

جامعة قاصدي مرباح ورقلة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي  
شعبة التربية الحركية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص تربية حركية لدى الطفل والمراهق

بعنوان:

## تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا

دراسة ميدانية لبعض الطلبة الناجحين بجامعة قاصدي مرباح ورقلة

إعداد الطالبين:

✓ . إدريس وناس .....

✓ . صياد عبد الرحمان .....

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 2015/06/01. بالقاعة/ المدرج: D200

أمام اللجنة المكونة من السادة:

الأستاذ (ة): ..... ( عبد الله بوجراة - جامعة ورقلة - ) رئيسا

الأستاذ (ة): ..... ( قادري تقي الدين - جامعة ورقلة - ) مشرفا

الأستاذ (ة): ..... ( بركات حسين - جامعة ورقلة - ) ممتحنا

السنة الجامعية: 2014م / 2015م

# التقارير

أ.....	شكر وتقدير
ب.....	الإهداء
ج.....	قائمة الجداول
د.....	ملخص الدراسة
01.....	مقدمة

## الفصل التمهيدي

### (مدخل عام للبحث)

03.....	1- الإشكالية
04.....	2- الفرضيات
05.....	3- أهمية الدراسة
05.....	4- أسباب اختيار الموضوع
05.....	5- أهداف الدراسة
05.....	6- تحديد المفاهيم
06.....	7- الدراسات السابقة

## الفصل الأول

### (الخلفية النظرية للبحث)

08.....	تمهيد
09.....	المراقبة
09.....	1 - مفهوم المراقبة
09.....	2 - تعريف المراقبة
09.....	3- مراحل المراقبة
10.....	4- خصائص المراقبة
10.....	1-4 النمو الجسمي (الفيزيولوجي)

11	2-4 النمو العقلي .....
11	3-4 النمو الاجتماعي.....
12	5 مميزات وخصائص التلميذ في المرحلة الثانوية.....
13	6 دوافع ممارسة الانشطة الرياضية والبدنية للمراهق.....
13	6- أ- دوافع مباشرة.....
13	6- ب - دوافع غير مباشرة.....
14	الخلاصة.....
15	التربية البدنية.....
15	1 معنى التربية البدنية.....
15	2 علاقة التربية البدنية بالتربية العامة.....
16	3 اهمية التربية البدنية.....
16	4 أهداف التربية البدنية والرياضية.....
17	4-أ- من الناحية الصحية.....
17	4-ب- من الناحية التربوية.....
17	4-ج- من الناحية الترويحية.....
17	4-د- من الناحية العلاجية.....
17	5 وظيفة استاذ التربية البدنية.....
17	6.مهارات التدريس في التربية البدنية.....
18	7.منهاج اسنة الثالثة ثانوي.....

### الفصل الثاني (الجانب التطبيقي)

26	تمهيد.....
27	الإجراءات المنهجية للبحث.....
27	1منهج البحث.....
27	2مجتمع الدراسة.....
27	3عينة الدراسة.....
27	4الدراسة الاستطلاعية.....

28.....	4 مجال البحث
28.....	5 أ -المجال الزمني
28.....	5- ب - المجال المكاني
28.....	6 أدوات ووسائل البحث
28.....	7- متغيرات الدراسة
29.....	تحليل ومناقشة البيانات
46.....	خاتمة

المراجع

الملاحق

## كلمة شكر

قال الله تعالى : « وإذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم ولئن كفرتم إن عذابي لشديد » سورة إبراهيم الآية 07.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: « من لا يشكر الناس لا يشكر الله »

نحمد الله على نعمه التي لا تعد ولا تحصى ، ونصلي على الحبيب المصطفى عليه الصلاة والسلام أما بعد :

أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل الأيادي والعقول التي ساهمت في إثراء هذا البحث المتواضع واطمئن بالذکر أستاذي الفاضل **قادر تقي الدين** على توجيهاته ونصائحه، كما توجه بالشكر إلى الذين

ساهموا بالمتابعة والتساؤل وهم الذين كانوا الدعم الخفي لإتمام هذا العمل .

فإلى كل هؤلاء ارق آيات العرفان والتقدير واخلص عبارات الشكر والوفاء .

إلى كل من شجعتي ولو بكلمة طيبة و استعجل بالسؤال شوقاً ليرى هذا العمل يكتمل .



# الهدايا

بسم الله الرحمن الرحيم

قال تعالى: ﴿وَخَفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا﴾

(الإسراء: 24)

إلى التي أوصاني بها المولى خيرا وبراء، إلى التي حملتني وهنا على وهن، إلى التي سهرت الليالي لأنام ملئ أجفاني إلى منبع الحب والحنان إلى رمز الصفاء والوفاء والعطاء، إلى أمي الغالية حفظها الله ورعاها في كل وقت بعينه التي لا تنام.

إلى رمز العز والشموخ إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى ما وصلت إليه اليوم، إلى أبي العزيز

والي كل الإخوة والأخوات

والي الذين لم يذكرهم اللسان ويذكرهم القلب

صياد عبد الرحمان

ادريس وناس

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
29	عرض نتائج العبارة التي تقول : تساهم نتائج اختبار التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا في نجاح التلميذ	01
30	عرض نتائج العبارة التي تقول : أظن إن العلامة الجيدة في امتحان بكالوريا الرياضة قد تكون سببا في نجاح التلميذ.	02
31	عرض نتائج العبارة التي تقول: عندما كنت تلميذ في السنة الثالثة ركزت على الأنشطة الرياضية الفردية فقط.	03
32	عرض نتائج العبارة التي تقول : مارست الألعاب الفردية لأكون جاهز لامتحان البكالوريا .	04
32	عرض نتائج العبارة التي تقول : يمثل متوسط التكرارات والنسب المئوية للعبارات الخاصة بالفرضية الاولى.	05
34	عرض نتائج العبارة التي تقول : ساعدتني حصة التربية البدنية على التحصيل الدراسي في المواد الاخرى.	06
35	عرض نتائج العبارة التي تقول : ممارسة حصة التربية البدنية ساعدتني في الرفع من مستوا في المواد الاخرى	07
36	عرض نتائج العبارة التي تقول :حصة التربية البدنية والرياضية تخفف من التفكير الدائم في امتحان البكالوريا.	08
37	عرض نتائج العبارة التي تقول : الانشطة الرياضية المختلفة في حصة التربية البدنية تقلل من الضغط الناتج عن المواد الاخرى	09
37	عرض نتائج العبارة التي تقول :لممارسة التربية البدنية والرياضية دور في التحصيل الدراسي.	10
38	عرض نتائج العبارة التي تقول :كيف كانت نتائجك الدراسية	11
38	يمثل متوسط التكرارات والنسب المئوية للعبارات الخاصة بالفرضية الثانية	12
40	عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تعاني من مشاكل اثناء ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.	13
40	عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تهتم بحصة التربية البدنية والرياضية.	14
41	عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تعاني من مشاكل اثناء ممارسة حصة التربية البدنية.	15
41	عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تلقيت فحوصات طبية قبل ممارسة التربية البدنية والرياضية	16
42	عرض نتائج العبارة التي تقول :الاتصال الاجتماعي الناتج عن ممارستي للتربية البدنية له اهمية كبيرة بالنسبة لي	17
42	عرض نتائج العبارة التي تقول :شعوري عند ممارسة التربية البدنية هو:	18
43	يمثل متوسط التكرارات والنسب المئوية للعبارات الخاصة بالفرضية الثالثة	19

**الملخص :** تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا ، و استخدمنا المنهج الوصفي لتحقيق الفرضية العامة والفرضيات الفرعية ، ولقد كانت فرضيتنا العامة لهذا البحث هي : لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية تأثير على المعدل العام للتلميذ .

كما تمثلت عينة الدراسة في مجموعة من طلاب السنة الأولى جامعي من جامعة قاصدي مرباح ورقلة عددهم 50 طالبا ، واعتمدنا في هذا البحث على وسيلة من وسائل جمع المعلومات وهي استبيان وزع على أفراد العينة ، أما عن الأساليب الإحصائية التي استخدمناها فقد لجأنا إلى النسب المئوية والتكرارات لتحليل محاور الاستبيان الخاصة بكل فرضية وخلصنا في الأخير إلى أن لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية تأثير على المعدل العام للتلميذ ، وأوصينا بضرورة المواظبة على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية وبشكل منتظم وذلك لأهميتها الكبيرة بالنسبة للتلميذ من عدة نواحي (صحية – اجتماعية – نفسية ..... ) وكذلك أوصينا بعدم اللجوء إلى الإعفاء من هذه الحصة .

### **Apstracct :**

This present study aims at identifying the impact of practising session of sport on the pupils general average baccalaureate . In this study we have approached the descriptive method to fulfill the general hypothesis and the secondary ones we hypothesize that the mark of physical education and sport in the baccalaureate sport has a great impact on the general success of the pupil . We have chosen as a sample (50) students of first – year at University KASDI MERBAH OUARGLA and we have adopted a questionnaire as a mean of gathering data while we have analyzed the gathered data ( the questionnaire s units) through peresentages and repetition as statistical methods . results revealed that the baccalaureate sport mark has a crucial role in the pupils success also we have recommended that the attendance in practising the physical education and sport session regulariy is of high importance because it enriches the pupils different sides life (health- social – psychological ...etc) . and we recommended not to use exemption to skip the sport session



## مقدمة:

لاشك أن كل فرد يسعى إلى تحقيق النجاح في هذه الحياة ، وهذا النجاح لا يمكن أن يتأتى بدون الاهتمام الكبير بطلب العلم ، ولأن التلميذ يسعى إلى تحقيق نجاحات في مختلف المجالات فإنه يجب عليه التركيز الجيد طيلة مراحل الدراسة ، ومن بين هذه المراحل المرحلة الثانوية والتي تضم أهم سنة في الحياة الدراسية ككل وهي السنة الثالثة ثانوي التي تعتبر العقبة الأخيرة التي تفصله عن الانتقال أي التعليم العالي ولكي يتحقق كل هذا يجب على التلميذ الاهتمام بجميع المواد وفي كل الفصول دون استثناء ومن بينها مادة التربية البدنية الرياضية هذه المادة التي تدرس بشكل منتظم من أول سنة في الطور المتوسط وإلى غاية السنة الأخيرة في الطور الثانوي والتي أصبحت تلقى اهتماما كبيرا من طرف وزارة التربية والتعليم حيث خصصت لها أساتذة مختصين ، الاهتمام هذا لم يقتصر على الوزارة بل حتى التلميذ أصبح مهتما بهذه المادة وقد زاد هذا الاهتمام بها حين ما برمجت في الامتحانات الرسمية (امتحان البكالوريا ، امتحان شهادة التعليم المتوسط ) كأحد المواد التي يمتحن وتحسب علامتها ضمن المعدل العام ، ولهذا فقد قمنا بهذا البحث للوقوف على مدى تأثير ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية على معدله العام في شهادة البكالوريا ولهذا فقد قمنا بتقسيم بحثنا هذا إلى ثلاث فصول ، الفصل التمهيدي الذي يتضمن إشكالية البحث و الأسباب التي كانت وراء اختيارنا لهذا الموضوع ، أما الفصل الأول فيحتوي على الجانب النظري والذي بدوره يتضمن جزئين ، الجزء الأول تطرقنا فيه إلى التربية البدنية والرياضية تما الجزء الثاني فتكلمنا فيه عن المراهقة .

