

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية

المجلة
العلمية
لعلوم وتقنيات
الأنشطة البدنية
و الرياضية



مجلة علمية، محكمة

المحتويات

الصفحات	عنوان البحث / اسم الباحث	الرقم
16-01	دراسة مقارنة لصفة التوازن بين التلاميذ الأسياء والمعاقين سمعيا (09-12) سنة د/بن زيدان حسين أستاذ محاضر جامعة مستغانم	1
34-17	الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية من وجهة نظرهم د/ أحمد يوسف احمد حمدان كلية التربية البدنية والرياضة .جامعة الأقصى غزة	2
49-34	علاقة المؤشرات الأنتروبومترية بنتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم. د.زبشي نور الدين جامعة مستغانم	3
64-50	اثر استخدام التعلم التعاوني على تعلم بعض المهارات الهجومية الأساسية في كرة اليد" د.عبدالقادر زيتوني جامعة مستغانم	4
79-65	دراسة مقارنة للخصائص الجسمية والفيولوجية للفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة د . رائد محمد إبراهيم السطري كلية التربية البدنية والرياضة جامعة الملك سعود	5
88-80	أثر برنامج تدريبي مقترح في ملاعب مصغرة على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم أ.محمد حجار خرفان جامعة مستغانم	6
104-89	الضغوط النفسية عند الرياضيين الناشئين (مصادر ها و أعراضها). أ.بن عبد الله عبد القادر جامعة الجلفة	7
117-105	اثر متغير طول الشاخص (PLOT) وعلاقته بنسب تنمية مهارة الجري المتعرج في كرة القدم أ. زرف محمد جامعة مستغانم	8
131-118	المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية أ.د. صادق خالد الحايك أ. صهيب خلف البزيرات كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية عمان - الأردن	9
143-132	تأثير استخدام التدريب المتباين في تنمية القدرة العضلية والارتقاء للاعبي كرة السلة (13-15) سنة ذكور د.مقراني جمال جامعة مستغانم.	10
152-144	التمويل الرياضي لأندية الجهة الغربية للكرة الطائرة بين الواقع و الطموح د. طاهر طاهر جامعة مستغانم.	11
170-153	تحليل بعض المتغيرات البايوكينيمايكية وبناء اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة في كرة الماء" أ.م.د. وليد غانم دنون جامعة الموصل كلية التربية الرياضية العراقية	12

185-171	" فاعلية استخدام الوسائط المتعددة على التحصيل لمهارة التصويب في كرة السلة لدى طلبة السنة الثانية ل م د أ.غزال محجوب جامعة مستغانم.	13
192-186	أهمية حصة التربية البدنية والرياضية للأحداث المنحرفين في مراكز إعادة التربية د . عنتوي نور الدين جامعة مستغانم	14
206-193	تقويم أسس انتقاء الموهوبين على ضوء الواقع المحلي لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى د. بن سي قدور الحبيب د.بومسجد عبد القادر د. أحسن أحمد جامعة مستغانم	15
215-207	أثر برنامج تدريبي مقترح للفترة الإعدادية لتطوير الجانب البدني و المهاري لدى لاعبات كرة القدم بفريق وهران (الجزائر) د. بن قوة علي د.بن قاصد علي الحاج محمد د. بن برنو عثمان جامعة مستغانم	16
226-216	المحددات الأساسية المميزة لسمات شخصية لاعبي الجيدو دراسة متمحورة حول فئة الأوزان و مستويات الإنجاز د. بن صايبي يوسف جامعة الجزائر 3	17
237-227	أثر تدريبات القوة والسرعة بتمرينات الأثقال والبلبومترك على كل من القدرة العضلية ومستوى أداء قوة ودقة مهارة التصويب لناشئي كرة القدم. أ. كتشوك سيدي محمد جامعة مستغانم	18
251-238	مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة على أساتذة التربية البدنية و الرياضية و علاقتها بالرضا الوظيفي د.أحمد بن قلاوز تواتي د. بن قناب الحاج د.بلكبش قادة جامعة مستغانم	19
252-267	التربية البدنية و الرياضية و دورها في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي د.حرشاوي يوسف معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم أ. يحياوي احمد معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة وهران	20

كلمة العدد:

يشرفني أن أقدم كلمة العدد الثامن للمجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، هذا العدد الذي يعرف وجود مواضيع هامة ومتنوعة سواء من حيث الكم أو النوع، وكذلك من حيث الشهرة التي أخذتها المجلة والمصداقية التي أصبحت تتمتع بها بين المجالات العلمية التي تخدم النشاطات البدنية والرياضية بصفة عامة. هذا ما ظهر جليا من خلال اللجنة العلمية المشكلة للمجلة في مختلف التخصصات، ومن مختلف البلدان، العربية والأوروبية. وكذلك من خلال الكم الهائل للمواضيع التي تصل المجلة في كل وقت وحين.

والمواضيع التي نالت شرف قبولها وتعديله من قبل اللجنة العلمية تنشر اليوم في هذا العدد الثامن، وتبقي مواضيع أخرى تنتظر للأعداد اللاحقة إن شاء الله.

وتبقي مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية تفتح صفحاتها لكل عمل جاد ومتميز، يكون في محاورها، ويخدم النشاط البدني الرياضي، وعليه تعتبر هذه دعوة لكل مهتم بالنشر في ميدان التخصص أن يساهم بأعماله في ترقية العمل الخاص بالمجلة.

ويطيب لي في الختام أن أقدم خالص الشكر والثناء والتقدير لجميع الذين أسهموا في إخراج هذا العمل العلمي إلى حيز الوجود، وجميع من كان لهم إسهام في الفكرة والمادة العلمية والتحرير والمراجعة والإخراج النهائي، بما في ذلك الهيئة العلمية للمجلة وأعضاء اللجنة العلمية المنتمبة للمجلة على قبولها تحكيم المواضيع التي تصل إلى المجلة، وكذا الباحثين الذين شاركوا بتزويد المجلة بدراساتهم وبحوثهم.

والله من وراء القصد، وهو الموفق والهادي إلى سواء السبيل...

رئيس التحرير

- مدير المجلة: أ.د/ صديقي أحمد محمد صلاح الدين
- مدير النشر: د/ بن قاصد علي الحاج محمد
- رئيس التحرير: أ.د/ عطاء الله أحمد.
- رئيس الجامعة.
- مدير المعهد.

أعضاء اللجنة:

- أ.د/ رياض علي الراوي.
- أ.د/ عطاء الله أحمد.
- أ.د/ بن دحمان محمد نصر الدين.
- أ.د/ رمعون محمد.
- د/ بن قاصد علي الحاج محمد.
- د/بن قوة علي.
- د/ شعلال عبد المجيد.
- د/بومسجد عبد القادر
- د/ بن قناب الحاج.
- د/بن برنو عثمان.
- د/ حرشاوي يوسف.
- د/ سعيد عيسى خليفة.
- د/ صبان محمد.
- د/ ناصر عبد القادر

2- اللجنة العلمية لتقييم البحوث:

- الإختصاص الأول:

علوم الحياة:

- | | |
|--|---------------------------|
| المركز الطبي المختص | - أ.د/ حنفي رشيد. |
| جامعة Reims | - أ.د/ بريكسي عبد الرحمن. |
| IRMS Iniv-de Caen | - أ.د/ بريو ساسيوي. |
| جامعة الإسكندرية | - أ.د/ يوسف ذهب. |
| جامعة مستغانم | - أ.د/ رياض علي الراوي. |
| المعهد العالي للرياضة ISTS | - أ.د/ ميموني نبيلة. |
| جامعة Amiens | - أ.د/ حمايدي سعيد. |
| جامعة الإسكندرية | - أ.د/ عادل رشيدي. |
| جامعة الجزائر 03 | - أ.د/ طاو طاو زهرة |
| جامعة الإسكندرية | - أ.د / حسن محمد نواصرة |
| جامعة الإسكندرية | - أ.د/ مرفت ابراهيم رضا |
| جامعة كروس باسكال فرنسا | - د/ ديدي راي |
| جامعة لومان فرنسا | - د/ عبد الرحمان رحمان |
| جامعة مستغانم | - د/ سعيد عيسى خليفة. |
| المدرسة العليا للأساتذة الدار البيضاء المغرب | - د/ مداني محمد |
| المدرسة العليا للأساتذة الدار البيضاء المغرب | - د/ سعيد لطفى |
| جامعة مستغانم | - د/ بوجمعة بلوفة |
| جامعة وهران | - د/خياط بلقاسم |

العلوم الإنسانية:

- أ.د/ بن عكي محمد آكلي
- أ.د/ بن تومي نصر الدين
- أ.د/ بديوفي حفصي
- أ.د/ عباسي زهرة
- أ.د/ عطاء الله أحمد
- أ. د/ محمد صبري عمر
- أ. د/ يوسف فتاس
- أ. د/ كامل طه الويس
- أ.د/ عمرو محمد إبراهيم أحمد
- أ.د/ جليز جاكيس
- أ.د/ أنتليه برانيسلافا
- أ.د/ صادق الحايك
- د/ بومسجد عبد القادر
- د/ حرشاوي يوسف
- د/ شعلال عبد المجيد
- د/ بن قناب الحاج
- د/ ناصر عبد القادر
- د/ عمور عمر
- د/ بن سي قدور الحبيب
- د/ بن قلاوز أحمد التواتي
- د/ بوراس فاطمة الزهراء
- د/ حاج شريف قويدر
- د/ قوراري بن علي
- جامعة الجزائر
- جامعة الجزائر
- جامعة تونس
- جامعة الجزائر 03
- جامعة مستغانم
- جامعة الإسكندرية
- Univ- Nanterre
- جامعة تكريت العراق
- جامعة أسيوط مصر
- جامعة مونبوليه 02
- جامعة سلوفاكيا
- جامعة الأردن
- جامعة مستغانم
- جامعة المسيلة
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة شلف
- جامعة مستغانم

علوم التدريب:

- أ.د/ خالد حمودة
- أ.د/ زمرمان سارج
- أ.د/ بن دحمان محمد نصر الدين
- أ.د/ رمعون محمد
- د/ بن قوة علي
- د/ بن قاصد علي الحاج محمد
- د/ حسن نبلي
- د/ شريفي علي
- د/ مشيش علي
- د/ بن لكحل منصور
- د/ بن برنو عثمان
- د/ صبان محمد
- جامعة الإسكندرية
- Reims جامعة
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة الملك الحسن السادس دار البيضاء المغرب
- جامعة الجزائر 03
- جامعة قسنطينة
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم
- جامعة مستغانم

- تقديم المجلة:

مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، مجلة علمية فصلية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم. لها رقم إيداع دولي تحت رقم ISSN : 1112 - 4032 .

تعني المجلة بنشر البحوث والدراسات العلمية الأصيلة المتعلقة بالمجالات المختلفة لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وهذا في العلوم النفسية والتربوية والعلوم البيولوجية والطبية والعلوم الحركية.... الخ ، والتي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الفرنسية أو الإنجليزية، والتي لم يسبق نشرها بإقرار خطى من صاحب/ أصحاب البحث. ومن أبوابها الثابتة باب البحوث العلمية باللغة العربية، وباب البحوث العلمية باللغة الإنجليزية، وباب العلمية باللغة الفرنسية، إضافة إلى باب التقارير الخاصة بالمؤتمرات والندوات والحلقات النقاشية في عموم علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، والتي تعقد في معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس بمستغانم ، وباب عرض ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجالات علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية علومها.

- أهداف المجلة:

تبنى مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية هدفا عاما هو: نشر المعرفة العلمية في مجال علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، وإثراؤها بما يسهم في تطوير العمل العلمي بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة. وتحديداً فإن المجلة تهدف إلى الآتي:

1. المساهمة في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وتطبيقاتها من خلال نشر البحوث النظرية والتطبيقية في الرياضة بمجالاتها المختلفة، مع التأكيد على الجودة العالية لهذه البحوث وارتباطها بالواقع حاضراً ومستقبلاً.
2. إتاحة الفرصة للمفكرين والباحثين في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بنشر نتاج أنشطتهم العلمية والبحثية وخاصة تلك التي تتصل بالبيئة العربية والعالمية عامة.
3. تشجيع البحوث التي تؤكد على التنوع، وعلى الانفتاح الفكري، وعلى الانضباط المنهجي، والاستفادة من كل معطيات الفكر في المجال الرياضي، قديمه وحديثه، أجنبياً كان أم عربياً.

-تعريف المجلة وأهدافها:

مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، مجلة علمية فصلية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، تعني المجلة بنشر البحوث والدراسات العلمية الأصيلة المتعلقة بالمجالات المختلفة لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وهذا في العلوم النفسية والتربوية والعلوم البيولوجية والطبية والعلوم الحركية.... الخ، والتي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الفرنسية أو الإنجليزية، والتي لم يسبق نشرها. ومن أبوابها الثابتة باب البحوث العلمية باللغة العربية، وباب البحوث العلمية باللغة الإنجليزية، وباب التقارير الخاصة بالمؤتمرات والندوات والحلقات النقاشية في عموم علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، والتي تعقد في معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية

والرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس بمستغانم، وباب عرض ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجالات علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية علومها. تتبنى مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية هدفا عاما هو: نشر المعرفة العلمية في مجال علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، وإثراؤها بما يسهم في تطوير العمل العلمي بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة. وتحديداً فإن المجلة تهدف إلى الآتي:

4. المساهمة في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وتطبيقاتها من خلال نشر البحوث النظرية والتطبيقية في الرياضة بمجالاتها المختلفة، مع التأكيد على الجودة العالية لهذه البحوث وارتباطها بالواقع حاضراً ومستقبلاً.
5. إتاحة الفرصة للمفكرين وللباحثين في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بنشر نتائج أبحاثهم العلمية والبحثية وخاصة تلك التي تتصل بالبيئة العربية والعالمية عامة.
6. تشجيع البحوث التي تأكد على التنوع، وعلى الانفتاح الفكري، وعلى الانضباط المنهجي، والاستفادة من كل معطيات الفكر في المجال الرياضي، قديمه وحديثه، أجنبياً كان أم عربياً.

قواعد النشر:

1. يقدم الباحث ثلاث نسخ من البحث مطبوعة على ورق A4 على وجه واحد، وبمساقتين بما في ذلك الهوامش والمراجع والمقتطفات والجداول والملاحق وبهوامش واسعة (2.5 سم أو أكثر) أعلى وأسفل وعلى جانبي الصفحة بالإضافة إلى قرص CD مطبوع عليه البحث.
2. يعلم صاحب البحث خطياً بتاريخ استلام بحثه والإجراء الذي تم عليه.
3. يجب أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على عنوان البحث، واسم الباحث أو الباحثين، وجهة العمل، والعنوان، ورقم الهاتف، ورقم الفاكس أو البريد الإلكتروني (إن وجد). ولضمان السرية الكاملة لعملية التحكيم، يتوجب عدم ذكر اسم الباحث أو الباحثين في صلب البحث، أو أية إشارات تكشف عن هويتهم. ولا يمكن ذكر أية عبارات شكر يرغب الباحث في توجيهها إلى المحكمين أو غيرهم ممن ساهموا في تطوير البحث في ورقة مستقلة.
4. يجب تقديم ملخص للبحث باللغة العربية بحد أقصى (200) كلمة، وآخر باللغة الإنجليزية أو الفرنسية في حدود (200) كلمة، كل في صفحة مستقلة، على أن يحتوي ذلك على عنوان البحث، وبدون ذكر لاسم أو لأسماء الباحثين.
5. في أسفل الملخص يجب أن نضع الكلمات الأساسية في حدود 5 كلمات كأقصى تقدير.
6. يراعي أن لا يزيد حجم البحث عن خمسة عشر صفحة بما في ذلك المراجع والهوامش والجداول والأشكال والملاحق.
7. إذا استخدم الباحث قائمة استبيان أو غيرها من أدوات جمع البيانات، فعلى الباحث أن يقدم نسخة كاملة من تلك الأداة إذا لم يكن قد تم ورودها في صلب البحث أو في ملاحقه.
8. يتعهد الباحث بإرسال نسخة من البحث على قرص حاسوب متوافق مع IBM بعد إجراء جميع التعديلات المطلوبة من قبل لجنة تحكيم البحوث.
9. البحث يكتب.

قواعد عامة:

1. تؤول كافة حقوق النشر للمجلة.
2. يمنح صاحب البحث المنشور نسخة واحدة من المجلة .
3. ويمنح خطاباً رسمياً موقعا من رئيس التحرير ومدير النشر حول قبول الموضوع للنشر بعد التحكيم.

4. تعبر جميع الأفكار الواردة في المجلة عن آراء كاتبها ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة.
5. توجه كافة المراسلات المتعلقة بالبحوث إلى:

رئيس تحرير مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية.

على العنوان الآتي: ص. ب: 002

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

جامعة عبد الحميد ابن باديس بمستغانم.

خروبة 27000

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

هاتف: 00213.45.30.10.33 /36/35

فاكس: 00213.45.30.10.28

البريد الإلكتروني: istaps@univ-mosta.dz

www.univ-mosta.dz/staps

دعوة للنشر:

يسر مجلة العلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية دعوتكم للإسهام بنشر أبحاثكم العلمية الأصيلة المتعلقة بمجالات الرياضة المختلفة التي تلتزم بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالمياً، والمكتوبة بإحدى اللغات العربية أو الإنجليزية أو الفرنسية والتي لم يسبق نشرها .

المحتويات

الصفحات	عنوان البحث / اسم الباحث	الرقم
16-01	دراسة مقارنة لصفة التوازن بين التلاميذ الأسوياء والمعاقين سمعياً (09-12) سنة د/بن زيدان حسين أستاذ محاضر جامعة مستغانم	1
34-17	الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية من وجهة نظرهم د/ أحمد يوسف احمد حمدان كلية التربية البدنية والرياضة .جامعة الأقصى غزة	2
49-34	علاقة المؤشرات الأنتروبومترية بنتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم. د.زبشي نور الدين جامعة مستغانم	3
64-50	اثر استخدام التعلم التعاوني على تعلم بعض المهارات الهجومية الأساسية في كرة اليد" د.عبدالقادر زيتوني جامعة مستغانم	4
79-65	دراسة مقارنة للخصائص الجسمية والفسولوجية للفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة د . رائد محمد إبراهيم السطري كلية التربية البدنية والرياضة جامعة الملك سعود	5
88-80	أثر برنامج تدريبي مقترح في ملاعب مصغرة على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم أ.محمد حجار خرفان جامعة مستغانم	6
104-89	الضغوط النفسية عند الرياضيين الناشئين (مصادر ها و أعراضها). أ.بن عبد الله عبد القادر جامعة الجلفة	7
117-105	اثر متغير طول الشاخص (PLOT) وعلاقته بنسب تنمية مهارة الجري المتعرج في كرة القدم أ. زرف محمد جامعة مستغانم	8
131-118	المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية أ.د. صادق خالد الحايك أ. صهيب خلف البزيرات كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية - عمان - الأردن	9
143-132	تأثير استخدام التدريب المتباين في تنمية القدرة العضلية والارتقاء للاعبين كرة السلة (13-15) سنة ذكور د.مقراني جمال جامعة مستغانم.	10
152-144	التمويل الرياضي لأندية الجهة الغربية للكرة الطائرة بين الواقع و الطموح د. طاهر طاهر جامعة مستغانم.	11
170-153	تحليل بعض المتغيرات البايوكينيمايكية وبناء اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة في كرة الماء" أ.م.د وليد غانم ذنون جامعة الموصل كلية التربية الرياضية العراقية	12

185-171	" فاعلية استخدام الوسائط المتعددة على التحصيل لمهارة التصويب في كرة السلة لدى طلبة السنة الثانية ل م د أ.غزال محجوب جامعة مستغانم.	13
192-186	أهمية حصة التربية البدنية والرياضية للأحداث المنحرفين في مراكز إعادة التربية د . عتوتي نور الدين جامعة مستغانم	14
206-193	تقويم أسس انتقاء الموهوبين على ضوء الواقع المحلي لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى د. بن سي قدور الحبيب د.بومسجد عبد القادر د. أحسن أحمد جامعة مستغانم	15
215-207	أثر برنامج تدريبي مقترح للفترة الإعدادية لتطوير الجانب البدني و المهاري لدى لاعبات كرة القدم بفريق وهران (الجزائر) د. بن قوة علي د.بن قاصد علي الحاج محمد د. بن برنو عثمان جامعة مستغانم	16
226-216	المحددات الأساسية المميزة لسمات شخصية لاعبي الجيدو دراسة متمحورة حول فئة الأوزان و مستويات الإنجاز د. بن صايبي يوسف جامعة الجزائر 3	17
237-227	أثر تدريبات القوة و السرعة بتمرينات الأثقال و البليومتريك على كل من القدرة العضلية و مستوى أداء قوة ودقة مهارة التصويب لناشئي كرة القدم. أ. كنتشوك سيدي محمد جامعة مستغانم	18
251-238	مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة على أساتذة التربية البدنية و الرياضية و علاقتها بالرضا الوظيفي د.أحمد بن قلاوز تواتي د. بن قناب الحاج د.بلكبيش قادة جامعة مستغانم	19
252-267	التربية البدنية و الرياضية و دورها في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي د.حرشاوي يوسف معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم أ. يحيوي احمد معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة وهران	20

دراسة مقارنة لصفة التوازن بين التلاميذ الأسوياء والمعاقين سمعياً (09-12) سنة

د/بن زيدان حسين أستاذ محاضر

معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة مستغانم

ملخص البحث:

الإعاقة الحسية تعني تعطيل عمل الحواس وعدم قيامها بوظائفها، والجدير بالذكر أن الإنسان يعتمد اعتماداً جوهرياً على حواسه في اكتساب الخبرات التعليمية حيث تعتبر النافذة التي يطل منها على العالم الخارجي المحيط به، ومن خلاله تصله الإحساسات المختلفة وتتكون لديه خبراته وعالمه الإدراكي والفكري والتصور والتخيلي، لذا تعتبر الخبرات الحسية التي تأتي عن طريق الحواس إحساساً لردود أفعال الإنسان وعليها تتوقف معرفته بنفسه وبجسمه وبيئته الداخلية والخارجية ولا تخلو أية عملية من العمليات النفسية كالتعليم والتفكير والانفعالات من الخبرات الحسية التي تصل للفرد عن طريق حواسه المختلفة.

إن المعاق سمعياً يخصص معظم وقته لإيجاد علاقات تواصل مع الآخرين، إذ تحدث له هذه الإعاقة نتيجة خلل في حاسة السمع (الأذن) وهي المسؤولة عن التوازن (التوازن الثابت والحركي) والذي يحتاجه الفرد في حياته العادية وحتى الرياضية، إلا أن هذه الإعاقة قد لا تفقده هذه الصفة الأساسية بصورة كاملة ولكنها قد تؤثر فيه بدرجات متفاوتة، ولكن له قدرات يمكن أخذها كمقياس لأن العاهات الظاهرة ليست مقياساً للقدرة أو العجز وإنما المقياس الصحيح هو ما تبقى للشخص من قدرات بعد إصابته بالعجز. وعليه فقد رأى الباحث بإجراء هذا البحث بهدف مقارنة الأسوياء بالمعاقين سمعياً في صفة التوازن الثابت والمتحرك وذلك لدراسة مدى تأثير الإعاقة السمعية على تلك القدرات ومن ثم الاستعانة بالنتائج العلمية في تقدير الخدمات الحركية وكذا المساهمة في بناء البرامج المناسبة لهم حسب المتطلبات الخاصة بكل فئة.

الكلمات المفتاحية: التوازن الثابت - التوازن الحركي - الشخص السوي - ضعيف السمع - الصم .

Résumé : L'handicap sensoriel signifie le travail des sens et la non-existence et l'exécution de ses fonctions ce qui est méritant que l'homme se base essentiellement sur ses sens dans le but d'acquérir des expériences d'apprentissage où ils se considèrent comme étant une fenêtre qui permet de voir le monde extérieur qui l'entoure. Parmi eux, il lui arrive de différentes sensations et qui se forme chez lui une expérience et son monde perceptif, intellectuelle et l'imagination. Pour cette raison, les expériences sensorielles qui se manifestent par le biais des sens provoquent des réactions chez l'homme et sur ça en ce qui concerne sa connaissance de soi-même, de son corps, de son environnement interne et externe celle-ci et elle est n'est pas dépourvue d'aucune opération psychique comme l'apprentissage, la pensée, et les expériences sensorielles qui arrivent chez l'individu par l'intermédiaire de ses différents sens.

L'handicapé de surdité spécialise la plupart de son temps à trouver des relations qui perdurent avec les autres. Cet handicap lui arrive en résultant de perturbation au niveau de l'ouïe qui est en effet responsable de l'équilibre dont l'individu a besoin dans sa vie ordinaire ainsi que l'éducation physique sauf que cet handicap ne peut lui faire perdre cette qualité essentielle dans une image complète cependant elle peut influencer sur lui avec des degrés différents ; or il a des capacités qui peuvent être considérées comme une norme car la déficience apparente n'est pas une norme la capacité ou l'incapacité. La vraie norme est celle qui reste chez la personne en parlant de capacité après être touché par l'incapacité. Et sur ça, le chercheur voit utile qu'une procédure de cette recherche est un objectif comparatif entre les personnes saines et aux handicapés de surdité dans l'image de l'équilibre statique et dynamique dans le but d'étudier la dimension de l'influence de l'handicap de surdité sur de telles capacités ensuite en s'aidant des activités dynamiques ainsi la consécration d'établir des programmes leur correspondant selon les besoins spéciaux pour chaque groupe

Mots clés : l'équilibre statique - l'équilibre dynamique - personne valide - malentendant - sourd-

مقدمة وإشكالية البحث:

تطوي حياة الإنسان من بدايتها على سلسلة من التفاعلات المستمرة بين شخصيته و البيئة التي يعيش فيها، و يهدف هذا التفاعل إلى إيجاد توافق بين الحالة البدنية والنفسية الاجتماعية ومن خلال ما تتسم به ظروف البيئة من صفات قد تؤثر في صحة الإنسان ونفسيته و قد تشمل حتى تعاملاته مع الآخرين، و إذا طرأ أي اختلال على هذا التوافق جراء سبب من الأسباب مما يلزمه بذل مجهود أو اتخاذ عدة تدابير قصد إعادته إلى حالته العادية وذلك من خلال خبراته في الحياة وفي تعاملاته مع الآخرين.

قد يكون سبب اختلال هذا التوافق الخلل الذي يصيب الفرد من نقص في قدراته العقلية، النفسية أو الحركية و بالتالي يصعب عليه مواجهة المجتمع بمفرده، عندئذ يحتاج إلى خدمات من غيره تساعده على إعادة التكيف سواء كانت هذه الخدمات في صورة توجيه الفرد أو تطوير صفاته العقلية، السلوكية والبدنية، وهذا الأخير هو الجانب المهمل في البرامج المعدة لإدماج المعاقين بما فيها المعاقين سمعياً، إذ تحرم هذه الفئة نتيجة فقدانها لحاسة السمع من الخبرة بالكثير من المدركات السمعية وكذلك من الفرصة التي تتيحها المثيرات السمعية من حيث اتساع مجالها أو تنوعها، وتختلف درجة الحرمان باختلاف نوع وطبيعة ودرجة ذلك الفقدان، ومن هنا تبدو الفروق الفردية بين المعاقين سمعياً فمنهم الأصم كلياً وضعيف السمع ومن المعلوم أن هذه العلاقة تؤثر بدرجة كبيرة على صفة التوازن والتي تعتبر من أهم الصفات التي يعتمد عليها الفرد في حياته العامة ومختلف أنشطته اليومية خاصة في المرحلة العمرية (09-12) سنة و التي تعتبر من أهم المراحل التي تشهد بداية تثبيت صفة التوازن بنوعيه الثابت والمتحرك عند كل الأطفال العاديين، ضعاف السمع و الصم .

وتعني الإعاقة الحسية تعطيل عمل الحواس وعدم قيامها بوظائفها والجدير بالذكر أن الإنسان يعتمد اعتماداً جوهرياً على حواسه في اكتساب الخبرات التعليمية حيث تعتبر النافذة التي يطل منها على العالم الخارجي المحيط به، ومن خلاله تصله الإحساسات المختلفة وتتكون لديه خبراته وعالمه الإدراكي والفكري والتصور والتخيلي.

ويذكر سعد جلال ومحمد علاوي (1976) إن الإنسان مزود بأعضاء مهياً لاستقبال المؤثرات المختلفة والتي يستقبلها بدوره من بيئته الخارجية عن طريق العين والأذن والأنف واللسان والجلد والتي تنقل إحساسات البصر والسمع والشم والتذوق واللمس وإحساسات الدفء والحرارة والألم، وهكذا نجد أن حواس الإنسان هي المنافذ توصل إليه المؤثرات المختلفة والتي بدونها لا يتمكن من التفاعل بطريقة ايجابية مع بيئته. لذا تعتبر الخبرات الحسية التي تأتي عن طريق الحواس إحساساً لردود أفعال الإنسان وعليها تتوقف معرفته بنفسه وبجسمه وبيئته الداخلية والخارجية ولا تخلو أية عملية من العمليات النفسية كالتعليم والتفكير والانفعالات من الخبرات الحسية التي تصل للفرد عن طريق حواسه المختلفة (علاوي، 1976، ص303) يعتبر المعاق سمعياً فرد من أفراد المجتمع، له مكانة في المحيط والأسرة التي يعيش فيها و بما أن لديه نقص في القدرة السمعية مقارنة مع الأفراد العاديين فيحتاج إلى عناية خاصة وأكثر من أي شخص عادي.

