نوعا من الحرية و تحميله بعض المسؤولية التي تتناسب مع قدراته، واستعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.
- التقليل من الأوامر والنواهي.

المراهقة

- مساعدة المراهق على اكتساب المهارات، والخبرات المختلفة في الميادين الثقافية، والرياضية لتوفير الوسائل، والإمكانيات، والجو الذي يلائم ميول المراهق فهم دائماً في حاجة ماسة إلى النصح، والإرشاد والتشجيع، فعلي المدرب أداء دوره في إرشاد، وتوجيه وبث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم. (معروف رزيق: 1986، ص 15)

5- أنواع المراهقة:

5-1- مراهقة سوية أو مكيفة:

خالية من المشاكل والصعوبات، وتتسم بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع التوترات السلبية، وتتميز فيها علاقة المراهق بالآخرين بالحسن والتفتح .

5-2- مراهقة انسحابية:

حيث ينسحب المراهق فيها عن مجتمع الأسرة ومجتمع الأفراد ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه، حيث يتأمل ذاته ومشكلاته، وهي معاكسة للمراهقة المكيفة والسوية .

5-3- مراهقة منحرفة:

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة علي التكيف مع آراء الآخرين.

5-4 - مراهقة عدوانية:

حيث يتسم سلوك المراهق بالعدوانية على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء، وكذلك يتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع، وعدم التكيف والتحلي بالصفات الخلقية (عبد الرحمان العيسوي: 1995، 45)

6- العوامل المؤثرة في المراهقة: هنالك عدة عوامل تؤثر في المراهقة ونذكر منها ما يلي:

6-1- الوراثة:

نشير في معناها العام إلى انتقال صفات معينة من جيل إلى جيل، وفي إطار هذا المعني يسميها البعض النقل الثقافي بالوراثة الاجتماعية ويرون أن شخصية الإنسان هي نتاج وراثتين: الوراثة الاجتماعية والوراثة البيولوجية.

6-2- العوامل البيولوجية:

لاشك في أن سلوك الفرد ونموه يتأثر بتكوينه البيولوجي، فقد تبين في السنوات الأخيرة أهمية تأثير التفاعل الكيميائي في الجسم على السلوك، ولها علاقة كبيرة بالجينات التي تحدد وجود أو غياب إنزيم ويحدد طبيعته.

6-3- البيئية:

يقصد بها كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد، ويشير إلى هذه العوامل أحيانا بأنها جميع المواقف أو المثيرات التي يستجيب لها الفرد، ويرى البعض أنها تشما البيئة الداخلية والخارجية مثل العوامل الطبيعية كالحرارة والرطوبة، وأي مثيرات ضوئية أو صوتية، فخصوية الفرد تتكون تدريجيا في المحيط الاجتماعي الذي ينشأ فيه، لذلك تعتبر الأسرة أول بيئة اجتماعية لطفل وهي تعتبر أول وسط له.

6-4- النضج:

يتميز بان يكون السلوك عاما في كل أفراد الجنس، إذ يحدث في الكائن الذي لم يصل إلى أي درجة من النضج تمكنه من تكوين واكتساب عادات ثابتة أي يظهر السلوك عند الكائن دون سابق فرصة لأي خبرة أو معرفة أو رؤية عن طريق فرد آخر (يونس:2002، 53-54-55)

7- تطور الصفات البدنية والقدرات الحركية أثناء فترة المراهقة:

7-1- القدرات الحركية:

بالنسبة للنمو الحركي يظهر الاتزان التدريجي في مجال الأداء الحركي، ويستطيع الفرد أن يصل في مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى الإتقان، كما يلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة ويشير العديد من الباحثين إلى أن هذه المرحلة يمكن اعتبارها دورة جديدة للنمو الحركي، ومنها يستطيع الفتى والفتاة اكتساب وتعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة، هذا بالإضافة إلى زيادة عامل مرونة العضلات للفتيات يعد من النواحي الهامة التي تساعد على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية المعينة التي تحتاج لهاته الصفة، أما بالنسبة للفتيان فإن عامل زيادة القوة العضلية في هذه المرحلة يعد من النواحي الهامة التي تساعد على إمكانية ممارسة أنواع متعدد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية وفي هذه المرحلة يستطيع الفرد أن يصل إلى أعلى المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل السباحة، الجمباز التمرينات الفنية.

(عنايات محمد فرج: 1998، 74)

7-2- تطور الصفات البدنية:

7-2-1- القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص، وانسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه وبشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساسا من الناحية العرضية، وعليه نلاحظ زيادة في حجم العضلات ، مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى

المراهقة

وعموما في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحملات طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبار مع الأخذ بعين الاعتبار الرفع التدريجي للحمولة، وهو مبدأ هام لتدريب القوة وخاصة هذه المرحلة الحساسة.

7-2-2- السرعة:

بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها، ويبلغ أوجها في مرحلة المراهقة، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتي سن 14 إلى 15 سنة حيث يري " فنتر 1979 " أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد والبنات لهذا العنصر، وأن كان لصالح الأولاد قليلا حيث يرجع السبب حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين.

يذكر " ايفانوف 1965 " أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية، ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي، وتطورا واضحا بهذا الأخير حيث نرى فروقا جوهرية بين مستوي التحمل بين الجنسين ابتداء من سن 12 إلى 14 سنة ويزداد بشكل واضح حتي نهاية المرحلة

7-2-3- المرونة:

تتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوي حيث يظهر ذلك واضحا من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات، والحركات الدقيقة الأخرى، والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة حيث نرى تحسنا ملحوظا على كل من ديناميكية وثبات ومرونة الحركات مع مستوي متميز من التكيف، ويلاحظ كذلك العمود الفقري يكون تقريبا قد اكتمل، والنمو، والزيادة في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة.

(بسطويسي احمد: 1996، 184-185)

الفصل الثاني

الجانب
التطبيقي

طرق ومنهجية الدراسة

تمهيد:

إن الدراسة الميدانية هي أهم وسيلة للوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع البحث، فالميدان يعطينا إمكانية جمع البيانات وتحليلها ومناقشتها لتدعيم ما تم جمعه في الجانب النظري وتأكيد، فسنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي، وذلك عن طريق توزيع الاستبيان على تلاميذ المرحلة الثانوية، لذلك ارتأينا إلى اختيار عينتنا ومجتمع بحثنا بمدينة الطيبات ولاية توفرت، وأيضا اختيار المنهج المتبع وأدوات البحث، والإجراءات المتبعة للتأكد من مدى صلاحية الأدوات المستخدمة في الدراسة، وقد استرشدنا بأفكار وآراء الأساتذة المحكمين، وفي الأخير نقوم ومناقشة وتحليل النتائج المتوصل إليها وعرض الاستنتاج .

1- منهج الدراسة:

انطلاقاً من طبيعة الموضوع والبيانات المراد الحصول عليها لمعرفة أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ الطور الثانوي، فقد استخدمنا المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفاً دقيقاً وبيوح خصائصها، عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، ومن ثم تقديم النتائج في ضوءها للوصول إلى استنتاجات تسهم في فهم الواقع من خلال تحليل تلك الظاهرة وتفسيرها، ثم التوصل إلى تعميمات ذات مغزى تساهم في تطوير الواقع وتحسينه.

ويعرف المنهج الوصفي بأنه " مجموعة من الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج ". (محمد على محمد: 1986، 181)

وبعد المنهج الوصفي من أحسن المناهج التي تتسم بالموضوعية ذلك أن المستجوبين يجدون كل الحرية في التعبير عن آرائهم، وزيادة على هذا فطبيعة الموضوع تتطلب هذا المنهج مما دفعنا إلى اختياره.