أما الفصل الثاني الذي سيتضمن الجانب التطبيقي فقد تضمن جزئين :

الجزء الأول وتكلمنا فيه عن الإجراءات المنهجية للبحث .

أما الجزء الثاني فقمنا فيه بتحليل ومناقشة النتائج .

# الفصل التمهيدي

**1- الإشكالية:**

تعتبر التربية العامة أساس بناء الشخصية المتكاملة لمختلف الجوانب التي يستطيع الفرد من خلالها التكيف مع متطلبات الحياة, كما تعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة حيث تعمل على إعداد الفرد الصالح فكريا وجسميا ونفسيا, وإذا كان هناك من يطالب باستغلال وقت الفراغ لاغتنام فوائد كثيرة فإنه يوجد في التربية البدنية والرياضية ما يحقق ذلك كونها تساهم في توجيه حياة الفرد داخل المجتمع توجيهها سليما.

من خلال الأهمية الكبيرة للتربية البدنية جعلتها وزارة التربية الوطنية و التعليم في الجزائر من أهم المواد التي تدرس في المنهاج وفي كافة أطوار التعليم المختلفة ( ابتدائي, متوسط , ثانوي) .

و تعد مرحلة التعليم الثانوي مرحلة هامة في حياة الفرد باعتبارها تواكب مرحلة المراهقة التي هي فترة انتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ومن هنا يجب أن تساهم التربية البدنية والرياضية في إعداد المواطن (التلميذ) إعدادا بدنيا و نفسيا و عقليا في توازن تام. و يجب أن تساهم في تحقيق هذا الأمر، حيث أنها تعتبر أكثر البرامج التربوية قدرة على تحقيق أهداف المجتمع .

و يتضح هذا من خلال مدى تحقيق أهداف التربية البدنية في المرحلة الثانوية.

و تتحقق أهداف التربية البدنية بالمرحلة الثانوية بدرجات متفاوتة و ذلك حسب المواقف المتاحة في درس التربية البدنية كي يتعلم منها التلميذ المهارات و السلوكات الحركية للمساهمة بنجاحه في مساره التعليمي أولا ثم في حياته المهنية ثانيا.<sup>1</sup>

وبالحديث عن الطور الثانوي يجب أن نقف على أهم سنة في هذه المرحلة والتي تعتبر مرحلة هامة في حياة التلميذ كونها محطة ينتقل منها التلميذ من التعليم الثانوي إلى التعليم العالي ، ألا وهي السنة الثالثة من التعليم الثانوي وفي هذه السنة يكون التلميذ في آخر الموسم الدراسي أمام آخر عقبة تفصله عن الانتقال إلى الدراسة الجامعية وهذه العقبة هي ما تسمى بامتحان شهادة البكالوريا والتي بدورها تضم أهم المواد العلمية والأدبية حسب كل شعبة .

ولان مادة التربية البدنية والرياضية لها أهمية كبيرة فقد برمجت كأحد المواد التي يمتحن فيها التلميذ في كل الشعب .

<sup>1</sup> الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية السنة الثالثة ثانوي 2006 .

ونحاول من خلال هذه الدراسة تسليط الضوء أكثر على تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية طيلة الموسم الدراسي بالنسبة للتلميذ في السنة الثالثة ثانوي من عدة نواحي أهمها من ناحية تأثير العلامة التي يتحصل عليها التلميذ في بكالوريا الرياضة على المعدل ككل ومن ناحية مادة قد تساعده على التحصيل الدراسي في المواد الأخرى ومن ناحية اهتمام التلميذ بها لكونها تساعد التلميذ نفسيا واجتماعيا ، ويتم كل هذا من خلال حصص التربية البدنية المقدمة طوال الموسم الدراسي والتي تساعده في الإعداد البدني و المهاري وحتى النفسي للتلميذ ، وذلك الضغط الذي يمكن أن يتولد لديه حيال هذا الامتحان .

وعليه نطرح التساؤل التالي:

### التساؤل العام :

هل تؤثر ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا ؟

### التساؤلات الفرعية :

— هل علامة التربية البدنية والرياضية في امتحان بكالوريا الرياضة تؤثر على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا؟.

— هل ممارسة التربية البدنية والرياضية تؤثر على التحصيل الدراسي للتلاميذ وبالتالي على معدله في شهادة البكالوريا ؟

— هل يوجد اهتمام كبير لممارسة مادة التربية البدنية والرياضية من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟

### 2- الفرضيات :

#### الفرضية العامة :

— تؤثر ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا .

#### الفرضيات الفرعية:

— علامة التربية البدنية والرياضية في امتحان بكالوريا الرياضة يمكن أن تؤثر على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا .

— ممارسة التربية البدنية والرياضية قد تؤثر على التحصيل الدراسي للتلاميذ وبالتالي على معدله في شهادة البكالوريا.

- يوجد اهتمام كبير لممارسة مادة التربية البدنية والرياضية من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

### 3- أهمية الدراسة :

تتجلى أهمية الدراسة في إظهار مدى تأثير ممارسة حصة التربية على المعدل العام للتلميذ في شهادة البكالوريا وكذلك إعطاء فكرة عن أهمية مادة التربية البدنية بالنسبة للتلميذ خاصة في هذه المرحلة الحساسة (المراهقة) من خلال أنها تنمي جميع الجوانب لديه ، وكذلك أهميتها كأحد المواد المساهمة في النجاح .

### 4- أسباب اختيار الموضوع :

تتلخص الأسباب التي دفعتنا إلى اختيار الموضوع فيما يلي :

- تحفيز التلاميذ على مواظبة ممارسة حصة التربية البدنية .
- معرفة مدى مساهمة علامة امتحان بكالوريا الرياضة في المعدل العام للتلميذ .
- إظهار فائدة العلامة التي يتحصل عليها التلميذ من امتحان بكالوريا الرياضة كعلامة مساعدة للنجاح .
- توضيح الأهمية الكبيرة للتربية البدنية بالنسبة للتلميذ في المرحلة الثانوية .

### 5- أهداف الدراسة :

- تزويد المكتبة الجامعية ببحوث جديدة .
- إبراز دور الرياضة في تنمية جميع جوانب الشخصية .
- إعطاء صورة جديدة لأهمية ممارسة حصة التربية البدنية بالنسبة للتلميذ في السنة الثالثة ثانوي .

### 6- تحديد المفاهيم :

#### التعريف الإجرائي لحصة التربية البدنية والرياضية :

هي أحد المواد التي تدرس في الطور الثانوي وهي عبارة عن مجموعة من القيم والمهارات ، تهدف الى النمو جميع جانب الشخصية لدى الفرد ، ويقدر حجمها الساعي بساعتين أسبوعيا .

**التعريف الإجرائي للمعدل العام للتلميذ في شهادة البكالوريا :**

نقصد بالمعدل العام للتلميذ هو المعدل الذي يتحصل عليه التلميذ في البكالوريا ويكون حسابه كما يلي : مجموع علامة كل مادة في معامله على عدد المعاملات بما في ذلك التربية البدنية .

**7- الدراسات السابقة :**

هناك دراستين مشابهتين لموضوع الدراسة :

- مذكرة ماجستير بعنوان : أثر التربية البدنية على التحصيل الدراسي من إعداد الطالب :لحواح جمال وتحت إشراف الدكتور بن التومي عبد الناصر ، موسم: 2008/2007 ، جامعة الجزائر معهد التربية البدنية .
- مذكرة لسانس بعنوان تأثير ممارسة الرياضة على النجاح المدرسي ، من إعداد الطالبين : سعاوي مخلوف ، حامة مونيير . تحت إشراف الأستاذ : حتمان عبد النور .موسم : 2010/2009 . جامعة الجزائر 3 معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله .

# الفصل الأول

(الخلفية النظرية للبحث)

1 - : المراهقة

2 - : التربية البدنية والرياضية.

**تمهيد:**

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل في حياة الفرد لذلك لفتت إنتباه العديد من الباحثين و العلماء النفسانيين منهم و الاجتماعيين الذين خصصوا لها مجال واسع في دراساتهم و أبحاثهم كونها المرحلة النهائية المتوسطة بين عالمين , عالم الطفولة و عالم الرجولة و نظرا لحساسية هذه المرحلة و مدى أهميتها بكل ما قد تتضمنه من تغيرات و تحولات جسمية كانت أو عقلية.

فمرحلة المراهقة مرحلة صراعات قد تؤدي إلى توترات واضطرابات انفعالية حادة , فهي مرحلة عنيفة من ناحية الانفعالات و مرحلة تغيرات جسمية هامة و صراعات حادة مع المجتمع و هذا ما سبب اختلاف العلماء في تعريفها و تفسير بواعثها.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> مذكرة ماجستير بعنوان : أثر ممارسة التربية البدنية والرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق ، من إعداد : رويح كمال، تحت إشراف الدكتور بن التومي ، موسم 2006/2007، جامعة الجزائر، ص 96.



**المراهقة :****1- مفهوم المراهقة:**

إن كلمة مراهقة هي كلمة مشتقة من الفعل اللاتيني "ADOLESCENCE" "و معناها" التدرج نحو النمو البدني والجنسي والانفعالي والعقلي والاجتماعي" <sup>1</sup> "ADOLESCENCE" و هنا يتضح الفرق بين كلمة المراهقة فالأخيرة يقتصر معناها على ناحية واحدة " PUBERTY" و كلمة بلوغ من نواحي النمو و هي الناحية الجنسية أما اللفظ الأول يطلق على مرحلة كاملة تبدأ بالبلوغ و تستمر حتى مرحلة النضج الاجتماعي الكامل.

**2 تعريف المراهق:**

-تعريف الدكتور عبد المنعم المليجي " : يمكننا أن نعرف المراهقة على أنها أزمة من أزمات النمو والارتقاء و التطور إذا فهمنا أنها مرحلة يعاد فيها تنظيم القوى النفسية و العقلية كي تجابه مطالب الحياة الراشدة" <sup>2</sup>

تعريف: " ROGERS " إنها فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية و مرحلة ذهنية كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة " <sup>3</sup>

**3 مراحل المراهقة:**

انه لمن الصعب جدا تحديد بدئ مرحلة المراهقة و نهايتها فهي تختلف من فرد إلى آخر و من جنس إلى آخر و من سلالة إلى أخرى و من مجتمع إلى آخر باختلاف ثقافة هذا المجتمع و للدلالة على صعوبة تحديد بدايات هذه المرحلة و نهايتها يقول كل من Joseph Stone و تشرش في كتاباتها الطفولة و المراهقة " إن المراهقة تبدأ بمظاهر البلوغ و بداية المراهقة ليست دائما واضحة و نهايتها تأتي مع تمام النضج الاجتماعي دون تحديد ما قد وصل إليه الفرد من هذا النضج" <sup>4</sup> و نحن إذا كنا نتحدث عن المراهقة كوحدة متكاملة مع ما

<sup>1</sup> خليل ميخائيل معوض ، مشكلات في المدن و الريف . القاهرة : دار المعارف ، 1971 ، ص23.