حيث أن الطفل المعاق سمعياً يخصص معظم وقته لإيجاد علاقات تواصل مع الآخرين، إذ تحدث له هذه الإعاقة نتيجة خلل في القنوات الهلالية الموجودة في الأذن وهي المسؤولة عن التوازن إلا أن هذه الإعاقة قد لا تفقده هذه الصفة الأساسية بصورة كاملة و لكنها قد تؤثر فيه بدرجات متفاوتة، وقد تبقى له قدرات يمكن أخذها كمقياس حيث يقول إسماعيل شرف، بأن العاهات الظاهرة ليست مقياس للقدرة أو العجز و إنما المقياس الصحيح هو ما تبقى للشخص من قدرات بعد إصابته بالعجز (شرف، 1999، ص73)

وبعد الإطلاع على عدد من الدراسات السابقة التي اهتمت بإجراء مقارنات بين هذه الفئات في بعض القدرات الحركية منها دراسة فضيلة سري (1982) التي أظهرت فروق بين البنات السويات والكفيفات وذلك لصالح السويات، وكذلك بين بنات فئة الصم البكم والكفيفات وذلك لصالح بنات فئة الصم البكم في صفة التوازن. دراسة دینس " Denis " و جيوفري (1982) Geoffrey والتي أظهرت أن البنات أكثر استجابة

من الأولاد في سرعة الأداء والأطفال الصم أحسن من الأسوياء في العناصر الخاصة بالتحكم العضلي البصري.

دراسة بيتر فيلد (1985) "Batter Field" والتي بينت أن تحسن الأداء في عشر مهارات من المهارات الحركية الأساسية واختبارات التوازن لدى السن المتقدم للإعاقة، وتضيف سهير المهندس (1990) أن للإعاقة اثر سلبي على صفة التوازن بين المعاقين حسيًا مقارنة مع أقرانهم الأسوياء. (المهندس، 1990، ص139) وعليه فقد رأى الباحث بإجراء هذا البحث بهدف مقارنة الأسوياء بالمعاقين سمعيًا في صفة التوازن الثابت والمتحرك وذلك لدراسة مدى تأثير الإعاقة السمعية على تلك القدرات ومن ثم الاستعانة بالنتائج العلمية في تقدير الخدمات الحركية وكذا المساهمة في بناء البرامج المناسبة لهم حسب المتطلبات الخاصة بكل فئة. ولذلك يحاول الباحث دراسة صفة التوازن الثابت و المتحرك لدى التلاميذ ضعاف السمع والصم ومقارنتهم بالأسوياء في المرحلة العمرية (09-12) سنة.

وعليه تم طرح التساؤلات التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن الثابت للمرحلة العمرية (09-12) سنة؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن المتحرك للمرحلة العمرية (09-12) سنة؟

أهداف البحث:

- 1- مقارنة بين التلاميذ ضعاف السمع و الصم و العاديين في التوازن الثابت للمرحلة العمرية (09-12) سنة.
- 2- مقارنة بين التلاميذ ضعاف السمع و الصم و العاديين في التوازن المتحرك للمرحلة العمرية (09-12) سنة.

فرضيات البحث:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن الثابت لصالح الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن المتحرك لصالح الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.

مفاهيم أساسية لمصطلحات البحث:

- **المعاق سمعيًا**: هو الفرد الذي ولد فاقدا لحاسة السمع تماما أو فاقدا للسمع بدرجة تكفي لإعاقة بناء الكلام واللغة، والفرد الذي فقد السمع في مرحلة الطفولة المبكرة قبل تكوين الكلام واللغة بحيث تصبح القدرة على الكلام وفهم اللغة من الأشياء المفقودة بالنسبة لهم للأغراض العملية (عبيد، 2000، ص171) ويعرف مروان عبد المجيد (2002) المعاق سمعيًا هو الشخص الذي تحول إعاقته السمعية دون فهمه الكلام عن طريق حاسة السمع وحدها سواء باستخدام المعينات السمعية أو بدون استخدامها أو هو الشخص الذي يعاني من صعوبات في السمع بحيث تؤدي هذه الصعوبات إلى أن يواجه هذا الشخص مشكلة في فهمه الكلام سواء كان ذلك باستخدام المعينات السمعية أو بدون استخدامها . (المجيد، 2000، ص142) ويعرف الباحث المعاق سمعيًا هو الفرد الفاقد لحاسة السمع وغير القادر على فهم الكلام المسموع نتيجة خلل في حاسة السمع، ويمكن أن يكون الفرد أصمًا أو ضعيف السمع ويحتاج إلى طرق خاصة في التعامل.

- **التوازن**: يعرفه محمد صبحي حسانين انه "قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف أو أثناء الحركة" (حسانين، 2004، ص333)
ويذكر عباس عبد الفتاح أنه "أحد أنواع التوافق العضلي الذي يتيح الفرصة للشخص في الاحتفاظ باتزانه أثناء الحركة أو في الأوضاع الثابتة" (عبدالفتاح، 1991، ص29)
ومن خلال التعاريف السابقة يرى الباحث أن التوازن هو قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في وضع الحركة أو الثبات ويقسم إلى نوعين التوازن الثابت والتوازن الحركي.
- **التوازن الثابت**: يعني قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم دون السقوط أو الاهتزاز عند إتخاذ أوضاع معينة.

ويستخلص الباحث أن التوازن الثابت هو قدرة الفرد على الاحتفاظ بالثبات في الوضع المطلوب.
-**التوازن الحركي**: يعرف أنه القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم خلال أداء حركي معين.
ويعرف الباحث التوازن الحركي أنه قدرة الفرد على الاحتفاظ بالتوازن من خلال مواقف حركية.
ضعيف السمع: ضعيف السمع هو الشخص الذي تكون حاسة السمع لديه رغم أنها قاصرة إلا أنها تؤدي وظائفها باستخدام المعينات الصوتية أو بدونها (Chéné, 2008, p10)
وعليه يرى الباحث أن ضعيف السمع هو الشخص الذي تكون لديه حاسة السمع لا تؤدي وظائفها بصورة كاملة.

الصم: يعرف الصم بأنه حدوث إعاقة سمعية على درجة من الشدة بحيث لا يستطيع معها الفرد أن يكون قادرا على السمع وفهم الكلام المنطوق حتى مع استخدام معينات سمعية ويقسم الصم إلى نوعين وذلك حسب المرحلة أو الوقت الذي حدث فيه (C.courtin, 2002.P21)
وعليه يرى الباحث أن الصم هو حدوث إعاقة سمعية كاملة بحيث يفقد الفرد القدرة على السمع كليا.

الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

دراسة فضيلة سرى (1982)

عنوان الدراسة: "دراسة مقارنة بين التوازن الثابت عند الأسوياء و الصم البكم والمكفوفين". حيث كان المنهج المتبع هو المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث من ثلاث فئات من بنين وبنات سنهم بين (09-13) سنة وتوزعت كالتالي -فئة الأسوياء 84 فردا - فئة الصم البكم 41 فردا - فئة المكفوفين 48 فردا
واستخدمت الباحثة اختبار التوازن الثابت لفليشمان (الوقوف بمشط القدم على مكعب) كانت النتائج عدم وجود فرق دال إحصائيا في التوازن الثابت بين المجموعات الثلاث من بنين وبنات الأسوياء وبين بنين وبنات الأسوياء والمكفوفين، وكذلك بين بنين الصم والمكفوفين. بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين البنات السويات والكفيفات وذلك لصالح السويات، وكذلك بين بنات فئة الصم البكم والكفيفات وذلك لصالح بنات فئة الصم البكم.

دراسة هناء عبد الفتاح عبد الرزاق: (1990)

عنوان الدراسة: "أثر برنامج مقترح من التدريبات الأرضية على تنمية التوازن للتلاميذ الصم بالمرحلة الأولى للتعليم الأساسي". وكان المنهج المتبع المنهج التجريبي. أما عينة البحث فتمثلت في مجموعة من تلاميذ الصف الخامس والسادس البالغين من العمر (09-12) سنة من تلاميذ معهد الأمل للبنين الصم

وضعاف السمع بجناكليس وبلغ قوامها 65 تلميذا بمحافظة الإسكندرية بمصر واستخدمت الباحثة اختبارات التوازن الثابت والحركي، اختبارات الذكاء، اختبارات القدرة على التعلم الحركي، اختبارات القياس السمعي. وخلصت نتائج البحث إلى أن التدريبات الأرضية وحركات الرأس المعكوسة والدورات أدت إلى تحسن الإحساسات الصادرة من القنوات الهلالية وتحسن استجابة السائل للمفاوي بها، ومن ثم تنمية التوازن الثابت والحركي مع توظيف مكونات التوازن من خلال التدريبات الأرضية.

دراسة سهير المهندس: (1990)

عنوان الدراسة: دراسة مقارنة في بعض القدرات الحركية بين التلاميذ الأسوياء والمعاقين سمعيا وبصريا استخدم المنهج الوصفي السببي المقارن. وشملت عينة البحث 60 تلميذا موزعين على 3 مجموعات 20 تلميذا سويا، 20 تلميذا معاقا سمعيا، 20 تلميذا معاقا بصريا (09-12) سنة. أما الاختبارات فشملت قوة القبضة (رطل)، قوة عضلات الرجلين (كغ)، قوة عضلات الظهر (كغ)، قدرة الرجلين (سم)، السرعة الانتقالية (ثا)، الرشاقة (الدرجة)، التوازن (ثا)، كانت النتائج أن حاسة البصر لها تأثير سلبي أولا ثم حاسة السمع ثانيا على مستوى القدرات الحركية قيد البحث مقارنة بالأسوياء. يؤثر فقدان الحواس على مستوى القدرات الحركية الديناميكية قيد البحث بدرجة أكبر من تأثيره على مستوى القدرات الحركية ن الانقباض الثابت قيد البحث.

الدراسات الأجنبية:

دراسة دینس "Denis" و "جيو فري" Geoffry (1982) :

عنوان الدراسة: سمات الكفاية الحركية للأطفال الصم. اتبع الباحثان المنهج التجريبي. وشملت عينة البحث 154 طفلا وطفلة. أما فيما يخص الاختبارات المطبقة تمثلت في اختبارات القياسات القصيرة بريننكتر وسترستكي للكفاءة الحركية. وتوصل الباحثان إلى أن البنات أكثر استجابة من الأولاد في سرعة الأداء. -تقدم البنات في ثلاث اختبارات، أما تقدم الأولاد فكان في أربع عناصر من الاختبار. -يكون الأداء في سن (07-09) سنة أحسن من السن (11-14) سنة -الأطفال الصم أحسن من الأسوياء في العناصر الخاصة بالتحكم العضلي البصري. -معدل الأداء على خط مستقيم للبنات المصابات بالصمم أفضل في كل مستويات السن .

دراسة بيتر فيلد "Batter Field" (1985):

عنوان الدراسة: مقارنة لأطفال الصم وضعاف السمع من حيث المهارات الحركية ومهارات التوازن. حيث المنهج المتبع هو المنهج التجريبي. أما عينة البحث 312 طفلا تتراوح أعمارهم بين (3-14) سنة. والاختبارات المطبقة تشمل التوازن الثابت والمتحرك، وكانت النتائج تحسن الأداء في عشر مهارات من المهارات الحركية الأساسية واختبارات التوازن لدى السن المتقدم للإعاقة. مهارة المشي لا تعتمد على السن، على الأقل على السن الذي تم فيه هذا الاختبار .

التعليق على الدراسات المشابهة:

عند التطرق للدراسات السابقة نجد أنها قد تشابهت في الأهداف والنتائج، حيث كانت هذه الدراسات مهمة كثيرا بالجانب البدني والمهاري، وتعلقت أغلبها بدراسة المهارات الحركية ومهارات التوازن وتطوير اللياقة البدنية. كما نلاحظ أن أغلب هذه الدراسات اشتملت على عينات من الأطفال الصم أو المعاقين سمعيا من مرحلة الطفولة، وأن كل الدراسات المذكورة اتبعت المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث للوصول إلى النتائج المرجوة. حيث أكدت الدراسات السابقة والمتعلقة خاصة بالمهارات الحركية على أهمية تنمية وتطوير

القدرات الحركية للأطفال المعاقين سمعياً، وضرورة إدماج المعاق في مختلف الأنشطة الرياضية، حيث يرى كل من الباحثين "دينس وجي وفيري" أن الأطفال الصم يتمتعون بتحكم جيد في العناصر الخاصة بالتحكم العضلي البصري مما يدل على اكتساب هذه الفئة لسمات حركية جيدة.

كما لاحظ الباحث تشابه النتائج بين دراسات بيتر فيلد (1985) هناء عبد الفتاح (1990) والتي أكدت على أهمية توظيف الأنشطة الرياضية في تحسين الجوانب الحركية والبدنية مثل التوازن وتقوية الأجهزة الوظيفية، وكذلك تحسين الجوانب النفسية كإكسابه الأمن النفسي والثقة بالنفس، وتحسين الجوانب الاجتماعية كإحساسه بتقبل المجتمع له واندماجه فيه .

منهج البحث :

اتبع الباحث المنهج الوصفي السببي المقارن لملاءمته طبيعة البحث ومشكلته المطروحة والمناسب للوصول إلى نتائج ذات درجة عالية من الموضوعية.

عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على 90 تلميذاً كلهم ذكور موزعين على 3 مجموعات:

30 تلميذاً عادي السمع من المجتمع الأصلي الذي يشمل 120 تلميذاً أعمارهم من (09-12) سنة من مدرسة بن حمو بن بشير مستغانم ما يعادل نسبة 25 % .

30 تلميذاً من ضعاف السمع من المجتمع الأصلي الذي يشمل 45 تلميذاً من مدرسة وهران أعمارهم من (09-12) سنة وهو ما يعادل 66.66 %.

30 تلميذاً أصماً من المجتمع الأصلي الذي يشمل 35 تلميذاً من وهران و 25 تلميذاً من مستغانم أعمارهم من (09-12) سنة وهو ما يعادل 50 %

حيث تم اختيارهم بطريقة عمدية ذلك بعد ضبط المتغيرات المرتبطة بالبحث مثل السن، الوزن، الطول ودرجة الذكاء

مجالات البحث :

1-المجال المكاني:

تم إجراء الاختبارات قيد البحث في المدارس التالية:

-مدرسة صغار الصم بحجاج، ولاية مستغانم.

-مدرسة صغار الصم في وهران.

-المدرسة الابتدائية بن حمو بخروبة مدينة مستغانم.

2- المجال البشري:

تمت الدراسة على تلاميذ من المدارس المذكورة سابقاً، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (09-12) سنة، حيث بلغ مجموعهم 225 أي يشكلون نسبة 100% ويمثلون المجتمع الأصلي للمرحلة العمرية المقصودة.

وكانت عينة الدراسة التي شملت 90 تلميذاً مثلت نسبة 40 % من المجتمع الأصلي الذي يشمل 225 تلميذاً.

وأخذت العينات من المدارس على الشكل التالي 30 تلميذاً عادي السمع؛ 30 تلميذاً أصماً 30 تلميذاً ضعاف السمع.

كما تم أخذ 21 تلميذاً من المجتمع الأصلي بطريقة عشوائية طبقت عليهم الدراسة الاستطلاعية، وتم استبعادهم من عينة البحث الأساسية، وهم على النحو التالي 07: تلاميذ عادي السمع؛ 07 تلاميذ ضعاف السمع؛ 07 تلاميذ صم.

3- المجال الزمني:**المرحلة الأولى:** فترة انجاز التجربة الاستطلاعية:

تم فيها تطبيق اختبارات التوازن الثابت و المتحرك القبلية و البعدية في الفترة الآتية:
الاختبارات القبلية: يوم 2010/02/09 بالنسبة لعادبي السمع، 2010/02/10 بالنسبة لأطفال الصم،
2010/02/11 بالنسبة لضعاف السمع.

الاختبارات البعدية 2010/02/16 بالنسبة لعادبي السمع، 2011/02/17 بالنسبة لأطفال الصم،
2010/02/18 بالنسبة لضعاف السمع.

المرحلة الثانية: فترة انجاز التجربة الأساسية:

امتد هذا البحث من 2010/02/23 الى 2010/03/11

أدوات البحث:

تمثلت أدوات البحث في ما يلي:

-الإلمام النظري حول موضوع البحث وعينة الدراسة بالتطرق للمراجع العربية والأجنبية والدراسات المشابهة وكل ما يتعلق بموضوع البحث.

-معرفة إمكانية قدرة التلاميذ على أداء هذه الاختبارات واختيار ما يتناسب منها مع قدراتهم.

-تحديد الأدوات اللازمة لإجراء الاختبارات

حيث تم تطبيق الاختبارات بملعب المدرسة، وتم الإشراف عليها شخصيا من طرف الباحث وبحضور مدرس لغة الإشارة. وعلى أساس ما سبق ذكره تم تحديد الوقت المحدد لإجراء الاختبارات.

وفيما يلي الاختبارات التي طبقت على هذه العينة.

اختبار التوازن الثابت:

اختبار الوقوف على مشط القدم.

اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم.

اختبار التوازن المتحرك:

اختبار باس المعدل.

اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (رجل اليمنى ثم اليسرى).

-استعمال الوسائل الإحصائية.

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة من التلاميذ الصم وضعاف السمع والأسوياء (ذكور)، بلغ عددهم 21 تلميذا تتراوح أعمارهم ما بين (09-12) سنة من مدرسة صغار الصم بحجاج بولاية مستغانم و مدرسة الصم بوهران والمدرسة الابتدائية بن حمون بشير بولاية مستغانم وتم اختيارهم بطريقة عشوائية من المجتمع الأصلي 225 تلميذا حيث تم أخذ 07 تلاميذ عادبي السمع و 07 تلاميذ ضعاف السمع و 07 تلاميذ صم . وقد تم استبعاد نتائجهم من نتائج الدراسة الأساسية، وتمت الدراسة في الفترة الممتدة ما بين 2010/02/09 و حتى 2010/02/18، حيث أجريت اختبارات التوازن الثابت و المتحرك، ثم إعادة قياسها بعد أسبوع للتحقق من ثبات هذه الاختبارات، و قد أجريت الدراسة الاستطلاعية للأهداف التالية:

- التعرف على مدى صلاحية الاختبارات و ملائمة مواصفاتها لمستوى التلاميذ.
- الاطمئنان على سهولة تنفيذها مع الاقتصاد في الوقت و الجهد و التكاليف.
- التحقق من مدى صلاحية الأدوات و الأجهزة المستخدمة في البحث و مدى مناسبة هذه الأدوات للتحقق من أهداف الدراسة.
- التعرف على صلاحية نظام سير الاختبارات و ضبط المسافات و استكمال المواصفات و حصر الوقت الذي يستغرقه كل اختبار.

- إيجاد معامل ثبات الاختبارات المختارة عن طريق تطبيقها مرة، ثم إعادة تطبيقها مرة ثانية.

- الأسس العلمية للاختبار: صدق وثبات وموضوعية الاختبار :

الاختبارات		المقاييس الإحصائية		حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق	
التوازن الثابت	الوقوف على مشط القدم	0.70	0.05	06	07			0.88	0.93	
	الوقوف على عارضة بمشط القدم							0.95	0.97	
التوازن المتحرك	باس المعدل	0.70	0.05	06	07			0.96	0.97	
	الوثب والتوازن فوق العلامات							القدم اليمنى	0.87	0.93
								القدم اليمنى	0.86	0.92

جدول (01) يمثل معامل الثبات والصدق لاختبارات التوازن للتلاميذ الصم.

الاختبارات		المقاييس الإحصائية		حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق	
التوازن الثابت	الوقوف على مشط القدم	0.70	0.05	06	07			0.79	0.88	
	الوقوف على عارضة بمشط القدم							0.84	0.91	
التوازن المتحرك	باس المعدل	0.70	0.05	06	07			0.91	0.95	
	الوثب والتوازن فوق العلامات							القدم اليمنى	0.78	0.88
								القدم اليمنى	0.82	0.91

جدول (02) يمثل معامل الثبات والصدق لاختبارات التوازن للتلاميذ ضعاف السمع.

الاختبارات		المقاييس الإحصائية		حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق	
التوازن الثابت	الوقوف على مشط القدم	0.70	0.05	06	07			0.80	0.89	
	الوقوف على عارضة بمشط القدم							0.81	0.90	
التوازن المتحرك	باس المعدل	0.70	0.05	06	07			0.80	0.89	
	الوثب والتوازن فوق العلامات							القدم اليمنى	0.79	0.88
								القدم اليمنى	0.95	0.97

جدول (3) يمثل معامل الثبات والصدق لاختبارات التوازن للتلاميذ عادي السمع

ثبات الاختبار:

يلاحظ من خلال القيم المدونة في الجدول (01)،(02)، (03) أن كل القيم المتحصل عليها بدت عالية، حيث كانت أدنى قيمة 0.78 وأعلى قيمة 0.96 حيث كل القيم أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ 0.70 وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 06 وهذا ما يوضح مدى الارتباط الحاصل بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي، مما يدل على مدى ثبات الاختبارات قيد البحث.

صدق الاختبار: من أجل صدق الاختبارات المطبقة تم استخدام معامل الصدق والذي يحسب من الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وكانت النتائج كما هي مدونة في الجدول رقم (01)، (02)، (03) حيث تراوحت القيم المحسوبة ما بين 0.88 و 0.97 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 06 هذا ما يؤكد أن الاختبارات صادقة لما وضعت من أجله، وتتميز بالصدق الذاتي .

موضوعية الاختبار:

ترجع موضوعية الاختبار إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار وحساب الدرجات

أو

النتائج الخاصة به، وتظهر موضوعية الاختبار حينما يقوم مجموعة من المدرسين أو المحكمين بحساب درجات الاختبار في نفس الوقت عندما يطبق الاختبار على مجموعة من الأفراد، ثم يحصلون تقريبا على نفس النتائج، وذلك مع التسليم بأن المدرسين أو المحكمين مؤهلون للقيام بهذه المهمة بدرجة عالية ومنكافئة. وعليه استخدم الباحث مجموعة من الاختبارات السهلة و الواضحة و البعيدة عن التقويم الذاتي وهي ذات موضوعية كبيرة ، وعرضها على بعض الخبراء في مجال التربية البدنية والرياضية

الضبط الإجرائي للمتغيرات:

فيما يلي الإجراءات التي قام بها الباحث لتحقيق الضبط الإجرائي :

-السن، الطول، الوزن، درجة الذكاء.

-وقت إجراء الاختبارات لعينات البحث في نفس وقت إجراء الحصص التعليمية و ذلك كان في الفترة المسائية .

-أفراد العينات كلهم من الذكور .

-جرت الاختبارات في نفس المكان وبنفس المدة.

-أيام إجراء الاختبارات هي نفسها من كل أسبوع.

-تم تطبيق نفس الاختبارات بمواصفاتها واستعمال نفس الأدوات والوسائل.

الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق اختبارات التوازن الثابت والمتحرك وفق الخطوات التالية:

العاديين :بمدرسة بن حمو بن بشير في أيام 02-03/03/2010

ضعاف السمع 07-08/03/2010

الصم 09-10/03/2010

الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري -معامل الارتباط - تحليل التباين" فيشر "F

عرض ومناقشة نتائج البحث:

- اختبار الوقوف على مشط القدم :

الوسائل الإحصائية العينات	س	ع	التباين داخل المجموعات	التباين بين المجموعات	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	الدالة
العاديين	6.43	0.39	42.01	0.72	57.92	3.25	87	دال إحصائيا
ضعاف السمع	5.26	0.75						دال إحصائيا
الصم	4.06	1.02						دال إحصائيا

جدول رقم (4) يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوقوف على مشط القدم.

نلاحظ من خلال الجدول (4) الذي يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوقوف على مشط القدم أن قيمة "ف" المحسوبة المقدره بـ 57.92 أكبر من قيمة "ف" الجدولية المقدره بـ 3.25 وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (87) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينات البحث في هذا الاختبار الذي يقيس التوازن الثابت حيث كانت نتائج الدراسة لصالح الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.

- اختبار الوقوف بمشط القدم على اللوحة بالطريقة المتعامدة:

الوسائل الإحصائية العينات	س	ع	التباين داخل المجموعات	التباين بين المجموعات	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	الدالة
العاديين	35.3	3.11	437.67	914.82	57.92	3.25	87	دال إحصائيا
ضعاف السمع	31.06	3.51						دال إحصائيا
الصم	27.5	8.46						دال إحصائيا

جدول رقم (5) يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوقوف بمشط القدم على اللوحة

بالطريقة المتعامدة.

نلاحظ من خلال الجدول (5) الذي يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوقوف بمشط القدم على لوحة الطريقة المتعامدة أن قيمة "ف" المحسوبة المقدره بـ 57.92 أكبر من قيمة "ف" الجدولية المقدره بـ 3.25 وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (87) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينات البحث في هذا الاختبار الذي يقيس التوازن الثابت حيث كانت نتائج الدراسة لصالح العاديين ثم ضعاف السمع ثم الصم.

- اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك :

الوسائل الإحصائية العينات	س	ع	التباين داخل المجموعات	التباين بين المجموعات	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	الدالة
العاديين	81.23	6.87	19.99	1465.2	73.29	3.25	87	دال إحصائيا
ضعاف السمع	77.23	3.21						دال إحصائيا
الصم	67.63	49.89						دال إحصائيا

جدول رقم (6) يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار باس المعدل.

نلاحظ من خلال الجدول (6) الذي يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (87) أن قيمة "ف" المحسوبة المقدرة بـ 73.29 أكبر من قيمة "ف" الجدولية المقدرة بـ 3.25 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينات البحث في هذا الاختبار الذي يقيس التوازن المتحرك حيث كانت نتائج الدراسة لصالح العاديين ثم ضعاف السمع ثم الصم.

- اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (الرجل اليمنى)

الوسائل الإحصائية العينات	س	ع	التباين داخل المجموعات	التباين بين المجموعات	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
العاديين	65.86	4.18	1098.14	3.94	278.1	3.25	87	دال إحصائيا
ضعاف السمع	59.90	1.88						دال إحصائيا
الصم	53.76	5.77						دال إحصائيا

الجدول رقم (7) الذي يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات للرجل اليمنى.

نلاحظ من خلال الجدول (7) الذي يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات للرجل اليمنى أن قيمة "ف" المحسوبة المقدرة بـ 278.10 أكبر من قيمة "ف" الجدولية المقدرة بـ 3.25 وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (87) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينات البحث في هذا الاختبار الذي يقيس التوازن المتحرك حيث كانت نتائج الدراسة لصالح العاديين ثم ضعاف السمع ثم الصم .

- اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (الرجل اليسرى)

الوسائل الإحصائية العينات	س	ع	التباين داخل المجموعات	التباين بين المجموعات	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
العاديين	62.43	11.75	6.71	520.9	77.62	3.25	87	دال إحصائيا
ضعاف السمع	57.63	3.75						دال إحصائيا
الصم	54.13	4.94						دال إحصائيا

جدول رقم (8) يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات للرجل اليسرى

نلاحظ من خلال الجدول (8) الذي يبين الفروق الفردية بين عينات البحث في اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات للرجل اليسرى للتوازن المتحرك وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (87) أن قيمة "ف" المحسوبة المقدرة بـ 77.62 أكبر من قيمة "ف" الجدولية المقدرة بـ 3.25 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينات البحث في هذا الاختبار الذي يقيس التوازن المتحرك حيث كانت نتائج الدراسة لصالح الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم .

- مناقشة النتائج وتفسيرها:

يتضح من الجداول رقم (04) و (05) تفوق مجموعة التلاميذ الأسوياء على مجموعة التلاميذ ضعاف السمع وكذلك مجموعة التلاميذ الصم وتفوق مجموعة التلاميذ ضعاف السمع على مجموعة التلاميذ الصم في صفة

التوازن الثابت. ويرى الباحث أن هذه الصفة تتأثر بمستوى الإعاقة السمعية حيث كلما كانت شديدة أثر ذلك عكسيا على التوازن الثابت، وهذا ما يتفق مع دراسة فضيلة سرى (1982) والتي أظهرت تفوق الأسوياء على مجموعة المعاقين سمعيا في التوازن الثابت، ودراسة بيتر فيلد (1985) حيث أظهرت أن ضعاف السمع أحسن من الصم في صفة التوازن. وهذا يؤكد ما جاء في الدراسة النظرية حيث قال إحسان شرف وكمال ميرة (1976) أن الأذن الداخلية تقوم بدور هام في مجال المحافظة على التوازن، زيادة إلى الخلل الموجود في الأذن الداخلية والذي يؤثر سلبا على صفة التوازن الثابت، وهذا ما تؤكدته الدراسة النظرية حيث يقول احمد فؤاد الشاذلي (1995) نقلا عن نيلز وآخرون (1922) أن قدرة التحكم في التوازن تتحقق من خلال جهازه الحيوي الذي يصدر معلومات حسية من الدهليز إلى الأذن الداخلية.