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى للإلمام بكل جوانب البحث العلمي بحيث تعمل على تعميق المعرفة بالموضوع المراد دراسته والكشف في جوانبه المختلفة، والتعرف على العراقيل التي تقف أمام الباحث، فهي أساساً جوهرية لبناء البحث العلمي وذلك من خلال الاطلاع على حيثيات الموضوع من كل جوانبه والتحقق من مصدقيه أدوات جمع البيانات وخصائصها السيكومترية.

الدراسة الاستطلاعية كما عرفها (ماثيو جيدير) أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة.

(رشيد زرواني: 2002، 184)

وعلى هذا الأساس قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية بهدف ما يلي:

- تحديد مجتمع الدراسة بدقة
- تحديد الطريقة المناسبة لاختيار العينة
- معرفة ما إذا كانت المحاور تمس الجانب الذي نحن بصدد دراسته

- التحقق من كون الأسئلة سهلة وواضحة ومفهومة
- التأكد من ملائمة الأسئلة لأفراد عينة الدراسة
- تحديد الخصائص السيكومترية للمقياس

3- متغيرات الدراسة:

مما لا شك فيه أن البحث العلمي في أي مجال وجب ضبط متغيرات بحثه حتى تكون النتائج العلمية المتوصل إليها موثوق فيها وتساعدنا على تحليل وتفسير نتائج الدراسة، وكذا عزل المتغيرات الداخلية الأخرى والتي قد تعرقل مسار البحث، ومتغيرات بحثنا هي كالاتي:

المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر. وفي هذه الدراسة يتمثل المتغير المستقل في النشاط البدني التريوي.

المتغير التابع:

هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل سنظهر على المتغير التابع. (محمد حسن علاوي وآخرون: 1999، 119)

وفي هذه الدراسة يتمثل المتغير التابع في السلوك الحركي.

4- مجتمع الدراسة:

هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان أو أي وحدات أخرى. (محمد نصر الدين رضوان: 2003، 14)

هو مجموعة من المنظمات أو مجموعة من الأفراد المشتركين في نفس الخصائص يمكن للباحث التعرف عليها واستخدامها في المعاينة ودراسة المجموعة التي يريدها، يمكن أن يكون كبيرا أو صغيرا. (محمود السيد أبو النيل: 1987، 152)

وكان مجتمع هذه الدراسة متمثل في تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للنشاط البدني التريوي والبالغ عددهم 1100 تلميذ وتلميذة من ثانويات مدينة الطيبات ولاية توقرت وهم:

- ثانوية ابن رشيق القيرواني بالطيبات
- ثانوية زقوني الصغير الدليلعي

- ثانوية الدقعه على بالمنقر

- ثانوية عبيد احمد بن ناصر

5- عينة الدراسة:

للحصول على معلومات من المجتمع الأصلي يعتمد الباحث على مجموعة من الأسس التي توفر له المعلومات حول موضوع الدراسة، وهذا بالرجوع إلى وحدات تمثل المجتمع الأصلي بصورة صحيحة ودقيقة أو ما يسمى بالعينة والتي تعني: " العينة هي جزء من المجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع، على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث ". (رشيد زرواني: 2007، 344)

وعلى هذا الأساس تتكون عينة دراستنا من مجموعة من تلاميذ المرحلة الثانوية، تم اختيار عينة منهم بطريقة قصديه يقدر عددهم بـ 110 منهم 60 تلميذ و 50 تلميذة، ليطبق عليهم استبيان السلوك الحركي، حيث يعتبر اختيار العينة أهم المشكلات التي تواجه الباحث في مجال العلوم الإنسانية والاجتماعية فالنتائج العلمية تتوقف على مدى تمثيل العينة للمجتمع الأصلي، وابتعادها قدر الإمكان عن التحيز، وتستخدم العينة في الأبحاث النفسية والاجتماعية كونها:

- توفر التكلفة المادية

- توفر الجهد والوقت

6- أدوات الدراسة:

قصد الوصول إلى حل إشكالية البحث المطروحة وللتحقق من فرضيات البحث لزم إتباع الطرق لجمع المعطيات من الميدان عن موضوع الدراسة، على الباحث انتقاء الأداة المناسبة لذلك، ومن المتفق عليه أن أداة البحث تساعد الباحث علي تحقيق هدفين هما:

- تساعد على جمع المعلومات والحقائق المتعلقة بموضوع البحث

- تجعل الباحث ينتقيد بموضوع بحثه، وعدم الخروج عن أطره العريضة (محمد حسن علاوي: 1982، 65) ومنه فقد استخدمنا في هذا البحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة تعد إعدادا محددًا وترسل بواسطة البريد أو تسلم مباشرة إلى الأشخاص المختارين لتسجيل إجاباتهم على صحيفة الأسئلة الواردة ويتم ذلك دون معاونة الباحث لأفراد. (محمد حسن علاوي و آخرون: 1999، 103)

واستعملنا استمارة متكونة من محورين تحتوي علي 40 سؤال، حيث يحتوي المحور الأول على 20 عبارة تقيس السلوك الحركي التنافسي مأخوذة من اقتباس محمد حسن علاوي إعداد دورثي هاريس، أما المحور الثاني يحتوي على 20 عبارة تقيس السلوك الحركي الجازم، من إعداد محمد حسن علاوي وهذا بتدرج ثلاثة بدائل محددة كما يلي: ينطبق - أحيانا - لا ينطبق أعطيت لها قيم عددية وفق التسلسل 02-03-01

جدول رقم (01) يمثل مفتاح مقياس الأبعاد وأرقام العبارات المتعلقة بكل بعد:

رقم العبارة	الأبعاد
1-3-5-7-9-11-13-15-17-19-21-23-25-27-29-31-33-35-37-39	السلوك الحركي التنافسي
2-4-6-8-10-12-14-16-18-20-22-24-26-28-30-32-34-36-38-40	السلوك الحركي الجازم

7-مجالات الدراسة:

7-1- المجال المكاني:

شرعنا في أنجاز البحث الميداني على مستوى ثانويات الطيبات ولاية توقرت وهي: ثانوية ابن رشيق القيرواني، ثانوية عبيد احمد، ثانوية الدقعه على ، ثانوية زقوني بشير

7-2- المجال الزمني:

شرعنا في بحثنا هذا من شهر أكتوبر من سنة 2021 إلى غاية شهر أفريل من سنة 2022، حيث خصصنا الأشهر (أكتوبر، نوفمبر، ديسمبر) للجانب النظري، أين تم جمع المراجع وتوفير المادة العلمية أما الجانب التطبيقي فقد خصصنا له شهر جانفي حيث تم إعداد أسئلة الاستبيان وتحكيمها ثم توزيعها على تلاميذ في المؤسسات التربوية، لجمع البيانات وتفريغها وتحليلها لاستخلاص النتائج ومناقشتها.

7-3- المجال البشري:

يمثل المجال البشري لدراستنا تلاميذ من ثانويات مدينة الطيبات ولاية توقرت والبالغ عددهم 110 تلميذ و تلميذه

8- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

للتأكد من صلاحية أداة الدراسة، والتأكد من توفرها على الخصائص السيكومترية، تم تطبيقها على عينة استطلاعية عددها (20) تلميذ وتلميذة من أفراد العينة الإجمالية تم اختيارهم بطريقة قصديه، ومن خلال النتائج المتحصل عليها تم حساب

8-1- الصدق:

هو المدى الذي يؤدي فيه الاختبار للغرض الذي وضع من أجله، حيث يختلف الصدق وفقا للأغراض التي يود قياسها، والاختبار الذي يجري لإثباتها، بمعنى أن يقيس فعلا ما أعد لقياسه ولا يقيس شيئا بديلا عنه أو بالإضافة إليه. (فاطمة عوض صابر و آخرون: 2002، 167)

8-1-1 صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

تم عرض استمارة تحكيم الأداة على مجموعة من المحكمين يمثلون أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بورقلة، وهذا للحكم على فقرات الاستبيان من حيث مدى وضوح الفقرات من حيث الصياغة اللغوية، ومدى مناسبة الأسئلة الموضوعية لموضوع الدراسة، وكذا إضافة أو حذف بعض العبارات التي من شأنها إثراء الاستبيان، وقد أسفرت العملية على ملاحظات أخذت بعين الاعتبار .