<sup>2</sup> معروف رزيق ، خفايا المراهقة . ط 2، دمشق : دار الفكر، 1986 ، ص 15 .

<sup>3</sup> ميخائيل إبراهيم أسعد ، مشكلات الطفولة و المراهقة . ط2، بيروت : دار الأفاق الجديدة ، 1961، ص 225.

<sup>4</sup> خليل ميخائيل معوض ، مرجع سابق ص25

قبلها و مع مابعدهما من مراحل النمو فإن بعض الدراسات تقسمها تقسيما اصطلاحيا إلى ثلاث مراحل فرعية تقابل المراحل التعليمية التالية:

( مرحلة المراهقة المبكرة ما بين 12 و 14 سنة) تقابل مرحلة :  
التعليم الإعدادي المتوسط.

(مرحلة المراهقة المتوسطة ما بين 15 و 17 سنة) تقابل مرحلة :  
مرحلة التعليم الثانوي.

( مرحلة المراهقة المتأخرة ما بين 18 و 20 سنة) تقابل مرحلة :  
مرحلة التعليم الجامعي.

و هكذا فإن المراهقة تنتهي في حوالي سن الحادية و العشرين حين يصبح الفرد ناضجا جسما و فيزيولوجيا و انفعاليا و اجتماعيا.<sup>1</sup>

#### 4- خصائص المراهقة:

#### 4-1 النمو الجسمي (الفيزيولوجي) :

يعتبر جسم المراهق إحدى المقومات الأساسية في تكوين شخصيته و قد يتجلى ذلك في جملة التغيرات الفيزيولوجية التي تلحق بجسمه التي تخلق له بعض الاضطرابات النفسية تحول ربما أمام تكيفه السريع مع محيطه الذي يعيش فيه , و لذلك يكون لها إنعكاس على شخصية المراهق في المستقبل و على قدراته و سلوكه أيضا و على ضوء ما ذكرناه يمكن القول أن النمو في مرحلة المراهقة يحدث على شكل تغيرات فيزيولوجية داخلية تظهر في وظائف الأعضاء.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو من الطفولة إلى المراهقة . ط2 ، القاهرة : عالم الكتب، 1972 ، ص284 .

<sup>2</sup> عبد الرحمان العسوي ، معالم علم النفس . بيروت : دار النهضة العربية للطباعة و النشر، ص 91.

**4-2 النمو العقلي :**

مرحلة المراهقة هي فترة النمو العقلي التي يصبح فيها الكائن الحي قادراً على التغيير أو التوافق مع البيئة و مع ذاته لذا يكون النمو العقلي تطوره ذا أهمية في دراسة المراهقة. ليس لأنه أحد ظواهر النمو و إنما المكانة العقلية تعتبر عاملاً محدوداً في تقييم قدرات الفرد و استعداداته.<sup>1</sup>

ففي هذه المرحلة تصل عمليات التفكير إلى مستوى أعلى يجعل المراهق مختلفاً عما كان عليه و هو طفل و يتميز المراهق بحريته إذا أن العمليات العقلية تتزايد في مرونتها و التحكم فيها ، و مرونة تفكير المراهق تمكنه من التفكير بدون استخدام أشياء حقيقية أو أحداث واقعية<sup>2</sup>

**4-3 النمو الاجتماعي:-**

تتميز الحياة الاجتماعية بأنها أكثر تمايزاً و اتساعاً و شمولاً في مرحلة الطفولة إذا ينمو الفرد فتزداد و تتسع آفاق علاقاته الاجتماعية بتتابع مراحل النمو المضطرب و تستمر التنشئة الاجتماعية.<sup>3</sup>

يتأثر النمو الاجتماعي في هذه المرحلة بالتغيرات التي يتعرض لها الفرد في جوانب النمو الأخرى و يظهر هذا التأثير في سلوكه حيث يبدأ المراهق بإظهار الرغبة الاجتماعية كأخذ مكانة في المجتمع ، من حيث الانضمام إلى النوادي مما يؤمن له الشعور بالانتماء إلى المجتمع كإنسان ذو قيمة فعالة.<sup>4</sup>

و يتعين على المراهق كفرد يتجه نحو الرشد إن يتعلم مجموعة جديدة من الأدوار الاجتماعية هذه الأدوار التي يجب أن تتفق مع جنسه و مع دوره كعضو مسؤول في المجتمع.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> حامد عبد السلام زهران ، علم النفس الطفل و المراهق . القاهرة : عالم الكتب، 1977 ، ص326 .

<sup>2</sup> سعدية محمد علي بهادر، علم النفس النمو . ط 1 ، الكويت: دار البحوث العلمية، 1977، ص 26.

<sup>3</sup> خليل معض ، سيكولوجية الطفولة و المراهقة . مصر : دار المعارف، 1971، ص 80 .

<sup>4</sup> توما جورج خوري، سيكولوجية النمو عند الطفل و المراهق . ط1، لبنان: المؤسسة الجامعية للدراسات و النشر والتوزيع ، 2000، ص 111.

<sup>5</sup> عباس محمود عوض ، علم النفس الاجتماعي نظريات و تطبيقات . مصر: دار المعرفة الإسكندرية ، 1994 ، ص155.

ويظهر المراهق الشعور بالمسؤولية الاجتماعية في محاولته فهم و مناقشة المشكلات الاجتماعية و السياسية والتعاون مع الزملاء و التشاور معهم واحترام آرائهم فمظاهر النمو تتميز عند المراهقة باعتبارها مرحلة انتقالية وهذه المظاهر التي أشرنا إليها سابقا لا تظهر فجأة إنما يكون ظهورها تدريجيا و هي تمثل في مجملها وحدة أساسية متكاملة و كل نمو يظهر يؤثر في الآخر و الذي يعطي في الأخير شخصية متميزة.

### 5- مميزات و خصائص التلاميذ في المرحلة الثانوية:

تتميز هذه المرحلة في معدل النمو الجسماني , فيستعيد الفتى و الفتاة تناسق الجسم كما تظهر الفروق المميزة في أجسامهم بصورة واضحة و تزداد نمو العضلات بالجذع و الصدر و الرجلين بدرجة أكبر حتى يستعيد الشاب إترانه الجسمي و يصل إلى نضجه البدني الكامل تقريبا إذ تأخذ ملامح الوجه صورتها الكاملة و تصبح عضلات الفتيان قوية متينة.

و تعتبر هذه المرحلة دورة جديدة من النمو الحركي يستطيع فيها الفتى و الفتيات سرعة اكتساب و تعلم مختلف الحركات و إتقانها و تثبيتها.

بالإضافة إلى ذلك فإن عامل زيادة العضلات الذي يتميز به الفتى في هذه المرحلة على إمكانية ممارسة أنواع عديدة و أنشطة رياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية كما تتزايد مرونة عضلات الفتاة التي تساعدها على ممارسة الرياضة مثل الجمباز.

وهناك بعض الخصائص المرتبطة بالنشاط الرياضي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية وهي :

-زيادة الميل إلى اكتشاف البيئة و المخاطرة و المغامرة و التجول.

-القدرة على الانتظام في جماعات و التعامل معها بطريقة ايجابية منتجة.

-الميل إلى الحفلات الجماعية و اللعب المشتركة.

-الحاجة إلى اللعب و الراحة و الاسترخاء.

-متابعة سير الأبطال الرياضيين و الأحداث الجارية.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> فؤاد عذب الوهاب، المرشد الرياضي التربوي . طرابلس : المنشآت العامة للنشر و التوزيع و الإعلان ، 1983 ، ص50 .

كل هذه الخصائص لها دور كبير في تأقلم التلاميذ مع بيئتهم و تنزع كل العقد التي تتكون في هاته المرحلة الصعبة التي تحتاج إلى الرعاية والعناية اللازميتين .

### 6 دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية و البدنية للمراهق:

إن الدوافع المرتبطة بممارسة الأنشطة الرياضية و البدنية تتميز بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية و مجالاتها , و التي تحفز المراهق على ممارستها و أهمية ذلك بالنسبة للفرد الرياضي أو بالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه فكل فرد دافع يحثه للقيام بعمل ما.

ولقد حدد الباحث " روديك " أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية و البدنية و قسمها إلى قسمين<sup>1</sup>:

#### 6 - أ - دوافع مباشرة : و المتمثلة في:

- الإحساس بالرضا و الإشباع بعد نهاية النشاط العضلي كنتيجة للنشاط البدني.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة و جمال و مهارة الحركات الذاتية للفرد مثل الجمباز.
- الشعور بالإرتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها.
- الاشتراك في المنافسات و التجمعات الرياضية.
- تسجيل الأرقام و البطولات و إثبات التفوق و إحراز الفوز.<sup>2</sup>

#### 6 - ب - دوافع غير مباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- التطلع لرفع المستوى للقدرة على العمل و الإنتاج.
- الإحساس بالضرورة للدفاع عن النفس و إنقاص الوزن
- الوعي بالشعور الاجتماعي إذ يرى المراهق بوجود المشاركة في الأندية و الفرق الرياضية و يسعى للانتماء للجماعة و تمثيلها رياضيا واجتماعيا.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي . مصر: دار المعارف مصر 1986 ص187

<sup>2</sup> محمد حسن علاوي، مرجع سابق ، ص 161 ..

<sup>3</sup> محمد حسن علاوي، مرجع سابق ، ص 162 .

### الخلاصة:

إن الحديث عن المراهقة يعني الحديث عن أمور كثيرة تحدث في هذه الفترة من حياة الكائن البشري فهي كما أشرنا إليها مرحلة انتقالية متميزة لإعداد الفرد للدخول في مرحلة النضج و الرشد و لعل ما يميز هذه المرحلة عن سابقتها هي تلك المظاهر المختلفة التي يتعرض لها المراهق و التي تكون كمؤشر واضح لوصوله لهذه المرحلة.

التربية البدنية و الرياضية1 معنى التربية البدنية و الرياضيةالتربية البدنية:

أخذ مفهوم التربية البدنية مجالاً أوسع و أصبح يحضى بكثير من الاهتمام حيث يرى عامة الناس أن التربية البدنية مجرد لهو و لعب أو أنها نوع من الحشو في البرامج الدراسية , و لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية مع عالم الآخر و رغم الاختلاف في تعريفها إلا أنه يوجد اتفاق حول مضمونها و أهم التعاريف نجد :

- محمد خطاب : " إنها ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من النواحي البدنية و العقلية و الانفعالية و عن طريق النشاط الحركي.<sup>1</sup>

- فايز مهني " هي مجموعة النشاط البدني للفرد التي تختار وفقاً لقيمتها ونتائجها بما يتناسب و خصائص النمو<sup>2</sup> "

- فيري " التربية البدنية جزء لا يتجزأ من التربية العامة و أنها تشغل دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية العضوية و التوفيقية و الانفعالية "<sup>3</sup>

2 علاقة التربية البدنية بالتربية العامة:

إن التربية البدنية و الرياضية هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة حيث أن هذه الأخيرة عبارة عن عملية تربوية تتم عند ممارستها أوجه النشاطات البدنية التي تنمي و تصون جسم الإنسان.