ويتضح من الجداول (06) و (07) و (08) تفوق مجموعة التلاميذ الأسوياء على مجموعة التلاميذ ضعاف السمع وكذلك مجموعة التلاميذ الصم وتفوق مجموعة التلاميذ ضعاف السمع على مجموعة التلاميذ الصم في صفة التوازن المتحرك (ويدرج الباحث ذلك إلى أن أي خلل في القنوات الهلالية أو إعاقة في الأذن بصفة عامة له تأثير سلبي على صفة التوازن المتحرك، وهذا ما يتفق مع دراسة بيتر فيلد (1985) والتي أوضحت أن التوازن لدى ضعاف السمع أحسن من الصم، وهذا ما أثبتته الدراسة النظرية حيث يقول الباحث أحمد عكاشة (1975) أن القنوات الهلالية ثلاثة على كل ناحية قناة هلالية علوية ووحشية وخلفية وتحتوي كل منها على قناة غشائية هذه القنوات هي عضو التوازن أثناء الحركة.

نلاحظ أن صفة التوازن المتحرك لصالح العاديين ثم ضعاف السمع ثم الصم للرجل اليمنى واليسرى كل على حده، وهذا يعود إلى أن أي خلل في مستقبلات التوازن وخاصة المتواجدة على مستوى الأذن الداخلية يؤدي إلى وجود نقص في التوازن المتحرك، وهذا ما تؤكدته الدراسات النظرية حيث يقول إجلال محمد (1982) أن المنطقة الحركية بالمخ تحتوي على المراكز العصبية الخاصة بالحركات، وتتبعث منها الإرشادات للحركات الإرادية التي تعطي الفرد الشعور الواعي بوضع جسمه، ويحدث التوازن نتيجة لرد الفعل المد المنعكس الذي يتعاون مع مستقبلات التوازن بمختلف أجزاء الجسم للمحافظة على وضعه كما يقوم بدور القائد في تنسيق العمل بين المراكز العليا بالمخ للمحافظة على توازن الجسم.

ويرجع الباحث تفوق مجموعة الأسوياء على مجموعة المعاقين سمعيا) ضعاف السمع والصم (إلى تمتع الأسوياء بحاسة السمع عن المعاقين سمعيا وما يرتبط ذلك من تفوق الأسوياء في اكتساب المعلومات السمعية اللفظية المرتبطة بالقدرات الحركية قيد البحث) التوازن الثابت، التوازن الديناميكي (وبالتالي زيادة الخبرات المرتبطة بهذه القدرات والتي تترجم إلى استجابة حركية تتطور عن طريق التغذية اللفظية مما يتيح للسوي تصورا حركيا أفضل من المعاق سمعيا، إلى جانب تمتع السوي عن المعاق سمعيا بالمدخلات اللفظية عن الحركة مما قد يؤدي إلى زيادة الإدراك الحسي عن طريق الإدراك السمعي ومما يسهل في زيادة الإدراك الحس حركي لدى الأسوياء عن المعاقين سمعيا خاصة فئة الصم مقارنة بضعاف السمع. وهذا ما يتفق مع كل من آدمز وكريمير (1962) وسعد جلال ومحمد علاوي (1976) على أهمية المستقبلات الحسية للإدراك الحس عضلي كمتغيرات لإحداث الكفاءة في الأداء وسرعة التعلم واكتساب التوافق في الحركات.

كما يتفق مع العديد من العلماء على أن ارتفاع دقة المدركات الحس عضلية تزيد من مقدرة الفرد على التحكم والتوجيه الواعي لحركة الجسم ككل في الفراغ أو لأجزائه بالنسبة لبعضها البعض وهذا ما تم ملاحظته في نتائج اختبارات التوازن المتحرك حيث كانت الفروق واضحة لصالح مجموعة الأسوياء ثم مجموعة ضعاف السمع فمجموعة الصم، بمعنى هذا انه عن طريق الإحساس العضلي يتم إمداد الفرد بالمعلومات عن خصائص المسافة والمدى الحركي بالنسبة للزمن الأمر الذي يمكنه من توجيه وتصحيح الحركة خلال أدائها.

-الاستنتاجات:

- الإعاقة السمعية لها اثر سلبي على التوازن الثابت و المتحرك.
- تعتبر هذه المرحلة (09-12) سنة أساسية في تطور صفة التوازن.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار التوازن الثابت و المتحرك لكل من عينات البحث وهي لصالح التلاميذ الأسوياء ثم التلاميذ ضعاف السمع ثم التلاميذ الصم.
- صفة التوازن الثابت و المتحرك لدى الأسوياء أفضل من التلاميذ ضعاف السمع.
- صفة التوازن الثابت و المتحرك لدى ضعاف السمع أفضل من التلاميذ الصم.

-التوصيات:

- ضرورة اهتمام المختصين ببناء برامج رياضية خاصة بالمعاقين سمعيا وفقا لأحداث الأساليب العلمية
- الاهتمام بالتوازن لدى المعاقين سمعيا و العمل على تنميته و هذا نظرا لأهميته في النشاطات اليومية بصفة عامة و الرياضة بصفة خاصة.
- دراسة صفة التوازن لدي فئات عمرية أخرى.
- عمل مسح شامل للأبحاث العلمية في مجال المعاقين سمعيا مع الأخذ في الاعتبار بنتائج و توصيات تلك البحوث عند بناء البرامج لهم.
- إدراج دروس التربية البدنية و الرياضية للمعاقين ضمن المنهاج الخاص بذوي الحاجات السمعية.
- وضع برامج رياضية خاصة بالمعاقين سمعيا تهتم بتوظيف جميع الحواس لديهم بأعلى كفاءة ممكنة

المصادر والمراجع

- 1- احسان شرف، كمال ميرة. (1976). علم التشريح ط3. الاسكندرية: مطابع رمسيس.
- 2- احمد حسين اللقائين امير القرشي. (1996). مناهج التخطيط البناء التنفيذ للصم. القاهرة: دار الكتاب.
- 3- اسماعيل شرف. (1999). تاهيل المعوقين. القاهرة - مصر: دار الفكر العربي.
- 4- حمد عبدالرحمن السرهيد، فريدة ابراهيم عثمان. (1990). الاسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الاطفال والمرحلة الابتدائية. الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع.
- 5- سعد جلال ، محمد علاوي. (1976). علم النفس التربوي الرياضي. القاهرة - مصر: دار المعارف.
- 6- سهير المهندس. (اكتوبر، 1990). دراسة مقارنة في بعض القدرات الحركية بين الاسوياء والمعاقين سمعيا والمعاقين بصريا. المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة .
- 7- عباس عبدالفتاح. (1991). اللياقة والصحة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 8- فتحى السد عبدالرحيم. (1982). سيكولوجية الاطفال غير العاديين ط2. الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع.
- كلية التربية الرياضية -حلوان. (اكتوبر، 1990). المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة ،
- 9- ماجدة السيد عبيد. (2000). تعليم الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- 10- محمد صبحي حسانين. (2004). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ط6. القاهرة: دار الفكر العربي.

11- مروان عبد المجيد. (2002). الموسوعة الرياضية لمتحدي الاعاقة. الاردن: الدار العلمية للنشر والتوزيع.

12- هناء عبد الفتاح. (1990). اثر برنامج مقترح من التدريبات الارضية على تنمية التوازن للتلاميذ الصم بالمرحلة الاولى من التعليم الاساسي. الاسكندرية، مصر: رسالة ماجستير غير منشورة.

13-C.courtin .(2002) .le developpement de la conceptualisation chez l'enfant sourd. paris ; France: revue de l' AIS.

14-Tanguy de chéné .(2008) .guide de la composition de l'handicap dans l'insertion professionnelle . France: agefiph.

الملاحق:

اختبارات التوازن الثابت و المتحرك:

1- اختبارات التوازن الثابت

1-1- اختبار الوقوف على مشط القدم :

الغرض من الاختبار: قياس التوازن الثابت، وذلك عندما يقوم المختبر بالوقوف على الأرض على مشط القدم

الأدوات اللازمة: ساعة إيقاف

- مواصفات الأداء

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على إحدى القدمين، ويفضل أن تكون قدم رجل الارتقاء، ثم يقوم بوضع قدم الرجل الأخرى (الحرّة) على الجانب الداخلي لركبة الرجل التي يقف عليها، ويقوم أيضا بوضع اليدين في الوسط .

- عند إعطاء الإشارة يقوم المختبر برفع عقبه عن الأرض ويحتفظ بتوازنه لأكبر وقت ممكن دون أن يحرك أطراف قدمه عن موضعها أو يلمس عقبه الأرض

- تعليمات الاختبار:

يؤدى الاختبار دون حذاء - يجب الاحتفاظ بثبات وضع اليدين في الوسط.

-تنتهي فترة الاختبار عند تحريك أطراف القدم عن موضعها أو عند لمس الأرض بكعب القدم .

- حساب الدرجات :

يحتسب أفضل زمن لثلاثة محاولات و هو الزمن الذي يبدأ من لحظة رفع العقب عن

الأرض حتى ارتكاب بعض الأخطاء و يفقد التوازن.

1-2- اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم بالطريقة المتعامدة:

- الغرض من الاختبار:

قياس التوازن الثابت، أثناء الارتكاز بمشط القدم بطريقة متعامدة على سطح ضيق .



- الأدوات اللازمة :

عدة عصي طول كل منها 30سم وعرضها 2.5سم وارتفاعها 2.5سم .ساعة إيقاف .شريط لاصق لتثبيت العصا على الأرض .

-مواصفات الأداء:

-يقوم المختبر بوضع مشط قدمه على العصا بصورة متعامدة وعند الإشارة يقوم برفع القدم الأخرى عن الأرض محاولا الاحتفاظ بتوازنه على مشط القدم على العصا لأطول فترة ممكنة - يقوم كل مختبر بتكرار الاختبار (3-6 مرات) لكل طفل

- تعليمات الاختبار

-تكون العصا ثابتة على الأرض .

- إذا لمس كعب أو مشط القدم الأرض تنتهي المحاولة .

الذي يفقد توازنه في خلال 3ثواني الأولى من المحاولة يسمح له بتكرار نفس المحاولة مرة أخرى .

- يمكن الأداء بالحذاء أو دونه، المهم أن يكون الأداء موحد.

2- اختبارات التوازن المتحرك:

اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك :

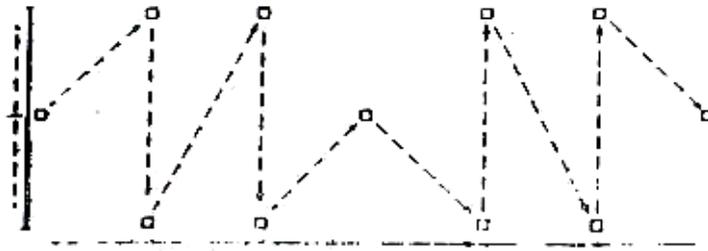
الغرض من الاختبار :قياس القدرة على الوثب والاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة وبعدها

الأدوات اللازمة : ساعة إيقاف -شريط لاصق 11 -علامة مفاستها

2.5سم*1.9سم،مع تثبيتهم على الأرض

مواصفات الأداء:

يقف المختبر على قدمه اليمنى على نقطة البداية ثم يبدأ في الوثب إلى العلامة الأولى بقدمه اليسرى محاولا الثبات في وضعه على مشط قدمه اليسرى لأكبر فترة ممكنة بحد أقصى 5ثا .بعد ذلك يثب إلى العلامة الثانية بقدمه اليمنى، وهكذا يقوم بتغيير قدم الهبوط من علامة لأخرى و الارتكاز على مشط القدم في كل مرة ،مع ملاحظة أن تكون قدمه فوق العلامة بحيث لا يظهر منها أي جزء .



حساب الدرجات:

-يمنح المختبر 5 نقاط لكل علامة في حالة الهبوط الصحيح.

-يمنح المختبر نقطة واحدة لكل ثانية يحتفظ فيها بتوازنه فوق العلامة بحد أقصى 5ثا وبذلك تصبح الدرجة القصوى 100درجة.

-لا يمنح المختبر 5نقاط الخاصة بالهبوط الصحيح للعلامة الواحدة في حالة فشله في التوقف أثناء الهبوط بعد الوثب على العلامة أو إذا لمس كعبه أو أي جزء آخر من جسمه سطح الأرض فيما عدا مشط القدم التي عليها الدور، أو فشله في تغطية العلامة بمشط القدم وفي حالة حدوث أي خطأ من أخطاء الهبوط السابقة يسمح للمختبر بإعادة اتخاذ وضع التوازن على مشط القدم التي عليها الدور فوق العلامة ومحاولة الاحتفاظ بتوازنه بحد أقصى 5ثا

-إذا ارتكب المختبر أي خطأ من أخطاء التوازن التالية قبل انتهاء فترة 5ثا فإنه يفقد نقطة لكل ثانية:

أ - إذا لمس الأرض أي جزء من جسمه غير مشط القدم

ب - تحريك القدم أثناء وضع التوازن.

-عندما يفقد اللاعب توازنه فيجب عليه العودة للعلامة التي عليها الدور ثم يقوم بمحاولة القفز على العلامة الأخرى بالقدم التي عليها الدور.

-حساب الدرجات :

-زمن الاختبار هو المجموع الكلي لازمان التكرارات.

- اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الوثب والاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة وبعدها .

الأدوات اللازمة : ساعة إيقاف - شريط لاصق 3 - علامات مقاساتها 2.5سم*1.9سم، مع تثبيتهم على

الأرض مواصفات الأداء: يبدأ المختبر الوقوف على قدم واحدة ثم يقوم بالوثب بهذه القدم إلى العلامة

1مع الهبوط على نفس القدم ويحاول التوازن في هذا الوضع لمدة أقصاها 5ثا ثم يقوم بالوثب بنفس القدم

إلى العلامة 2والهبوط بنفس القدم ثم التوازن لمدة أقصاها 5ثا. ثم يكرر هذا الأداء 4مرات أي 2لكل

جانب.

حساب الدرجات:

يستطيع المختبر الحصول على 80درجة كحد أقصى 5 :نقاط للهبوط الصحيح على العلامة 1، 5نقاط

للتوازن الصحيح على نفس العلامة، 5نقاط للهبوط الصحيح على العلامة 2، 5نقاط للتوازن الصحيح على

نفس العلامة، ثم التكرار للعلامتين 1و.2

يكرر نفس الأداء السابق مع استبدال العلامة 2بالعلامة 3.

الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية من وجهة نظرهم

- د: أحمد يوسف احمد حمدان . أستاذ مشارك في التربية الرياضية
كلية التربية البدنية والرياضة .
جامعة الأقصى - غزة -

ملخص :

هدفت الدراسة لتعرف علي الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية بقطاع غزة لعام 2011 ، وذلك من أجل النهوض به والوصول بالمستويات القياسية المثالية ، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي ، تكونت عينة الدراسة الأصلية من (100) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية والرياضية من أصل (316) بنسبة 31 % من مجتمع الدراسة الأصلي ، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتمثل مجتمع الدراسة من معلمي التربية الرياضية بقطاع غزة ، استخدم الباحث استبانته مكونه من (70) فقرة تنتمي للأبعاد (الشخصية والمهنية - التخطيط والأداء الجيد للدرس - صياغة الأهداف - إدارة الفصل والعلاقات الإنسانية - الرقابة والتقويم) ، وجاءت النتائج بنسب متوسطة، وبناء علي ذلك يجب إعادة النظر في إعداد معلم التربية الرياضية بحيث ينسجم مع المتطلبات الضرورية اللازمة لمعلم التربية الرياضية العالمية .

Teaching competencies necessary for the preparation of physical education teacher

abstract : This study aimed to get acquainted with the teaching competencies necessary for the preparation of physical education teacher in the Gaza Strip in 2011, in order to promote it and reach record levels ideal, and the researcher used the descriptive analytical study sample consisted of indigenous (100) teachers of physical education teachers and sports out of (316) by 31% of the population of this study were randomly selected, and a community study of physical education teachers in the Gaza Strip, the researcher used a questionnaire consisting of (70) items belong to the dimensions (personal and professional - planning and good performance of the lesson - the formulation of objectives - classroom management and human relations - Monitoring and Evaluation), and the results were medium rates, and should therefore be reconsidered in the preparation of physical education teacher so that is consistent with the requirements and necessary and promotion.

مقدمة :

المعلم هو الجندي المخلص الذي يتحمل المسؤولية بصدق وأمانة في تربية الأجيال وتعليمهم على يديه تصقل النفوس وبقدوته الصالحة يبني الإنسان شامخاً قوياً، ويمكك بفكره الثاقب سمات الأصالة من السابقين الأولين وملامح تطور الإنسان المعاصر المحدثين، والمعلم هو المرتكز الأساسي للعملية التعليمية والتربوية وصالح المجتمع ينبع من صلاحه لأنه الذي يقود الأجيال، ويكسب الفاعلية للكتب والمناهج وغيرها، لذلك فان تربية المعلم ووضعها هما الخطوات الضرورية بل البداية السليمة لإصلاح التعليم في أي مجتمع، ومن أجل ذلك لابد من إعداد المعلم إعداداً جيداً ينعكس ذلك على عطاؤه وإبداعه ويظهر من خلال ممارسته التدريسية بفعالية وكفاءة (عبد الغني، 2009) .

وطالما أن المعلم هو العنصر الأساسي والركيزة الهامة من ركائز العملية التربوية فلا بد من الاهتمام بمهارته التدريسية، والعمل على تطويرها التي يستخدمها مع طلبته، وخصوصاً معلمي المرحلة الابتدائية، الذين لهم الأثر البالغ في شخصيه أبنائنا حيث هو القدوة الحسنة لهم (غنيم، 2009) .

وتحتاج مهنة المعلم إلى الكثير من الكفايات التدريسية والتي من الواجب أن يتمتع بها، حيث تجمع بين الخصائص العلمية والشخصية، لذا فإن معلم التربية الرياضية هو الأوج إلى هذه الخصائص التي تؤهله للتعامل مع هؤلاء التلاميذ بجميع مشاكلهم ، ولما لها من دور كبير في بيئة العمل التي يعيشها (عبدات ، 2002) .

و لقد شهدت السنوات الأخيرة شمولاً في فلسفة إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية قبل التخرج وبعد التخرج وأثناء الخدمة، ومازالت أشكال إعداد المعلم تجرب حتى الآن بغرض الوصول إلى أفضل فلسفة لإعداد معلم التربية الرياضية، بل واخذ شكل الإعداد الأكاديمي فلسفة البحث عما هو جديد في عملية الإعداد، حتى يستطيع المعلم أن ينهض بأداء مهمته التعليمية المثمرة لابد من امتلكه مجموعة من " الكفايات التدريسية " ، وحرص على تنميتها باستمرار ، فلا يقف جامدا عند مستوى معين، بل هو في تجدد متواصل، يوظف المواقف والتجارب والقراءات في تنمية تلك الكفايات وتعميقها وشعاره (المعلم طالب علم من المهد إلى اللحد) ومن خلال عمل الباحث كمحاضر بكلية التربية الرياضية ومشرفاً لتربية العملية لاحظ أن بعض الكفايات التدريسية غير متوفرة علي الرغم من أهميتها من أجل تحسين أدائهم وتطوير مهاراتهم ومساعدتهم للقيام بأعمالهم علي أكمل وجه وهذا ما دفع الباحث إلى إجراء هذه الدراسة.

مشكلة الدراسة :

تتمثل مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي :

- ما هي الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية من وجهة نظرهم؟
وينبثق من هذا السؤال التساؤلات التالية :

1. ما مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) ؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 5 سنوات - أقل من 10 سنوات، من 10 سنوات فأكثر) ؟

فروض الدراسة :

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) .
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 5 سنوات - أقل من 10 سنوات، من 10 سنوات فأكثر) .

أهداف الدراسة :

1. تحديد أهم الكفايات التدريسية الأساسية لتطوير شخصية المعلم .
2. التعرف على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) .
3. التعرف على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 5 سنوات - أقل من 10 سنوات، من 10 سنوات فأكثر) .

أهمية الدراسة :

تتضح أهمية هذه الدراسة في النقاط التالية:

1. تهتم الدراسة بالتركيز على الكفايات الأساسية لتطوير شخصية المعلم.
2. معرفة آراء المعلمين نحو أهمية تطوير شخصية المعلمين لتفعيل وتحسين العملية التعليمية التربوية.
3. الوقوف على الأسباب التي تحسن من كفايات المعلمين التدريسية.
4. قد يستفيد من هذه الدراسة العاملين بمجال التعليم لبيان أهمية تطوير شخصية المعلم.
5. قد تستفيد وزارة التربية والتعليم في توجه المعلمين لأهمية تحسين وتطوير شخصياتهم.

حدود الدراسة :**تقتصر الدراسة على**

الحد الزمني : الفصل الأول من العام الدراسي 2010/2011م.

الحد المكاني : قطاع غزة .

الحد البشري : معلمي ومعلمات التربية الرياضية .

مصطلحات الدراسة /

الكفايات التدريسية: بأنها امتلاك المعلومات والمهارات والقدرات المطلوبة، كالقدرة على العمل كما أنها مجموعة المعارف والمهارات والاتجاهات التي يمكن اشتقاقها من أدوار الفرد المتعددة. (الغامدي: 2004).

الدراسات السابقة

وأما فيما يخص الدراسات السابقة، فهناك العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة الكفايات التدريسية في الحقل التربوي لدى المعلم في دول مختلفة وقاما كلا من خزعلي ومومني (2010) في دراسة بعنوان " الكفايات التدريسية لدى معلمات المرحلة الأساسية الدنيا في المدارس الخاصة في ضوء متغيرات المؤهل العلمي وسنوات الخبرة والتخصص و هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى امتلاك معلمات المرحلة الأساسية الدنيا في المدارس الخاصة التابعة لوزارة التربية والتعليم لمنطقة إربد الأولى في الأردن للكفايات التدريسية من وجهة نظرهن في ضوء متغيرات المؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، والتخصص، ولتحقيق هدف الدراسة تم اختيار عينة تكونت من (168) معلمة يعملن في (30) مدرسة خاصة في محافظة إربد من أصل (315) معلمة يعملن في (94) مدرسة خاصة، وقد قام الباحثان بتصميم أداة الدراسة، والتي تضمنت (38) كفاية تدريسية لقياس مدى امتلاكهن للكفايات، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن أبرز الكفايات التدريسية التي تمتلكها المعلمات هي: استغلال وقت الحصص بفاعلية، واستخدام الأسلوب التدريسي الملائم للموقف التعليمي، وصياغة الأسئلة التقييمية بطريقة واضحة ومحددة، وجذب انتباه الطلبة والمحافظة على استمراريته.

وفي دراسة البنعلي ومراد (2003) التي هدفت إلى تحديد الكفايات التدريسية لدى معلمي المواد الاجتماعية في المرحلة الإعدادية بدولة قطر كما يعكسها تقويم الأداء الصفي، وتكونت عينة الدراسة من (121 معلمًا ومعلمة، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية لصالح المعلمين المؤهلين تربويًا في جميع المحاور الأربعة لبطاقة التقويم: التخطيط، والتنفيذ، وإدارة الصف، وشخصية المعلم،

وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات محاور بطاقة التقويم جميعاً تبعاً لمستويات الخبرة. وفي دراسة أبو نمره (2003) التي هدفت إلى تحديد الكفايات التعليمية الأدائية الأساسية لدى معلمي المرحلة الأساسية الأولى اللازمة لتدريس التربية الرياضية في هذه المرحلة، والكشف عن مدى توافرها لديهم من وجهة نظرهم ووجهة نظر مديري المدارس، والتعرف إلى الفروق في درجة امتلاك المعلمين الكفايات التعليمية الأدائية الأساسية من وجهة نظر كل من المعلمين ومديري المدارس تبعاً لمتغيرات الجنس، والخبرة، والمؤهل والتفاعل بينها، وقد تكونت عينة الدراسة من (243) معلماً ومعلمة، و(62) مديراً ومديرة تم اختيارهم عشوائياً من مدارس وكالة الغوث الدولية في الأردن استخدمت في هذه الدراسة استبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات مكونة من (44) فقرة، وزعت على ثلاثة مجالات هي : كفايات التخطيط للتدريس، و كفايات تنفيذ التدريس، و كفايات التقويم، بينت نتائج الدراسة أن المعلمين يمتلكون من وجهة نظرهم معظم الكفايات الأدائية بدرجة كبيرة، في حين أنهم يمتلكونها من وجهة نظر مدراء المدارس بدرجة متوسطة، توصلت الدراسة استخدام الكفايات التعليمية الأدائية التي في مجال الإشراف التربوي وفي دورات تدريب المعلمين.

وأجرى عبد الدايم (1997) دراسة هدفت بناء قائمة كفايات تعليمية لازمة لمعلم اللغة العربية في المرحلة الأساسية العليا، ومدى تمكن المعلمين من هذه الكفايات، وتكونت عينة الدراسة من (400) معلم ومعلمة. وتوصلت الدراسة إلى تحديد قائمة كفايات مكونة من (81) كفاية في المجالات :تخطيط الدروس، طرق التدريس، الوسائل التعليمية، إدارة وضبط الفصل، التمكن من اللغة العربية وفروعها، تقويم تدريس اللغة العربية. وتوصلت الدراسة إلى أن المعلمين يمتلكون الكفايات التعليمية بنسبة (73%) كما دلت النتائج وجود فروق بالنسبة للمؤسسة المشرفة لصالح وكالة الغوث، والمؤهل العلمي، وعدم وجود فروق لمتغيري الجنس والخبرة.

التعليق على الدراسات السابقة

- أن معظم الدراسات والبحوث أكدت على ضرورة إكساب المعلم الكفايات التعليمية الأساسية، بغض النظر عن الكفايات الخاصة بالمادة التي يدرسها المعلم.
- أن معظم الدراسات اعتمدت في تحديدها قوائم الكفايات على آراء ووجهات نظر الممارسين التربويين، وهي إحدى الطرق الهامة في اشتقاق الكفايات التعليمية اللازمة للمعلم.
- أن أساليب واتجاهات متباينة استخدمت في تحديد وحصر الكفايات التعليمية اللازمة للتدريس.
- أن اختلاف عدد الكفايات في الدراسات كانت تبعاً للمتغيرات المطلوبة في الكفايات التدريسية الأدائية وأهمية المادة والمرحلة العمرية.

منهجية الدراسة وإجراءاتها :

يتناول الباحث توصيفاً شاملاً لإجراءات الدراسة الميدانية التي قام بها لتحقيق أهداف الدراسة، ويتضمن تحديد المنهج المتبع في الدراسة، وبناء وتصميم الأداة، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة، والتحقق من صدقها وثباتها، والمعالجة الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج

منهج الدراسة :

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الذي يحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليل بياناتها وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها والعمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها .

المجتمع الأصلي للدراسة: يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من معلمي ومعلمات التربية البدنية والرياضية للعام 2010-2011، والذين يعملون بوزارة التربية والتعليم بمحافظة غزة .

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأصلية من (100) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية والرياضية من أصل (316) بنسبة 31 % من مجتمع الدراسة الأصلي ، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية والجدول التالي توضح عينة الدراسة حسب الجنس ، الخبرة:

جدول (1) يوضح عينة الدراسة حسب الجنس

النسبة المئوية	العدد	الجنس
%73	73	ذكر
%27	27	أنثى
%100	100	المجموع

جدول (2) يوضح عينة الدراسة حسب الخبرة

النسبة المئوية	العدد	الخبرة
%63	63	أقل من 5 سنوات
%24	24	من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات
%13	13	من 10 سنوات فأكثر
%100	100	المجموع

أداة الدراسة:

استخدم الباحث استبانته الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية. بعد الإطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة واستطلاع رأي عينة من معلمي التربية الرياضية عن طريق المقابلات الشخصية ذات الطابع غير الرسمي قام الباحث بتصميم استبانته واتباع الخطوات التالية بالخطوات التالية :

- إعادة صياغة فقرات الإستبانة.
 - عرض الإستبانة علي السادة المحكمين من أجل اختيار مدي ملائمتها لجمع البيانات، و تقنينها على البيئة الفلسطينية .
 - تعديل الإستبانة بشكل أولي حسب ما يراه المحكمين.
- وبعد إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون تم حذف وتعديل بعض الفقرات وقد بلغ عدد فقرات الإستبانة بعد صياغتها النهائية (70) فقرة، حيث أعطيت الأوزان التالية (5، 4، 3 ، 2 ، 1) لمعرفة الكفايات خماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) أعطيت الأوزان التالية (5، 4، 3 ، 2 ، 1) لمعرفة الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية بذلك تنحصر درجات أفراد عينة الدراسة ما بين (70 ، 350) درجة.