8-1-2 الصدق التمييزي:

بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع 33% من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينيتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي:

الجدول رقم (02) يوضح صدق المقارنة الطرفية للمقياس

التقنية الإحصائية	ن	المتوسط	الانحراف	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوي الدلالة
الدرجات الدنيا	6	94.16	1.32	6.382	10	0.000
الدرجات العليا	6	103.16	3.18			

استنادا إلى النتائج المبينة في الجدول السابق يتضح أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (6.382) عند درجة الحرية (10) بمستوي الدلالة 0.000، ومنه قيمة ت للقياس داله إحصائيا، الأمر الذي يدل على القدرة التمييزية للأداة وبالتالي الأداة تقيس ما وضعت لأجله.

8-1-3- الصدق الذاتي:

لقد تم استنتاج معامل صدق المقياس انطلاقا من النتيجة النهائية لمعامل الثبات المحسوب للعيينة الكلية وفق المعادلة التالية: معامل الصدق يساوي جذر الثبات.

ومنه فمعامل الصدق للعيينة يساوي (0.95)، وهي درجة دالة إحصائيا مما يشير إلى وجود اتساق داخلي قوي بين عبارات الأبعاد.

8-2- الثبات:

يعني ثبات الاختبار درجة الثقة ويقول فان دالين، أن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر تطبيقه علي نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط .

(محمد صبحي حسنين: 1995، 193)

اعتمدنا على طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين لحساب الثبات على عينة استطلاعية عددها 20 تلميذ وتلميذة، لحساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيق ونتائج إعادة التطبيق .

8-2-1 طريقة الاختبار وإعادة الاختبار:

تم قياس الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار وهذا بحساب معامل الارتباط بيرسون (R) والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (03) يمثل معامل ثبات الاستبيان بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار

الاستبيان	معامل الارتباط بيرسون (R)
أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية	0.92

يتضح من خلال الجدول السابق أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بلغت (0.92) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وهذا يدل على ثبات تطبيق أداة الدراسة.

8-2-2 طريقة ألفا كرونباخ:

للتأكد من ثبات الاتساق الداخلي تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ والاستبيان والأداة ككل، وكانت النتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (04) يمثل معامل ثبات طريقة ألفا كرونباخ.

المقياس	معامل الثبات ألفا كرونباخ	مستوى الدلالة
السلوك الحركي	0.77	0.05

من خلال الجدول يتضح أن معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمجالات الدراسة والأداة ككل بلغ 0.77 وهي قيم مرتفعة ومقبولة لأغراض التطبيق، مما يؤكد ثبات المقياس.

8-3- الموضوعية:

يقصد بها عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين (المحكمين)، وأن تعتمد نتائجه على الحقائق المتعلقة بموضوع الاختبار وحده، ويعتبر الاختبار موضوعياً إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه. (بوداود عبد اليمين وآخرون: 2005، 107)

9- الأساليب الإحصائية المستعملة:

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض أساليب إحصائية خاصة، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات، يفسر ويحلل من خلالها الظاهرة موضوع الدراسة، وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي:

9-1- الانحدار الخطي البسيط:

$$y = B_0 + B_1X + e$$

Y = المتغير التابع

X = المتغير المستقل

B₀ = الحد الثابت أو معلمه تقاطع خط الانحدار مع المحور العادي

$$B_1 = \frac{\Delta y}{\Delta x} \quad \text{B1 = معلمة الميل}$$

e = الخطأ العشوائي وهو الفرق بين القيمة الحقيقية و القيمة التقديرية ويعرف بالمتبقي

9-2- المتوسط الحسابي:

يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعاً، وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعني إبراز مدى انتشار الدرجات في الوسط. (محمود السيد أبو النيل: 1987، 101)

هو حاصل قسمة مجموع مفردات أو قيم في المجموعة التي أجري عليها القياس، على عدد هذه القيم و

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N} \quad \text{صيغة المتوسط الحسابي تكتب بالعلاقة التالية:}$$

\bar{X} : المتوسط الحسابي

X: مجموع القيم

N: عدد القيم

9-3- الانحراف المعياري:

وهو أهم مقياس التشتت لأنه أدقها، يدخل استعماله في الكثير من قضايا التحليل ويرمز لن بالرمز S فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن القيم متقاربة والعكس صحيح .

يعتبر من أهم مقاييس التشتت، ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع الأفراد، أي مدى انسجام العينة. (مقدم عبد الحفيظ: 1993، 71)

وتكتب صيغة الانحراف المعياري بالصيغة التالية:

$$S = \frac{\sum f_i(x_i - \bar{X})^2}{N}$$

9-4- معامل الثبات (ألفا كرونباخ):

يتم استعمال معامل الارتباط لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياس من خلال توظيف القيم في المعادلة

$$\alpha = \frac{2r}{1+r} \quad \text{التالية :}$$

حيث α : معامل الثبات كرونباخ

r : معامل الارتباط بين قيم نصفي البعد

1 و 2 ثوابت

خلاصة:

يعتبر هذا الفصل ذو أهمية كبيرة في البحوث العلمية حيث انه لا يخلو أي بحث من وجود هذا الفصل من بين فصول الدراسة لأنه يعتبر الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد، ضف إلى ذلك فإنه يحدد الإطار المنهجي والعلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطي مصداقية علمية لبحثه.

الفصل الثالث

الجانب
التطبيقي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها وتفسيرها ومناقشتها من الخطوات التي تلزم الباحث القيام بها من أجل التحقق من إثبات الفرضية أو نفيها، لان الخلفية النظرية والدراسات السابقة وحدها غير كافية للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية، وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بفائدة على البحث بصفة عامة، و من خلال هذا الفصل سنقوم بعرض النتائج ومناقشتها، التي تم جمعها والتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية وإعطاء بعض التحليل والاستنتاجات لإزالة بعض الغموض المطروحة خلال الدراسة، من خلال عرض النتائج المسجلة في جداول ومعالجتها بطريقة إحصائية لتقدم من خلالها تحليل النتائج، وبالتالي الخروج بتفسير كل عبارة من عبارات الاستبيان.

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

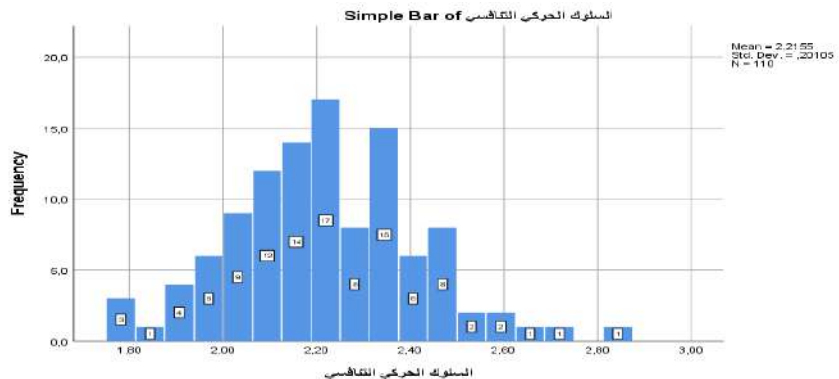
"هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" ينص التساؤل على أنه: هل هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، لاختبار هذا التساؤل تم استخدام اختبار الانحدار الخطي البسيط حيث تمت معالجة البيانات وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم(05) يوضح نموذج انحدار خطي بسيط يفسر أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدي تلاميذ المرحلة الثانوية.