"فن طريق برنامج التربية البدنية و الرياضية الموجه توجيهها صحيحاً و سليماً يكتسب الأطفال و المراهقين المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة كما أنهم يشتركون في نشاط يطور حياتهم الصحية"<sup>4</sup>

و للحصول على أقصى فائدة تربوية من التربية البدنية و الرياضية يجب على المدارس أن تقدم التوجيه و البرامج المتزنة و المتنوعة التي تخدم هذه الأخيرة و من هنا يمكننا القول أن التربية البدنية و الرياضية و التربية العامة مرتبطتين ببعضهما ارتباطاً واضحاً و

<sup>1</sup> خطاب عادل محمد ، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية . دار النهضة العربية ، 1965 ، ص 27 .

<sup>2</sup> حامد الأفندي محمد ، علم النفس الرياضي . دار النشر علم الكتاب ، 1975 ، ص 85 .

<sup>3</sup> أمين أنور طولي ، أصول التربية و الرياضية : التاريخ - المدخل - الفلسفة . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 95 ص 94 .

<sup>4</sup> رابع تركي ، النظريات التربوية . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية ، 1982 ، ص 112 .

متفقين في الغرض و المعني الذي يحدد تنمية و تطور و تكيف الفرد كل النواحي سواء الجسمية أو الاجتماعية أو النفسية و ذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختارة لغرض تحقيق أسمى القيم الإنسانية و ذلك تحت إشراف قيادة مؤهلة تربويا.

### 3 أهمية التربية البدنية:

اهتم الإنسان منذ القديم بجسمه و صحته و لياقته و شكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد و المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية و التي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب و التمرينات البدنية و التدريب الرياضي ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم يتوقف على الجانب البدني الصحي و حسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها على مستوى الجوانب النفسية و الاجتماعية و العقلية و المعرفية ، و الجوانب الحركية المهارية ، و الجوانب الجمالية الفنية ، وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً شاملاً و منسقاً و متكاملًا.

و تمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في أطر ثقافية و تربوية عبرت عن اهتمام الإنسان و تقديره ، و كانت التربية البدنية و الرياضية هي الترويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة ، و التي اتخذت أشكالاً و اتجاهات تاريخية و ثقافية مختلفة في أطرها و مقاصدها ، لكنها اتفقت على أن تحمل من سعادة الإنسان هدفاً ، ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ما ذكره الفيلسوف سقراط : "على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه و يستجيب إلى نداء الوطن إذا دعا الداعي<sup>1</sup> . " ويقول المفكر " شيلر " : "إن الإنسان يكون إنساناً عندما يلعب " <sup>2</sup>

### 4 أهداف التربية البدنية و الرياضية:

لقد نالت التربية البدنية اهتماماً كبيراً من قبل مفكريها مما جعلهم ينكبون على تحديد أهداف واضحة لها باعتبارها أحد المشكلات التي تواجه المادة ، و أيضاً تستمد أهدافها من قيم و ثقافة المجتمع ، ويقول ويست و بوتشر : "إن الأهداف المحددة للتربية البدنية و

<sup>1</sup> محمود عبد الفتاح عنان ، الثقافة و التربية في العصور القديمة. القاهرة : دار المعارف ، 1961 ص 8

<sup>2</sup> نجم الدين السهرودي ، الموجز في فلسفة و تاريخ التربية الرياضية . بغداد : مؤسسة دار الكتاب للطباعة و النشر ، 1980، ص 5 .



الرياضية هي التي توضح لنا إلى أين تسير وما تأمل في تحقيقه ، وبذلك يجب أن يكون للتربية البدنية و الرياضية أهدافا واضحة و محددة " 1

إن قضية تحديد الأهداف في التربية البدنية قد تصل مباشرة بوضعها كمهنة محترمة في الأوساط العلمية و الأكاديمية ، و يعتبر دودلي سارجنت أول من وضع أهدافا لها عام 1979و تمثلت في الآتي:

**4- أ من الناحية الصحية :** تقدير التناسب الطبيعي في جسم الإنسان. التعرف على تشريح أعضاء الجسم ووظائفها . دراسة المؤشرات الصحية العادية مثل التمرين ، التغذية ، النوم....

**4- ب من الناحية التربوية :** غرس القدرات العقلية و الجسمية و خاصة تلك التي يمكن استخدامها في الوصول إلى مهارات مهنية أو بدنية.

**4- ج من الناحية الترويحية :** تحديد القوى الحيوية التي تمكن الفرد من استئناف أعماله البدنية لنشاط و تأدية واجباته بسهولة.

**4- د من الناحية العلاجية :** استعادة الوظائف التي طرأ عليها خلل ، واصطلاح الأخطاء و العيوب<sup>2</sup>.

### **5- وظيفة أستاذ التربية البدنية و الرياضية:**

إن وظيفة الأستاذ هي تنمية ذكاء الطفل و كسب المهارة في العمل و يساعده على التطوير في الاتجاه الاجتماعي و هو الذي يوجه قواه الطبيعية التوجيه السليم و يهيئ قواه المكتسبة و ذلك حتى تحدد محصلة مجهودات الطفل في الاتجاه النافع.

### **6 مهارات التدريس في التربية البدنية و الرياضية:**

التدريس في التربية البدنية المدرسية عملية متشعبة تتطلب مهارات عديدة لأداء مهامها و هذه المهارات تمثل المهارات العامة للتدريس و التي يمكن تصنيفها إلى:

--تخطيط الدرس و تحضيره.

--صياغة الأهداف التربوية و السلوكية.

--تقديم و عرض الدرس

<sup>1</sup>حسن سليمان ، التربية في المجتمعين اليوناني و الروماني . مصر القاهرة : دار النهضة ، 1970، ص 95 .

<sup>2</sup>منير عطاء الله سليمان ، تاريخ التربية. القاهرة : دار النهضة العربية، 1968، ص 3 .

- تنوع المثيرات و التحضير للتعليم
- إدارة الفصل و ضبط النظام
- إعداد و تجهيز مكان الدرس<sup>1</sup>.

## II-7 - منهاج السنة الثالثة ثانوي

### 1 - ملحق الدخول:

يرتكز أساسا على تنسيق مختلف الحركات والعمليات في صيغتها الفردية والجماعية ، وتكييفها بما يتماشى وتجدد الوضعيات والحالات التي تواجه المتعلم خلال الممارسة انطلاقا من الكفاءة الختامية للسنة الثانية ثانوي .

### 2 - ملحق التخرج :

أن يتمكن المتعلم في نهاية التعليم الثانوي من استثمار مكتسباته البدنية والمهارية والمعرفية والاجتماعية ، وتجنيد ما يتماشى والمواقف التي تواجهه في حياته اليومية كمواطن راشد يتمتع بقدرة التعايش في وسطه الاجتماعي .

<sup>1</sup> د . مكارم حلمي أبو هجرة ، د. محمد سعد زغلول ، د . رضوان محمد : موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية . مصر : مركز الكتاب للنشر، 2000، ص24 .

المؤشرات		الأهداف التعليمية	المعايير
<p>الكفاءة القاعدية الأولى</p>		<p>* أن يتمكن المتعلم من الاستجابة المناسبة فرديا وجماعيا لمواجهة المؤثرات أو المواقف التي يفرضها الوضع</p>	
<p>المؤشرات</p>	<p>الأهداف التعليمية</p>	<p>المعايير</p>	
<p>– القيام بدور فعال في الدفاع</p> <p>بمحاصرة الخصم المباشر.</p> <p>– الاستجابة السريعة لمؤثر.</p> <p>– القيام بدور فعال في الهجوم</p> <p>بالتخلص من المحاصرة واستثمار الفضاء الحر .</p> <p>(جري، اقتراب وارتقاء تنفيذ سلسلة جمبازية</p> <p>تنقل مسطح للرمي)</p> <p>– تنسيق جيد بين الاقتراب والوثب.</p>	<p><u>نشاط جماعي</u></p> <p>*محاصرة الخصم أو التخلص من المحاصرة و التحول المناسب من الدفاع إلى الهجوم والعكس .</p>	<p>– خلق وضعية تفوق عددي.</p> <p>– تضييق المجالات في الدفاع لمحاصرة الخصم.</p> <p>– مضايقة خصم مباشر دون ارتكاب أخطاء.</p> <p>–التحول المناسب من وضعية لأخرى.</p> <p>– فهم الموقف والتصدي له.</p>	
<p>– تبنى وتيرات ، إيقاع مكيفين</p> <p>لنوعية العمل</p>	<p><u>نشاط فردي</u></p> <p>* تحقيق قطع مسافة وثبة، رمية بطريقة قانونية .</p>	<p>– تنفيذ انطلاق ناجح و المحافظة على تدرج استقامة الجسم.</p> <p>– الجري الاستعدادي ومنطقة الارتقاء.</p> <p>– تجنيد القوى والدفع الكامل للأداة.</p> <p>– تنفيذ رميات وثبات ناجحة وصحيحة .</p>	
<p>– تبنى وتيرات ، إيقاع مكيفين</p> <p>لنوعية العمل</p>	<p><u>نشاط الجمباز الأرضي</u></p> <p>* احترام إيقاع تدرجي لسلسلة مصغرة ومركبة من حركات دورانية ، ارتكازات ودحرجات .</p>	<p>– تسلسل حركات ديناميكية.</p> <p>– احترام إيقاع التنفيذ.</p> <p>– تطبيق سرعة معينة للدوران والتدريج.</p> <p>– التنفيذ الصحيح والمحافظة على الصبغة الجمالية.</p>	