صدق المقياس:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية والرياضية، ليتم تقنين أدوات الدراسة عليهم من خلال الصدق والثبات بالطرق المناسبة، ثم قاموا بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3) يوضح معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات الأول الصفات الشخصية والمهنية

م	الصفات الشخصية والمهنية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	هل تلتزم بالزي المناسب و اللائق اجتماعيا	0.624	دالة عند 0.01
2	هل تقوم بالنظافة البدنية - الجسمية	0.384	دالة عند 0.05
3	هل تتحدث بدون تلثم و نطق سليم للحروف	0.441	دالة عند 0.05
4	هل تملك الطلاقة اللغوية	0.565	دالة عند 0.01
5	هل تتميز الهدوء و لاتزان الانفعالي	0.540	دالة عند 0.01
6	هل لك القدرة على ضبط النفس	0.723	دالة عند 0.01
7	هل تثق بنفسك	0.442	دالة عند 0.05
8	هل تتميز بالموضوعية و الأمانة في الواجبات	0.590	دالة عند 0.01
9	هل تلتزم بالانضباط في تطبيق اللوائح و القوانين	0.658	دالة عند 0.01
9	هل تلتزم بنظام قواعد العمل	0.458	دالة عند 0.05
10	هل لك المرونة في التعامل مع الآخرين	0.404	دالة عند 0.05
11	هل تحترم الطالب عند التحدث	0.455	دالة عند 0.05
12	هل لديك القدرة على تحقيق الأهداف و تدريس المهارات الحركية المختلفة	0.393	دالة عند 0.05
13	هل تعطي في المحاضرة	0.426	دالة عند 0.05

ر الجدولية عند درجة حرية (28) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.463 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.361

جدول (4) يوضح معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات الثاني التخطيط والأداء الجيد للدرس

م	التخطيط والأداء الجيد للدرس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	هل تستطيع توزيع زمن الحصة على عناصر الدرس	0.746	دالة عند 0.01
2	هل تشارك الآخرين في التخطيط	0.670	دالة عند 0.01
3	هل تستطيع توزيع موضوعات على أيام وأسابيع الفصل الدراسي بصورة جيدة	0.623	دالة عند 0.01
4	هل تنظم المادة التعليمية تنظيما شاملا	0.671	دالة عند 0.01
5	هل تعد خطة جيدة للدروس اليومية	0.659	دالة عند 0.01
6	هل تتبع الخطوات الرئيسية لتحضير الدرس	0.421	دالة عند 0.05
7	هل تراعي في التخطيط الفروق الفردية بينهم	0.383	دالة عند 0.05
8	هل تختار الوسيلة التعليمية المناسبة لموضوع الدرس	0.472	دالة عند 0.01
9	هل تراعي التخطيط الواجبات المنزلية	0.585	دالة عند 0.01
10	هل لديك القدرة على التخطيط السنوي و اليومي بشكل سليم	0.711	دالة عند 0.01
11	هل لديك القدرة على توزيع الخطوط العامة للمادة على الفصلين الدراسيين توزيعا مجملا	0.607	دالة عند 0.01
12	هل تشارك الوزارة بوضع الخطة	0.585	دالة عند 0.01

ر الجدولية عند درجة حرية (28) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.463 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.361

جدول (5) يوضح معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات الثالث صياغة الأهداف

م	صياغة الأهداف	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	هل تلم بالأهداف العامة بالتدريس	0.494	دالة عند 0.01
2	هل تصوغ الأهداف التعليمية بطريقة سلوكية واضحة	0.465	دالة عند 0.01
3	هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها معرفيا	0.620	دالة عند 0.01
4	هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها وجدانيا	0.635	دالة عند 0.01
5	هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها مهاريا	0.597	دالة عند 0.01
6	هل تصيغ الهدف السلوكي بصورة محددة بحيث يمكن قياسه	0.577	دالة عند 0.01
7	هل تراعي في صياغة الأهداف الفروق الفردية للتلاميذ	0.646	دالة عند 0.01
8	هل تحدد في الأهداف الحد الأدنى من الأداء	0.662	دالة عند 0.01
9	هل تصنع خطط بديلة	0.510	دالة عند 0.01
10	هل تنجح في تحديد الأهداف بدقة	0.442	دالة عند 0.05
11	هل تراعي الفروق الفردية عند صياغة الأهداف	0.605	دالة عند 0.01
12	هل تنوع من الأهداف	0.373	دالة عند 0.05
13	هل تصوغ الأهداف على شكل نتائج تعليمية	0.443	دالة عند 0.05
14	هل تصوغ الأهداف بشكل واضح	0.511	دالة عند 0.01
15	هل لديك القدرة على تحليل الأهداف العامة إلى الأهداف الخاصة	0.661	دالة عند 0.01

ر الجدولية عند درجة حرية (28) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.463 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.361

جدول (6) يوضح معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات الرابع إدارة الفصل والعلاقات الإنسانية

م	إدارة الفصل والعلاقات الإنسانية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	هل لك القدرة على ضبط الفصل	0.394	دالة عند 0.05
2	هل تعمل على توفير النظام و الهدوء في الفصل بطريقة تربوية	0.479	دالة عند 0.01
3	هل تنظم التلاميذ بطريقة تمكنه من متابعة باستمرار	0.461	دالة عند 0.05
4	هل توجه اهتمامك و نظراتك إلى جميع التلاميذ	0.534	دالة عند 0.01
5	هل تنظم التلاميذ بطريقة تمكنهم من مشاهدة ما يعرض أمامهم	0.383	دالة عند 0.05
6	هل تحرك في حيوية ونشاط داخل الفصل	0.394	دالة عند 0.05
7	هل تكون علاقات حسنة مع التلاميذ	0.704	دالة عند 0.01
8	هل تتقبل آراء التلاميذ	0.746	دالة عند 0.01
9	هل تحترم مشاعر التلاميذ	0.692	دالة عند 0.01
10	هل تشارك في مجالات نشاطات المدرسة	0.605	دالة عند 0.01
11	هل تقيم علاقة طيبة مع التلاميذ	0.639	دالة عند 0.01
12	هل تتصرف في حكمة في المواقف الحرجة	0.429	دالة عند 0.05
13	هل توزع المسؤوليات و تشرك جميع التلاميذ في الأعمال و التكاليف	0.454	دالة عند 0.05
14	هل تجد سهولة و انسيابية بالانتقال من جزء إلى آخر	0.391	دالة عند 0.05

ر الجدولية عند درجة حرية (28) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.463 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.361

جدول (7) يوضح معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات الخامس الرقابة والتقييم

م	الرقابة والتقييم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	هل تطرح أسئلة متنوعة لقياس تفكير العقلي المختلفة	0.398	دالة عند 0.05
2	هل تعطي واجبات	0.381	دالة عند 0.05
3	هل تهتم بأسئلة التلاميذ	0.440	دالة عند 0.05
4	هل تساعد التلاميذ في الوصول إلى الواجبات	0.436	دالة عند 0.05
5	هل تتنوع في الأسئلة بحيث تكون شاملة مترابطة متدرجة	0.450	دالة عند 0.05
6	هل تستخدم أسلوب الثواب و العقاب بما يلاءم الموقف التعليمي	0.375	دالة عند 0.05
7	هل تتعامل مع كل التلاميذ بموضوعية	0.621	دالة عند 0.01
8	هل تناقش واجبات التلاميذ	0.621	دالة عند 0.01
9	هل تعطي التلاميذ الوقت الكافي بالقيام بالأداء الحركي المطلوب	0.393	دالة عند 0.05
10	هل لديك المهارة في إلقاء الأسئلة و تعميمها على جميع التلاميذ	0.459	دالة عند 0.05
11	هل تقوم بتقييم المستمر	0.741	دالة عند 0.01
12	هل تضع تقييم موضوعي يتماشى مع قدرات التلاميذ	0.468	دالة عند 0.01
13	هل تقوم بمتابعة الأعمال الصفية و تزويدهم بالتغذية الراجعة	0.696	دالة عند 0.01
14	هل تلم بالأدوات اللازمة لعملية التقييم	0.467	دالة عند 0.01
15	هل تهتم بترتيب سجلات التقييم و المتابعة	0.473	دالة عند 0.01

ر الجدولية عند درجة حرية (28) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.463 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.361

يتضح من الجداول السابقة أن جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01 ، 0.05)

وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة من الصدق، مما يطمئن الباحثون على تطبيقه على عينة الدراسة. وللتحقق من الصدق البنائي للمجالات قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات الإستبانة والمجالات الأخرى وكذلك كل بعد بالدرجة الكلية للاستبانة والجدول (8) يوضح ذلك.

الجدول (8) مصفوفة معاملات ارتباط كل مجال من مجالات الإستبانة والمجالات الأخرى للاستبانة وكذلك مع الدرجة الكلية

المجموع	الصفات الشخصية والمهنية	التخطيط والأداء الجيد للدرس	صياغة الأهداف	إدارة الفصل والعلاقات العامة	الرقابة والتقييم
المجموع					
1	0.479				
0.426	0.862	1			
0.413	0.837	0.626	1		
0.412	0.596	0.519	0.480	1	
0.494	0.733	0.528	0.540	0.439	1

ر الجدولية عند درجة حرية (28) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.463 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.361

يتضح من الجدول السابق أن جميع المجالات ترتبط ببعضها البعض وبالدرجة الكلية للاستبانة ارتباطاً ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يؤكد أن الإستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات والاتساق الداخلي.

ثبات المقياس Reliability:

أجرى الباحث خطوات التأكد من ثبات المقياس وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقتين وهما التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ .

1- طريقة التجزئة النصفية Split-Half Coefficient :

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول للمقياس وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient) فوجد أن معامل الثبات قبل التعديل (0.705) أن معامل الثبات بعد التعديل (0.827) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

2- طريقة ألفا كرونباخ:

استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وهي طريقة ألفا كرونباخ، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا (0.884) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

3- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لقد قام الباحث بتفريغ وتحليل المقياس من خلال برنامج (SPSS) الإحصائي وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- 1- التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية.
- 2- لإيجاد صدق الاتساق الداخلي للمقياس تم استخدام معامل ارتباط بيرسون "Pearson".
- 3- لإيجاد معامل ثبات المقياس تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية المتساوية، ومعادلة جتمان للتجزئة النصفية غير المتساوية، ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ.
- 4- تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات ثلاث عينات فأكثر.
- 5- اختبار "ت"

نتائج الدراسة الإجابة عن السؤال الأول:

نص السؤال الأول : ما مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية ؟
وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخدام التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، والجداول التالية توضح ذلك:
البعد الأول: الصفات الشخصية والمهنية
الجدول (9) التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات البعد الأول الصفات الشخصية والمهنية وكذلك ترتيبها (ن = 100)

م	الفقرة	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	هل تلتزم بالزى المناسب و اللائق اجتماعيا	467	4.670	0.587	93.40	3
2	هل تقوم بالنظافة البدنية - الجسمية	479	4.790	0.456	95.80	1
3	هل تتحدث بدون تلثم و نطق سليم للحروف	436	4.360	1.115	87.20	12
4	هل تملك الطلاقة اللغوية	433	4.330	0.667	86.60	13
5	هل تتميز الهدوء و لاتزان الانفعالي	424	4.240	0.726	84.80	14
6	هل لك القدرة على ضبط النفس	438	4.380	0.693	87.60	10
7	هل تثق بنفسك	477	4.770	0.446	95.40	2
8	هل تتميز بالموضوعية و الأمانة في الواجبات	463	4.630	0.614	92.60	4
9	هل تلتزم بالانضباط في تطبيق اللوائح و القوانين	446	4.460	0.688	89.20	8
10	هل تلتزم بنظام قواعد العمل	462	4.620	0.632	92.40	5
11	هل لك المرونة في التعامل مع الآخرين	461	4.610	0.549	92.20	7
12	هل تحترم الطالب عند التحدث	462	4.620	0.508	92.40	6
13	هل لديك القدرة على تحقيق الأهداف و تدريس المهارات الحركية المختلفة	446	4.460	0.702	89.20	9
14	هل تعطي في المحاضرة	437	4.370	0.787	87.40	11
	المجموع	6331	63.310	4.657	90.44	

يتضح من الجدول السابق:

أن أعلى خمس فقرات في هذا البعد كانت:

-الفقرة (2) والتي نصت على " هل تقوم بالنظافة البدنية - الجسمية " احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (95.80%).

-الفقرة (7) والتي نصت على " هل تثق بنفسك " احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (95.40%).

- الفقرة (1) و التي نصت على " هل تلتزم بالري المناسب و اللائق اجتماعيا " احتلت المرتبة الثالثة بوزن (93.40%) .

- الفقرة (8) و التي نصت على " هل تتميز بالموضوعية و الأمانة في الواجبات " احتلت المرتبة الرابعة بوزن نسبي (92.60%)

- الفقرة (10) و التي نصت على " هل تلتزم بنظام قواعد العمل " احتلت المرتبة الخامسة بوزن نسبي (92.40%) .

ويرى الباحث بأن الصفات الشخصية والمهنية الواجب توافرها في مدرس التربية الرياضية يجب أن تتميز بالهدوء والالتزام و الموضوعية والأمانة وحسن التعامل مع الطلبة حتى يكون قادر على العطاء ويحقق الأهداف المطلوبة منه بشكل جيد و ليكون قدوة حسنة أمام الطلبة باعتبار المعلم أساس المنظومة التعليمية، و بمقدار قدرته وكفاءته تكون فاعلية التعليم، ويمكن أن تتضاءل الإمكانيات المادية الوفيرة والمناهج المدرسية المرموقة في غياب المعلم الكفاء، حيث أن المعلم الجيد يساعد على تنظيم خبرات التعلم ويشارك بشكل إيجابي في عمليات التجديد التربوي، لذا فغالبا ما نجده مطالب بالتنفيذ والمتابعة

والتعرف على أوجه القصور عند التلاميذ ووضع التصور للعلاج المناسب لأي خلل قد يعترى العملية التعليمية، كما انه يبعث على الأمل و يبث المثل والقيم العليا لدى تلاميذه، باعتباره القدوة والمثل الأعلى أمامهم وعلى منواله يسير الكثيرون منهم نظرا لكونهم يتأثرون بشخصيته، لذلك يفترض أن يكون دور المعلم إيجابيا لأن المردود والمخرج يتمثل بتأثر التلاميذ بشخصيته وبشكل كبير كما وأن التعلم عن طريق القدوة يمكن أن يكون له أثره الواضح والعميق ، ويتفق الباحث مع (الخولي والشافعي ، 2000) امتلاك المعلم الصفات الشخصية والمهنية الرياضية الوسيلة الأكثر فاعلية وتأثيرا لبناء النشء والشباب بناء متكاملًا في مختلف جوانب السلوك الإنساني، و يساهم في تحقيق معدلات نمو حقيقية مؤثرة في بناء شخصية الأفراد واكتساب القدرة على المشاركة الإيجابية في المجتمع وتمكين ذوي القدرات والمواهب في بلوغ أقصى ما يمكن أن تصل إليه طاقاتهم وتوفير مقومات الصحة والسلامة الجسدية والنفسية والعقلية والاجتماعية والخلاقية من اجل المواطنة الصالحة، ولتحملوا مسؤوليتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشئوا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم.

البعد الثاني: التخطيط والأداء الجيد للدرس
الجدول (10) التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات البعد الثاني: التخطيط والأداء الجيد للدرس وكذلك ترتيبها (ن=100)

م	الفقرة	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	هل تستطيع توزيع زمن الحصة على عناصر الدرس	449	4.490	0.577	89.80	2
2	هل تشارك الآخرين في التخطيط	380	3.800	0.876	75.40	10
3	هل تستطيع توزيع موضوعات على أيام وأسابيع الفصل الدراسي بصورة جيدة	414	4.140	0.636	82.80	7
4	هل تنظم المادة التعليمية تنظيما شاملا	420	4.200	0.711	84.00	6
5	هل تعد خطة جيدة للدروس اليومية	450	4.500	0.628	90.00	1
6	هل تتبع الخطوات الرئيسية لتحضير الدرس	432	4.320	0.815	86.40	4
7	هل تراعي في التخطيط الفروق الفردية بينهم	441	4.410	0.621	88.20	3
8	هل تختار الوسيلة التعليمية المناسبة لموضوع الدرس	427	4.270	0.750	85.40	5
9	هل تراعي التخطيط الواجبات المنزلية	384	3.840	0.992	76.80	9
10	هل لديك القدرة على التخطيط السنوي و اليومي بشكل سليم	395	3.950	0.957	79.00	8
11	هل لديك القدرة على توزيع الخطوط العامة للمادة على الفصلين الدراسيين توزيعا مجملا	377	3.770	0.874	76.00	11
12	هل تشارك الوزارة بوضع الخطة	282	2.820	1.610	56.40	12
	المجموع	4851	48.51	6.314	80.85	

يتضح من الجدول السابق:

أن أعلى خمس فقرات في هذا البعد كانت:

-الفقرة (5) والتي نصت على " هل تعد خطة جيدة للدروس اليومية " احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (90.00%).

-الفقرة (1) والتي نصت على " هل تستطيع توزيع زمن الحصة على عناصر الدرس " احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (89.80%).

- الفقرة (7) والتي نصت على " هل تراعي في التخطيط الفروق الفردية بينهم " احتلت المرتبة الثالثة بوزن نسبي قدره (88.20%).

- الفقرة (6) والتي نصت على " هل تتبع الخطوات الرئيسية لتحضير الدرس " احتلت المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (86.40%).

- الفقرة (8) والتي نصت على " هل تختار الوسيلة التعليمية المناسبة لموضوع الدرس " احتلت المرتبة الخامسة بوزن نسبي قدره (85.40%).

ويرى الباحث بأن تخطيط المعلم لدروسه وتحضيرها من أهم العوامل المساعدة علي نجاحه في أداء رسالته، فالتحضير وأمر حيوي بالنسبة لعملية التدريس وبدونه لا يمكن المعلم من السير علي نهج واضح في دروسه أو يصل إلي ما ينشده من غايات، ومن أهمية تخطيط الدروس وتحضيرها قبل تدريسها فيما يلي :

- يعطي للمعلم فرصة تحقيق بعض المعلومات دون عناء .
- يتمكن المعلم في التحضير من تحديد مقدار المادة الذي يتناسب الزمن المخصص .
- التخطيط للدرس يساعد المعلم علي نقل المادة ووضوحها والتمكن منها .
- يساعد التخطيط والتحضير المعلم علي انتقاء المادة الشائقة المفيدة التي تستميل التلاميذ وتثير اهتمامهم .
- التخطيط والتحضير يساعدان المعلم علي تنظيم أفكاره وترتيب مادته، وإجادة تنظيمها وتنسيقها بأسلوب طبيعي ملائم كما يتجنبه النسيان والتلعثم الذي يضعف شخصيته أمامهم .
- التخطيط والإعداد الجيد يوفر الوقت والجهد للمعلم .

البعد الثالث: صياغة الأهداف

الجدول (11) التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات البعد الثالث صياغة الأهداف وكذلك ترتيبها (ن = 100)

م	الفقرة	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	هل تلم بالأهداف العامة بالتدريس	450	4.500	0.611	90.00	1
2	هل تصوغ الأهداف التعليمية بطريقة سلوكية واضحة	441	4.410	0.621	88.20	2
3	هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها معرفياً	441	4.410	0.588	88.20	3
4	هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها وجدانياً	424	4.240	0.767	84.80	9
5	هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها مهارياً	436	4.360	0.746	87.20	5
6	هل تصيغ الهدف السلوكي بصورة محددة بحيث يمكن قياسه	416	4.160	0.813	83.20	11
7	هل تراعي في صياغة الأهداف الفروق الفردية للتلاميذ	426	4.260	0.676	85.20	7
8	هل تحدد في الأهداف الحد الأدنى من الأداء	408	4.080	0.825	81.60	12
9	هل تصغ خطط بديلة	373	3.730	1.014	74.60	15
10	هل تنجح في تحديد الأهداف بدقة	403	4.030	0.717	80.60	14
11	هل تراعي الفروق الفردية عند صياغة الأهداف	431	4.310	0.706	86.20	6
12	هل تنوع من الأهداف	426	4.260	0.676	85.20	8
13	هل تصوغ الأهداف على شكل نتائج تعليمية	417	4.170	0.792	83.40	10
14	هل تصوغ الأهداف بشكل واضح	441	4.410	0.740	88.20	4
15	هل لديك القدرة على تحليل الأهداف العامة إلى الأهداف الخاصة	405	4.050	0.914	81.00	13
	المجموع	6338	63.38	7.104	84.51	

يتضح من الجدول السابق: أن أعلى خمس فقرات في هذا البعد كانت:

- الفقرة (1) والتي نصت على " هل تلم بالأهداف العامة بالتدريس " احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (90.00%).
- الفقرة (2) والتي نصت على " هل تصوغ الأهداف التعليمية بطريقة سلوكية واضحة " احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (88.20%).
- الفقرة (3) والتي نصت على " هل تحدد أهداف الدرس و يصيغها معرفيا " احتلت المرتبة الثالثة بوزن نسبي قدره (88.20%).
- الفقرة (14) والتي نصت على " هل تصوغ الأهداف بشكل واضح " احتلت المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (88.20%).

ويري الباحث الأهداف تمثل العنصر الأول من عناصر المنهج، إذ كلما تحددت أهداف المنهج بدقة ووضوح ساعد ذلك على اختيار المحتوى والطرائق والوسائل التي تعمل على تحقيق هذه الأهداف، وأن ذلك يساعد على اختيار أساليب ووسائل التقويم التي يمكن بواسطتها معرفة مدى تحقق الأهداف الموضوعية، وهو الغاية المبتغاة التي أنشئت من أجلها المدرسة والمصدر الذي يوجه الأنشطة التعليمية المقصودة لتحقيق النتائج المرغوب فيها، ويعد تحديد الأهداف التربوية بصورة واضحة وسليمة وبالاستناد إلى الإمكانيات المادية والبشرية والخطط الاجتماعية والثقافة والسياسية للدولة مسألة في غاية الأهمية في تحقيق أكبر قدر ممكن منها مما يؤدي إلى مردودات فعالة للفرد والمجتمع وأن هذا التحديد يعد ضرورة ملحة يتم خلالها اختيار المسارات التعليمية الواضحة والمناسبة وتحديد المحتويات واختيار الوسائل والأدوات الملائمة التي تساعد في تحقيقها وفي تقويم المناهج والطلبة ومعرفة نواحي القوة والضعف في مراحل المنهج وفقراته ومفرداته جميعها .

البعد الرابع: إدارة الفصل والعلاقات العامة
الجدول (12) التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات البعد الرابع: إدارة الفصل والعلاقات العامة وكذلك ترتيبها (ن = 100)

م	الفقرة	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	هل لك القدرة على ضبط الفصل	470	4.700	0.522	94.00	1
2	هل تعمل على توفير النظام والهدوء في الفصل بطريقة تربوية	466	4.660	0.536	93.20	2
3	هل تنظم التلاميذ بطريقة تمكنه من متابعة باستمرار	460	4.600	0.532	92.00	3
4	هل توجه اهتمامك و نظراتك إلى جميع التلاميذ	456	4.560	0.556	91.20	5
5	هل تنظم التلاميذ بطريقة تمكنهم من مشاهدة ما يعرض أمامهم	449	4.490	0.628	89.80	8
6	هل تتحرك في حيوية ونشاط داخل الفصل	460	4.600	0.532	92.00	4
7	هل تكون علاقات حسنة مع التلاميذ	455	4.550	0.557	91.00	6
8	هل تتقبل آراء التلاميذ	436	4.360	0.689	87.20	10
9	هل تحترم مشاعر التلاميذ	454	4.540	0.593	90.80	7
10	هل تشارك في مجالات نشاطات المدرسة	433	4.330	0.739	86.60	11
11	هل تقيم علاقة طيبة مع التلاميذ	448	4.480	0.627	89.60	9
12	هل تتصرف في حكمة في المواقف الحرجة	432	4.320	0.665	86.40	12
13	هل توزع المسؤوليات و تشرك جميع التلاميذ في الأعمال و التكاليف	421	4.210	0.715	84.20	13
14	هل تجد سهولة و انسيابية بالانتقال من جزء إلى آخر	418	4.180	0.687	83.60	14
	المجموع		62.58	4.843	89.40	

يتضح من الجدول السابق:
أن أعلى خمس فقرات في هذا البعد كانت:

- الفقرة (1) والتي نصت على " هل لك القدرة على ضبط الفصل " احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (94.00%).
- الفقرة (2) والتي نصت على " هل تعمل على توفير النظام و الهدوء في الفصل بطريقة تربوية " احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (93.20%).
- الفقرة (3) والتي نصت على " هل تنظم التلاميذ بطريقة تمكنه من متابعة باستمرار " احتلت المرتبة الثالثة بوزن نسبي قدره (92%).
- الفقرة (6) والتي نصت على " هل تتحرك في حيوية ونشاط داخل الفصل " احتلت المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (92%).
- الفقرة (4) والتي نصت على " هل توجه اهتمامك و نظراتك إلى جميع التلاميذ " احتلت المرتبة الخامسة بوزن نسبي قدره (91.20%).
- ويري الباحث في إدارة الفصل من المهام الأساسية للمعلم و التي يتوقف عليها إلى حد كبير مهام تنفيذ التدريس، وإدارة الفصل هي مجموعة من الأنماط السلوكية المعقدة، التي يستخدمها المعلم لكي يوفر بيئة تعليمية مناسبة و يحافظ على استمرارها، بما يمكن المعلم من تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية المنشودة، و تتوقف كفاءة المعلم و فاعليته إلى حد كبير على حسن إدارته للفصل و المحافظة على النظام فيه، ومهارات إدارة الفصل ذات صلة وثيقة بتنفيذ التدريس، حيث يتفق الباحث مع (الأحمدى، 2005) بأن إدارة الفصل هي مجموعة من الأنشطة التي يستخدمها المعلم لتنمية الأنماط السلوكية المناسبة لدى التلاميذ، وحذف الأنماط غير المناسبة، وتنمية العلاقات الإنسانية الجيدة، وخلق جو اجتماعي فعال و منتج داخل الفصل و المحافظة على استمراريته.

البعد الخامس: الرقابة و التقويم

الجدول (13) التكرارات و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و الوزن النسبي لكل فقرة من فقرات البعد الخامس الرقابة و التقويم وكذلك ترتيبها (ن = 100)

م	الفقرة	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	هل تطرح أسئلة متنوعة لقياس تفكير العقلي المختلفة	411	4.110	0.709	82.20	11
2	هل تعطي واجبات	366	3.660	1.130	73.20	15
3	هل تهتم بأسئلة التلاميذ	453	4.530	0.577	90.60	1
4	هل تساعد التلاميذ في الوصول إلى الواجبات	452	4.520	0.659	90.40	2
5	هل تتنوع في الأسئلة بحيث تكون شاملة مترابطة متدرجة	435	4.350	0.702	87.00	4
6	هل تستخدم أسلوب الثواب و العقاب بما يلاءم الموقف التعليمي	420	4.200	0.765	84.00	8
7	هل تتعامل مع كل التلاميذ بموضوعية	428	4.280	0.653	85.60	5
8	هل تناقش واجبات التلاميذ	395	3.950	0.925	79.00	14
9	هل تعطي التلاميذ الوقت الكافي بالقيام بالأداء الحركي المطلوب	424	4.240	0.668	84.80	6
10	هل لديك المهارة في إلقاء الأسئلة و تعميمها على جميع التلاميذ	449	4.490	0.659	89.80	3
11	هل تقوم بتقييم المستمر	403	4.030	0.771	80.60	13
12	هل تضع تقييم موضوعي يتماشى مع قدرات التلاميذ	424	4.240	0.698	84.80	7
13	هل تقوم بمتابعة الأعمال الصفية و تزويدهم بالتغذية الراجعة	413	4.130	0.872	82.60	10
14	هل تلم بالأدوات اللازمة لعملية التقويم	410	4.100	0.745	82.00	12
15	هل تهتم بترتيب سجلات التقويم و المتابعة	417	4.170	0.865	83.40	9
	المجموع	6300	63.000	6.557	84.00	

يتضح من الجدول السابق:

أن أعلى خمس فقرات في هذا البعد كانت: -الفقرة (3) والتي نصت على " هل تهتم بأسئلة التلاميذ " احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (90.60%).

- الفقرة (4) والتي نصت على " هل تساعد التلاميذ في الوصول إلى الواجبات " احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (90.40%).
- الفقرة (10) والتي نصت على " هل لديك المهارة في إلقاء الأسئلة و تعميمها على جميع التلاميذ " احتلت المرتبة الثالثة بوزن نسبي قدره (89.80%).
- الفقرة (5) والتي نصت على " هل تنوع في الأسئلة بحيث تكون شاملة مترابطة متدرجة " احتلت المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (87%).
- الفقرة (7) والتي نصت على " هل تتعامل مع كل التلاميذ بموضوعية " احتلت المرتبة الخامسة بوزن نسبي قدره (85.60%).
- ويري الباحث أن التقويم لا بد أن يكون شاملاً لجميع الجوانب التي تؤثر في شخصية التلميذ وتوجيه سلوكه فلا يقتصر التقويم على مجرد قياس التحصيل المهاري أو المعرفي بل يجب أن يساعد علي الحكم علي مدى النمو والتطور في المهارات والقيم وأسلوب التفكير ومدى جوانب الخبرات لميول التلاميذ واتجاهاتهم .

ومن خلال الجداول السابقة يتبين أن مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية قد بلغ (85.9) وهذه نسبة مرتفعة ومرضية .