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
النشاط البدني التربوي	110	2.35	0.16	109	0.644	0.00	دال
			0.20				
السلوك الحركي التنافسي							

من خلال الجدول رقم(05) جاءت قيمة معامل الارتباط تساوي(0.644)، عند درجة حرية 109، كما جاءت القيمة المعنوية الدلالة تساوي(0.00) وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة(0.05)، وهذا يدل على مدى تأثير النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي، وبالتالي نقبل الفرض الذي يقول بأن هناك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الشكل رقم 01



1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

"هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"

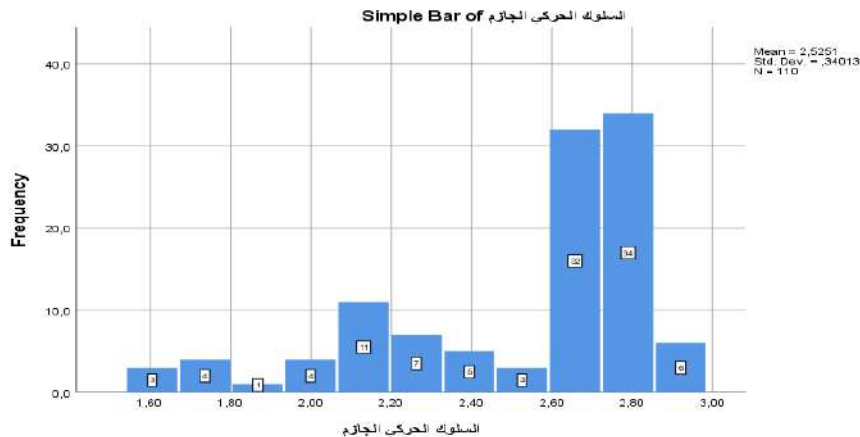
ينص التساؤل على أنه: هل هنالك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، لاختبار هذا التساؤل تم استخدام اختبار الانحدار الخطي البسيط حيث تمت معالجة البيانات وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم(06) يوضح نموذج انحدار خطي بسيط يفسر أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
النشاط البدني التربوي	110	2.35	0.16	109	0.546	0.00	دال
السلوك الحركي الجازم		2.51	0.21				

من خلال الجدول رقم(06) جاءت قيمة معامل الارتباط تساوي(0.546)، عند درجة حرية 109 كما جاءت القيمة المعنوية الدلالة تساوي(0.00) وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة(0.05)، وهذا يدل على مدى تأثير النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم، وبالتالي نقبل الفرض الذي يقول بأن هناك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الشكل رقم 02



1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :

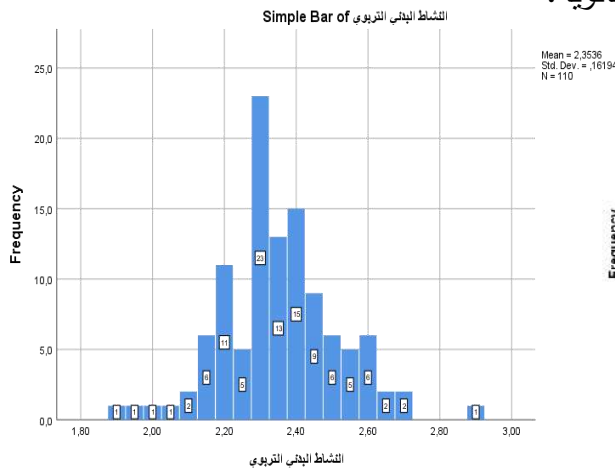
"هناك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"

ينص التساؤل على أنه :هل هناك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، لاختبار هذا التساؤل تم استخدام اختبار الانحدار الخطي البسيط حيث تمت معالجة البيانات وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

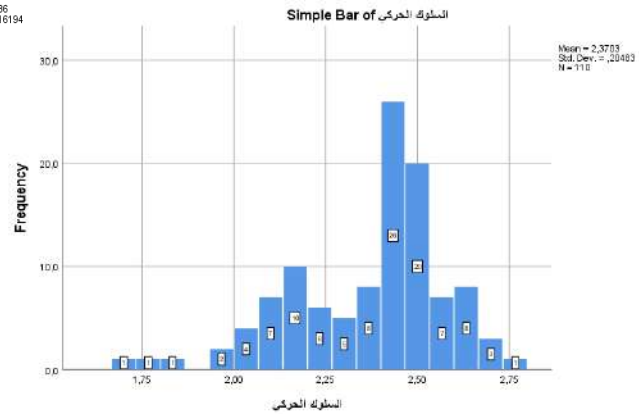
جدول رقم(07) يوضح نموذج انحدار خطي بسيط يفسر أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
النشاط البدني التربوي	110	2.35	0.16	109	0.520	0.00	دال
السلوك الحركي		2.32	0.14				

من خلال الجدول رقم(07) جاءت قيمة معامل الارتباط تساوي(0.520)، عند درجة حرية 109 كما جاءت القيمة المعنوية الدلالة تساوي(0.00) وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة(0.05)، وهذا يدل على مدى أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي، وبالتالي نقبل الفرض الذي يقول بأن هناك أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.



الشكل رقم 04



الشكل رقم 03

2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات:

2-1 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم (05) والمعالجة الإحصائية لبيانات الفرضية الأولى توصل الباحث إلى أن الفرضية التي تنص على أن هنالك أثر لنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية محققة، حيث كانت قيمة معامل الارتباط تساوي 0.644 والقيمة المعنوية للدلالة تساوي 0.00، وهذا يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أي كلما زاد ممارسة النشاط البدني التربوي من طرف التلميذ كلما ارتفع مستوى السلوك الحركي التنافسي، حيث نلاحظ أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني التربوي قادرين على تطوير السلوك الحركي التنافسي، وهذا ما أكدته بعض العبارات في الملحق رقم (1) مثل العبارات رقم 5.15.33 وهذا ما قد يتناسب مع دراسة **بن يحيى محمد** أنور بعنوان مستويات السلوك التنافسي أثناء الحصص التطبيقية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاط البدني المسيلة، التي توصلت إلى أن السلوك التنافسي يتغير أثناء الحصص التطبيقية، وكذلك دراسة **سليم حمادي** بعنوان دور النشاط البدني الرياضي التربوي في ضبط النشاط الحركي الزائد لدى تلاميذ السنة الخامسة، التي توصلت إلى أن هنالك دور ايجابي للممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي على النشاط الحركي الزائد، وعليه الاهتمام بتعزيز وتطوير الجانب التنافسي لدى التلاميذ المراهقين، وهذا ما أكدته نظرية التعلم الشرطي (سكينر) الذي فرق بين السلوك الاستجابي والسلوك الإجرائي (وسلي)، أن السلوك الإجرائي يصدر نتيجة تفاعل بين مثيرات المواقف، وبمعنى أكثر وضوحاً أن هذه النتائج تعبر على أن لممارسة النشاط البدني التربوي، أهمية كبيرة للسلوك الحركي التنافسي لدى المراهقين، التي تعتبر أهم مرحلة

2-2 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم (06) والمعالجة الإحصائية لبيانات الفرضية الثانية توصل الباحث إلى أن الفرضية التي تنص على أن هنالك أثر لنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية محققة، حيث كانت قيمة معامل الارتباط تساوي 0.546 والقيمة المعنوية للدلالة تساوي 0.00.