الكفاءة القاعدية الثانية.		* أن يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهودات مناسبة لضمان أفضل نتيجة .
المؤشرات	الأهداف التعليمية	المعايير
<ul style="list-style-type: none"> <li>– تسبير مجهود للرفع من حدود المقدرة .</li> <li>– تنسيق عمليات فردية لضمان المحافظة على نتيجة أو تحسينها.</li> <li>– الضغط على الخصم وتوقع عملياته قصد قنص الكرة .</li> </ul>	<p><u>نشاط جماعي</u></p> <p>* المشاركة في منافسة والقيام بأدوار دفاعية وهجومية .</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– الدفاع فرد مقابل فرد</li> <li>– سد العجز والخلل في حالة النقص العددي . – مضايقة الخصم في الدفاع والهجوم ومتابعة تحركات الخصم.</li> <li>– التفوق العددي انطلاقا من وضعية الخصم.</li> <li>– التحكم في التصدي للخصم والكرة .</li> <li>– التواجد في المناطق الحساسة في الدفاع والهجوم.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– ضمان السند والدعم في وضعيات تنافسية.</li> <li>– المساهمة الفعالة في نظام لعب من حيث :</li> <li>* القيام بمختلف الأدوار</li> <li>* المحاصرة الصارمة للخصم.</li> </ul>	<p><u>نشاط فردي</u></p> <p>* أداء منافسة فردية قصد تحسين نتائج الرياضية في حدود القانون.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– وضعية الجسم والمحافظة على محور الجري.</li> <li>– البحث على السرعة القصوى .</li> <li>– حساب الاقتراب واحترام منطقة الارتقاء .</li> <li>– الاندفاع الانسيابي المسطح في الرمي .</li> <li>– اختيار أسلوب الوثب أو الرمي.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>* تغيير خطط أو استراتيجيات</li> </ul>	<p><u>نشاط الجمباز الأرضي</u></p> <p>* تنفيذ مناسب لسلسلة حركات أرضية باحترام إيقاع خاص بالارتكازات، بالدوران، بالتنقلات والتدريج .</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– التوجيه خلال التنفيذ.</li> <li>– استثمار البساط خلال التنفيذ.</li> <li>– التحكم في تغيير الاتجاهات.</li> <li>– مدة التنفيذ.</li> </ul>

المؤشرات		الأهداف التعليمية	المعايير
الكفاءة القاعدية الثالثة		* أن يتمكن المتعلم من تجنيد وتسيير طاقاته لتحقيق أفضل نتيجة .	
الجري في حدود وقت معين، مسافة محسوبة.	تعديل وتيرة ، شدة حسب نوعية ومرحلة الجري.	نشاط جماعي * القيام بالسند والتغطية في الدفاع والهجوم بما يناسب مواقع اللعب	— احترام مركبات خطة وتنفيذها في الوقت المناسب. — قص الكرات والاستحواذ عليها في منطقة الخصم. — الضغط على الخصم ومباغتته. — خلق أكبر قدر من التفوق العددي
تحسين متعلق بمقياس.	— حصر مخاطر موقف وتجنيد طاقاته لتحقيق أفضل نتيجة. — تعديل المجهودات في الهجوم والدفاع لمواجهة الخصم. — تسيير نتيجة والمحافظة عليها خلال المنافسة.	نشاط فردي * تحقيق نتيجة رياضية بتجنيد مختلف منابع الطاقة وبما يتماشى ومقياس التفتيط	— الجري بإيقاع تصاعدي متدرج. — احترام صيغة التنفيذ. — توزيع الطاقة وبذل المجهود. — تنسيق مراحل وثبة أو رمية. — استثمار كامل طاقاته خلال الرمي أو الوثب
		نشاط الجمباز الأرضي * اختيار وتنسيق حركات ذات صعوبات مختلفة ، لبناء سلسلة حركات أرضية مع احترام مستوى ونوعية الإنجاز.	— تنفيذ حركات ذات صعوبات وإعطائها صبغة جمالية . — الرفع من عدد الحركات ضمن سلسلة مع المحافظة على تسلسلها ونوعية تنفيذها. — التدرج في ترتيب الصعوبات والربط بينها. — تنويع الحركات بين الوثب والدوران والتدحرج والتوازن.

التنقيط- التنقيط في الأنشطة الفردية:\* النتائج المحققة :

وتتمثل في أحسن نتيجة محققة زائد فارق التطور أثناء التقييم التشخيصي و التحصيلي .

\* كيفية استخراج النتائج :

تستخرج النتائج في الأنشطة الفردية كما يلي :

\* مثال : رمى المتعلم الكرة وحصل على النتائج التالية :

\_ في التقييم التشخيصي : 7.50 م

- في التقييم التحصيلي: 8.00 م

8.00 م - 7.50 م = 50 سم

- التطور الحاصل :

(بين اضعف وأحسن نتيجة)

\* كيفية التنقيط :

يترجم الأستاذ كل من أحسن نتيجة محققة والتطور الحاصل إلى علامة بالرجوع إلى المقاييس الخاصين بهما ، ويقوم بجمع النقطتين في علامة واحدة .

ملاحظة : — مقياس النتائج المحققة به 3 خانات من 0,5 إلى 16 نقطة.

— مقياس التطور الحاصل به 3 خانات على 4 نقاط ويحسب

التطور في الخانة التي حصل فيها التقييم التشخيصي.

**- التقييم في الأنشطة الجماعية:**

يتم تقييم التلاميذ في الألعاب الجماعية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحديد مكتسباتهم وترتيبهم حسب شبكة المستويات المعدة لذلك ، وترجمة المستوى إلى العلامة المناسبة .

شبكة تقويم الأنشطة الجماعية :

النقطة	الخصائص المميزة	المستويات
من 03 - 06	- متفرج (ليست له الرغبة في المشاركة).	المستوى 1
من 07 - 10	- راد فعل (مجدد النشاط).	المستوى 2
من 11 - 14	- متكيف (يجد الحلول المناسبة)	المستوى 3
من 15 - 17	- باحث ( له بعد النظر أثناء المشاركة)	المستوى 4
17 +	- الموهوب، صانع الألعاب.	المستوى 5

**ملاحظة:** مثلا إذا صنف التلميذ في المستوى الثالث (3) فعلامته تنحصر بين 11 و 14 علامة

**- تحصيل النتائج :**

توضع الكيفية والمقاييس الخاصة بالأنشطة والمرتبطة بمكتسبات التلاميذ في الوثيقة المرافقة للمنهاج  
- **التقييم الشهادي:**

التقييم الشهادي في امتحان شهادة البكالوريا في التربية البدنية والرياضية يندرج في سياق التقييم الشامل المتكامل للمترشحين لإصدار حكم عن مدى اكتسابهم لمهارات وسلوكات وكفاءات عند نهاية مرحلة التعليم الثانوي.

تقييم شهادة البكالوريا في التربية البدنية والرياضية ينقسم إلى جزأين:

- **التحكم في الأداء:** المتمثل في كيفية إيجاد أنجع الحلول لوضعيات إشكالية يوضع فيها المترشح ليبرهن عن كفاءته لتحقيق أحسن نتيجة أو أحسن استعراض، ولا تقل أهميته في النقطة مقارنة بالنتيجة المحققة وما يعادل النصف من مجموع النقاط .

- **النتيجة البدنية:** المتمثلة في تحقيق أحسن نتيجة تقاس على سلم تنقيط معد لهذا الغرض من طرف الهيئة المكلفة بتنظيم الامتحانات كالجري والقفز والرمي إلى غير ذلك من

النشاطات الفردية والجماعية التي تراها الوصاية مناسبة لتقييم الكفاءات المراد تطويرها وتدعيمها في مرحلة التعليم.

تفصل بدقة كيفية تنظيم وتقييم الكفاءات والنتائج المحصلة عليها عند تحديد أنشطة الاختبارات.

أما التتقيط في شهادة البكالوريا فيخضع إلى النتيجة المتحصل عليها وسن التلميذ وجنسه .

### – منهجية التخطيط

#### – برمجة العمل السنوي:

تقوم برمجة العمل السنوي على أسس نحصرها في :

– المدة الزمنية السنوية ( تتراوح بين 26 و 28 أسبوع).

– الحجم الساعي الأسبوعي ( ساعتين أسبوعيا).

– المنشآت الرياضية الممكن استعمالها داخل وخارج المؤسسة .

– الوسائل التعليمية ومدى توفرها لتحقيق الأهداف .

– الكفاءات المسطرة ومدى تطابقها مع الأنشطة .

#### – برمجة الوحدات التعليمية :

تبرمج الوحدات التعليمية بما يتوافق والمجالات التعليمية المعبرة عموما على فصول السنة الدراسية ، بحيث يشمل كل مجال تعليمي نشاطين ( نشاط فردي وآخر جماعي ).يجسد كل نشاط هدفا تعليميا عن طريق إجراء معايير في أهداف خاصة بعد التقويم التشخيصي.

– برمجة الوحدات التعليمية : تبرمج الوحدات التعليمية انطلاقا من الهدف الخاص ومحتواه التعليمي النابع من نوع النشاط.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية السنة الثالثة ثانوي 2006 .



## الفصل الثاني (الجانب التطبيقي)

1 - الإجراءات المنهجية

للبحث.

2 - تحليل ومناقشة البيانات.

**تمهيد:**

بعد الانتهاء من الجانب النظري نحاول في هذا الجزء أن نتطرق للموضوع من الجانب التطبيقي وذلك عن طريق دراسة ميدانية في شكل استبيان وزع على تلاميذ الثالثة من التعليم الثانوي وسنقوم في هذه المرحلة باختيار الأسئلة التي ستؤكد أو تنفي الفرضيات التي وضعناها لذلك, واستخدمنا المنهج الوصفي.

**I. الإجراءات المنهجية للبحث:****1-I منهج البحث:**

استخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي والذي هو عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الواقع بقصد تشخيصها وكشف جوانبها كما يرى آخرون انه طريقة لوصف الظاهرة المدروسة إخضاعها للدراسة العلمية.

**2-I-مجتمع الدراسة:**

مجتمع الدراسة هم جميع الطلبة الجامعيين الذين تتوفر فيهم الشروط الآتية :

- أن لا يكون الطالب معفى من حصة التربية البدنية عندما كان في السنة الثالثة من التعليم الثانوي .

- أن يكون الطالب مارس حصة التربية البدنية والرياضية بصفة شبه منتظمة في العام الدراسي الذي أنهاه بالنجاح في شهادة البكالوريا .

**3-I-عينة الدراسة :**

تمت الدراسة الميدانية على عينة عشوائية تتكون من 50 طالب من الطلبة الجامعيين مختلف الشعب وكلا الجنسين من جامعة قاصدي مرباح ورقلة .

**4-I- الدراسة الاستطلاعية:**

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة مهمة في البحث العلمي نظرا لارتباطها بالميدان .

كما أنها دراسة استكشافية تسمح للباحث بالحصول على معلومات أولية حول موضوع بحثه , كما تسمح لنا كذلك بالتعرف على الظروف و الإمكانيات المتوفرة في الميدان ومدى

صلاحية الوسائل المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث .

قبل الشروع في طبع الاستبيان وتوزيعه على الطلبة قمنا بإجراء استطلاع أولي تمثل في

توزيع 15 استمارة للاستبيان إلى العينة التي اخترناها وذلك للكشف عن مدى فهم التلاميذ

للأسئلة الموجهة إليهم وقد تبين لنا عند جمع الاستمارات أنهم فهموا واستوعبوا محتوى

الاستبيان الأمر الذي جعلنا نقوم بطبعه وتوزيعه على بقية العينة .

**5-1 مجال البحث :****5-1- أ- المجال الزمني :**

تم توزيع وجمع الاستبيان في الفترة ما بين 05 أبريل 2015 إلى 20 أبريل 2015.

**5-1- ب- المجال المكاني :**

تم توزيع الاستبيان على طلبة السنة الأولى جامعي في جامعة قاصدي مرباح ورقلة .