الإجابة عن السؤال الثاني:

نص السؤال الثاني من أسئلة الدراسة على : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) ؟ وللتحقق من صحة هذا السؤال قام الباحثون باستخدام أسلوب "T. test"

جدول (14) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لاستبانته تعزى لمتغير الجنس

مستوى الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد		
غير دالة إحصائياً	0.521	0.645	4.723	63.493	73	ذكر	الصفات الشخصية والمهنية
			4.524	62.815	27	أنثى	
غير دالة إحصائياً	0.390	-0.863	6.779	48.178	73	ذكر	التخطيط والأداء الجيد للدرس
			4.838	49.407	27	أنثى	
غير دالة إحصائياً	0.221	1.232	7.673	62.849	73	ذكر	صياغة الأهداف
			5.114	64.815	27	أنثى	
غير دالة إحصائياً	0.902	0.123	4.999	62.616	73	ذكر	إدارة الفصل والعلاقات العامة
			4.484	62.481	27	أنثى	
غير دالة إحصائياً	0.205	1.275	6.598	62.493	73	ذكر	الرقابة والتقويم
			6.362	64.370	27	أنثى	
غير دالة إحصائياً	0.425	0.801	25.103	299.630	73	ذكر	الدرجة الكلية
			18.905	303.889	27	أنثى	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) تساوي 2.02 و عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.01$) تساوي 2.70

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة اقل من قيمة "ت" الجدولية في الدرجة الكلية للاستبانة ، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيهما تعزى لمتغير الجنس ، ويفسر الباحث ذلك بان الظروف التي يمر بها المعلمين والمعلمات متشابهه .

الإجابة عن السؤال الثالث:

نص السؤال الثالث من أسئلة الدراسة على : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفايات التدريسية اللازمة لإعداد معلم التربية الرياضية تعزى لمتغير الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 5 سنوات - أقل من 10 سنوات، من 10 سنوات فأكثر) ؟
وللتحقق من صحة هذا السؤال قام الباحثون باستخدام تحليل التباين الأحادي One Way A

. nova

جدول (15) يبين تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق في الدرجة الكلى تعزى لمتغير الخبرة

مستوى الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	
غير دالة إحصائياً	0.316	1.167	25.224	2	50.448	بين المجموعات	الصفات الشخصية والمهنية
			21.618	97	2096.942	داخل المجموعات	
				99	2147.390	المجموع الكلي	
دالة إحصائياً عند 0.01	0.008	5.033	185.543	2	371.087	بين المجموعات	التخطيط والأداء الجيد للدرس
			36.865	97	3575.903	داخل المجموعات	
				99	3946.990	المجموع الكلي	
غير دالة إحصائياً	0.472	0.757	38.405	2	76.810	بين المجموعات	صياغة الأهداف
			50.709	97	4918.750	داخل المجموعات	
				99	4995.560	المجموع الكلي	
غير دالة إحصائياً	0.101	2.346	53.566	2	107.132	بين المجموعات	إدارة الفصل والعلاقات العامة
			22.837	97	2215.228	داخل المجموعات	
				99	2322.360	المجموع الكلي	
غير دالة إحصائياً	0.280	1.291	55.161	2	110.321	بين المجموعات	الرقابة والتقييم
			42.739	97	4145.679	داخل المجموعات	
				99	4256.000	المجموع الكلي	
غير دالة إحصائياً	0.089	2.477	1336.757	2	2673.515	بين المجموعات	الدرجة الكلية
			539.687	97	52349.645	داخل المجموعات	
				99	55023.160	المجموع الكلي	

قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (2، 99) وعند مستوى دلالة (0.05 ≤) تساوي 3.09 و (0.01 ≤) تساوي 4.82

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) في جميع المجالات، عدا المجال الثاني التخطيط والأداء الجيد للدرس، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الخبرة.

وأن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) في المجال الثاني التخطيط والأداء الجيد للدرس ، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الخبرة ويفسر الباحث ذلك إلي أن سنوات الخبرة لها تأثير في الكفايات التدريسية و أن المعلمين الحاصلين على شهادة الدبلوم لهم خبرة طويلة في مجال التعليم وأنهم يقومون بإكمال دراسة البكالوريوس في الجامعات كما أن معظم المعلمين يستخدمون شبكة الانترنت و المواقع التعليمية للحصول على أفضل و أسهل الوسائل التي تساعدهم في التدريس و ذلك فالكل يتنافس في مدارس الوكالة من اجل تطوير كفاياته و إمكانياته من اجل الحصول على مهنية عالية لأخذ الامتيازات أخر العام .

ويري الباحث بأن الكفايات التدريسية هي إحدى الجوانب التي تسهم في إعداد المعلم ، وخاصة في كافة النظم التعليمية، حيث أثبتت نجاحها وتأثيرها الفاعل في مساعدة المعلمين على القيام بعملية التدريس بكفاءة عالية واقتدار، ولكي يؤدي المعلم عمله بكفاءة فإنه يحتاج إلى معرفة الكفايات التدريسية المختلفة مثل :

القدرة على تحديد وصياغة الأهداف العامة والخاصة بالموضوع الذي سيعلمه ، وإلى معرفة قدرات واستعدادات وميول واحتياجات المتعلمين ، وكذلك تحديد الوسائل التعليمية التي تتلاءم موضوع الدرس وإشراك المتعلمين في المهارات التدريسية العملية والنظرية التي تسهم في إنجاح العملية التعليمية . ويعد المعلم من أهم العناصر في العملية التعليمية، ولا يقتصر دوره على تلقين المعارف والمعلومات للمتعلمين بل يتجاوز تلك الحدود، وإعداد المعلم إعداداً سليماً يمثل الركيزة الأولى لنجاح العملية التعليمية، كما يعد نجاح المعلم في أداء عمله الوظيفي مقترن بمدى قدرته وكفايته في امتلاك الكفايات التدريسية، لأنه العنصر الأساسي في المواقف التعليمية والمحرك لدوافع المتعلمين، ومن خلال خبرة الباحث كمعلم ومحاضر لبعض المساقات التدريسية في المناهج وطرق التدريس بكلية التربية البدنية والرياضية، و من الملاحظ أن الذين لم يتم إعدادهم الإعداد الجيد يحتاجون إلى معرفة بعض العناصر المميزة للتدريس الفعال، لا بد لمعرفتهم بالكفايات التدريسية التي يحتاجونها في أثناء أدائهم لعملهم على الوجه المطلوب، حيث أن التدريس لم يعد مجرد معلومات يلقها المعلم في الفصل ويسجلها الطلاب، ولكن لا بد للمعلم أن يكون منشط للأفكار و الرؤى والمهارات التي يمتلكها الطلاب، و يعمل على تحفيزها لظهورها، وتحفيزهم لاستثمارها في عملية التعلم الذاتي والمستمر .. لذلك لا بد للمعلم أن يكون قادر على إحداث صدمة معرفية جديدة حتى يشعر الطالب بقيمة الوقت الذي يقضيه في الفصل ويستثمره في تنمية مهارته، لذا مهنة التدريس لا تتحقق إلا على يدي معلم يكون قادر على التخطيط لخبرات تدريسية ومواقف تعليمية تدفع الطلاب لأن يتعلموا كيف يفكرون، وكيف يقرؤون، ويحللون، ويصفون، وينضمون أفكارهم ويعرضونها، وكيف يبحثون عن المعلومة، وكيف يناقشون،معلوماتهم، وكيف يتقبلون أفكار بعضهم، وكيف يصلون إلى المعلومات الصحيحة معاً، وكيف يطورون مهارتهم ... هذا هو المعلم المطلوب .

التوصيات :

- وفي ضوء نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها قدم الباحث توصيات من أهمها ما يلي :
1. استثمار زمن الحصة بشكل جيد وتوزيع زمن الحصة على عناصر الدرس .
 2. استثمار المعلم للفرص التدريبية واللقاءات والندوات العلمية والمهنية للارتقاء بالمستوى المهني .
 3. العمل على توفير النظام و الهدوء في الفصل بطريقة تربوية .
 4. يجب الاهتمام بالنظافة الشخصية بعد نهاية الحصة .
 5. بناء عملية التقويم الذاتي من قبل معلم التربية البدنية لمستوى أدائه وفقاً للكفايات التعليمية اللازمة له .
 6. العمل على توظيف قائمة الكفايات التعليمية اللازمة والمناسبة .

المراجع

1. أبو نمره ، محمد خميس (2003) الكفايات التعليمية الأدائية الأساسية لدى معلمي المرحلة الأساسية الأولى اللازمة لتدريس التربية الرياضية ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ، المجلد 17 العدد 2 ، جامعة النجاح ، فلسطين .
2. الأحمدى ، طلال (2005) مهارات التدريس بين النظرية و التطبيق ، الرياض، السعودية .
3. البنعلي ومراد، (2003) الكفايات التدريسية ، لدى معلمي المواد الاجتماعية في المرحلة الإعدادية بدولة قطر كما يعكسه 172 الأداء الصفي، مجلة العلوم التربوية، العدد(3) ، يناير، قطر.
4. الخولي والشافعي (2000) مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، مصر .
5. خزعلي ومومني (2010) الكفايات التدريسية لدى معلمات المرحلة الأساسية الدنيا في المدارس الخاصة في ضوء متغيرات المؤهل العلمي وسنوات الخبرة والتخصص ، بحث منشور مجلة دمشق ، المجلد 26 ، العدد الثالث ، جامعة دمشق .
6. عبدات ، روجي (2002) : العلاقة بين السمات الشخصية والروح المعنوية لدى معلمي مؤسسات التربية الخاصة في الضفة الغربية – فلسطين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية .
7. عبد الغني ، نعمان (2009) إعداد وتكوين معلمي التربية الرياضية ، قضايا مراكش، المغرب .
8. عبد الدايم، خالد (1997) الكفايات التعليمية الأساسية لدى معلمي اللغة العربية في المرحلة الأساسية العليا بمحافظات غزة" ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
9. غنيم ، إبراهيم ، (2009) ، دراسة بعنوان تأثير برنامج باستخدام الوسائط المتعددة التفاعلية على الدافعية والتحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري الحركي للمبتدئين برياضة الملاكمة ، جامعة حلوان ، القاهرة .
10. الغامدي ، محمد (2004) الكفايات المهنية لمعلمي التربية البدنية الخاصة ومدى توافرها لديهم ، مجلة أكاديمية التربية الخاصة، العدد 4 ، المملكة العربية السعودية .

علاقة المؤشرات الأنثروبومترية بنتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم.

د. زيشي نور الدين

أستاذ بمعهد التربية البدنية والرياضية - جامعة مستغانم -

ملخص: تهدف الدراسة إلى تحديد العلاقة بين المؤشرات الأنثروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية للتلاميذ في سن 13 سنة بحسب توزيعهم على أنماط الجسم الأساسية، ولذلك أفترض الباحث أولاً أن يتوزع التلاميذ في سن 13 سنة توزعاً اعتدالياً على أنماط الجسم الأساسية، الأمر الذي يفرض وجود ارتباطات موجبة وأخرى سالبة بين المؤشرات الأنثروبومترية للتلاميذ ونتائجهم في الاختبارات البدنية المقترحة حسب أنماط الجسم في هذه المرحلة العمرية. ولتحقيق ذلك اخذت الباحثة عينته عشوائياً من 200 تلميذ وتلميذة في سن 13 سنة تقدر نسبتها 10% من المجتمع الأصلي في مدينة مستغانم. طبقت القياسات الأنثروبومترية التي تحدد دورها الأنماط الجسمية للتلاميذ، وكذا الاختبارات البدنية كأداة لجمع البيانات التي من شأنها الإجابة على التساؤلات المطروحة، ولقد حددت هذه البيانات استنتاجات كانت قد خرجت بها الدراسات المرتبطة، وأكدت في هذه الدراسة أن النمط النحيف هو الغالب بـ 44.50% ثم النمط العضلي بـ 34% وأخيراً النمط السمين بـ 21.50%. مع الإشارة إلى ارتفاع نسبة النمط السمين عند الإناث 30.21%، بينما تزيد نسبة النمط العضلي عند الذكور 43.26%. كما توصل الباحث إلى أن المؤشرات الأنثروبومترية ترتبط ارتباطات قوية وضعيفة وكذلك موجبة وسالبة مع نتائج الاختبارات البدنية، بل وتختلف هذه الارتباطات أو العلاقة حسب الجنس بين الذكور والإناث، وكذلك حسب النمط الجسمي.

الكلمات المفتاحية: العلاقة، المؤشرات الأنثروبومترية، نمط الجسم، الاختبارات البدنية، تلاميذ

Résumé:**"La relation entre les indices Anthropométriques et les résultats des tests physiques selon le morphotype"**

L'étude vise à déterminer la relation entre les indices anthropométriques et les résultats des tests physiques pour les élèves à l'âge de 13 ans, en fonction de leurs modes de distribution aux principaux morphotypes du corps humain, donc et pour cela, le chercheur a suppose premièrement que les élèves à l'âge de 13 ans se distribuent d'une façon homogène pour les principaux morphotypes, ce qui force l'existence de relations positives et négatives, significatives et non significatives entre les indices anthropométriques des élèves et leurs résultats dans les tests physiques proposés pour cette tranche d'âge et selon les principaux morphotypes.

Pour y parvenir, le chercheur a choisi au hasard 200 élèves garçons et filles à l'âge de 13 ans est estimée à 10% de l'échantillon statistique global de la recherche dans la ville de Mostaganem.

L'application des mesures anthropométriques qui à son tour déterminent les morphotypes pour les élèves, ainsi que des tests physiques comme un outil pour recueillir des données qui répondront aux questions de la recherche, ces données ont identifié des conclusions qui émergent à partir des études liées et confirme dans cette étude que le morphotype ectomorphe est majoritaire à 44,50%, alors le morphotype mésomorphe est de 34%, et enfin le morphotype endomorphe est à 21,50% pour l'échantillon statistique de la recherche. En référence, on distingue une supériorité de l'endomorphe à 30,21% chez les filles, et une supériorité du mésomorphe à 43,26% chez les garçons. Le chercheur a conclut aussi que les indices anthropométriques s'associent avec des liens forts et faibles, ainsi que positifs et négatifs avec les résultats des tests physiques, mais ces liens varient selon le sexe et selon le morphotype.

Mots clés : la corrélation, indices Anthropométriques, morphotype, tests physiques, élèves

مقدمة وإشكالية البحث:

التربية البدنية والرياضية من العوامل المساعدة على تربية أفراد المجتمع وإعداد أجيال تتحمل مسؤولية شق طرق التقدم، وفتح آفاق واسعة للحضارة لأنها تسهم في رعاية الفرد جسدا وروحا، فهي تعتنى بصحة الفرد وكيانه وتكسبه البنية المورفولوجية واللياقة البدنية والمهارة الحركية وتعوده على الأساليب الصحيحة في التعامل... وبهذا يبني بفضلها رجال الغد وقادة المستقبل بناءا قويا ومتينا. يمكن من الكفاح في عالم لا مكان له للتراخي أو التكاثر.

ومن هذا المنطلق ركز الباحثون على عدة جوانب من التربية البدنية والرياضية كدراسة بناء وتكوين جسم الإنسان من خلال القياسات الأنتروبومترية، وكذا دراسة أداء هذا الجسم خصوصا الجانب البدني منه من خلال الاختبارات البدنية... فللقياسات الأنتروبومترية من الوسائل المهمة التي يمكن اعتمادها في توظيف جسم الإنسان ومتابعة عمليات نموه الجسمي وخاصة بالنسبة للأطفال في المراحل العمرية المختلفة. أما في مجال التربية البدنية والرياضية فتتوالت القياسات الأنتروبومترية بطبيعة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الإنسان، وبالتالي يمكن الحصول على بعض المؤشرات للتنبؤ بإمكانيات المبتدئ والناشئ في تحقيق مستويات رياضية معينة. يقول "DRISCOLLE" أن طول الطفل وعلاقته بوزنه وعمره تعتبر من الدلالات التي تعين على تقدير مستوى النمو الجسمي. أما بالنسبة للمجال الرياضي فقد ثبت ارتباط المقاييس الجسمية بالعديد من القدرات الحركية والتفوق في الأنشطة المختلفة، كما أثبت CURTON أن الرياضيين في بعض الألعاب يتميزون عن أقرانهم العاديين في العديد من المقاييس الجسمية كطول الجذع وعرض الكتفين وضيق الحوض... (حسنين، 1987، ص43-44)

ومما لاشك فيه أن مستوى الأداء في الاختبارات البدنية يختلف من فرد إلى آخر بناء على عدة عوامل مؤثرة، منها بناء الجسم الذي تحدده القياسات الأنتروبومترية والأنماط الجسمية. حيث تشير نتائج الدراسات العلمية إلى وجود علاقة ارتباطية بين بعض القياسات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية (السيد، 2003، ص254) إذن فالفكرة هي تحديد العلاقة بين القياسات الأنتروبومترية والاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم، عسى أن يكون للنتائج المنتظرة الفائدة في دفع الحركة الرياضية. فالوصول إلى المستويات العالية لا يأتي عن طريق الصدفة وإنما نتيجة منتج علمي يستند على أسس علمية بحتة. فلم تعد التربية البدنية والرياضية مجرد تمرينات وحركات وألعاب مختلفة تمارس قصد التأثير على أجهزة الجسم المختلفة، بل أصبحت تركز كأحد الأسس على دراسة أنماط الجسم والقياسات الأنتروبومترية والاختبارات البدنية لقياس هذا التأثير والاستفادة منه، ويتعدى الأمر ليصل إلى دراسة التداخل بين جوانب الفرد كالتداخل بين المجال المورفولوجي (الأنتروبومترية) والمجال البدني. ولدراسة العلاقة بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية حسب الأنماط الجسمية نبدا بطرح الأسئلة التالية:

1. كيف يتوزع التلاميذ في سن 13 سنة لعينة البحث على أنماط الجسم الأساسية؟
2. ما هي خصوصية الارتباطات بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم في سن 13 سنة؟

1. أهداف البحث:

1. معرفة توزع التلاميذ في سن 13 سنة لعينة البحث على أنماط الجسم الأساسية.
2. معرفة خصوصية الارتباطات بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم في سن 13 سنة.

2. فرضيات البحث:

1. يتوزع التلاميذ في سن 13 سنة لعينة البحث على أنماط الجسم الأساسية توزعا اعتداليا مع غالبية للنمط النحيف.

2. يوجد ارتباطات موجبة وأخرى سالبة بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم في سن 13 سنة.

3. مصطلحات البحث:

1.3. العلاقة: هي ارتباط شيء بشيء آخر على أساس أن تكون هناك صلة بينهما سواء قريبة أو بعيدة، قوية أو ضعيفة.

العلاقة في البحث هي ارتباط بين القياسات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية حسب أنماط الجسم.

2.3. القياس الأنتروبومتري: علم قياس مورفولوجي الجسم مثل القامة، الطول ... علم يبحث في قياس الجسم من الخارج.

اتفق كل من صبري عمر 1981م وعلي البيك ويحي مصطفى 1984م على أن القياسات الأنتروبومترية تمدنا بأسس ومفاهيم معينة تتعلق بالنواحي الحركية والبدنية تستخدم للمقارنة بين الأداء الرياضي للرياضيين. حاليا تستخدم بعض القياسات الأنتروبومترية في تحديد نمط الجسم وفقا للطريقة المعروفة باسم طريقة نمط الجسم الأنتروبومتري "لهيت لوتر" (فرحات، 2003، ص12-13)

إذن قياس المؤشرات الأنتروبومترية هو تقدير كمي لأجزاء الجسم المختلفة.

3.3. الاختبارات البدنية: هي قياس قدرة الفرد على أداء عمل معين وفق ضوابط وصيغ علمية دقيقة.

تستخدم الاختبارات في المجال الرياضي لقياس العديد من القدرات والاستعدادات العامة والخاصة. وكذلك في قياس القدرات العقلية والجوانب النفسية كالميول والاتجاهات بالإضافة إلى التقويم والتوجيه. لذلك فإن الحاجة إلى استخدام نتائج الاختبارات هامة حيث أنها تعطي دلالات إيجابية عن الحالة العامة للفرد سواء الوظيفية أو الحركية أو البدنية أو المهارية والنفسية. (فرحات، 2003، ص39-40).

الاختبار البدني هو قياس قدرة الفرد على الأداء في بعض المواقف المعينة.

4.3. نمط الجسم: هو محاولة لتقويم البناء البيولوجي الداخلي للفرد من خلال البنين الجسمي (حسنيين، 1995، ص27).

يعرف نمط الجسم بشكل إجرائي بكونه تحديد كمي للمكونات الأساسية الثلاثة للبناء البيولوجي للفرد والذي يعبر عنه بثلاث أرقام متسلسلة، الأول (يسار) يشير إلى مكون السمنة، الثاني (وسط) يشير إلى المكون العضلي، الثالث (يمين) يشير إلى مكون النحافة (حسائين، 1995، ص135). حسب العلماء والباحثون وعلى رأسهم شيلدون تم تحديد ثلاث أنماط أساسية هي:

1.4.3. النمط السمين (المكون الداخلي التركيب):

في هذا المكون يسود الجهاز الهضمي، يكثر فيه الدهن في مناطق تخزين الدهون، الرأس كبير ومستدير، الرقبة قصيرة وسميكة، أجسام هذا المكون ناعمة ومستديرة والثديان ممتلئان، وأرجله قصيرة وثقيلة، الأكتاف ضيقة والحوض عريض. يتميز هذا المكون بلزيادة النسبية في البنية الجسمية المرتبطة بالهضم والتمثيل الغذائي، فيه سيادة نسبية من الأنسجة الجنسية الا ندودرم التي تمثل الأساس التكويني للأحشاء الهضمية (حسنيين، 1995، ص31-32).

2.4.3. النمط العضلي (المكون المتوسط التركيب):

صاحب هذا المكون صلب في مظهره الخارجي، عظامه كبيرة وسميكة وعضلاته نامية، الرقبة طويلة وقوية، الأكتاف عريضة، عضلات المنكبين قوية. كما يتميز بكبر اليدين، طول الأصابع وتكثف عضلات منطقة الجذع، الحوض ضيق والرجلين متناسقتين. هذا النمط يمثل أقصى قوة عضلية بشرية. يتميز هذا المكون بسيادة نسبية للنمو الناشئ عن الأنسجة الجنسية الميزودرم التي تمثل الأساس التكويني للأنسجة العضلية والأربطة. وهو يتجه إلى زيادة القوة (حسنيين، 1995، ص27-28).

3.4.3. النمط النحيف (المكون الخارجي التركيب): صاحب هذا النمط يتميز بنحافة الوجه وبروز الأنف،

وبنيان جسمه رقيق وهزيل، عظامه صغيرة وبارزة، الرأس كبير نوعا ما، الرقبة طويلة ورفيعة وقد يتميز الصدر بالطول والضيق مع إسدارة في الكتفين وطول ملحوظ في الذراعين، الرجلين طويلتين وحادتين ورفيعتين. النمط النحيف هو سيادة نسبية مستمرة من الأنسجة الجنسية الاكتودرم التي تمثل الأساس التكويني للجلد وملحقاته بما في ذلك الجهاز العصبي (حسنين، 1995، ص 41-43).

إذن فتمط الجسم هو محاولة لتحديد المكون السائد (السمين، النحيف، العضلي) عند التلاميذ من خلال البنيان الجسمي.

4. الدراسات المشابهة:

1.4 دراسة كيورتن:

قام كيورتن بدراسة شملت ثلاث مجموعات بهدف التعرف على مستويات الأنماط الثلاثة في بعض مكونات اللياقة البدنية وأسفرت على النتائج التالية: النمط النحيف حصل على أعلى درجة في التوازن والرشاقة وكذا المرونة. النمط العضلي حصل على أعلى درجة في القوة العضلية والقدرة العضلية وزمن رد الفعل. النمط السمين تفوق في القوة الثابتة وكانت أقل درجته في الرشاقة وزمن رد الفعل (حسنين، 1987، ص 126، 132)

2.4 دراسة وليد المارديني:

بعنوان "العلاقة بين بعض القياسات الأنتروبومترية والقدرة على الوثب لدى لاعبي كرة السلة". اعتمد الباحث المنهج الوصفي، على لاعبي كرة السلة كمجتمع للبحث. خرج الباحث باستنتاجات تؤكد ارتباط الوثب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة ارتباطا دالاً مع الطول الكلي، الوزن، طول الذراعين جانبا، طول الطرف السفلي، طول القدم، عرض الكتفين، محيط الصدر ومحيط الساق كمتغيرات جسمية أنتروبومترية. كما أن طول القدم يساهم بنسبة 89% في القدرة على الوثب الطويل، بينما يساهم عرض الكتفين وكثافة الجسم بنسبة 63% في القدرة على الوثب العمودي لدى لاعبي كرة السلة.

3.4 دراسة حمو قادة وآخرون:

بعنوان "علاقة بعض القياسات الجسمية ببعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بحراس المرمى في كرة القدم" اعتمد الباحث المنهج الوصفي، تمثل مجتمع البحث في أكابر قسم الوطني الأول والثاني. وقد توصل إلى استنتاجات مفادها ظهور ارتباط بين السن والقوة المميزة بالسرعة للذراعين والسرعة الانتقالية. وظهور ارتباط بين الوزن والطول وطول الطرف السفلي ومحيط الصدر والقوة المميزة بالسرعة للذراعين.

4.4 التعليق على الدراسات المشابهة:

من خلال دراسة مشاريع الدراسات المشابهة لاحظنا أن كل دراسة اهتمت بجانب واحد أو جانبين محاولة الربط وتوضيح العلاقة بين نتائج الأداء سواء في الاختبارات البدنية أو الحركية وبين المؤشرات الأنتروبومترية، فاعتمدت على منهج واحد هو المنهج الوصفي وعلى عينات مختلفة كما ونوعا، اختلفت كذلك الأنشطة التي تناولتها هذه الدراسات.

وعموما فإن كل هذه الدراسات توضح العلاقة بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية المعيرة عن مكونات اللياقة البدنية المختلفة حسب نوع النشاط الممارس. يبقى أن نشير أن دراستنا هذه تسعى في نفس الاتجاه أي لتبيان العلاقة بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية على عينة معتبرة من التلاميذ، ولكن بإضافة تفصيل لهذه العلاقة حسب أنماط الجسم.

5. منهج البحث:

يعتبر هذا البحث من بين البحوث الوصفية بالطريقة المسحية، فهو يهتم بوصف نتائج الأداء في الاختبارات البدنية وعلاقتها بالقياسات الأنتروبومترية حسب الأنماط الجسمية للتلاميذ.

6. **مجتمع وعينة البحث:** اختيرت عينة البحث عشوائيا من إكماليتي الشهيد "بن صابر بشيخ وبلعيد توفيق". وهي تتكون من 200 تلميذ وتلميذة في سن 13 سنة تقدر نسبتها 10% من المجتمع الأصلي (2160 تلميذ من 24 إكمالية) على مستوى مدينة مستغانم.

7. مجالات البحث:

1.7. **المجال البشري:** ضمت عينة البحث 104 تلميذ و 96 تلميذة في العينة الأساسية و 10 تلاميذ في العينة الاستطلاعية.

2.7. **المجال الزمني:** أنجزت القياسات الأنتروبومترية والاختبارات البدنية في الفترة الزمنية الممتدة من 2010/04/15 إلى غاية 2010/05/15. بما فيها تلك المتعلقة بالتجربة الاستطلاعية وكذا التجربة الأساسية.

3.7. **المجال المكاني:** تم إجراء القياسات الأنتروبومترية في قاعة خاصة، أما الاختبارات البدنية فأجريت في ساحة كل من إكماليتي الشهيد "بن صابر بشيخ" والشهيد "بلعيد توفيق" بمستغانم.

8. الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

* **المتغير المستقل:** المؤشرات الأنتروبومترية حسب أنماط الجسم.

* **المتغير التابع:** نتائج الاختبارات البدنية عند تلاميذ في سن 13 سنة.

* متغيرات متعلقة بالإجراءات التجريبية:

- توحيد مكان إجراء الاختبارات البدنية والقياسات الأنتروبومترية.

- استعمال نفس أدوات وأجهزة القياس من بداية البحث إلى نهايته.

- إجراء الاختبارات البدنية والقياسات الأنتروبومترية من طرف الباحث ومجموعة من الطلاب المدربين.

- ظروف القيام بالاختبارات التجريبية الاستطلاعية والتجربة الرئيسية كانت نفسها دون أي تغيير.

* **متغيرات متعلقة بعينة البحث:** سن العينة (13 سنة)، جنس العينة (الذكور والإناث). الممارسة الرياضية: سبق لهؤلاء التلاميذ ممارسة ضمن حصة التربية البدنية والرياضية، الموقع الجغرافي...

9. أدوات البحث:

-المصادر والمراجع.

-أدوات إحصائية (النسبة المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط).

-مجموعة من الاختبارات البدنية (اختبار الوثب العمودي من الثبات، اختبار الوثب العريض من الثبات، اختبار رمي الكرة الطبية لأقصى مسافة، اختبار العقلة، اختبار الجلوس من الرقود، اختبار رفع الجذع من الانبطاح) تعتمد على وسائل بيداغوجية منها: كرة طبية 2 كغ، صافرة وشريط قياس وميفاتي..