وهذا يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أي كلما زاد ممارسة النشاط البدني التربوي من طرف التلميذ كلما ارتفع مستوى السلوك الحركي الجازم، حيث نلاحظ أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني التربوي قادرين على تطوير السلوك

الحركي الجازم، وهذا ما أكدته بعض العبارات في الملحق رقم (1) مثل العبارات رقم 2-12-18-30، وهذا يدل على أن النشاط البدني التربوي يساهم في تطوير السلوك الحركي الجازم، وهذا ما قد يتناسب مع دراسة قاسمي فيصل بعنوان مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك الجازم لدى لاعبي كرة القدم فئة أشبال، التي توصلت إلى أن مفهوم الذات الايجابي لفرد الرياضي يؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس والرغبة في تحقيق الأهداف، والسلوك الحركي الجازم مهم في مرحلة المراهقة لنمو الصفات البدنية والنفسية وبالتالي تنمي اللعب الرجولي (السلوك الجازم).

2-3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم (07) والمعالجة الإحصائية لبيانات الفرضية العامة توصل الباحث إلى أن الفرضية التي تنص على أن هنالك أثر لنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية محققة، حيث كانت قيمة معامل الارتباط تساوي 0.520 والقيمة المعنوية للدلالة تساوي 0.00. وهذا يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أي كلما زاد ممارسة النشاط البدني التربوي من طرف التلاميذ كلما أرتفع مستوى السلوك الحركي حيث نلاحظ أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني التربوي قادرين على تطوير السلوك الحركي، وهذا ما أكده تعريف عبد الباسط مبارك للسلوك الحركي انه علم يهتم بدراسة المبادئ الحركة البشرية، وهذا ما يتشابه مع دراسة نايل كسال عزيز بعنوان: أثر النشاط البدني الرياضي التربوي على مستويات الاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، التي توصلت إلى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي تساهم بدور كبير في التقليل من مستويات الاغتراب النفسي عند التلاميذ، وفي هذه المرحلة بذات والتي تعد بالمرحلة الحساسة من حياتهم.

3- الاستنتاج العام للدراسة:

من خلال الدراسة النظرية والتطبيقية حصر الموضوع بالبحث عن أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي، قمنا بإتباع الخطوات المنهجية اللازمة لذلك من تحديد متغيرات الدراسة والمصطلحات، وقمنا بدراسة استطلاعية، حيث حددنا فيها ما يلزم، حيث وقفنا على المنهج الذي يصلح، والأداة التي تصلح لهذه الدراسة، وهو مقياس السلوك الحركي الذي يتكون من الأبعاد السلوك الحركي التنافسي والسلوك الحركي الجازم، حيث يعتبر السلوك الحركي نشاط حركي يصدر عن الكائن الحي، كما توجد سلوكيات أخرى مثل السلوك القيادي الذي يعبر عن الأقوال والأفعال في المواقف المختلفة وهو سلوك يتميز صاحبه بقوة الشخصية والانضباط والصرامة في العمل، وكذلك السلوك الحسي الحركي الذي يعتمد على التعلم عن طريق الممارسة وهذا من خلال المشاركة في الأنشطة من أجل التعلم بشكل فعال وخاصة عن طريق الألعاب شبه رياضية التي بدورها تمي جوانب مختلفة من النمو كالجانب العقلي والحركي النفسي، والسلوك النفسي حركي الذي هو عبار عن دمج للوظائف الجسدية الحركية والذهنية من خلال التربية والجهاز العصبي، و هو بمثابة علاج من خلال توظيف القدرات الجسدية عند الإنسان إلى توطيد علاقة سليمة بين النفس والجسد، كما يعتبر السلوك الحركي مهما بالنسبة لأستاذ التربية البدنية والرياضية من خلال اعتباره وسيلة فعالة في تحقيق أهداف مادة التربية البدنية والرياضية، من حيث اكتساب التلاميذ بعض المهارات الحركية، وبعد فهمنا للبيانات وتحليل ومناقشة وتفسير الفرضيات المتعلقة بموضوع دراستنا توصلنا إلى أن :

- هنالك أثر للممارسة للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
 - هنالك أثر للممارسة للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي الجازم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
 - هنالك أثر للممارسة للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- حيث أن خصوصية النشاط البدني التربوي و الأجواء وتفاعلات التي تخلفها ممارسة النشاطات وتمارين والألعاب شبه الرياضية التي تمارس تخلق جو من السلوك التنافسي والسلوك الجازم.

خاتمة:

أصبح السلوك من المشاكل التي يتخبط فيها المراهق بصفة عامة، والسلوك الحركي بصفة خاصة يعتبر من المشاكل بالغة الأهمية وما يتأخذه من أبعاد وتأثيرات على الخصائص الحركية للمراهقين، مما دعانا إلى دراسة بحث خاص لهذه المشكلة، ألا وهي النشاط البدني التربوي وأثره على السلوك الحركي لتلاميذ المرحلة الثانوية، فحاولنا في بحثنا هذا إظهار مدى التغير الايجابي لسلوك الحركي للتلاميذ المرهقين أثناء مشاركتهم في النشاط البدني التربوي.

فمن خلال الدراسة الحالية تم تسليط الضوء على العينة والمتمثلة في تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة الطيبات، لذا ارتأينا من خلال هذه الدراسة بأخذ النشاط البدني التربوي كوسيلة يمكنها أن تحسن وتطور السلوك الحركي.

إن ممارسة النشاط البدني التربوي له أهمية بالغة بالنسبة للمراهق، وهذا من خلال تطوير الصفات البدنية مثل القوة والسرعة والمرونة، والقدرات الحركية التي تظهر الاتزان التدريجي في مجال الأداء الحركي، حيث يستطيع المراهق أن يصل إلى مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى الإتقان.

ومن خلال الدراسة النظرية والتطبيقية لهذا الموضوع توصلنا إلى نتائج أن النشاط البدني التربوي له اثر على السلوك الحركي التنافسي، والسلوك الحركي الجازم، ومن خلال هذا يتضح لنا أن ممارسة النشاط البدني التربوي إذا طبقا بالطريقة الصحيحة من طرف الأستاذ والمؤسسة التعليمية يساعد كثير التلاميذ في تحسين وتطوير السلوك الحركي، كما أنه يكتسي أهمية بالغة في حياة التلميذ لأنه تكسبه جسما سليما قويا متزنا، ولهذا يعتبر النشاط البدني التربوي الوسيلة الأنجع التي تساعد وتسمح للتلاميذ مدينة الطيبات من تحسين وتطوير السلوك الحركي.

وفي الأخير نؤكد على ضرورة ممارسة النشاط البدني التربوي والاهتمام به وذلك لضمان تكوين المراهق حركي.

- الاقتراحات والتوصيات:

من خلال النتائج التي توصلنا إليها تبادر إلي أذهاننا بعض الاقتراحات والتوصيات العلمية والعملية والتي نرى أنها بالغة الأهمية بالنسبة للتلاميذ والأساتذة والمسؤولين وهي كالآتي:

- ضرورة الاهتمام بالنشاط البدني التربوي في المرحلة الثانوية.
- ضرورة الاهتمام بالسلوك الحركي أثناء تسطير برنامج النشاط البدني التربوي.
- ضرورة قيام أستاذ التربية البدنية والرياضية بتنمية وتطوير السلوك الحركي عند تلاميذ عبر المراحل التعليمية المختلفة، بما يتناسب مع أعمارهم ومستوياتهم لاعتبارها أحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية.
- توفير الجو الملائم للتلاميذ خارج المدرسة وداخلها، حتى يسمح لهم تجاوز مرحلة المراهقة في أحسن الظروف، ودون حدوث أزمات مما يسمح لهم من تنمية وتحسين السلوك الحركي أثناء الحصص التعليمية
- الدعم والتشجيع من طرف الوالدين والمسؤولين للتلاميذ على ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف أنواعها، وذلك لخلق نوع من التنافس لدى التلاميذ.
- زيادة اهتمام الباحثين والأساتذة بدراسة السلوك الحركي، وممارسة الرياضة في الثانويات .
- إجراء دراسات مماثلة للتعرف علي علاقة النشاط البدني التربوي بالسلوك الحركي.
- القيام بأبحاث مشابهة للبحث الحالي.
- اهتمام القائمون على العملية التعليمية بالكشف عن مستويات السلوك الحركي لدى تلاميذ في المراحل التعليمية المختلفة، بهدف عمل برنامج للتلاميذ لمساعدتهم على تكوين أنفسهم.