**6-1 أدوات ووسائل البحث:**

استخدمنا الاستبيان كوسيلة للتحقق من الفرضيات التي وضعناها في بحثنا وتتألف استمارة الاستبيان من مجموعة أسئلة تم توزيعها على تلاميذ السنة الأولى جامعي .

**6-1- أ- الأدوات الإحصائية:**

لتحليل النتائج المتحصل عليها استخدمنا مايلي:  
النسبة المئوية.

المتوسط الحسابي: وهو مجموع التكرارات على عدد التكرارات .

**7-1- متغيرات الدراسة :****المغير المستقل :**

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الاسباب الذي يؤدي الى نتيجة

معينة وفي موضوعنا هذا المتغير المستقل هو: ممارسة حصة التربية البدنية

والرياضية

**المتغير التابع:**

وهو المتغير الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم متغيرات أخرى<sup>1</sup> والمتغير

التابع في موضوعنا هو : معدل التلميذ في شهادة البكالوريا .

<sup>1</sup> مذرة ماجيستير بعنوان: اثر النشاط البدني الرياضي في تكوين شخصية الطفل في المرحلة التحضيرية ، من اعداد الطالب : نقاز محمد ، جامعة الجزائر ، موسم 2006/2005

**تحليل ومناقشة البيانات:**

-سنقوم أولاً بعرض النتائج كل عبارة على حدا ثم نقوم بعرض نتائجها مجتمعة.

**المحور الأول:**

**1-الفرضية الأولى :** علامة التربية البدنية في امتحان البكالوريا الرياضية تؤثر على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا .

عرض نتائج العبارات الخاصة بالفرضية الأولى:

**الجدول رقم : 01 :**

عرض نتائج العبارة التي تقول : تساهم نتائج اختبار التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا في نجاح التلميذ

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	15	30 %
موافق	33	66 %
بدون رأي	0	0 %
غير موفق	01	02 %
غير موافق بدرجة كبيرة	01	02 %
المجموع	50	100%

**تحليل :** نرى من خلال الجدول أن نسبة الطلبة الموافقين و الموافقون بدرجة كبيرة نسبة عالية جدا و هو ما يؤكد على ان نتائج اختبار بكالوريا الرياضية تساهد في نجاح التلميذ حسب رأي الطلبة .

**الجدول رقم : 02 :**

عرض نتائج العبارة التي تقول : أظن إن العلامة الجيدة في امتحان بكالوريا الرياضة قد تكون سببا في نجاح التلميذ .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	14	%28
موافق	28	%56
بدون رأي	01	%02
غير موفق	02	%04
غير موافق بدرجة كبيرة	05	%10
المجموع	50	%100

**التحليل :**

من خلال معطيات الجدول رقم 02 يتضح أن الطلبة الذين أجابو على الاستبيان يرون أن علامة بكالوريا الرياضة قد تكون سببا في نجاح التلميذ

**الجدول رقم : 03:**

عرض نتائج العبارة التي تقول: عندما كنت تلميذ في السنة الثالثة ركزت على الأنشطة الرياضية الفردية فقط .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	0	0 %
موافق	09	18 %
بدون رأي	14	28 %
غير موفق	25	50 %
غير موافق بدرجة كبيرة	02	04 %
المجموع	50	100 %

**تحليل :**

من خلال ما توصلنا إليه من أرقا في الجدول رقم 03 يظهر أن 50% من التلاميذ لا يركزون على الأنشطة الفردية فقط و هو ما يؤكد ممارستهم لجميع الأنشطة المبرمجة في البرنامج السنوي لمادة التربية البدنية .

**الجدول رقم: 04:**

عرض نتائج العبارة التي تقول : مارست الألعاب الفردية لأكون جاهز لامتحان البكالوريا .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	05	10 %
موافق	21	42 %
بدون رأي	07	14 %
غير موفق	15	30 %
غير موافق بدرجة كبيرة	02	04 %
المجموع	50	100%

**التحليل :**

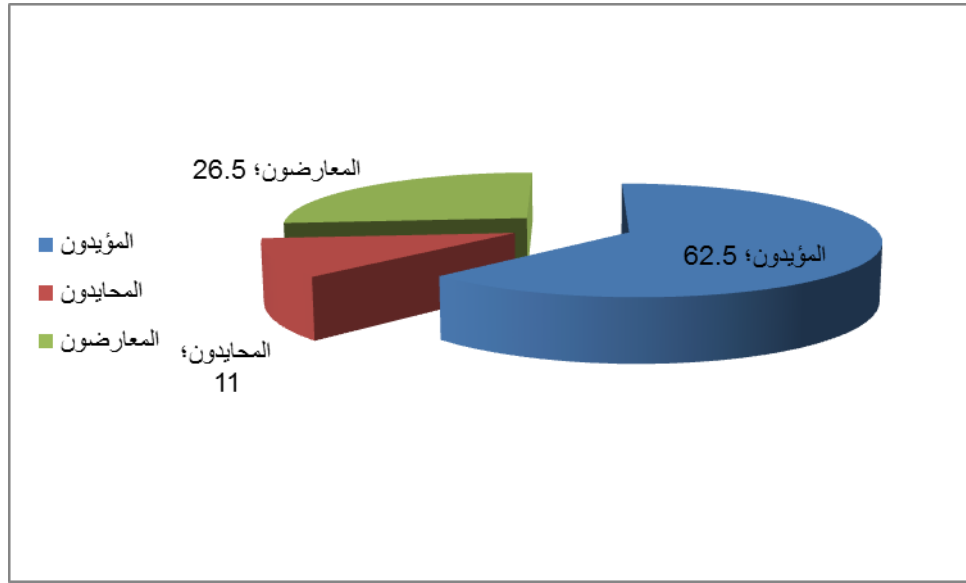
من خلال الجدول رقم 4 يمكننا القول أن 42% من الطلبة مارسوا الألعاب الفردية ليكونوا جاهزين لامتحان البكالوريا الرياضة و 10 % آخرين موافقون بدرجة كبيرة على العبارة أما النسبة أكثر من 50% مع ما هو له بهذه العبارة التي تؤكد اهتمام التلاميذ بكالوريا الرياضة

**عرض النتائج مجتمعة :****الجدول رقم: 05:**

عرض نتائج العبارة التي تقول : يمثل متوسط التكرارات والنسب المئوية للعبارات الخاصة بالفرضية الاولى.

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
المؤيدون	31,25	62.50%
المحايدون	5.5	11 %
المعارضون	13.25	26.50%
المجموع	50	100 %





**الشكل رقم 01:** التمثيل الدائري للتكرارات بالنسب المئوية الخاصة بعبارات الفرضية الاولى .

### التحليل :

من خلال النتائج المتوصل اليها في الجدول رقم 05 يظهر ان اغلبية الطلبة مؤيدون للعبارات التي تخص الفرضية الاولى وهذا يظهر من خلال اجوبتهم على الاسئلة بالموافقة بنسبة كبيرة فعلى سبيل المثال في السؤال رقم:02 حيث وصلت نسبة المؤيدون الى 84 % ومنه فان اتجاه الطلبة في هذه المرحلة نحو تأثير علامة بكالوريا الرياضة على المعدل العام للتلميذ اتجاه ايجابي وينظرون لهذه المادة كمادة مساعدة على النجاح .

ويجب علينا التركيز على نقطة مهمة وهي ان تأثير العلامة التي ينالها التلميذ في بكالوريا الرياضة يختلف تأثيرها من شعبة الى اخرى حيث وبعد تحليل النقاط التي نالها جميع افراد العينة في التربية البدنية وجدنا ان هناك اختلاف في نسبة تأثير هذه المادة رغم التشابه الكبير في النقاط المتحصل عليها وهذا راجع الى اختلاف مجموع المعاملات عند كل شعبة.

فمثلا التلميذ الذي ينال علامة 20/18 في الرياضة من شعبة آداب وفلسفة تؤثر بنسبة 0.66 على معدله العام في حين ان تلميذ اخر نال نفس العلامة في شعبة علوم تجريبية فانه تؤثر بنسبة 0.6 على معدله العام .

**الاستنتاج :**

نستنتج من خلال تحليلنا لعبارات الفرضية الاولى التي تقول ان علامة التربية البدنية في امتحان البكالوريا تساهم في نجاح التلميذ . قد تحققت بنسبة كبيرة وذلك لان غالبية افراد العينة قد اجابوا بالموافقة على جميع بنود هذه الفرضية .

**المحور الثاني:**

**1-الفرضية الثانية:** ممارسة التربية البدنية والرياضية في السنة الثالثة ثانوي تؤثر على التحصيل الدراسي للتلميذ وبالتالي على معدله في شهادة البكالوريا .  
عرض نتائج العبارات الخاصة بالفرضية الثانية:

**الجدول رقم:06**

عرض نتائج العبارة التي تقول : ساعدتني حصة التربية البدنية على التحصيل الدراسي في المواد الاخرى .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	09	18 %
موافق	23	46 %
بدون رأي	08	16 %
غير موفق	07	14 %
غير موافق بدرجة كبيرة	03	06 %
المجموع	50	100%

**التحليل :**

من خلال ما تضمنه الجدول رقم 06 من معطيات نسبية أن 46 % من الطلبة موافقون على هذه العبارة و 10% آخرين موافقون بدرجة كبيرة ، هذا ما يؤكد ان حصة التربية البدنية و الرياضية تساعد فعلا في التحصيل الدراسي .

**الجدول رقم : 07:**

عرض نتائج العبارة التي تقول : ممارسة حصة التربية البدنية ساعدتني في الرفع من مستواي في المواد الأخرى

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	05	% 10
موافق	25	% 50
بدون رأي	05	% 10
غير موفق	12	% 24
غير موافق بدرجة كبيرة	03	% 06
المجموع	50	%100

**التحليل :**

بعد اطلاعنا على النتائج يبدو ان 06 % من الطلبة على الأقل موافقون على ما تضمنته العبارة رقم 08 في الاستبيان أي أن التلاميذ يعتبرون حصة التربية البدنية و الرياضية قد تساعدهم في الرفع من مستواهم في المواد الأخرى

**الجدول رقم : 08:**

عرض نتائج العبارة التي تقول: حصة التربية البدنية والرياضية تخفف من التفكير الدائم في امتحان البكالوريا.

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	16	32 %
موافق	28	56 %
بدون رأي	03	06 %
غير موفق	02	04 %
غير موافق بدرجة كبيرة	01	02 %
المجموع	50	100%

**التحليل :**

أردنا من خلال هذه العبارة أن نعرف هل حصة التربية البدنية و الرياضية تخفف من التفكير في امتحان البكالوريا و هو ما توصلنا إليه من خلال أرقام و معطيات الجدول رقم 08 حيث نسبة الموافقين و الموافقون بدرجة كبيرة وصلت إلى 86 % و هذا ما يؤكد مرة أخرى على أهمية هذه المادة بالنسبة لتلاميذ سنة الثالثة ثانوي .