-الحقيبة الأنتروبومترية لأخذ مجموعة من القياسات الأنتروبومترية وهي: الوزن، الطول الكلي للجسم،

الأطوال: طول الجذع، طول الطرف العلوي، طول القدم. الأقطار: قطر الذراع، قطر الساعد، قطر

الفخذ، قطر الساق. المحيطات: محيط العضد: في حالة التقلص والاسترخاء. محيط الساعد، محيط الفخذ،

محيط الساق.

$$\text{الكتلة الشحمية: } = \left(\frac{4.20}{\text{الكثافة}} - 3.813 \right) \times 10$$

الكتلة الشحمية (كغ) = الكتلة العظمية: تحسب بواسطة معادلة MATEIKA. $\frac{\text{الكتلة الشحمية (\%)} \times \text{وزن الجسم}}{100}$

100

$$ع = ط \times م^2 \times ث / 1000. \quad O = 1 \times c^2 \times k / 1000$$

حيث:ع: الكتلة العظمية كغ، ط: طول الجسم سم، م²: مربع معدل الأقطار (الذراع، الساعد، الفخذ، الساق)، ت: ثابت = 1.2.

الكتلة العضلية: تحسب بواسطة معادلة MATEIKA.

$$ع = ط \times 2 \times 1000 / 1000 \times k \times R^2 \times M$$

حيث:ع: الكتلة العضلية كغ. ط: طول الجسم بسم. ت: ثابت = 6.5 ن².

مساحة الجسم: تحسب بواسطة معادلة DUBOIS.

$$.S = P0.425 \times T0.725 \times 71.81 \sqrt{1000}$$

للتبسيط تصبح: LOG S= 0.425 LOG P+ 0.725 LOG T+ LOG 71.84.

حيث: P: وزن الجسم كغ. T: طول الجسم سم. (خليفة، 1999، ص103) الطريقة المتبعة لاستخراج أنماط الجسم:

طريقة نمط الجسم الأنثروبومتري باستخدام المعادلة الرياضية (HEATH-CARTER):

توصل HEATH-CARTER إلى المعادلة التالية لحساب مكونات نمط الجسم الثلاثة (سمين، عضلي، نحيف) باستخدام الوحدات المترية. وقبل استخدام المعادلات يجب استيفاء القياسات والتصحيحات التالية:

$$أ - معادلة مكون السمنة: النمط السمين = - 0.7182 + 0.1451(x) - 0.00068(x^2) + 0.0000014(x^3)$$

حيث (x) : مجموع قياسات الدهن الثلاثة (خلف العضد + أسفل اللوح + اعلي بروز العظم الحرقفي). ب- معادلة مكون العضلية:

$$\text{النمط العضلي} = [0.858 \times (\text{عرض العضد}) + 0.601 \times (\text{عرض الفخذ}) + 0.188 \times (\text{محيط العضد}) + 0.161 \times (\text{محيط السمانة})] - (\text{الطول} \times 0.131) + 4.50$$

ج - معادلة مكون النحافة: النمط النحيف = معدل الطول إلى الوزن $28.58 - 0.732 \times Hwr$ (حسنين، 1998، ص223)

10. الأسس العلمية للاختبارات:

تم إجراء هذه التجربة من أجل بيان مدى تناسب الاختبارات البدنية مع عينة البحث، وكذا وضع الأسس العلمية لها. تم اختيار عينة عشوائية قوامها 10 تلاميذ ذكور وإناث طبق عليهم الاختبار وبعد أسبوعين أعيد تطبيق نفس الاختبار تحت نفس الظروف.

الاختبارات	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل الثبات		معامل الصدق		القيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
				ذكور	إناث	ذكور	إناث		
القفز العالي	10	09	0.05	0.81	0.80	0.90	0.88	0.602	دال إحصائياً
القفز العريض				0.94	0.97	0.97	0.98		
اختبار رمي الكرة الطبية				0.99	0.96	0.99	0.98		
اختبار العقلة				0.97	0.97	0.98	0.98		
اختبار الجلوس من الرقود				0.72	0.96	0.85	0.98		
اختبار رفع الجذع من الرقود				0.96	0.92	0.98	0.96		

الجدول (01) يبين نتائج المعالجة الإحصائية للتجربة الاستطلاعية.

1.9. ثبات الاختبار: تتمتع الاختبارات بثبات عالي باعتبار أن قيم معامل الثبات المحسوبة أكبر من الجدولية للذكور والإناث.

2.9. صدق الاختبار: تتمتع الاختبارات بصدق ذاتي عالي باعتبار أن قيم معامل الصدق المحسوبة أكبر من الجدولية للذكور والإناث

3.9. موضوعية الاختبار: اختبارات البحث التي بين أيدينا واضحة وسهلة الفهم وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التقييم الذاتي فهي تتمتع بموضوعية جيدة.

11. عرض وتحليل نتائج البحث: 1.11. عرض وتحليل نتائج ا لقياسات الأنتروبومترية (ذكور):

(حجم العينة: 104)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الطول الرجلين (سم)	الطول الجذع (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول القدم (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
41.37	2.38	148.36	173.94	49.86	62.34	23.61	20.20	21.05	42.40	29.01	01.31	07.29	07.04	15.15	1.52

الجدول (02) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسات الأنتروبومترية (ذكور).

2.11. عرض وتحليل نتائج القياسات الأنتروبومترية (إناث): (حجم العينة: 96)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الطول الرجلين (سم)	الطول الجذع (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول القدم (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
43.09	2.31	149.78	172.32	48.02	64.18	22.83	20.05	21.36	42.94	28.40	1.34	11.04	6.59	13.48	1.58

الجدول (03) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسات الأنتروبومترية (إناث).

3.11. عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية (ذكور): (حجم العينة: 104)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القفز العالي (سم)	القفز العريض (سم)	رمي الكرة الطبية (سم)	اختبار العقلة	الجلوس من الرقود	رفع الجذع من الرقود
27.01	2.18	145.7	229.21	4.79	23.14	27.36	3.30

الجدول (04) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات البدنية (ذكور).

4.11. عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية (إناث): (حجم العينة: 96)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القفز العالي (سم)	القفز العريض (سم)	رمي الكرة الطبية (سم)	اختبار العقلة	الجلوس من الرقود	رفع الجذع من الرقود
24.95	2.19	138.97	224.54	3.91	10.46	18.63	2.87

الجدول (05) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات البدنية (إناث).

من قيم الجدول (04) و(05) يتضح أن نتائج الاختبارات البدنية تعكس المستوى المتوسط للذكور والإناث

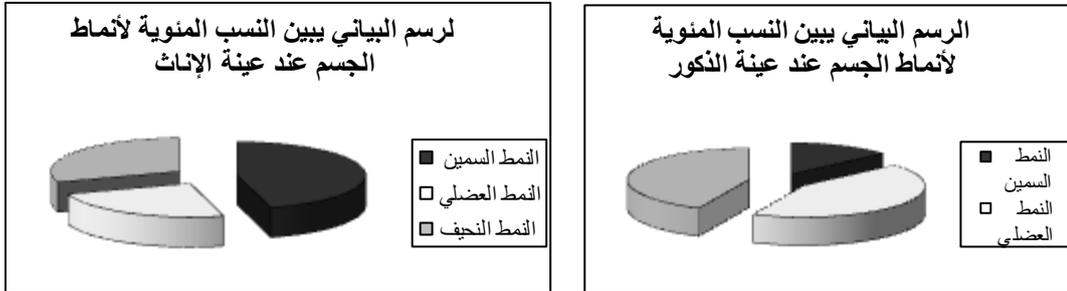
في عينة البحث، وخصوصا أن كل الاختبارات المقترحة تقيس صفة القوة سواء المتميزة بالسرعة أو تحمل القوة وهي صفتان ضعيفتان في هذه المرحلة العمرية.

5.11. عرض وتحليل نتائج تحديد أنماط الجسم:

المجموع	النمط النحيف	النمط العضلي	النمط السمين	أنماط الجسم
104	45	45	14	الذكور
96	44	23	29	الإناث
200	89	68	43	المجموع

الجدول (06) يبين توزع أفراد عينة البحث ذكور وإناث على أنماط الجسم الأساسية.

يبين الجدول (06) نظام توزع العينة على الأنماط الجسمية، بحيث يغلب على الذكور النمط العضلي والنحيف بنسبة 43.26% لكليهما وبدرجة أقل النمط السمين، بينما يغلب على الإناث النمط النحيف 45.83% وبدرجة أقل النمط السمين ويليه العضلي.



عند تحليل نتائج الذكور والإناث معا نلاحظ أن النمط النحيف هو الغالب بـ 44.50% ثم النمط العضلي بـ 34% وأخيرا النمط السمين بـ 21.50%. مع الإشارة إلى ارتفاع نسبة النمط السمين عند الإناث 30.21%، بينما تزيد نسبة النمط العضلي عند الذكور 43.26%. ويعتبر هذا التوزيع في عينة البحث منطقيا بحيث هو السائد في هذه المرحلة العمرية التي تعتبر إحدى مراحل النمو السريع وخصوصا في العظام حيث يظهر ذلك جليا في الزيادة السريعة للطول.

6.11. العلاقة الممكنة بين القياسات الأنتروبومترية والاختبارات البدنية:

الوزن (كغ)	الطول (سم)	الطول (سم)	الطول (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول القدم (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)	ق. أنتروبومترية
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	القفز العالي
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	القفز العريض
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	رمي الكرة الطبية
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	اختبار العقلة
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	الجلوس من الرقود
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	رفع الجذع من الرقود

جدول (07) بين العلاقة الممكنة بين القياسات الأنتروبومترية والاختبارات البدنية.

يوضح الجدول أهم العلاقات الممكنة بين مجموعة القياسات الأنتروبومترية والاختبارات البدنية الموضوعية في البحث قصد الدراسة حسب آراء الخبراء والدكاترة الذين تم استشارتهم في البحث.

7.11. عرض وتحليل نتائج علاقة القياسات الأنتروبومترية مع نتائج الاختبارات البدنية للنمط النحيف (ذكور، إناث):

1.7.11. عرض وتحليل نتائج النمط النحيف ذكور: (العينة: 45. درجة الحرية: 44. مستوى الدلالة: 0.05. القيمة الجدولية: 0.29)

ق.أنتروبومتري	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الرجلين (سم)	الذراع (سم)	الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
الفقز العالي	*0.29	*0.30	0.22	-0.10	0.20	0.18	0.11	0.10	0.30	0.13	0.33	0.21	
الفقز العريض	0.18	0.26	*0.30	-0.12	0.19	0.10	0.19	0.14	0.09	0.22	0.33	0.28	
رمي الكرة الطبية	*0.45	*0.51	*0.40	0.26	0.02	0.39	0.24	0.17	0.02	0.49	0.33	0.24	
اختبار العقلة	-	-	0.05	0.11	-0.20	0.17	0.24	0.17	0.08	-0.03	-0.05	0.08	
الجلوس من الرقود	-	-	0.10	0.13	0.04	-0.04	-0.09	0.005	-0.12	-0.09	-0.09	-0.04	
رفع الجذع من الرقود	-	-	0.24	0.31	0.008	-0.17	-0.21	-0.19	-0.08	-0.28	-0.19	-0.21	

الجدول (08) يبين علاقة ارتباط القياسات الأنتروبومترية مع الاختبارات البدنية للنمط النحيف للذكور. يرتبط اختبار الفقز العالي من الثبات ارتباطا موجب قوي مع كل من الكتلة العظمية، الطول، مساحة الجسم، الوزن.

- يرتبط اختبار الفقز العريض من الثبات ارتباط موجب قوي مع كل من الكتلة العظمية وطول الرجلين.
- يرتبط اختبار رمي الكرة الطبية ارتباط موجب قوي مع كل من الطول، مساحة الجسم، الوزن، طول الرجلين، الكتلة العظمية، الكتلة الشحمية، محيط الذراع.
- يرتبط اختبار العقلة ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية عدا محيط الذراع حيث يبدو الارتباط يرتبط اختبار الجلوس من الرقود ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.
- يرتبط اختبار رفع الجذع من الرقود ارتباط سالب قوي مع الطول.

2.7.11. عرض وتحليل نتائج النمط النحيف إناث: (العينة: 44. درجة الحرية: 43. مستوى الدلالة: 0.05. القيمة الجدولية: 0.29)

ق.أنتروبومتري	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الرجلين (سم)	الذراع (سم)	الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
الفقز العالي	0.003	0.01	0.11	0.09	0.10	0.12	0.13	0.04	0.04	0.001	0.24	0.18	0.006
الفقز العريض	0.06	0.07	0.14	0.07	*0.33	0.11	0.08	0.02	0.02	0.02	0.25	0.15	0.17
رمي الكرة الطبية	*0.30	*0.36	0.13	0.19	0.11	0.07	0.07	0.07	0.07	*0.33	0.01	0.16	*0.47
اختبار العقلة	0.09	0.08	0.14	0.02	0.07	0.07	0.07	0.07	0.07	0.09	0.07	0.17	0.17
الجلوس من الرقود	-	-	0.39	0.44	0.008	0.23	0.28	0.06	0.44	-	0.28	0.23	
رفع الجذع من الرقود	0.09	0.01	0.10	0.15	0.08	0.27	0.19	0.07	0.07	0.19	0.27	0.08	

الجدول (09) يبين علاقة ارتباط القياسات الأنتروبومترية مع الاختبارات البدنية للنمط النحيف إناث. (*: دال إحصائيا)

- يرتبط اختبار الفقز العالي من الثبات ارتباط سالب مع أغلب القياسات.
- يرتبط اختبار الفقز العريض من الثبات ارتباط سالب قوي مع طول الطرف العلوي.

- يرتبط اختبار رمي الكرة الطبية ارتباط موجب قوي مع الكتلة العضلية، الطول، مساحة الجسم، الوزن.
- يرتبط اختبار العقلة ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.
- يرتبط اختبار الجلوس من الرقود ارتباط سالب قوي مع الوزن، مساحة الجسم، الطول.
- يرتبط اختبار رفع الجذع من الرقود ارتباطات سالب ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.

8.11. عرض وتحليل نتائج علاقة القياسات الأنتروبومترية مع نتائج الاختبارات البدنية لنمط العضلي (ذكور، إناث):

1.8.11. عرض وتحليل نتائج نمط العضلي ذكور: (العينة: 45. درجة الحرية: 44. مستوى الدلالة: 0.05. القيمة الجدولية:

(0.29

الكتلة العضلية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة الشحمية (كغ)	مساحة الجسم (م ²)	محيط الساق (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الساعد (سم)	طول القدم (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول الجذع (سم)	طول الرجلين (سم)	الطول (سم)	الوزن (كغ)	ق. أنتروبومتري اختبارات البدنية
0.01	0.01	0.26-	-	-	-	/	/	0.001	-0.004	0.26-	0.006	0.001	-	القفز العالي
0.06	0.13	*0.40	0.01	0.16	0.14	/	/	0.16	0.16	0.22-	0.15	0.13	-	القفز العريض
*0.43	*0.31	0.15	*0.43	/	/	0.17	/	/	*0.40	-	0.27	*0.43	*0.41	رمي الكرة الطبية
0.04	0.08	0.20-	-	/	/	-	-	/	*0.80	0.04	/	0.12	-	اختبار العقلة
0.1-	-	-	-	/	/	/	/	/	/	-	/	-	-	الجلوس من الرقود
-	0.01-	0.2-	-	/	/	/	/	/	/	0.22-	0.16-	-	-	رفع الجذع من الرقود
0.06			0.13									0.08	0.15	

الجدول (12) يبين علاقة ارتباط القياسات الأنتروبومترية مع الاختبارات البدنية "النمط العضلي ذكور.

(* : دال إحصائياً)

- يرتبط اختبار القفز العالي من الثبات ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.
- يرتبط اختبار القفز العريض من الثبات ارتباط سالب قوي مع الكتلة الشحمية.
- يرتبط اختبار رمي الكرة الطبية ارتباط موجب قوي مع الطول، مساحة الجسم، الكتلة العضلية، الوزن، طول الطرف العلوي، الكتلة العظمية.
- يرتبط اختبار العقلة ارتباط موجب قوي مع طول الطرف العلوي.
- يرتبط اختبار الجلوس من الرقود ارتباط سالب قوي مع الكتلة العظمية، الكتلة الشحمية، طول الجذع وبدرجة أقل مع الوزن.
- يرتبط اختبار رفع الجذع من الرقود ارتباطات سالب ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.

2.8.11. عرض وتحليل نتائج لنمط العضلي إناث: (العينة: 23. درجة الحرية: 22. مستوى الدلالة: 0.05. القيمة الجدولية:

(0.40)

ق. أنتروبومتري	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الطول الرجلين (سم)	الطول الجذع (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول القدم (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
القفز العالي	0.21-	0.14	-	0.06	0.24-	0.44*			0.18	0.06	0.2-	0.13	0.07	0.07
القفز العريض	-	-	-	-	0.13-	0.07-			0.12	0.39	0.41*	0.35-	0.19	0.27
رمي الكرة الطبية	0.37	0.26	0.13	0.45*	0.13		0.35				0.35	0.32	0.22	0.46*
اختبار العقلة	0.13-	0.10	-	-	0.13-		0.04	0.01			0.14-	0.08-	0.04	0.19
الجلوس من الرقود	0.22	0.16			0.33						0.2	0.12	0.02	0.41*
رفع الجذع من الرقود	0.03	0.03	-	0.19-	0.32						0.01	0.08-	0.38	0.16

الجدول (13) يبين علاقة ارتباط القياسات الأنتروبومترية مع الاختبارات البدنية للنمط العضلي إناث.

يرتبط اختبار القفز العالي من الثبات ارتباطاً سالباً قوياً مع طول القدم.

➤ يرتبط اختبار القفز العريض من الثبات ارتباطاً سالباً قوياً مع الوزن، طول الرجلين، مساحة الجسم.

➤ يرتبط اختبار رمي الكرة الطبية ارتباطات موجبة كل القياسات، وهي موجبة قوية مع الكتلة العضلية وطول الجذع.

➤ يرتبط اختبار العقلة ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.

➤ يرتبط اختبار الجلوس من الرقود ارتباطاً موجباً قوياً مع الكتلة العضلية وبدرجة أقل مع طول الجذع.

➤ يرتبط اختبار رفع الجذع من الرقود ارتباطاً موجباً مع طول الجذع وارتباطاً سالباً مع الكتلة العظمية.

8.11. عرض وتحليل نتائج علاقة القياسات الأنتروبومترية مع نتائج الاختبارات البدنية للنمط السمين (ذكور، إناث):

1.8.11. عرض وتحليل نتائج النمط السمين ذكور: (العينة: 14. درجة الحرية: 13. مستوى الدلالة: 0.05. القيمة الجدولية: 0.51)

ق. أنتروبومتري	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الطول الرجلين (سم)	الطول الجذع (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول القدم (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
القفز العالي	0.46-	0.52*	0.58*	0.76*	0.27	0.45-			0.37-	0.63*	0.49-	-0.32	0.21-	0.60*
القفز العريض	0.16-	0.17-	0.27-	0.36-	0.26	0.13			0.008	0.34-	0.17-	0.13-	0.05	0.15-
رمي الكرة الطبية	0.21	0.17	0.14	0.29-	0.50		0.19				0.19	0.17	0.36	0.23
اختبار العقلة	-	0.65*	-0.65*	-0.04	-0.34		-0.49				0.67*	-0.59*	-0.54*	0.53*
الجلوس من الرقود	-0.26	-0.16	-0.20	-0.20							-0.23	-0.38	-0.05	-0.30
رفع الجذع من الرقود	-0.26	-0.10	-0.13	-0.33							-0.21	-0.30	-0.05	-0.11

الجدول (10) يبين علاقة ارتباط القياسات الأنتروبومترية مع الاختبارات البدنية للنمط السمين ذكور. (*: دال إحصائياً)

➤ يرتبط اختبار القفز العالي ارتباطاً سالباً قوياً مع طول الجذع، محيط الساق، الكتلة العضلية، طول

- الرجلين، الطول والوزن.
- يرتبط اختبار القفز العريض ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.
- يرتبط اختبار رمي الكرة الطبية ارتباط موجب قوي مع طول الطرف العلوي، وارتباطات ضعيفة مع القياسات الأنتروبومترية الأخرى.
- يرتبط اختبار العقلة ارتباط سالب قوي مع مساحة الجسم، الوزن، الطول، الكتلة الشحمية، محيط الساعد، الكتلة العظمية، الكتلة العضلية.
- يرتبط اختبار الجلوس من الرقود ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.
- يرتبط اختبار رفع الجذع من الرقود ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.

2.8.11. عرض وتحليل نتائج النمط السمين إناث: (العينة: 29. درجة الحرية: 28. مستوى الدلالة: 0.05. القيمة الجدولية: 0.36)

ق. أنتروبومتري اختبارات البدنية	الوزن (كغ)	الطول (سم)	الطول الرجلين (سم)	طول الجذع (سم)	طول الطرف العلوي (سم)	طول القدم (سم)	محيط الساعد (سم)	محيط الذراع (سم)	محيط الفخذ (سم)	محيط الساق (سم)	مساحة الجسم (م ²)	الكتلة الشحمية (كغ)	الكتلة العظمية (كغ)	الكتلة العضلية (كغ)
القفز العالي	-	0.09	0.15	0.2-	*0.36	0.24	/	/	0.18	0.21	0.04	0.05-	0.21	0.19
القفز العريض	-	*0.37	0.19	0.1-	0.34	0.33	/	/	0.05	0.23	0.14	-	0.11	0.28
رمي الكرة الطبية	0.18	*0.41	0.11	0.06	*0.38	/	/	/	0.12	/	0.29	0.02	0.34	0.25
اختبار العقلة	-	*0.42	/	0.1	0.23	/	/	/	/	/	0.004	0.21-	0.004	0.13
الجلوس من الرقود	0.08	0.23	/	-	0.007	/	/	/	/	/	0.15	0.03-	0.28	0.03
رفع الجذع من الرقود	-	0.06	-	0.13	0.1-	/	/	/	/	/	0.09	0.17-	0.02	0.11

الجدول (11) يبين علاقة ارتباط القياسات الأنتروبومترية مع الاختبارات البدنية للنمط السمين إناث. (*: دال إحصائياً)

- يرتبط اختبار القفز العالي من الثبات ارتباط موجب قوي مع طول الطرف العلوي.
- يرتبط اختبار القفز العريض من الثبات ارتباط موجب قوي مع الطول، ارتباط سالب قوي مع الكتلة الشحمية.
- يرتبط اختبار رمي الكرة الطبية ارتباط موجب قوي مع الطول وطول الطرف العلوي.
- يرتبط اختبار العقلة ارتباط موجب قوي مع الطول.
- يرتبط اختبار الجلوس من الرقود ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.
- يرتبط اختبار رفع الجذع من الرقود ارتباطات ضعيفة مع كل القياسات الأنتروبومترية.

12. الاستنتاجات:

1. يتوزع التلاميذ في سن 13 سنة لعينة البحث على أنماط الجسم الأساسية توزعاً اعتدالياً مع غالبية للنمط النحيف ثم النمط العضلي وبنسبة أقل النمط السمين منطقياً يتناسب وخصائص المرحلة العمرية.
2. يوجد ارتباطات موجبة وأخرى سالبة بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية عند التلاميذ في سن 13 سنة وهي موضحة حسب أنماط الجسم كالاتي:

- ✓ النمط النحيف (ذكور، إناث):
- يجد ارتباط موجب بين المؤشرات الأنتروبومترية مع اختبار القفز العالي، القفز العريض، ورمي الكرة الطبية ماعدا طول الجذع مع اختبار القفز العالي والعريض.
- يجد ارتباط سالب بين المؤشرات الأنتروبومترية مع اختبار العقلة، الجلوس من الرقود، رفع الجذع من الرقود ماعدا طول الجذع.
- ✓ النمط العضلي (ذكور، إناث):
- يجد ارتباط موجب بين المؤشرات الأنتروبومترية مع اختبار رمي الكرة الطبية.
- يجد ارتباط سالب بين المؤشرات الأنتروبومترية مع اختبار الجلوس من الرقود، رفع الجذع من الرقود.
- يجد ارتباط سالب بين طول الجذع مع الاختبارات البدنية.
- يجد ارتباط سالب بين طول الطرف العلوي مع الاختبارات البدنية.
- ✓ النمط السمين (ذكور، إناث):
- يجد ارتباط سالب بين طول الجذع مع الاختبارات البدنية.
- يجد ارتباط سالب بين المؤشرات الأنتروبومترية مع اختبار العقلة، الجلوس من الرقود، رفع الجذع من الرقود.
- يجد ارتباط موجب بين المؤشرات الأنتروبومترية مع اختبار رمي الكرة الطبية.

13. الخلاصة العامة:

في الوقت الحاضر أصبحت الرياضة مقياس تقاس عليه حضارة أي أمة وتطورها وأصبحت تلعب دورا أساسيا وهام في بناء شخصية الأفراد والمواطنين، وإعدادهم نحو المستقبل إعدادا صالحا بفضل العلوم والبحوث المتطورة.

فأي شخص يمكنه أن يكون رياضيا إذ كانت له المؤهلات لذلك المورفولوجي منها والبدنية وغيرها. وعليه فقد أبح الباحثون على ضرورة ممارسة الرياضة وجعلها متاحة للجميع مما لها من تأثيرات إيجابية على الفرد والمجتمع، ولما لها من فوائد وأهداف من تنمية مورفولوجية، بدنية، معرفية واجتماعية وكذا ترويح عن النفس.

كون النظام التربوي البدني والرياضي الذي يمثل جانبا من التربية العامة يهدف إلى إعداد جيل متكامل النماء من جميع النواحي، والذي يتخذ التلميذ محوره الأساسي. وجب على القائمين على التربية البدنية والرياضية العمل على بناء متكامل لشخصية التلميذ في الجوانب الجسمية، البدنية، العقلية، النفسية والاجتماعية... ولعل معرفة الأنماط الجسمية للتلاميذ وما يميزهم من مؤشرات أنتروبومترية تساهم بدور فعال في توضيح مسار النمو لكل جيل وبالتالي تساهم في وضع البرامج المجدية للبناء المتكامل... وإلى جانب ذلك، ومن جهة أخرى تساهم الاختبارات البدنية في معرفة دلالات القوة والضعف في الجانب البدني... وبلربط بين الجانب الجسمي الذي تحدده القياسات الأنتروبومترية التي تحدد بدورها الأنماط الجسمية للتلاميذ، وبين الجانب البدني الذي تبرزه الاختبارات البدنية يصبح الأمر متكاملًا، ذلك لأن التأثير متبادل بين الجوانب المختلفة للفرد كما هو الحال بين الجانب الجسمي (الأنتروبومترية) والجانب البدني.. أي أن العلاقة والارتباط بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية أمر جلي يتأكد أكثر إذا ما تم التدقيق في هذه العلاقة والارتباط حسب الأنماط الجسمية للتلاميذ. وهو ما توصل إليه الباحث في هذه الدراسة كسابقاتها من الدراسات المرتبطة، حيث تأكد أن المؤشرات الأنتروبومترية ترتبط ارتباطات قوية وضعيفة وكذلك موجبة وسالبة مع نتائج الاختبارات البدنية، بل وتختلف هذه الارتباطات أو العلاقة حسب الجنس بين الذكور والإناث، وكذا حسب النمط الجسمي، انطلاقًا من النمط النحيف السائد عند عينة البحث في هذه المرحلة العمرية إلى النمط العضلي، وبنسبة أقل النمط السمين. حيث عند تحليل

نتائج الذكور والإناث نلاحظ أن النمط النحيف هو الغالب بـ 44.50% ثم النمط العضلي بـ 34% وأخيرا النمط السمين بـ 21.50%. مع الإشارة إلى ارتفاع نسبة النمط السمين عند الإناث، بينما تزيد نسبة النمط العضلي عند الذكور. ويعتبر هذا التوزيع في عينة البحث منطقيا بحيث هو السائد في هذه المرحلة العمرية التي تعتبر إحدى مراحل النمو السريع وخصوصا في العظام حيث يظهر ذلك جليا في الزيادة السريعة للطول.

14. الاقتراحات:

- ✓ زيادة الاهتمام بدراسة العلاقة بين المؤشرات الأنتروبومترية ونتائج الاختبارات البدنية وربطها بالأنماط الجسمية الأساسية والثانوية.
- ✓ دراسة العلاقة بين الجوانب المختلفة للفرد وربطها بالبناء المستقبلي للمناهج التعليمية والتدريبية.

المصادر والمراجع باللغة العربية:

- 1 - القرآن الكريم.
- 2 - أحمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي، دار الفكر الحديث، الطبعة الرابعة، 1996.
- 3 - أحمد نصر الدين السيد: فيزيولوجية الرياضة. دار الفكر العربي. الطبعة الأولى، 2003.
- 4 - زكي أحمد عزمي وآخرون: الأدوات والمفاهيم الإحصائية في العلوم الاجتماعية، جامعة القاهرة، 1995.
- 5 - سهام عفت عبد الرحمن: التدريب الميداني في التربية الرياضية، دار المعارف، الطبعة الثانية، بدون سنة.
- 6 - عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد: طرق التدريس في مجال التربية البدنية والرياضية، مديرية دار الكتاب والنشر، جامعة الموصل، الطبعة الثانية، 1987.
- 7 - علي عبد السلام العماري، علي حسين العاجلي: الإحصاء والاحتمالات النظرية والتطبيقية، منشورات leag، مالطا 2000.
- 8 - عمار بحوش، محمد محمود الذنبيات: مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات، الجزائر، 1999.
- 9 - فاسيلي تتارينوف: تشريح وفيزيولوجيا الإنسان، دار مير للطباعة والنشر، موسكو، 1983.
- 10 - فريق كمونة: موسوعة الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، الأردن، 2001.
- 11 - فيلالى خليفة: دليل المخبر الوظيفي. إختبارات وقياسات، جامعة مستغانم، 1999.
- 12 - قيس ناجي عبد الجبار شامل، كامل محمد: المبادئ الإحصائية في التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد، 1988.
- 13 - ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية، مركز الفكر للنشر 2003.
- 14 - ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية البدنية. مركز الكتاب للنشر. الطبعة الثالثة، 2003.
- 15 - محمد أبو يوسف: الإحصاء في البحوث العلمية، جامعة القاهرة، 1989.
- 16 - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، الطبعة الثالثة، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.