المصادر والمراجع

المصادر:

-القران الكريم سورة الإسراء الآية 23

القران الكريم سورة إبراهيم الآية 7

-الحديث الشريف رواه الإمام احمد والترمذي

قائمة المراجع:

- 1- أبو الفضل جمال الدين ابن المنظور: لسان العرب، ج3، دار الطباعة والنشر، لبنان، 1997
- 2- إبراهيم رحمه: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998
- 3- أمين أنوار الخولي: أصول التربية البدنية والرياضة، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 1996
- 4- أمين أنوار الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، المهنية والإعداد المهني، ج2، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2002
- 5- أمين أنوار الخولي: الرياضة والمجتمع، دار الفكر العربي، مصر، 2002
- 6- أمين أنوار الخولي ومحمد حمادي: برنامج التنمية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990
- 7- بوداود عبد اليمن وعطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات، الجزائر، 2005
- 8- بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996
- 9- رشيد رزواني: مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007
- 10- رعدة شريم: سيكولوجية المراهقة، ط1، دار المسيرة للنشر والطباعة، عمان، 2009
- 11- ليلي عبد العزيز زهوان: الأصول العلمية والفنية لبناء المناهج والبرامج في التربية الرياضية، دار زهوان للنشر والتوزيع، ط4، القاهرة، 2003
- 12- محمد حسن علاوي: سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998
- 13- محمد نصر الدين رضوان: الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003
- 14- محمود السيد أبو النيل: الإحصاء النفسي والاجتماعي والتربوي، ط1، دار الفكر العربي، 1987
- 15- مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ط1، دار الفكر العربي، 1993

- 16- موفق أسعد محمود: التعلم المهارات الأساسية في كرة القدم، عمان، دار دجلة، 2009
- 17- محمد خطاب: النشاط الترويحي، مكتبة القاهرة الحديثة ملتزم الطبع والنشر، 1990
- 18- محمد علي محمد: علم الاجتماع والمنهج العلمي، دار المعارف الجامعية، ط3، الإسكندرية، مصر، 1986
- 19- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995
- 20- محمد الحمامي وأمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998
- 21- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999
- 22- محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992
- 23- ناهده عبد زيد الدليمي: مختارات في التعلم الحركي، ط1، الدار الجامعية للطباعة والنشر، الموصل، العراق، 2002
- 24- هدى محمد قناوي: سيكولوجية المراهقة، دار المعارف، القاهرة، 1992
- 25- عبد الباسط مبارك: السلوك الحركي من التعلم إلى الأداء، ط3، جبهة للنشر والتوزيع، القاهرة، 2015
- 26- عبد الرحمان العيسوي: علم النفس النمو، ط1، دار المعرفة الجامعية، 1995
- 27- عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994
- 28- عماد عبد الرحيم الزغول: مبادئ علم النفس التربوي، ط1، 2012
- 29- عنايات محمد فرج: مناهج وطرق التدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1998
- 30- على يحي منصور: الثقافة والرياضة، ج1، ط1، 1971
- 31- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، دار الفكر، الإسكندرية، مصر، 1992

- 32- فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994
- 33- فاطمة عوض صابر وميرفت علي خفاجة: أسس البحث العلمي، ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع العلمية، الإسكندرية، 2002
- 34- وسام صلاح عبد الحسين وسامر يوسف متعب: التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية، دار الكتاب العلمية، العراق، 2014
- 35- يوسف شكري فرحات: المعجم العربي للطالب، ط1، دار الكتاب العلمية، بيروت، لبنان، 2001
- 36- يعرب خيون أحمد البدوي: أصول التعلم الحركي، ط1، مكتبة الصخرة للطباعة، بغداد، العراق، 2002
- 37- يوسف قطامي ونايف قطامي: سيكولوجية التعلم الصفي، ط1، دار الشروق، عمان، 2000
- رسائل و الأطروحات:
- خالدة عبد زيد الدليمي: (تأثير التصميم التعليمي الشامل والتعلم باللعب في تطوير القدرات المعرفية والمهارات الهجومية لطلاب بكرة اليد)، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العراق، 2011

الأملا حوق

الملاحق رقم 1

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التربوي الرياضي و البدني النشاط قسم

تخصص النشاط البدني والرياضي المدرسي



استمارة استبيان للتحكيم

أساتذتي الأفاضل:

يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات شهادة ماستر

أكاديمي تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي بعنوان:

أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة ميدانية علي تلاميذ ثانويات مدينة الطيبات .

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة، نرجو منكم إفادتنا بأرائكم حول مدى صلاحية وملائمة العبارات في

الجدول أسفله، وتعديل ما يجب تعديله من صياغة العبارات قصد الوصول بالاستبيان إلى صورته النهائية.

وفي الأخير تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام، ودمتم في خدمة البحث والباحثين.

الملاحق

الرقم	العبارات	يقيس	لا يقيس	ملاحظة
01	ينخفض مستوي أدائي في المنافسة التي يشاهدها بعض الأشخاص			
02	يبدو أنني أتنافس بشدة عندما أكون مهزوما			
03	عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فأنتي لا أجد صعوبة في استعادة انتباهي.			
04	أحاول الابتعاد على المنافس الذي يلعب بخشونة وعنف .			
05	تزداد ثقتي في نفسي كل ما اقترب موعد المنافسة			
06	بعض زملائي يصفونني بأنتي لاعب لا أخشي الاحتكاك البدني مع المنافسين			
07	اعنف نفسي عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة			
08	الدفاع هو أحسن وسيلة للهجوم			
09	عندما ينتقدني مدربي أو احد زملائي أثناء المنافسة فأنتي أفقد انتباهي			
10	أتجنب تحدى المنافسين الذين يتميزون بالعنف في اللعب			
11	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة			
12	لا أستسلم بسهولة عندما يسوء الموقف أثناء اللعب			
13	في المنافسات الهامة اشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة			
14	أميل إلي تحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي			
15	أثناء المنافسة أستعد نفسيا وذهنيا بسرعة			
16	يتملكني الخوف من المنافس الذي يغلب عليه طابع الخشونة في اللعب			
17	يتنابي القلق الشديد قبل اشتراكي في منافسة هامة			
18	عندما تسوء الأمور في المباراة فإنني أكافح بأقصى ما أستطيع			
19	عندما تسوء الأمور في المنافسة فان ذلك لا يسبب في الارتباك أو القل			
20	حتي عندما أنهزم بفارق كبير فإنني لا أستسلم بسهولة			