**الجدول رقم : 09:**

عرض نتائج العبارة التي تقول : الأنشطة الرياضية المختلفة في حصة التربية البدنية تقلل من الضغط الناتج عن المواد الأخرى .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	19	% 38
موافق	29	% 58
بدون رأي	0	% 0
غير موفق	01	% 02
غير موافق بدرجة كبيرة	01	% 02
المجموع	50	%100

**التحليل**

يعتقد أغلب الطلبة أن اختلاف الأنشطة في حصة التربية البدنية و الرياضية يقلل من الضغط الناتج عن المواد الأخرى من خلال موافقتهم على هذه العبارة بنسبة كبيرة و هذا ما يزيد من ممارسة الحصة للمساعدة على التحصيل الدراسي الجيد .

**الجدول رقم : 10:** عرض نتائج العبارة التي تقول :لممارسة التربية البدنية والرياضية دور في التحصيل الدراسي .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
موافق بدرجة كبيرة	0	%0
موافق	39	% 78
بدون رأي	04	% 08
غير موفق	04	% 08
غير موافق بدرجة كبيرة	03	% 06
المجموع	50	%100

**التحليل :**

يعتقد غالبية الطلبة الذين أجابوا على عبارات الاستبيان أن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية دور كبير في التحصيل الدراسي لديهم و كذلك زيادة التركيز على المواد الأخرى بحيث وافق ما نسبته 78 % على هذه العبارة .

**الجدول رقم:11:**

عرض نتائج العبارة التي تقول: كيف كانت نتائجك الدراسية

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
جيدة	21	42 %
متوسطة	29	58 %
ضعيفة	0	0 %
المجموع	50	100%

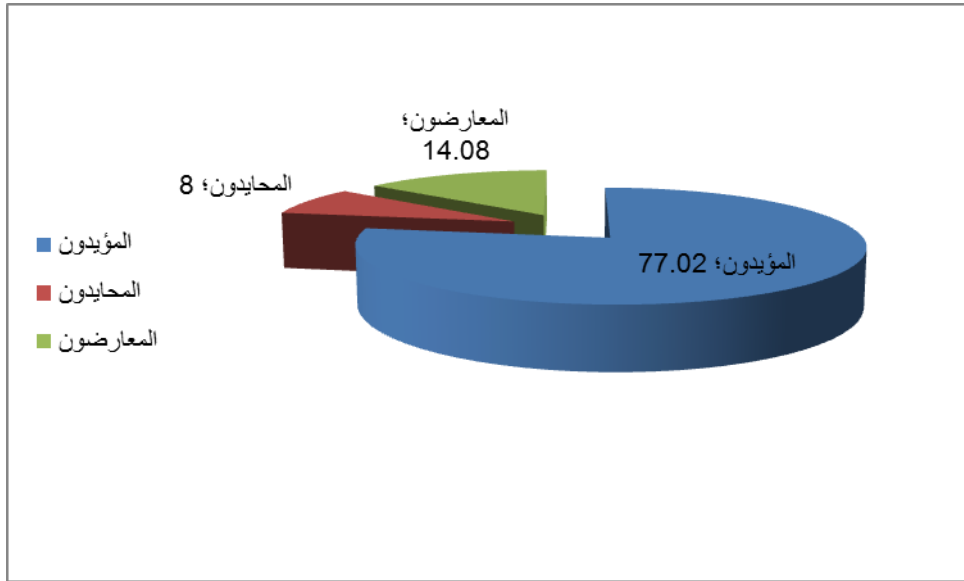
**التحليل :**

تراوحت نتائج التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في السنة الثالثة ثانوية بين جيدة و متوسطة ها أظهره الجدول رقم 11 و بشكل واضح حيث 58 % من الطلبة عندهم نتائج متوسطة و 42 % عندهم نتائج جيدة

**عرض النتائج مجتمعة :****الجدول رقم : 12:**

يمثل متوسط التكرارات والنسب المئوية للعبارات الخاصة بالفرضية الثانية.

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
المؤيدون	38.6	77.02%
المحايدون	04	08 %
المعارضون	04.02	14.08%
المجموع	50	100 %



**الشكل رقم 02:** التمثيل الدائري للتكرارات بالنسب المئوية الخاصة بعبارات الفرضية الثانية .

### التحليل :

من خلال النتائج المتوصل اليها في الجدول رقم (12) يظهر ان نسبة كبيرة من الطلبة مؤيدون للعبارات التي تخص الفرضية الثانية وهذا يظهر من خلال اجوبتهم على الاسئلة بالموافقة بنسبة كبيرة فعلى سبيل المثال في السؤال رقم:(09) حيث وصلت نسبة المؤيدون الى 78 % ومنه فان نظرة التلاميذ في هذه المرحلة نحو تأثير مادة التربية البدنية على التحصيل الدراسي نظرة واعية اتجاه اهمية هذه المادة على تحصيلهم الدراسي طيلة فترات الموسم و بحيث انها تخفف من ضغط المواد الدراسية الاخرى وهذا ما اشارت اليه العبارة رقم (07).

### الاستنتاج :

نستنتج من خلال تحليلنا لعبارات الفرضية الثانية التي تقول ان ممارسة التربية البدنية والرياضية تؤثر على التحصيل الدراسي للتلاميذ قد تحققت بنسبة كبيرة وذلك لان غالبية افراد العينة قد اجابوا بالموافقة على جميع بنود هذه الفرضية .

### المحور الثالث:

**1- الفرضية الثالثة:** يوجد اهتمام كبير لممارسة التربية البدنية ولرياضية من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

عرض نتائج العبارات الخاصة بالفرضية الثالثة:

**الجدول رقم:13:**

عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تعاني من مشاكل اثناء ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	03	% 06
لا	34	% 68
احيانا	12	% 24
بدون اجابة	01	% 02
المجموع	50	%100

**التحليل :**

يبين الجدول رقم 13 أن كثير من التلاميذ لا يعانون من مشاكل أثناء ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ، و هذا ما يزيد و يؤكد حب التلاميذ و اهتمامهم بهذ المادة

**الجدول رقم:14:**

عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تهتم بحصة التربية البدنية والرياضية.

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	29	% 58
لا	07	% 14
احيانا	13	% 26
بدون اجابة	01	% 02
المجموع	50	%100

**التحليل :**

يبرز الجدول رقم 14 اهتمامهم الطلبة بحصة التربية البدنية و الرياضية و بشكل كبير و هذا ما أكدوه ما خلال أجوبتهم بنعم على هذه العبارة و بنسبة معتبرة قدرت 58 % .



**الجدول رقم:15:**

عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تعاني من مشاكل اثناء ممارسة حصة التربية البدنية .

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	01	02 %
لا	37	74 %
احيانا	08	16 %
بدون اجابة	04	08 %
المجموع	50	100 %

**التحليل :**

لا يعاني أغلب التلاميذ من مشاكل أثناء ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية و هذا ما أدته أرقام الجدول 15 ، حيث وصلت نسبة الراضين لهذه العبارة ب 74 % و هذه نسبة كبيرة تؤكد على عدم و جود مشاكل لدى التلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية .

**الجدول رقم:16:**

عرض نتائج العبارة التي تقول :هل تلقيت فحوصات طبية قبل ممارسة التربية البدنية والرياضية

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	14	28 %
لا	34	68 %
احيانا	01	02 %
بدون اجابة	01	02 %
المجموع	50	100 %

**التحليل :**

بالنظر إلى جدول رقم 16 يمكننا القول أن ما نسبته 68 % من الطلبة لم يتلقوا فحوصات طبية قبل ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية و هذه النتائج تؤكد رغبة التلاميذ في ممارسة هذه

الحصة و تؤكد أيضا على عدم وجود اهتمام من طرف السلطات المعنية حيال هذا الأمر فلابد من فحوصات طبية في بداية كل موسم لكل التلاميذ الراغبين في ممارسة هذه الحصة .

### الجدول رقم :17:

عرض نتائج العبارة التي تقول :الاتصال الاجتماعي الناتج عن ممارستي للتربية البدنية له اهمية كبيرة بالنسبة لي

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	31	62 %
لا	06	12 %
احيانا	08	16 %
بدون اجابة	05	10 %
المجموع	50	100%

### التحليل :

أجاب ما نسبته 68 % بنعم على العبارة رقم 15 في الاستبيان أي أن : الاتصال الاجتماعي الذي ينتج عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية مهم للتلاميذ و بنسبة كبيرة .

### الجدول رقم :18:

عرض نتائج العبارة التي تقول :شعوري عند ممارسة التربية البدنية هو :

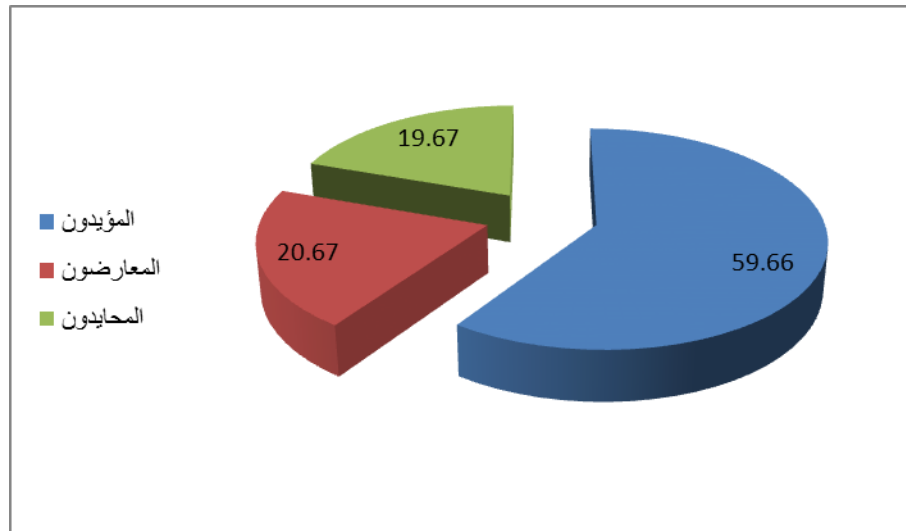
الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
الراحة	34	68 %
القلق	05	10 %
التعب	06	12 %
بدون اجابة	05	10 %
المجموع	50	100%

التحليل : من خلال ما لاحظناه في الجدول يتضح لنا أن ما نسبته 68 % من التلاميذ يشعرون بالراحة عند ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية و هذا ما يزيد من أهمية هذه المادة عند تلاميذ سنة الثالثة ثانوي .

**عرض النتائج مجتمعة :**

**الجدول رقم : 19 :** يمثل متوسط التكرارات والنسب المئوية للعبارات الخاصة بالفرضية الثالثة.

الاجابة	التكرارات	النسبة المئوية
المؤيدون	29.83	%59.66
المحايدون	10.33	% 20.66
المعارضون	9.84	%19.68
المجموع	50	% 100



**الشكل رقم 03:** التمثيل الدائري للتكرارات بالنسب المئوية الخاصة بعبارات الفرضية الثالثة .

**التحليل :**

من خلال النتائج المتوصل اليها في الجدول رقم (17) يظهر ان نسبة الطلبة المؤيدون للعبارات التي تخص الفرضية الثالثة وهذا يظهر من خلال اجوبتهم على الاسئلة بالموافقة بنسبة معتبرة فعلى سبيل المثال في السؤال رقم:(15 طرف تلامي) حيث وصلت نسبة المؤيدون الى 74 % ومنه فانه يوجد اهتمام كبير لممارسة التربية البدنية والرياضية من من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وذلك راجع للأهمية الكبيرة لهذه المادة.