- 17- محمد حسن علاوي، أبو العلاء عبد الفتاح: فيزيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 18- محمد سلامة آدم، توفيق حدار: علم نفس الطفل للطلبة المعلمين والمساعدين في المعاهد التكنولوجية للتربية، بدون سنة.
- 19- محمد سمير سعد الدين: علم وظائف الأعضاء والجهد البدني، منشأة المعارف، مصر، الطبعة الثانية، 1997.
- 20- محمد صبحي حسنين: طرق بناء وتطبيق الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة 1987.
- 21- محمد صبحي حسنين: أنماط أجسام الإبطال الرياضية من الجنسين. دار الفكر العربي. الطبعة الأولى 1995.
- 22- محمد صبحي حسنين: أطلس تصنيف أنماط الأجسام، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، 1998.
- 23- محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية، ج 1، ط 2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987.
- 24- محمد عادل رشدي: التغذية في المجال الرياضي، م ش الجامعة، بدون سنة.
- 25- محمد نصر الدين رضوان: الإحصاء في بحوث التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1989.
- 26- محمد نصر الدين رضوان: المرجع في القياسات الجسمية، دار الفكر العربي، ط 1، 1997.
- 27- مروان عبد المجيد إبراهيم: الإختبارات والقياسات في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر، 1999.
- 28- ناهد محمود سعد، فيلي رمزي فهمي: طرق التدريس في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط 1، 1998.
- المراجع باللغة الفرنسية:
29. Maurice Angers :Initiation Pratique A La Méthodologie Des Sciences Humaines. Kasbah Université. Alger; 1997.

"أثر استخدام التعلم التعاوني على تعلم بعض المهارات الهجومية الأساسية في كرة اليد"

د. عبد القادر زيتوني

أستاذ بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم الجزائر

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة أثر التعلم التعاوني على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى طلاب السنة الأولى ل.م.د، بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم. و تحقيقا لهدف الدراسة استخدم الباحث منهجا شبه تجريبي، حيث طبقت الدراسة على عينة بلغ حجمها (50) طالبا من طلاب السنة الأولى ل.م.د. معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم بالسداسي الثاني لعام 2008م، وزعت على مجموعتين، تكونت المجموعة التجريبية من (25) طالب و المجموعة الضابطة من (25) طالبا، وقد قام الباحث باستخدام التعلم التعاوني في محتوى كرة اليد للمجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة فقد درست بالتعلم التقليدي، و أخضعت المجموعتان لاختبارات مهارية، حيث تم تطبيقها بعد ضبطها و تقنينها، و التأكد من صدقها و ثباتها، تم تطبيقه ا قبلها و بعدها. و لاختبار صحة قروض الدراسة عولجت بياناتها إحصائيا، باستخدام اختبار (t-test). و قد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\geq (0.05)$ بين متوسط درجات المجموعة التجريبية، و متوسط درجات المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمتغيرات المهارية قيد البحث و ذلك لصالح المجموعة التجريبية. أثر ايجابي لاستخدام التعلم التعاوني على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى طلاب السنة الأولى ل.م.د. و في ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحث بمجموعة من التوصيات جاء منها: التوجه لاستخدام التعلم التعاوني في تدريس كرة اليد للطلاب السنة الأولى. و يقترح الباحث إجراء مزيد من الدراسات حول التعلم التعاوني في تدريس كرة اليد بصفة خاصة و في المقررات التطبيقية الأخرى بصفة عامة.

كلمات مفتاحية: التعلم، التعلم التعاوني، التعزيز، الإطار، المهارات الأساسية.

Résumé: La présente étude a pour but de vérifier l'efficacité de l'enseignement coopératif lors de l'enseignement du handball dispensé a des étudiants de la première année l.. M. D, de Institut d'Education physique et sportive de l'Université, Abdel-Hamid Ibn Badis de Mostaganem. 50 étudiants ont été séparés en deux groupes de niveau équivalent, un groupe expérimental, qui recevait l'enseignement coopératif et un groupe témoin qui recevait l'enseignement traditionnel. et les deux groupes ont été soumis a des tests d'habileté et de savoir concernât le handball. Les analyses montrent. que les performances du groupe expérimental augmentent significativement que celles du groupe témoin. Ces résultats vérifient l'hypothèse que l'enseignement coopératif facilite l'apprentissage de nouvelles taches motrices (gestes techniques) et l'acquisition du savoir en matière de handball et corroborent, ainsi les autres recherches effectuées, et en plus la facilité dans la gestion du travail en groupe.

LE chercheur recommande une série de recommandations:

- l'orientation à l'utilisation de l'enseignement coopératif dans l'enseignement du handball pour les étudiants de la première année.
- le chercheur suggère d'autres études sur l'enseignement coopératif dans l'enseignement du handball en particulier et d'autres aps. .

Mots-clés: apprentissage, enseignement coopératif ,gestes techniques de base, feedback

مقدمة ومشكلة البحث:

يلاحظ على عملية التعلم في مختلف العصور أنها في تغيير مستمر فكل فترة زمنية تتميز بنوع من التعلم تختلف عن أي فترة إن التحديات التي يواجهها العالم اليوم و التغيير السريع الذي طرا على جميع نواحي الحياة الاجتماعية و الاقتصادية و الثقافية جعل الضروري على المؤسسات التعليمية أن تأخذ بوسائل التعليم الحديثة لتحقيق أهم أهدافها و مواجهة التحديات.

و قد أضاف التطور العلمي و التكنولوجي كثيرا من الوسائل الجديدة التي يمكن الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للدارسين حتى يتم إعداد الفرد بدرجة عالية من الكفاءة تؤهله لمواجهة تحديات العصر.

إن الإنسان يرث فما يرث عن الجنس "الغريزة الاجتماعية" فالإنسان حيوان اجتماعي بطبيعته، و ربما كانت الغريزة الاجتماعية هي البقية الباقية هي تلك النزعة التي طبعت بها الطبيعة البشرية عند ما كان يتكاتف الإنسان مع أخيه من أجل الدفاع عن النفس و من أجل الصيد. و مهما كان من أمر أصل هذه الغريزة الاجتماعية فمما لا شك فيه عظيمة الأهمية من الناحية التربوية و لا سيما فيما يتعلق بالأمور الخاصة بالتعليم و التعلم. أذن الإنسان اجتماعي بطبعه لا يستطيع أن يعيش أو يعمل لمفرده سواء كان هذا العمل هملا خاصا أو عاما، ضمن مؤسسة تربوية أو غير تربوية. و المجتمع الإنساني هو عبارة عن تركيبة مؤلفة من كل من التعاون و التنافس، و أن التوازن بين عنصري هذه التركيبة يختلف من ثقافة إلى أخرى، و من تم يمكن أن تنشأ ثقافة على مل من العنصرين مع زيادة أحدهما على الآخر و لكن ليس معنى ذلك أنه يمكن لأحد العنصرين لأن يزيل الآخر تماما من أية ثقافة، و التعاون مهارة حياتية اجتماعية يجب أن يتعلمها الطلاب تحت توجيه و قيادة المعلم.

و يقول الله سبحانه و تعالى " و تعاونوا على البر و التقوى و لا تعاونوا على الإثم و العدوان "(المائدة،2).

إن عمليات تطوير المناهج الدراسية و الأخذ بأحدث الاتجاهات في تدريسها و الاستعانة بالوسائل التقدم التكنولوجي في تنفيذها ، و العناية بعملية بإعداد المعلم و غيرها، لكنها أهداف و غايات تربوية جديرة بالاهتمام لكنها ستظل محدودة ما لم تتجه النية إلى خلق مناخ تعليمي يحقق التوازن بين إثارة القدرة على التحصيل المعرفي و إثارة القدرة الابتكارية لدى المعلمين و من أجل هذا أصبح التربويون في القرن الحالي يعتنون بالكيفية التي تمكن الطلاب من تحقيق تعلم أفضل أكثر من عنايتهم بالكيفية التي تمكن المعلم من تقديم الدرس أفضل. و إلى تغيير في طرق التدريس التي تتمحور حول المعلم مثل العرض المرئي و الشرح اللفظي، التي يقودها عادة المعلم، إلى الأنشطة التي تتمحور حول المتعلم نفسه مثل التعلم التعاوني و حل المشكلات.

و تتفق الدراسات التربوية و النفسية على وجود الفروق الفردية بين الطلبة حتى من كان منهم في سن واحدة و من عاش منهم في بيئة ثقافية اجتماعية واحدة. و أمام هذا الواقع لا يمكن أن نوجه التعليم لمجموعة من الطلبة بنفس الكيفية إذ لا بد أن يكون التعليم منوعا يتعامل مع الطلبة أفرادا و مجموعات متقاربة بدلا من التعامل معهم واحدة، و قد ركزت النظريات التربوية الحديثة على دور الطالب فجعلته محور العملية التعليمية بينما رأيت أن يكون دور المعلم منظما و مسهلا و مرشدا. و لا يتأتى ذلك إلا من هلال العمل في مجموعات قد تضم مجموعة أفرادا دو عمر واحد متقارب وقد تكون مستويات مختلفة و العمل في مجموعات التعلم التعاوني (سليمان، 2005م، ص18).

و من ثم فتعرف إستراتيجية التعلم التعاوني بأنها إستراتيجية تدريس تعتمد على مبدأ تعلم الطلاب في الصف لموضوع دراسي معين في صورة مجموعات تعاونية صغيرة بغية تحقيق أهداف أكاديمية و تنمية المهارات التعاونية ، إستراتيجية تتمركز حول المعلم و الطالب معا، فالمعلم هو أي يوجه عملية التعلم في حين يمارس الطالب التعلم بنفسه من خلال العمل التعاوني في مجموعات.

لقد أظهرت دراسات كثيرة فعالية أنماط التعلم التعاوني في زيادة التحصيل و تنمية الاتجاهات و اكتساب المهارات في مراحل التعليم المختلفة و الموضوعات الدراسية، وتذكر (كوثر، 1997م، أدمس، 1995م) على أن استخدام التعلم التعاوني يؤدي إلى تنمية روح الفريق لدى المتعلمين بذلا من الفردية.

كما يشير (عبد السلام، 2000م، 89) إلى أن التعلم التعاوني هو أسلوب تدريس يتيح للمتعلمين فرص التعلم مع بعضهم البعض من خلال المشاركة في مجموعات صغيرة عن طريق المناقشة و الحوار و التفاعل فيما بينهم عند أداء مهام الأنشطة التعليمية تحت توجيه و مساعدة المعلم، الأمر الذي يؤدي إلى تحقيق الأهداف المرجوة. ونظرا لأهمية التعلم التعاوني في التعلم فقد استخدم كثير من الباحثون هذا الأسلوب بصور مختلفة في مجال مواد العلوم التربوية المتنوعة منهم دراسة نقلا عن (منار، 2006م) كل من (ديبيلفيل Depellefaile 1992م)، (أحمد سالم 1996م)، (أبو عميرة 1997م)، (عبد المنعم و خطاب، 1997م) (حمدان، و فخري 2000م) (صالح السميري 2003م) وقد أكدت هذه الدراسات على فاعلية هذا الأسلوب في تدريس الموضوعات العلمية المختلفة، أما في تعليم مهارات الأنشطة الرياضية فلقد تناولت بعض الدراسات والبحوث أسلوب التعلم التعاوني نقلا عن (النجار، 2005م، ص 231) كدراسة كل من (ستويرت أن Stewart Ann، 1995م)، (ريجت 1997م)، (ليلي عباس، 1999م)، (عبد الحميد 2002م)، (وائل عبد المعطي 2002م)، (اسماعيل 2003م) ولقد أظهرت نتائجها أن استخدام هذا الأسلوب يعمل على تعلم بعض مهارات الأنشطة الرياضية و اكتساب النواحي المعرفية المرتبطة بها وعلى أهميتها في الارتقاء بالعملية التعليمية، كما أنها تعمل وتساعد المعلم على تحقيق أهداف دروسه. وتعتبر لعبة كرة اليد أحد أنشطة الألعاب الجماعية وهي غزيرة بمهاراتها الفردية والجماعية (الوليلي، 2007م، 03)، وهي من الألعاب التي تجعل المتعلم يشعر بالسعادة أثناء تعلم مهاراتها المختلفة، وتعتمد لعبة كرة اليد على المهارات الأساسية كقاعدة هامة للتقدم في مستوى الأداء (حسانين، كمال عبد الحليم، 2002م، ص 45)، ويذكر "حسن معوض" (1994) إلى أن مرحلة تعليم المبادئ الأساسية هي أصعب مرحلة ولكنها لازمة لرفع المستوى، كما أنها السلم للارتقاء نحو الإجابة والامتنياز (6 : 7)، وبالنظر لكرة اليد كأحد أنشطة المنهج الجامعي للتربية الرياضية بالسنة الأولى من ال ل.م.د، فسوف نرى أنها تشتمل على المهارات الآتية وهي التميرير و الاستلام (الصدرية - المرتدة باليدين - من فوق الرأس باليدين، المحاورة، التصويب (بيد واحدة من الثبات - التصويب من الارتقاء) كمتطلبات أساسية لممارستها، ولذلك فانه من الضروري على الطلاب أن يؤدوا هذه المهارات بمستوى جيد على الأقل. ومن خلال قيام الباحث بالإشراف على مقياس كرة اليد على مدار أكثر من ثمانية سنوات في معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس الجزائر فقد لاحظنا أن الطريقة المتبعة في التدريس هي الطريقة التقليدية التي تعتمد على مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح من جانب الأستاذ المكون يتبعه عرض للنموذج دون أدنى مشاركة فعلية للطلاب في الموقف التعليمي وهذا لا يتلاءم مع التطور في استخدام مختلف الأساليب التعليمية في الوقت الحاضر، هذا إلى جانب الزيادة العددية للطلبة في الفوج الواحد وما يتبع ذلك بالضرورة من زيادة التباين في الفروق الفردية بين الطلبة مما يزيد العبء الواقع على الأستاذ المكون، ويشير (لطفى بركات، ب ت، 165) إلى أن الطريقة التقليدية (المتبعة) في التعليم لا بد وأن تتغير للوفاء بأغراض التربية وأهدافها الحديثة وبضرورة تجاوزها مع الأوضاع ومراحل النمو الجسمي والحركي والنفسي وتلبية لحاجات التزايد الكمي في إعداد المتعلمين، و من خلال عمل الباحث كأستاذ بقسم التربية البدنية و الرياضية بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة عبد الحميد ابن باديس للعبة كرة اليد وجد أن أغلب الزملاء يعتمدون في تعليم المهارات الأساسية لجميع الألعاب ومنها كرة اليد على طريقة الشرح و العرض و هي الطريقة المعتادة في التدريس مما دفع الباحث إلى محاولة القراءات المستفيضة في أساليب التعلم في محاولة للتوصل إلى الأسلوب الأمثل لتعليم مهارات كرة إلي، و لقد أثار اهتمام الباحث أسلوب التعلم التعاوني، حيث يعتبر أكثر نموذج مبدع في التربية في

خلال السنوات الأخيرة الماضية حيث يؤكد على الدور النشط للطلاب و التجارب العلمية التي يقومون بها ضمن مجموعات صغيرة. الأمر الذي دفع الباحث لإجراء مثل هذا البحث لمعرفة تأثير استخدام إستراتيجية الأسلوب التعاوني على و مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة اليد. أهداف البحث: يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

- تأثير أسلوب التعلم التعاوني على المجال المعرفي لطلاب السنة الثانية بقسم الجذع مشترك ل.م.د بعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم.
- تأثير أسلوب التعلم التعاوني على تعلم مهارات كرة اليد المقررة بالبرنامج و هي " تمرير و الاستلام، التنطيط، التصويب"، للعينة قيد البحث.

فروض البحث :

في ضوء أهداف البحث يضع الباحث الفروض التالية:

- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة لصالح المجموعة التجريبية من تأثير أسلوب التعاوني على المجال المعرفي لطلاب السنة الأولى بقسم ال: ل.م.د بمعهد التربية البدنية و الرياضية -جامعة مستغانم.
- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة لصالح المجموعة التجريبية من تأثير أسلوب التعاوني على تعلم مهارات كرة اليد المقررة للعينة قيد البحث.

مصطلحات البحث:

- التعلم التعاوني:

هو عملية تشاركية تتم بين عدة أطراف في موقف تعليمي تعليمي على شكل مجموعات صغيرة تتراوح ما بين 4/6 طلاب، و يقوم على توزيع الدوار فيما بينهم داخل المجموعة الواحدة حسب قدرات الأعضاء لزيادة فاعلية التعلم و تحقيق الهدف المنشود. (أبو النجا، 2000م، 69)

- إستراتيجية التدريس :

هي إطار للتعليم في الدرس ، تؤدي حوله وظائف التدريس المختلفة، والتي تتمثل في انتقاء المحتوى، أعمال التوصيل ، التقدم بالمحتوى ، التغذية الراجعة ، و التقويم.

(19 : 218)

- في هذا البحث يعرفه الباحث إجرائيا بأنه طريقة للتعلم في شكل مجموعات صغيرة غير متجانسة، و كل مجموعة متكونة من إلى 5 طالب بحيث تعمل كل مجموعة سويا لتحقيق أهداف مشتركة

- التحصيل: مقدار ما تكتسبه الطالبة من المفاهيم و المعلومات و المهارات من خلال تعلم وحدتي "

التحصيل المهاري :

ويقصد به إجرائيا مجموع الدرجات التي تحصل عليها التلميذة لكل اختبار من الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية في كرة اليد " قيد البحث " .

- التحصيل المعرفي : ويقصد به إجرائيا الدرجة التي تحصل عليها التلميذة في الاختبار المعرفي

للمحتوى العلمي للمهارات الأساسية في كرة اليد " قيد البحث".

إجراءات البحث:

أولا: منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظرا لمناسبته لطبيعة البحث و تحقيقا لأهداف البحث و فروضه و ذلك باستخدام تصميم القياس القبلي و البعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة.

ثانيا: مجتمع و عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب السنة الثانية بقسم جدع مشترك ل.م.د معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم، حيث بلغ قوام عينة البحث 60 طالب تم تقسيمهم إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية اتبع معها الأسلوب التعاوني في تعلم بعض مهارات كرة اليد قيد البحث، و الأخرى ضابطة اتبع معها الأسلوب التقليدي "المتبع" ، قوام كل مجموعة 30 طالبا، و الجدول التالي يوضح توصيف العينة.

جدول(1) توصيف عينة البحث

عينة الدراسة الاستطلاعية	عينة الدراسة الأساسية		الممارسين لكرة اليد في الأندية	الباقون للإعادة	إجمالي عينة البحث
	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية			
48	30	30	5	2	120

ثالثا: أدوات جمع البيانات:

اعتمد الباحث على ثلاث مصادر أساسية لجمع البيانات في دراسته و هي كالتالي:

- أ - تحليل الوثائق.
- ب - الأجهزة و الأدوات.
- ج - الاختبارات.

أ - تحليل الوثائق:

قام الباحث باستخراج العمر الزمني للطلاب من خلال السجلات الخاصة بهم و كذلك لمعرفة الطلاب الباقون للإعادة لاستبعادهم من البحث.

ب - الأجهزة و الأدوات:

استخدم الباحث الأجهزة و الأدوات التالية:

- أ - الرستاميتير لقياس الطول لأقرب سم.
- ب - الميزان الطبي لقياس الوزن لأقرب كغم.
- ج - شريط قياس لقياس المسافة لأقرب سم
- د - ساعة إيقاف لقياس الزمن لأقرب ثانية.

ج - الاختبارات :

1. اختبارات مستوى القدرات البدنية الخاصة بكرة اليد. مرفق رقم(1)
2. اختبار كاتل للذكاء. مرفق رقم(2)
3. اختبارات مستوى الأداء المهاري للوحدة التعليمية "كرة اليد". مرفق رقم(3)
4. اختبار المجال المعرفي. مرفق(4)

جدول (2) دلالة الفروق في متغيرات (السن، الوزن، الطول، الجانب البدني و المهاري بين المجموعتين التجريبية و الضابطة ن = 60

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		±ع	س	±ع	س		
السن	بالسنة	0.22	20.58	0.21	20.59	0.01	-0.30
الطول	بالسنتيمتر	1.40	170.12	1.55	170.16	0.03	-0.08
الوزن	بالكيلوجرام	185	69.57	1.48	6970	0.13	-0.30
الذكاء	النسبة المئوية	2.76	51.36	2.82	50.83	0.53	-0.72
عدو 30م	ث	0.30	4.70	0.20	4.86	0.02	-0.79
المرونة	سم	3.84	13.63	2.8	11.83	0.96	-0.18
الرشاقة	ث	0.08	7.26	0.08	7.26	0.00	-0.00
دفع الكرة الطبية	سم	1.27	12.10	0.99	11.42	0.05	-0.92
الوثب العريض من الثبات	سم	0.04	1.69	0.05	1.67	0.02	-1.26
التمرير على الحائط 30ث من الثبات	عدد التمريرات في 30 ثانية	0.78	12.93	0.93	13.13	0.2	-0.89
التمرير بالارتكاز	عدد التمريرات في 30 ثانية	0.05	4.35	0.01	4.05	0.3	-0.10
التنطيط	زمن/ث	0.05	4.53	0.06	4.54	0.01	-0.76
القفز بالوثب عاليا	عدد الاهداف	0.70	0.70	0.86	0.86	0.16	-0.90

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 و درجة حرية 58=2.02

تشير نتائج جدول (2) إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث في متغيرات السن و الطول و الوزن و الذكاء و كذلك في مستوى القدرات البدنية و في مستوى أداء المهارات الحركية للمهارات قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات قيد البحث.

ضبط متغيرات البحث:

حتى يمكن التأكد من صحة فروض البحث، و ضمان الحصول على نتائج موضوعية يظهر فيها تأثير أسلوب التعلم كمتغير مستقل على التحصيل المعرفي و مستوى الأداء المهاري في كرة اليد كمتغيران تابعان، تم الكشف عن مدى تجانس أفراد العينة في المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغيرات التابعة، و التي أمكن تحديدها بناء على الدراسات و البحوث و المراجع العلمية 1 - اختبارات مستوى القدرات البدنية الخاصة بكرة اليد.

من خلال الدراسات و المراجع العلمية (لانجهوف، 1996م)، (هاينزبوش، 1997م)، (درويش، 2002م)، (حسانين، 1998م)، تم تحديد أهم الصفات البدنية الخاصة و المرتبطة بمهارات كرة اليد و اختبارات و فقا للمهارات المقررة على طلاب السنة الأولى بقسم جدم مشترك بمعهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم.

2. اختبار كاتل للذكاء :

يهدف هذا الاختبار إلى معرفة القدرة على إدراك التشابه و الاختلاف بين الموضوعات أو الأشياء , وتم إعداد هذا الاختبار لقياس هذه القدرة لما فوق الثامنة عشر, وهو عبارة عن 92 سؤال و السؤال عبارة عن مجموعة من الصور, أربعة منها متشابهة و صورة واحدة مختلفة ويتم اكتساب الدرجة عن طريق تجميع الإجابات الصحيحة , و كل سؤال صحيح يأخذ درجة , و هذا يعني أن الدرجة النهائية هي (92 درجة), لقد قام الباحث باستخدام هذا الاختبار لتحقيق التكافؤ في مستوى الذكاء للعينة قيد البحث.

3. اختبارات مستوى الأداء المهاري:

قام الباحث بإجراء مسح لبعض من الدراسات السابقة و المراجع العلمية و وجد العديد من الاختبارات المهارية و لقد تم اختيار بطارية محمد توفيق الوليلي لقياس مستوى الأداء المهاري وذلك للأسباب التالية:

إمكانية تطبيق البطارية و سهولة فهم الاختبارات و أدواتها.
أنها مقننة على بيئة عربية.

و تتكون بطارية اختبار مستوى الأداء المهاري من الأتي:
الاختبار الأول: التمرير الكرابجي من الثبات.

الاختبار الثاني: للاستلام باليدين.

الاختبار الثالث: التنطيط

الاختبار الرابع: التصويب بالوثب عاليا.

اختبار المجال المعرفي:

قام الباحث بالاستعانة باختبار المجال المعرفي الذي قام بإعداده الاتحاد الدولي لكرة اليد، حيث أن هذا الاختبار يتكون من صورتين، الصورة (أ) و تشتمل على 75 سؤال، و الصورة (ب) و تشتمل على 75 سؤال أيضا. ثم تم اختيار الأسئلة التي تتناسب مع منهاج كرة اليد المقرر على طلاب الجدد المشترك ل.م.د السنة الأولى بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم.
المعاملات العلمية للاختبارات:

أ – الصدق:

للتحقق من صدق الاختبارات المستخدمة تم اختيار صدق التمايز الذي يعتمد على مقارنة أداء مجموعتين إحداهما مميزة و الأخرى غير مميزة من هلال تطبيق الاختبارات على عينة من منتخب من بلدية مزهران ولاية مستغانم لكرة اليد و مقارنتها بمجموعة أخرى من طلاب السنة الأولى بقسم الجدد المشترك ل.م.د بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم(مجتمع البحث) من غير أفراد العينة الأساسية كمجموعة غير مميزة.

ب – الثبات:

تم إتباع طريقة تطبيق الاختبار و إعادة تطبيقه test Re test لجميع الاختبارات على المجموعة المميزة من لاعبي منتخب بلدية مزهران لكرة اليد.

جدول (3) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة و غير المميزة في اختبارات القدرات البدنية

المتغيرات	و حدة القياس	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت
الرشاقة	ثانية	المميزة	14	7.68	0.14	-4.50
		غير المميزة	14	6.41	0.16	
الوثب	سم	المميزة	14	2.40	0.05	-4.50
		غير المميزة	14	1.53	0.12	
دفع	متر	المميزة	14	8.46	0.45	-4.50
		غير المميزة	14	6.32	0.54	
المرونة	سم	المميزة	14	24.85	0.79	-4.51
		غير المميزة	14	15.42	0.82	
جري 30متر	ثانية	المميزة	14	5.46	0.35	-4.51
		غير المميزة	14	4.02	0.01	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية $1.96=0.05$

يتضح من جدول (3) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة و المجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة في اختبارات القدرات البدنية مما يشير إلى صدق الاختبارات.

ب - الثبات

اعتبر الباحث نتائج الاختبارات الخاصة بالصدق للمجموعة المميزة بمثابة التطبيق الأول، و قام بإعادة تطبيق الاختبارات بعد مرور (07) أيام من التطبيق الأول و ذلك يوم الأحد 2009/02/25م و يوضح ذلك جدول (3).

جدول (4) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الارتباط بين التطبيق الأول و الثاني لإيجاد معامل الثبات لاختبارات القدرات البدنية

المتغيرات	و حدة القياس	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت
الرشاقة	ثانية	التطبيق الأول	14	7.68	0.14	*0.99
		التطبيق الثاني	14	7.69	0.14	
الوثب العريض من الثبات	سم	التطبيق الأول	14	2.40	0.05	*0.96
		التطبيق الثاني	14	2.38	0.05	
دفع كرة طبية	متر	التطبيق الأول	14	8.46	0.45	*0.96
		التطبيق الثاني	14	8.58	0.42	
المرونة	سم	التطبيق الأول	14	24.85	1.79	*0.84
		التطبيق الثاني	14	23.57	1.74	
جري 30متر	ثانية	التطبيق الأول	14	5.49	0.35	*0.80
		التطبيق الثاني	14	5.49	0.30	

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية $0.05=12$ و درجة حرية $12=0.53$

يتضح من جدول (4) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني لاختبارات القدرات البدنية تتراوح ما بين (0.80:0.99) كما يتضح أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيم معاملات الارتباط الجدولية مما يشير إلى تمتع الاختبارات المستخدمة بمعاملات ثبات عالية.

المعاملات العلمية لاختبارات مستوى الأداء المهاري:

أ - الصدق: قام الباحث بتطبيق اختبارات مستوى الأداء المهاري يوم الأحد 2010/2/15م و قد روعي أيضاً أن تطبق الاختبارات تحت نفس الشروط و الظروف و يوضح ذلك جدول (4).

جدول (5) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في اختبارات مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت
التمرير من الثبات	عدد التمرير في 30 ثانية	المميزة	10	24.90	1.59	*-3.80
		غير المميزة	10	14.20	1.03	
التمرير من الارتكاز	عدد الاستلام في 30 ثانية	المميزة	10	4.61	0.12	*-3.78
		غير المميزة	10	4.03	0.06	
التنطيط	زمن/ث	المميزة	10	23.90	1.59	*-3.79
		غير المميزة	10	10.40	1.83	
التصويب بالوثب عاليا	عدد الأهداف	المميزة	10	5.60	1.07	*-3.83
		غير المميزة	10	0.90	0.73	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05=1.96$

يتضح من جدول (5) وجود فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة المميزة عن المجموعة غير المميزة في اختبارات مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث مما يشير إلى صدق الاختبارات في قياس الأداء المهاري للمهارات المستخدمة في البحث.