			أدائي في المنافسة الرياضية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب.	21
			بعض زملائي يصفونني بأنني لاعب مسالم	22
			لا انفعال مهما كانت قرارات الحكم	23
			لا أخشى اللاعب الذي يتميز بالعنف والخشونة	24
			بعد انتهاء المنافسة أستطيع أن أتذكر كل ما حدث في المنافسة	52
			أحاول أن أتجنب الاحتكاك بالمنافس لأنني أخشى إصابتي	62
			أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة	72
			الهجوم هو أحسن وسيلة للدفاع	82
			أحاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لأن ذلك يسبب لي المزيد من الضيق	29
			بعض زملائي يصفونني بأنني أتميز باللعب الرجولي .	30
			قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة اشعر بأنني لا أستطيع تذكر أي شيء	31
			احزن بشدة عندما يصاب منافسي نتيجة احتكاكي به	32
			مستوى أدائي ثابت في المنافسات وفي حدود أقصى قدراتي	33
			لا أفضل الاشتراك في منافسة ضد منافسين على درجة كبيرة من الاحتكاك البدني العنيف	34
			بعد الانتهاء من المنافسة اشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل	35
			يعجبني اللعب الهجومي بدرجة أكبر من اللعب الدفاعي	36
			أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المنافسة	37
			في المنافسة الرياضية أكافح بأقصى ما أستطيع من جهد حتى ولو كنت مهزوما	38
			ارتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة في المنافسة	39
			الكثير من زملائي يصفونني بان لعبي يتميز باللعب النظيف.	40

الأبعاد	رقم العبارة
السلوك الحركي التنافسي .	-15-13-11-9-7-5-3-1 -29-27-25-23-21-19-17 39-37-35-33-31
السلوك الحركي الجازم	-16-14-12-10-8-6-4-2 -30-28-26-24-22-20-18 40-38-36-34-32

الملاحق رقم 2

القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	مكان العمل	التوقيع
01	محمد قطاب	دكتور (أ)	جامعة ورقلة	
02	نبيلة جمال	أستاذة العلوم الغالب	" "	
03	عبد المولى عبد المولى	المستشارة (أ)	" "	

الملاحق رقم 3



جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
التربوي الرياضي و البدني النشاط قسم
تخصص النشاط البدني والرياضي المدرسي

استمارة استبيان موجه التلاميذ

تحية طيبة وبعد:

تلميذنا الكرام في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص نشاط بدني رياضي
مدرسي بعنوان:

أثر النشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

فإننا نرجو منكم الإجابة على هذه الأسئلة بكل صراحة ودقة وموضوعية من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة
ومساعدتنا في إنجاز هذا البحث وذلك بوضع علامة (X) في المكان المناسب والذي ترى انه ينطبق عليك
بحيث

- أجب على كل الفقرات وبكل صراحة وجدية، مع العلم انه لا توجد أجابه صحيحة وأخرى خاطئة،
لكن ضع الإجابة التي تناسبك

- أختار إجابة واحدة وهي الأقرب لتحديد ما ينطبق عليك، ولا تترك أية فقرة دون الإجابة عليها
وفي الأخير تقبلو مني أعزائي الطلبة جزيل الشكر والعرفان، ودمت أوفياء في خدمة البحث العلمي

الملاحق

الرقم	العبارات	ينطبق	أحيانا	لا ينطبق
01	ينخفض مستوي أدائي في المنافسة التي يشاهدها بعض الأشخاص			
02	يبدو أنني أتنافس بشدة عندما أكون مهزوما			
03	عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فأنتي لا أجد صعوبة في استعادة انتباهي.			
04	أحاول الابتعاد على المنافس الذي يلعب بخشونة وعنف .			
05	تزداد ثقتي في نفسي كل ما اقترب موعد المنافسة			
06	بعض زملائي يصفونني بأنني لاعب لا أخشي الاحتكاك البدني مع المنافسين			
07	اعنف نفسي عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة			
08	الدفاع هو أحسن وسيلة للهجوم			
09	عندما ينتقدني مدربي أو احد زملائي أثناء المنافسة فأنتي أفقد انتباهي			
10	أتجنب تحدى المنافسين الذين يتميزون بالعنف في اللعب			
11	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة			
12	لا أستسلم بسهولة عندما يسوء الموقف أثناء اللعب			
13	في المنافسات الهامة اشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة			
14	أميل إلي تحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي			
15	أثناء المنافسة أستعد نفسيا وذهنيا بسرعة			
16	يتملكني الخوف من المنافس الذي يغلب عليه طابع الخشونة في اللعب			
17	ينتابني القلق الشديد قبل اشتراكي في منافسة هامة			
18	عندما تسوء الأمور في المباراة فإنني أكافح بأقصى ما أستطيع			
19	عندما تسوء الأمور في المنافسة فان ذلك لا يسبب في الارتباك أو القل			

			حتي عندما أنهزم بفارق كبير فإنني لا أستسلم بسهولة	20
			أدائي في المنافسة الرياضية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب.	21
			بعض زملائي يصفونني بأني لاعب مسالم	22
			لا انفعال مهما كانت قرارات الحكم	23
			لا أخشى اللاعب الذي يتميز بالعنف والخشونة	24
			بعد انتهاء المنافسة أستطيع أن أتذكر كل ما حدث في المنافسة	25
			أحاول أن أتجنب الاحتكاك بالمنافس لأنني أخشى إصابتي	26
			أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة	27
			الهجوم هو أحسن وسيلة للدفاع	28
			أحاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لان ذلك يسبب لي المزيد من الضيق	29
			بعض زملائي يصفونني بأني أتميز باللعب الرجولي .	30
			قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة اشعر بأني لا أستطيع تذكر أي شيء	31
			احزن بشدة عندما يصاب منافسي نتيجة احتكاكي به	32
			مستوى أدائي ثابت في المنافسات وفي حدود أقصى قدراتي	33
			لا أفضل الاشتراك في منافسة ضد منافسين على درجة كبيرة من الاحتكاك البدني العنيف	34
			بعد الانتهاء من المنافسة اشعر بأني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل	35
			يعجبني اللعب الهجومي بدرجة أكبر من اللعب الدفاعي	36
			أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المنافسة	37
			في المنافسة الرياضية أكافح بأقصى ما أستطيع من جهد حتى ولو كنت مهزوما	38
			ارتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة في المنافسة	39
			الكثير من زملائي يصفونني بان لعبي يتميز باللعب النظيف.	40

الملاحق رقم 4

الصدق التمييزي

Group Statistics

	المجموعة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
VAR00043	المجموعة العليا	6	103.1667	3.18852	1.30171
	المجموعة الدنيا	6	94.1667	1.32916	.54263

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	T
VAR00043	Equal variances assumed	2.108	.177	6.382
	Equal variances not assumed			6.382

Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
10	.000	9.00000	1.41028	5.85770	12.14230
6.687	.000	9.00000	1.41028	5.63329	12.36671

الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار

	VAR00041	VAR00042
Pearson Correlation	1	.921**
Sig. (2-tailed)		.000
N	20	20
Pearson Correlation	.921**	1
Sig. (2-tailed)	.000	
N	20	20

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

نتيجة الثبات بمعامل الفا كرونباخ

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombred'éléments
.771	40

Descriptive

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
السلوك الحركي التنافسي	110	2,2155	,20105
النشاط البدني التربوي	110	2,3536	,16194
السلوك الحركي	110	2,3703	,20483
السلوك الحركي الجازم	110	2,5251	,34013
Valid N (listwise)	110		

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT السلوك_الحركي

/METHOD=ENTER النشاط_البدني_التربوي

/SCATTERPLOT=(*ZPRED ,*ZPRED)

/RESIDUALS HISTOGRAM(ZRESID).