ومما يجب ذكره تتميز هذه المرحلة في معدل النمو الجسماني , فيستعيد الفتى و الفتاة تناسق الجسم كما تظهر الفروق المميزة في أجسامهم بصورة واضحة و تزداد نمو العضلات بالجذع و الصدر و الرجلين بدرجة أكبر حتى يستعيد الشاب إترانه الجسمي و يصل إلى نضجه البدني الكامل تقريبا إذ تأخذ ملامح الوجه صورتها الكاملة و تصبح عضلات الفتيان قوية متينة.

و تعتبر هذه المرحلة دورة جديدة من النمو الحركي يستطيع فيها الفتى والفتاة سرعة اكتساب و تعلم مختلف الحركات و إتقانها و تثبيتها

### الاستنتاج:

نستنتج من خلال تحليلنا لعبارات الفرضية الثانية التي تقول يوجد اهتمام كبير لممارسة مادة التربية والرياضية من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي قد تحققت بنسبة معتبرة وذلك لان غالبية افراد العينة قد اجابوا بالموافقة على جميع بنود هذه الفرضية .

## مقابلة النتائج بالفرضيات :

## الفرضية الأولى :

– علامة التربية البدنية والرياضية في امتحان بكالوريا الرياضة تؤثر على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا.

من خلال عرض نتائج الاستمارات ، ومن اجل تحقيق الفرضية الأولى للبحث ، تبين لنا فعلا أن علامة بكالوريا الرياضة تساهم في نجاح التلميذ .

## الفرضية الثانية :

– ممارسة التربية البدنية والرياضية في السنة الثالثة ثانوي تؤثر على التحصيل الدراسي للتلاميذ وبالتالي على معدله العام في شهادة البكالوريا .

من خلال عرض نتائج الاستمارات ، ومن اجل تحقيق الفرضية الثانية للبحث ، تبين لنا أن ممارسة التلميذ لحصة التربية البدنية في السنة الثالثة ثانوي تؤثر على تحصيله الدراسي .

## الفرضية الثالثة :

يوجد اهتمام كبير لممارسة مادة التربية البدنية والرياضية من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

من خلال عرض نتائج الاستمارات ، ومن اجل تحقيق الفرضية الثالثة للبحث ، تبين لنا وجود اهتمام كبير لممارسة مادة التربية البدنية من طرف تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

وبعد تحقيق الفرضيات الفرعية يمكننا القول أن الفرضية العامة للبحث والتي تقول :

– تؤثر ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على معدل التلميذ في شهادة البكالوريا . قد تحققت .

## خاتمة :

إن النجاح في المسار الدراسي يعتبر غاية كل التلاميذ و الأولياء وكذا المؤسسات التربوية والتعليمية ، خاصة في الطور الثانوي حيث يصبح التلميذ متطلعا قدما إلى النجاح ومتابعة دراساته العليا ، والتربية البدنية تلعب دورا هاما في هذا النجاح ، حيث يتطلب هذا الأخير تكامل مجموعة من الظروف المحيطة بالتلميذ ، حيث تعمل مادة التربية البدنية دور في تحسين علاقات التلميذ الاجتماعية والتربوية وممارستها في المدارس تساعد التلميذ على الانسجام مع زملائه حيث تجعله شخصا اجتماعيا إضافة إلى مساهمتها في تنمية القدرات الفكرية كالذكاء والتركيز وسرعة الفهم.....الخ.

ومن خلال دراستنا المقدمة خلصنا إلى أن حصة التربية البدنية والرياضية تلعب دور كبير في نجاح التلميذ في السنة الثالثة ثانوي ، سواء من حيث العلامة التي يتحصل عليها في امتحان البكالوريا الرياضية أو من حيث أنها مادة تساعد على التحصيل في المواد الأخرى

وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع قد أعطانا فكرة جديدة عن علاقة ممارسة التربية البدنية المنتظمة خلال السنة الدراسية وتأثيرها على مستوى التلميذ ، وكانت غايتنا إبراز تأثير علامة البكالوريا الرياضية على المعدل العام للتلميذ و إعطاء المكانة اللائقة لمادة التربية البدنية . و نرجو أن تكون هذه الخاتمة بمثابة مقدمة لدراسات أخرى في المستقبل .

المراجع

# المراجع

## أولا الكتب :

- 1) الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية السنة الثالثة ثانوي . 2006
- 2) توما جورج خوري، سيكولوجية النمو عند الطفل و المراهق . ط1، لبنان: المؤسسة الجامعية للدراسات و النشر والتوزيع ، 2000.
- 3) جلال علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي. مصر: دار المعارف مصر. 1986
- 4) حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو من الطفولة إلى المراهقة. ط2 ، القاهرة : عالم الكتب، 1972.
- 5) حامد عبد السلام زهران ، علم النفس الطفل و المراهق . القاهرة : عالم الكتب، 1977
- 6) حسن سليمان ، التربية في المجتمعين اليوناني و الروماني . مصر القاهرة : دار النهضة ، 1970 .
- 7) خليل معض ، سيكولوجية الطفولة و المراهقة. مصر : دار المعارف، 1971.
- 8) خليل ميخائيل معوض ، مشكلات في المدن و الريف . القاهرة : دار المعارف ، 1971. معروف رزيق ، خفايا المراهقة . ط 2، دمشق : دار الفكر، . 1986
- 9) سعدية محمد علي بهادر، علم النفس النمو . ط 1، الكويت: دار البحوث العلمية ، 1977.
- 10) عباس محمود عوض ، علم النفس الاجتماعي نظريات و تطبيقات . مصر: دار المعرفة الإسكندرية ، 1994.
- 11) عبد الرحمان العسوي ، معالم علم النفس . بيروت : دار النهضة العربية للطباعة و النشر.
- 12) فؤاد عبد الوهاب، المرشد الرياضي التربوي . طرابلس : المنشآت العامة للنشر و التوزيع و الإعلان ، 1983.



- 13) محمود عبد الفتاح عنان ، الثقافة و التربية في العصور القديمة. القاهرة : دار المعارف ، 1961 .
- 14) مكارم حلمي أبو هجرة ، د .محمد سعد زغلول ، د . رضوان محمد : موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية . مصر : مركز الكتاب للنشر، 2000.
- 15) منير عطاء الله سليمان ، تاريخ التربية .القاهرة : دار النهضة العربية ، 1968.
- 16) ميخائيل إبراهيم أسعد ، مشكلات الطفولة و المراهقة . ط2، بيروت : دار الأفق الجديدة ، 1961.
- 17) نجم الدين السهرودي ، الموجز في فلسفة وتاريخ التربية الرياضية . بغداد : مؤسسة دار الكتاب للطباعة و النشر، 1980.

### ثانيا: الرسائل و المذكرات:

- 1- مذكرة ماجستير بعنوان : تأثير ممارسة التربية البدنية والرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق ، من إعداد الطالب : رويح كمال ، موسم 2007/2006 . جامعة الجزائر .
- 2- مذكرة ماجستير بعنوان : أثر النشاط البدني الرياضي في تكوين شخصية الطفل في المرحلة التحضيرية ، من اعداد الطالب : نغاز محمد ، موسم : 2006/2005 جامعة الجزائر 3 معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله .

الملاحق



## جامعة قاصدي مرباح ورقلة

### معهد النشاطات البدنية والرياضية

### قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

### تخصص : تربية حركية .

### استمارة استبيان

في إطار انجاز بحث علمي بعنوان : مدى تأثير علامة البكالوريا الرياضية على النجاح العام للتلميذ .

نرجو من تلاميذنا الأعزاء ملاءمته الاستمارة وذلك بالإجابة على كل الأسئلة على أن تكون الإجابة بكل مصداقية حتى يتسنى لنا الوصول إلى المعلومات والحقائق التي نفيدنا في دراستنا هاته مع العلم والتأكيد بأن هذه المعلومات لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي .

### التعليمات :

ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فالإجابة الصحيحة هي التي تكتبها مباشرة كما تشعر بها في اللحظة ، والمطلوب منك هو وضع علامة (X) أمام العبارة وتحت العمود الذي يتفق مع رأيك (موافق بدرجة كبيرة - موافق - بدون رأي - غير موافق - غير موافق بدرجة كبيرة).

ونشكركم على حسن تعاونكم معنا لإجراء البحث.

- معلومات عامة :

- اسم المؤسسة :

.....

- الجنس : ذكر  أنثى

- السن : .....

1 - الشعبة التي نلت بها شهادة البكالوريا :

- علوم تجريبية  - تقني رياضي  - رياضيات.

آداب وفلسفة  - آداب ولغات  - تسيير واقتصاد

**-2- معدل النجاح العام :**

من 10.00 — 10.25

من 10.26 — 10.50

من 10.51 — 10.75

من 10.76 — 11.00

أكثر من 11.00

**-3- علامة التربية البدنية :** .....

العبارات	موافق بدرجة كبيرة	موافق	بدون رأي	غير موافق	غير موافق بدرجة كبيرة
1- تساهم نتائج اختبار التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا في نجاح التلميذ .					
2- أظن أن العلامة الجيدة في امتحان بكالوريا الرياضة قد تكون سببا في نجاح التلميذ .					
3- عندما كنت تلميذ في السنة الثالثة ركزت على الأنشطة الرياضية فقط .					
4- مارست الألعاب الفردية لأكون جاهز لامتحان بكالوريا الرياضة .					
5- ساعدتني حصة التربية البدنية على التحصيل الدراسي الجيد في المواد الأخرى .					
6- ممارسة حصة التربية البدنية ساعدتني في الرفع من مستواي في المواد الأخرى .					
7- حصة التربية البدنية والرياضية تخفف من التفكير الدائم في امتحان البكالوريا .					
8- الأنشطة الرياضية المختلفة في حصة التربية البدنية تقلل من الضغط الناتج عن المواد الأخرى .					
9- لممارسة التربية البدنية والرياضية دور في التحصيل الدراسي .					
10- كيف كانت نتائجك الدراسية	جيدة	متوسطة	ضعيفة		

بدون إجابة	أحيانا	لا	نعم	العبارات
				1- هل تعاني من مشاكل أثناء ممارسة حصّة التربية البدنية والرياضية .
				2- هل تهتم بحصّة التربية البدنية والرياضية .
				3- هل تعاني من مشاكل نفسية أثناء ممارسة حصّة التربية البدنية .
				4- هل تلقيت فحوصات طبية قبل ممارسة التربية البدنية .
				5- الاتصال الاجتماعي الناتج عن ممارستي للتربية البدنية له أهمية كبيرة بالنسبة لي .
بدون إجابة	التعب	القلق	الراحة	6- شعوري عند ممارسة التربية البدنية هو