Regression

أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	النشاط البدني التربوي ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: السلوك الحركي

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,520 ^a	,271	,264	,17571

a. Predictors: (Constant), النشاط البدني الترويبي

b. Dependent Variable: السلوك الحركي

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1,239	1	1,239	40,121	,000 ^b
	Residual	3,334	108	,031		
	Total	4,573	109			

a. Dependent Variable: السلوك الحركي

b. Predictors: (Constant), النشاط البدني الترويبي

Coefficients^a

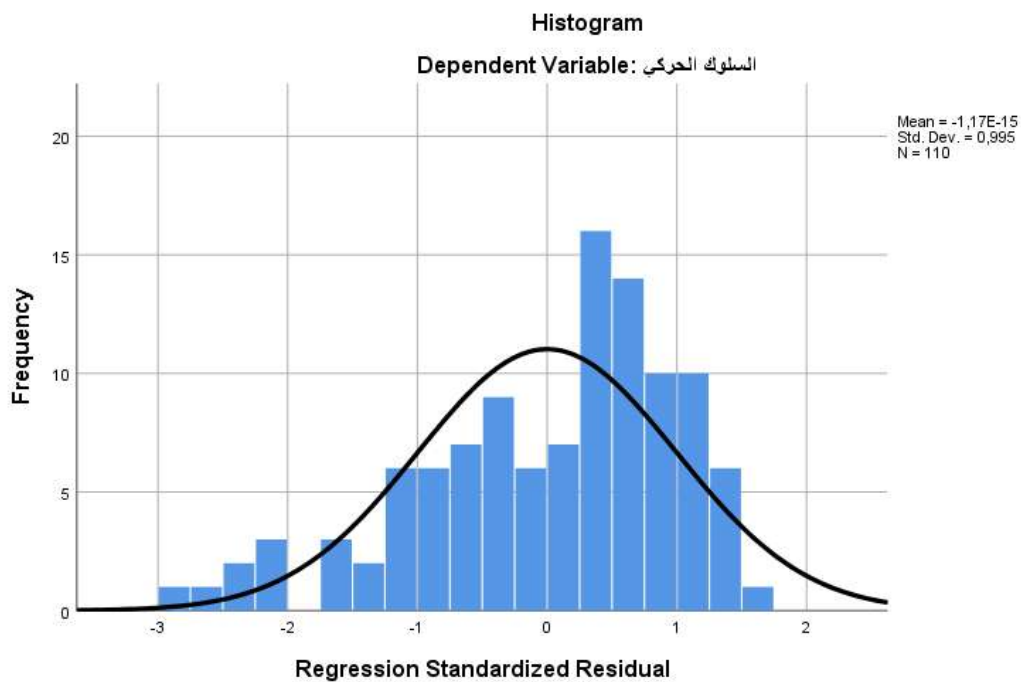
Model		Unstandardized Coefficients B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	T	Sig.
1	(Constant)	,821	,245		3,348	,001
	النشاط البدني الترويبي	,658	,104	,520	6,334	,000

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	2,0717	2,7300	2,3703	,10660	110
Residual	-,48628	,27039	,00000	,17490	110
Std. Predicted Value	-2,801	3,374	,000	1,000	110
Std. Residual	-2,768	1,539	,000	,995	110

a. Dependent Variable: السلوك الحركي

Charts



أثر للنشاط البدني التربوي على السلوك الحركي التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT السلوك_الحركي_التنافسي

/METHOD=ENTER النشاط_البدني_التربوي

/SCATTERPLOT=(*ZPRED ,*ZPRED)

/RESIDUALS HISTOGRAM(ZRESID).

Variables Entered/Removed^a

الملاحق

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	النشاط البدني الترويبي ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: السلوك الحركي التنافسي

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,644 ^a	,415	,410	,15446

a. Predictors: (Constant), النشاط البدني الترويبي

b. Dependent Variable: السلوك الحركي التنافسي

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1,829	1	1,829	76,668	,000 ^b
	Residual	2,577	108	,024		
	Total	4,406	109			

a. Dependent Variable: السلوك الحركي التنافسي

b. Predictors: (Constant), النشاط البدني الترويبي

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	,333	,216		1,544	,126
	النشاط البدني الترويبي	,800	,091	,644	8,756	,000

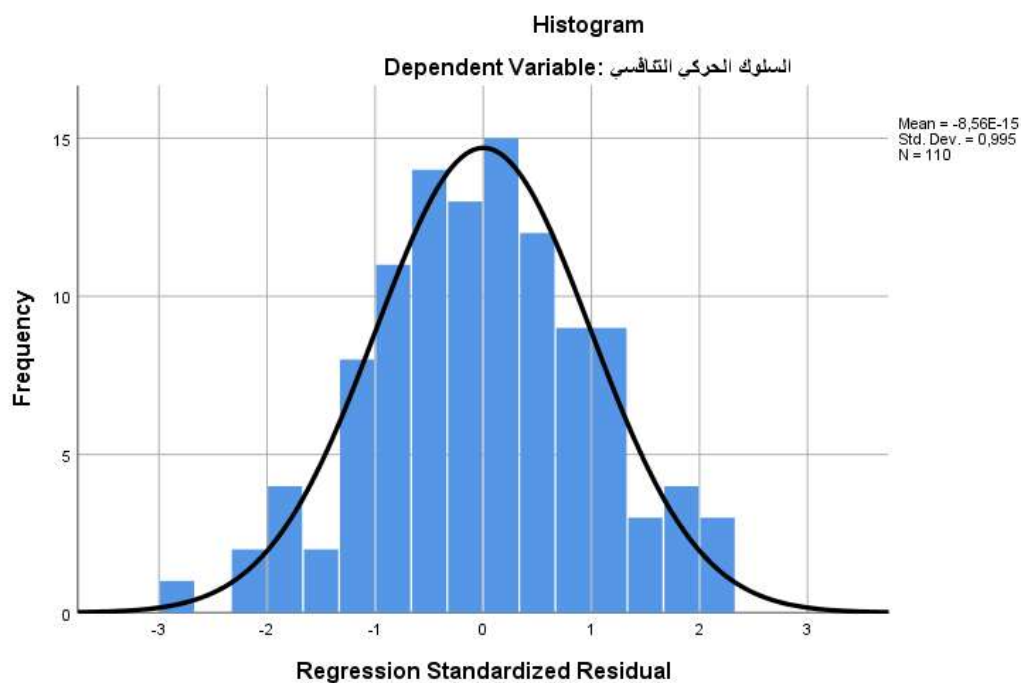
a. Dependent Variable: السلوك الحركي التنافسي

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	1,8526	2,6525	2,2155	,12954	110
Residual	-,41254	,33902	,00000	,15375	110
Std. Predicted Value	-2,801	3,374	,000	1,000	110
Std. Residual	-2,671	2,195	,000	,995	110

a. Dependent Variable: السلوك الحركي التنافسي

Charts



أثر للنشاط البدني التريوي علي السلوك الحركي الجازم لدي تلاميذ المرحلة الثانوية

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

الملاحق

/DEPENDENT السلوك_الحركي_الجازم

/METHOD=ENTER النشاط_البدني_التربوي

/SCATTERPLOT=(*ZPRED ,*ZPRED)

/RESIDUALS HISTOGRAM(ZRESID).

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	النشاط البدني التربوي ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: السلوك الحركي الجازم

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,546 ^a	,061	,052	,33120

a. Predictors: (Constant), النشاط البدني التربوي

b. Dependent Variable: السلوك الحركي الجازم

ANOVA^a

	Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	,763	1	,763	6,955	,010 ^b
	Residual	11,847	108	,110		
	Total	12,610	109			

a. Dependent Variable: السلوك الحركي الجازم

b. Predictors: (Constant), النشاط البدني التربوي

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1,309	,462		2,833	,006
	النشاط البدني التربوي	,517	,196	,246	2,637	,000

a. Dependent Variable: السلوك الحركي الجازم

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	2,2908	2,8074	2,5251	,08366	110
Residual	-,94381	,39587	,00000	,32968	110
Std. Predicted Value	-2,801	3,374	,000	1,000	110
Std. Residual	-2,850	1,195	,000	,995	110

a. Dependent Variable: السلوك الحركي الجازم

Charts