المعاملات العلمية لاختبار المجال المعرفي:

تم تطبيق الاختبار على عينة قوامها (20) طالبا من طلاب السنة الأولى قسم ل.م.د جذع مشترك بمعهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم- و ذلك للتأكد من صدق الاختبار و ثباته.

معامل الصدق

استخدم الباحث :

تم استخدام الصدق الظاهري و ذلك باستطلاع رأي الخبراء حول محاور الاختبار و مفرداته بإعطائهم درجة من (10) لكل سؤال من أسئلة الاختبار .

الثبات:

معامل تقدير الصعوبة و السهولة

تم حساب معامل تقدير السهولة و الصعوبة باستخدام المعادلة التالية:

$$1 - \text{معامل تقدير الصعوبة} = p/n = dr$$

حيث أن dr تقدير الصعوبة

P عدد الممتحنين الذين أجابوا إجابة صحيحة على كل وحدة اختبار .

N العدد الكلي للممتحنين

- معامل تقدير السهولة = $1 -$ معامل تقدير الصعوبة

- و العكس صحيح حيث توجد علاقة عكسية مباشرة بين كل من معاملي السهولة و الصعوبة

(Sofrit, 1986,180)

تحديد زمن الاختبار

قام الباحث بتحديد الزمن المناسب للإجابة على الاختبار المعرفي و فد وجد أن الزمن يتراوح ما بين (68)

: (58) بمتوسط (63) دقيقة.

ثالثاً: تصميم البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم التعاوني

- في ضوء ما أشارت إليه المراجع و الدراسات السابقة تم تصنيف مجموعة التعلم التعاوني إلى ثلاث مستويات مختلفة في التحصيل المعرفي و مستوى الأداء المهاري (عالي، متوسط، منخفض) و ذلك بناء على ما أسفرت عنه نتائج القياسات القبليّة
أ. مدة البرنامج:

عدد الأسابيع ستة أسابيع بواقع درسين أسبوعياً، زمن الدرس 60 دقيقة.

ب. الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد 2010/3/6م على (20) طالبا من غير عينة البحث أساسية و من مجتمع البحث و ذلك بهدف:

- التحقق من ملائمة المكان و الأدوات و الأجهزة و مدى صلاحيتها للاستخدام.
- التعرف على المعوقات والصعوبات المتوقعة عند تعليم الطلاب باستخدام أسلوب التعلم التعاوني.
- مدى فهم الطلاب للأدوار المحددة لهم
- التحقق من مناسبة الاختبارات الموضوعية لعينة البحث .
- مدى فهم الطلاب للأسئلة.
- تنسيق و تنظيم سير العمل.

و قد أسفرت نتائج الدراسة إلى إمكانية تنفيذ التجربة الأساسية القياس القبلي:

اعتمد الباحث على البيانات التي حصل عليها من اختبارات المستوى الأداء المهاري التي تم إجراؤها في الفترة من 2/28 إلى 2010/3/1م أثناء التحقق من تكافؤ مجموعتي التجريبية والضابطة كقياسات قبليّة
التجربة الأساسية:

تم تنفيذ التجربة الأساسية وفقا للخطة الزمنية للوحدة التعليمية "كرة اليد" المقررة على طلاب السنة الأولى بقسم الجدد المشترك ل.م.د بمعهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم-على مدار 6 أسابيع بواقع وحدتين أسبوعياً، يومي الأحد و الخميس و بإجمالي 12 وحدة زمن الوحدة 60 دقيقة في الفترة من 2010/3/08م إلى 2010/04/14م فالمجموعة التجريبية تم تعليمها المهارات الهجومية قيد البحث لكرة اليد و وفقا لنموذج التعلم التعاوني وهذا خلال الجزء التعليمي التطبيقي فقط من الوحدة و مدته 40 دقيقة، و قد قام الباحث بالتدريس لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة، و اشتملت الوحدة التعليمية على الأجزاء التالية:

جدول(6)

م	محتوى الدرس	الزمن
1	أعمال إدارية + إحماء	7
2	إعداد بدني	10
3	نشاط تعليمي تطبيقي	40
4	نشاط ختامي	03

القياس البعدي:

أجرى الباحث القياسات البعدية لكل من اختبارات مستوى الأداء المهاري و اختبار المجال المعرفي في الفترة من 2010/4/15م إلى 2010/04/18م.

المعالجة الإحصائية: قام الباحث بجدولة البيانات و معالجتها إحصائياً اعتماداً على:

- المتوسط الحسابي. الانحراف المعياري. اختبار "ت" لدلالة الفروق الإحصائية. t-test

- معامل الارتباط. النسبة المئوية لمقدار التحسن. تم قبول النتائج عند مستوى 0.05.

عرض النتائج و مناقشتها أولاً عرض النتائج :

جدول (7) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و دلالتها بين متوسطي القياس القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد. ن=30

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م			
التمرير من الثبات	عدد التمريرات في 30 ثانية	0.93	13.13	1.15	15.66	2.53	*9.21	دال
التمرير من الارتكاز	عدد مرات الاستلام في 30 ثانية	0.01	4.08	1.20	6.83	2.74	*12.49	دال
التنطيط	زمن/ث	0.06	4.54	1.14	12.70	8.15	*38.26	دال
التصويب عاليا	عدد الأهداف	0.73	0.86	0.96	1.63	0.06	*2.31	دال

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 و درجة حرية 58=2.02

يتضح من جدول (7) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد.

جدول (8) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و دلالتها بين متوسطي القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد. ن=30

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م			
التمرير من الثبات	عدد التمريرات في 30 ثانية	0.78	12.93	1.38	23.26	10.33	*35.02	دال
التمرير من الارتكاز	عدد مرات الاستلام في 30 ثانية	0.05	4.35	2.2	24.2	19.8	*48.64	دال
التنطيط	زمن/ث	0.07	4.53	1.38	21.23	16.69	*65.22	دال
التصويب عاليا	عدد الأهداف	0.70	0.70	1.04	6.56	5.86	*25.38	دال

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 و درجة حرية 58=2.02

يتضح من جدول (8) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد.

جدول (9) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و دلالتها بين متوسطي لقياسين البعديين للمجموعتين التجريبية و الضابطة في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد. ن=30

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق	قيمة ت	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م			
التمرير من الثبات	عدد التمريرات في 30 ثانية	1.38	23.26	1.15	15.66	7.6	*23.05	دال
التمرير من الارتكاز	عدد مرات الاستلام في 30 ثانية	2.2	24.2	1.20	12.70	17.3	*37.73	دال
التنطيط	زمن/ث	1.38	21.23	1.14	1.63	8.53	*26.00	دال
التصويب عاليا	عدد الأهداف	1.04	6.56	0.96		4.93	*19.05	دال

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 و درجة حرية 58=2.02

يتضح من جدول (9) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية و الضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد.

جدول (10) النسبة المئوية لمقدار التحسن في مستوى الأداء المهاري لكرة اليد بين المجموعتين في القياس البعدي

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الفرق	نسبة التحسن
التمرير من الثبات	عدد التمريرات في 30 ثانية	23.26	15.66	7.6	48%
التمرير من الارتكاز	عدد مرات الاستلام في 30 ثانية	24.2	6.83	17.36	254%
التنطيط	زمن/ث	21.23	12.70	8.53	67%
التصويب عاليا	عدد الأهداف	6.56	1.63	4.93	306%

يتضح من جدول (10) أن نسبة التحسن بين المجموعتين التجريبية و الضابطة تراوحت ما بين (48% : 306%) لصالح المجموعة التجريبية و التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم التعاوني.

جدول (11) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و دلالتها بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية و الضابطة في اختبار المجال المعرفي في كرة اليد ن=30

المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "
التجريبية	153.70	12.09	*12.31
الضابطة	122.13	7.35	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 و درجة حرية 58=2.02

يتضح من جدول (11) أن المتوسط الحسابي للاختبار المعرفي للمجموعة التجريبية 153.70 و الانحراف المعياري 12.09، بينما المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة 122.13 و الانحراف المعياري 7.35 بفرق 31.52 و هو فرق دال إحصائيا لصالح المجموعة التجريبية.
ثانيا: مناقشة النتائج:

في ضوء المعالجة الإحصائية للبيانات قام الباحث بمناقشة النتائج على النحو التالي:
مناقشة الفرض الأول القائل: توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة من تأثير أسلوب التعلم التعاوني على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد المقررة و التي تتضمن (التمرير، الاستلام، التنطيط، التصويب) لدى طلاب السنة الأولى ل.م.د معهد التربية البدنية و الرياضية- جامعة مستغانم.

حيث يتضح من جدول (7) أن المجموعة الضابطة التي طبقت عليها الطريقة الاعتيادية التقليدية (الشرح و العرض)

في التعلم قد تقدمت في عملية تعلم المهارات المقررة قيد البحث حيث كانت هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05.

و يرى الباحث أن التقدم الذي حققته الطريقة التقليدية (الشرح و العرض) يكمن في جدوى هذه الطريقة التي لا يمكن إغفالها حيث تعتمد على الشرح و النموذج الجيد للمهارة المتعلمة وكذلك يرجع التحسن إلى تعود الطلاب على هذه الطريقة خلال مراحل تعليمهم المختلفة، حيث يتم تزويد المتعلم بالمعارف و المعلومات المرتبطة بالنشاط و الأداء الفني السليم للمهارة، و بذلك يصبح لديهم مخزون و أفرا من المعرفة ينعكس بشكل ايجابي على مستوى الأداء المعرفي و مستوى

تحصيله المعرفي، كذلك فإن ما يتبعه المعلم من خلال هذا الأسلوب من تقديم نموذج جيد للمهارة و الممارسة و التكرار من جانب المتعلم مع متابعة تصحيح الأخطاء عقب حدوثها يؤدي إلى إتاحة الفرصة أمام المتعلم لتعلم المهارة بشكل جيد، و هذا يتفق مع نتائج دراسة كل من (مصطفى و هند، 1999م) (عباس، 1999م) و بذلك تتحقق صحة الفرض الأول.

و يشير جدول (9) إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي و القياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية التي تستخدم البرنامج التعليمي المقترح باستخدام نموذج التعلم التعاوني.

و يتضح من جدول 10 وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين المجموعتين التجريبية و الضابطة للقياس البعدي في اختبارات مستوى الأداء المهاري في كرة اليد لصالح المجموعة التجريبية، مع العلم أن النسبة المئوية لمقدار التحسن للقياس البعدي بين المجموعتين التجريبية و الضابطة تراوحت ما بين (48% 303%) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية كما يوضح جدول (11)، و يعزو ذلك إلى فعالية استخدام التعلم التعاوني، حيث يتم التركيز في هذه الإستراتيجية التدريسية على دور المتعلم في العملية التعليمية (سليمان، 2005م)، و بالتالي يصبح دوره أكثر إيجابية و تفاعلا مع زملائه نحوى التعلم، و ذل بما يوفره هذا الأسلوب من بيئة تسهل الحصول على المعلومات و مناقشة بعضهم مع بعض يعلم كل طالب زميله، مما أدى إلى استفادة بعضهم من بعض أثناء ممارسة الأنشطة. و من بين أهم خصائص هذا الأسلوب هو التعاون خلال العمل الجماعي الذي يزيد من رغبة المتعلم في التعلم، و يستثير حماسهم و شعور الطلاب بأنهم في حاجة إلى القيادة و القيام بدور الموجه و المحلل للموقف التعليمي الجديد الذي يجذب الاهتمام و المتعة أثناء عملية التعلم ممل يزيد من المشاركة في الدرس و هذا ينعكس بشكل ايجابي على التحصيل و هذا يتفق مع نتائج دراسة صادق الحايك (2002م) dayson (1986م) Johnson et autres حيث توصلوا إلى التأثير الايجابي للتدريس التعاوني على تنمية و تطوير المهارات الحركية.

مناقشة الفرض الثاني القائل: توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة لصالح المجموعة التجريبية من تأثير أسلوب التعلم التعاوني على المجال المعرفي لطلاب السنة الأولى بقسم التربية البدنية و الرياضية جدع مشترك ت.م.د-جامعة مستغانم.

حيث يتضح من جدول (12) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في اختبار المجال المعرفي لكرة اليد، و يعزي الباحث هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج المقترح باستخدام أسلوب التعلم التعاوني ، كن خلال العمل الجماعي حيث يحصل الطالب على المعرفة الخاصة بالمهارات الهجومية و نقاطها الفنية و القوانين التي تحكمها أثناء الأداء.

و يشير محمد حسن العلوي (1990م، 78) أن عملية التعلم في المجال الحركي لا تقتصر على التعلم الحركي فقط، بل يشمل على اكتساب المعارف و المعلومات المرتبطة بالنشاط الرياضي. ويعزي الباحث تأثير أسلوب التعلم التعاوني الذي أتاح للطلاب فرض التعاون مع بعضهم البعض في مجموعات صغيرة وفق أدوار محددة مما جعل كل منهم يشعر بالمسؤولية الجادة و أنه له دور ايجابي تجاه عملية التعلم، الأمر الذي زاد من رغبة منهم على تحمل المسؤولية في فهم و استيعاب جوانب التعلم و إثبات ذاته تجاه أقرانه في المجموعة، كذلك فإن ما يتيح الأسلوب التعاوني من إمكانية تبادل الدوار بين الطلاب في الحصة الواحدة، جعل كل طالب يتعرض لأكثر من خبرة، فنجد قائدا يتولى مسؤولية قيادة المجموعة و لشرح المطلوب تحقيقه، و مرة هو نموذج يؤدي عرضا عمليا توضيحيا للمهارة المراد تعلمها، و تارة أخرى هو ساند يحقق السند الوقائي و المساعد لزميله المؤدي، ثم هو مؤدي للواجب الحركي محاولا انجازه علة الوجه المرجو فيه مستفيدا بما يقدمه له زملائه من تغذية راجعة في ضوء ما جاء في ورقة العمل،

وبذلك تصبح الخبرة المكتسبة لكل طالب هي عبارة عن مجموع الخبرات المتعددة التي تعرض لها و التي تمثل خبرة المجموعة ككل و ليس خبرة الفرد الواحد كما هو متبع في المجموعة الضابطة.

كما يرى الباحث أنه نتيجة لتوزيع الطلاب المجموعة التجريبية في مجموعات تتضمن كل منها على مستويات تحصيل مختلف "منخفض جيد - متوسط - مخفض" كان له أثر كبير في استفادة الطلاب ذوي مستويات التحصيل الأقل من أقرانهم ذوي مستوى التحصيل الأعلى. كل هذا انعكس بشكل ايجابي على قدرة الطلاب على التحصيل المعرفي و مستوى أدائهم المهاري، و يتفق ذلك مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كل من (ليلي عباس سليمان، 1999م)، (الهام عبد المنعم، 200م) و التي أكدت على أهمية الأسلوب التعاوني في التدريس و تحقيق الأهداف المنشودة، و بهذا يتحقق صدق الفرض الثاني.

استنتاجات البحث:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث، تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1. صلاحية استخدام البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في تعلم المهارات الهجومية المقررة على طلاب السنة الأولى ل.م.د بمعهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم.
2. أسلوب التدريس (التعاوني، التقليدي) أدوا إلى تعلم مهارات قيد البحث و اكتساب الجوانب المعرفية في كرة اليد
3. أسلوب التعلم التعاوني كان الأكثر تأثيراً من الأسلوب التقليدي على تعلم مهارات قيد البحث و في التحصيل المعرفي.
4. أسلوب التعلم التعاوني يعالج الكثير من المشكلات التي تعوق العملية التعليمية و خاصة التي يكون السبب فيها الكثرة العددية.
5. أسلوب التعلم البنائي يعمل على زيادة مشاركة المتعلم في اكتساب المعرفة.
6. أسلوب التعلم البنائي فعال في استثارة و بعث النشاط و الحيوية في المتعلم.

التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج و استنتاجات و في حدود عينة البحث يوصي الباحث بما يلي:

1. تعميم تطبيق أسلوب التدريس التعاوني عند تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث.
2. إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة باستخدام (مهارات أخرى في كرة اليد، مهارات الأنشطة الرياضية المختلفة، مراحل تعليمية و سنوية أخرى)
3. ضرورة الاهتمام بتدريب الطلاب المعلمين في معاهد الإعداد على كيفية تطبيق أساليب التدريس الحديثة لإثراء العملية التعليمية.

المراجع باللغة العربية

- ابو النجا أحمد عز الدين. (2000م). *الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية*. المنصورة: دار الاصدقاء.
- السميري ل. ص. (2003). م. (فاعلية استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية في جامعة الملك سعود في مدينة الرياض). *المجلة التربوية*.
- العميري ا. ع. (2002). م. (تأثير أسلوب التعلم التعاوني و الأوامر على مستوى أداء رفعة النظر في رفع الأثقال لطلاب كلية التربية الرياضية رسالة ماجستير .
- المعطي و. ع. (2002). م. (فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس في تعلم معارات السباحة). جامعة حلوان القاهرة: كلية التربية الرياضية للبنين.

- خميس ,ا ف.2003) م .(تأثير استخدام التعلم التعاوني على مستوى الأداء في كرة السلة لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الساسي .جامعة طنطا :رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية. سليمان سناء. (2005م). التعلمالتعاوني، اسسه، استراتيجيته، تطبيقاته. القاهرة: هالم الكتب. صادق هايك. (2004م). اثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في تدريس كرة اليلة على مفهوم الذات و اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية نحو المادة. عمان: عالم الكتب. عايد حمدان الهرش. (7 مارس, 2000م). دراسة مقارنة بين اسلوبي التعلم التعاوني و التعلم الفردي في اكتساب الطلاب لمهارات برنامج محرر النصوص. المجلة التربوية ، الصفحات 17-114. عبد السلام مصطفى. (2000م). اساسيات التدريس و التطور المهني للمعلم . القاهرة: دار الفكر العربي. كمال عبد الحميد اسماعيل، محمد صبحي حسانين (2002) م .(رباعية كرة اليد الحديثة . القاهرة :مركز الكتاب للنشر. كوثر حسين كوجك. (1997 م). اتجاهات حديثة في المناهج و طرق التدريس . القاهرة: عالم الكتب. لطفي بركات أحمد. (ب ت). دراسات في تطوير الوطن العربي. الرياض: دار المريخ. ليلي عباس سليمان. (12 5, 1999م). فعالية استخدام استراتيجية التعلم التعاوني على مستوى التحصيل المعرفي و الحركي و بقاء أثر التعلم الشقلبة الأمامية على البدین و على حصان القفز. مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين ، صفحة 56. محبات أبو عميرة. (1997م). تجريب استراتيجي للتعلم التعاوني الجمعي و التعلم التنافسي الجمعي في تعليم الرياضيات لدى طلاب المرحلة الثانوية. دراسات في المناهج و طرق التدريس . محمد حسن علاوي. (1990م). سيكولوجية التدريب و المنافسات. القاهرة: دار المعارف. مصطفى محمد الجبالي، هند محمد فرحان. (02 12, 1999م). استهدام استراتيجية التعلم التعاوني في التدريس و الاتجاه نحو السباحة لطلاب جامعة سلطنة قابوس. مجلة علوم و فنون ، صفحة 87. منير جرجس ابراهيم. (1994م). كرة اليد للجميع. نصر: دار الفكر العربي. نافع الامام. القرآن الكريم. قراءة رواية ورش.

Références bibliographiques

- adams dennis and other. (1990). cooperative learning and educatinal media collaparating with technology and each others. new jersey: new jersey.
- depellefeaille. (1992). the influence of cooperative learning activities. garden: students da.
- rattigan, p. (1997). a study of the effects of cooperative and individualistic good structures od development effect and social integration in physical education classes. minnesota: microfilm.

دراسة مقارنة للخصائص الجسمية والفسيوولوجية للفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة

د . رائد محمد إبراهيم السطري
أستاذ مساعد كلية التربية البدنية والرياضة / جامعة الملك سعود

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق في الخصائص الجسمية والفسيوولوجية للفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة. وتكونت عينة الدراسة من لاعبي الأندية الحاصلة على المراكز الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة للموسم الرياضي 2006/2005 وهي على التوالي: الرياضي، الوحدات، الأرينا، الجليل. وبواقع (48) لاعباً. وقد استخدم الباحث الاختبارات والمقاييس لجمع معلومات الدراسة، حيث قام بإجراء (5) قياسات جسمية هي: (الطول الكلي، طول الطرف العلوي، طول الطرف السفلي، طول الذراع، طول الكف) و (4) اختبارات فسيولوجية هي: (الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق، القدرة اللاهوائية، السعة اللاهوائية). واستخدم الباحث الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة. وقد أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للنادي الرياضي وعلى جميع اختبارات الدراسة كان هو الأعلى، تلاه المتوسط الحسابي لنادي الوحدات. في حين لم تُظهر نتائج تحليل التباين الأحادي فروق في الاختبارات قيد الدراسة بين الأندية الأربعة إلا في قياس الطول الكلي للجسم بين الرياضي والأرينا ولصالح الرياضي. وفي اختبار السعة اللاهوائية بين الرياضي والأرينا ولصالح الرياضي، وبين الرياضي والجليل ولصالح الرياضي. وقد أوصى الباحث بضرورة اهتمام المدربين بالطول الكلي والسعة اللاهوائية للاعبين كرة السلة الناشئين لما لهما من أثر إيجابي وقدرة تنبؤية في الحصول على مركز متقدم. وضرورة إجراء دراسات مستقبلية تتبعية على فئات الناشئين لمراقبة المستويات التي يمكن لهم الوصول إليها اعتماداً على الاختبارات الوظيفية والقياسات الجسمية.

ABSTRACT

A Comparative Study Of Anthropometrical And Physiological Characteristics Of The First Four Teams In The Basketball Under (14) Years

This study aimed to identify differences in the Anthropometrical and physiological characteristics of the first four teams in the basketball under (14) years. the sample consisted of the top 4 clubs players (under 14 years) in basketball (Riyadi, wehdat, Areha, Jalil). And by (48) players. Height, upper extremity lower extremity, Arm, and forehead lengths were used Anthropometrics measurable and relative vo2 max (the absolute) anaerobic power, and anaerobic vital capacity tests were use as physiological variables. SPSS Soft ware was used to analyze the data. Results indicated that the mean for Alriyadi club (who was the first) was the highest for all the study variables, while analysis of variance revealed differences among the 4 clubs in height and Anaerobic power, these differences were between Alryadi and arena in height in favor of Riyadi. and between Ridai and both Arena and jalil in Fetal capacity in favors of Riyadi. It was recommended to take height and anaerobic vital capacity in to account as their positive influence on the achievement of first ranks and to do further follow up studies on juniors to know their level depending on the physical and Physiological Characteristics.

مقدمة الدراسة:

لقد احتلت لعبة كرة السلة مكانه بارزة بين مختلف الألعاب الأخرى الفردية كانت أم الجماعية، لما تتمتع به هذه اللعبة من شعبية كبيرة وسرعة في الأداء، وتسجيل الأهداف طيلة أوقات المباراة وبطرق متنوعة، ودرجة إثارة عالية من خلال ما تتخلله من نواحي فنية وتكتيكية ذات أبعاد جمالية أخاذة، الأمر الذي جعل هذه اللعبة تجذب اهتمام الملايين من الممارسين والمشاهدين، وأصبحت ذات مكانه مرموقة على الصعيدين الدولي والأولمبي، وبذلك استطاعت هذه اللعبة أن تكتسب الصفة العالمية لدرجة أنها أصبحت اللعبة الشعبية الثانية في العالم، وفي بعض الدول تكاد تكون اللعبة الأولى فيها. (عباس، 2005).

والأردن واحدة من الدول التي أخذت تهتم بلعبة كرة السلة وبشكل مضطرد، وذلك من خلال ازدياد عدد الأندية الممارسة لهذه اللعبة، وما رافق ذلك من زيادة في أعداد اللاعبين الممارسين. مما دفع ذلك الاتحاد الأردني لكرة السلة إلى زيادة البطولات المنظمة وتوسيعها لتشمل جميع الفئات العمرية، وإلى تنظيم البطولات بطرق تسمح لجميع الفرق باللعب عدد كبير من المباريات. وأصبح الفوز ببطولات الاتحاد هدفاً تتطلع وتسعى إليه جميع أندية اللعبة. وأصبحت هذه الأندية تبحث عن كافة الوسائل التي تكفل لها الفوز وتحقق من خلالها الإنجازات، سواء كان ذلك بتطوير الأجهزة التدريبية والإدارية، أو بتوفير الدعم المادي والمعنوي للاعبين، أو بالاهتمام الكبير باللاعبين الناشئين والذي يظهر جلياً من خلال مشاركة أحد عشر نادياً في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة للموسم الرياضي 2006/2005، وهي البطولة الأولى من بطولات الاتحاد. أو من خلال مشاركة بعض الأندية في نفس البطولة بفريقيين وأندية أخرى بثلاثة فرق. أو من خلال انتشار فكرة مدارس كرة السلة والتي أصبحت بعض الأندية تعمل عليها على مدار العام، مما زاد ذلك من قاعدة الممارسين لهذه اللعبة، وزاد ذلك أيضاً من درجة المنافسة في البطولة المذكورة. (السطري، 2005)

ولكن اختيار اللاعبين الناشئين إذا لم يكن مبنياً على أسس ومنهجية علمية، فإن ذلك سوف يؤدي إلى ضياع كل الجهود والمحاولات الجدية الطامحة إلى إيجاد جيل واعد من لاعبي كرة السلة، وبذلك ينبغي على جميع العاملين في مجال كرة السلة وفئات الناشئين بالذات إهمال الأساليب العشوائية في عملية الاختيار والانتقاء وإتباع الأساليب العلمية التي تكفل للاعب مستقبل طويل الأمد في اللعبة. (زيدان، 2006)

وتعتبر الاختبارات والمقاييس إحدى الوسائل العلمية الضرورية في عملية التطوير والارتقاء بالمستوى، حيث يتم من خلالها الوقوف على الحالة البدنية والمهارية والجسمية والفسولوجية للاعبين، وبدون الاختبارات والمقاييس، وبالاعتماد على الخبرة الشخصية والملاحظة الذاتية، تبقى معرفة المدرب لمستويات لاعبيه وقدراتهم وإمكانيتاهم الحقيقية محدودة وغير دقيقة. (حسانين، 2004)

ويتفق إبراهيم (1999) و خاطر والبيك (1996)، بأن القياسات الجسمية من أهم العوامل التي يعتمد عليها المدربين والعاملين في مجال كرة السلة، لما لها من دور كبير في تحقيق الإنجازات والارتقاء بالمستويات الفنية المنشودة، حيث أن البناء الجسمي المتكامل المناسب لنوع النشاط الرياضي، يعطي الفرصة للوصول إلى مستوى عالي من الأداء، وإن تفوق بعض الأجناس في الأنشطة الرياضية يرجع إلى تميزهم ببعض القياسات الجسمية التي يتطلبها الأداء العالي. وهذا يتفق مع ما أشار إليه علاوي ورضوان (1988) بأن الرياضيين في الألعاب الرياضية يتميزون عن أقرانهم في العديد من المقاييس الجسمية، وأن لكل لعبة رياضية متطلبات جسمية خاصة، تميزها عن غيرها من الألعاب، وإن كثيراً من الرياضيين الذين يمارسون رياضات لا تتناسب مع طبيعة أجسامهم، لا يصلون إلى مستويات عالية في الأداء. في حين يوضح حسن (2006) إلى أن الجسم الإنساني من ناحية الشكل والحجم والتركيب الهيكلي يلعب دوراً كبيراً في الأداء الرياضي، بالإضافة إلى أنه يُعد من المؤشرات التي يتم الاسترشاد بها للتنبؤ بالحالة البدنية والصحية والنفسية والفسولوجية للاعب مستقبلاً.

وقد أتفق كل من جابرل Gabriel (2003)، وجليكك Jelcic (2002)، على أن لكل نشاط

رياضي متطلبات جسمية خاصة للوصول به إلى المستوى التنافسي، وعند اختيار اللاعب يجب أن تتوفر فيه المتطلبات الخاصة بنوع النشاط سواء كانت متطلبات جسمية أم بدنية. وقد أشارت العديد من الدراسات والأبحاث العلمية من خلال دراستها للمواصفات الجسمية للاعب كرة السلة، إلى أن القياسات الجسمية ممكن أن تساهم وبشكل كبير في انتقاء الناشئين في كرة السلة ومن هذه الدراسات: (خضر، 2004)، (Hoare,2000)، (إبراهيم وأبو سيف، 1999)، (حسن، 1997)، (النجار، 1992)، (النجار، 1990).

في حين تعتبر القياسات الفسيولوجية، سواءً المخبرية منها أو الميدانية التي تجري على اللاعبين من أهم أساليب وطرق تقنين الأحمال التدريبية، للتعرف على مدى استعداد اللاعب لأداء التدريب أو المباراة، ويجب على المدرب إجراء بعض الاختبارات الفسيولوجية للتعرف على حالة اللاعب الفسيولوجية ودرجة استعداده، حتى يتمكن من الحكم على مدى مناسبة الأحمال التدريبية لحالة اللاعب، وتجنب مشكلة استخدام أحمال تدريبية عالية، قد تؤدي للوصول باللاعب إلى حالة الإفراط في التدريب، والفشل في تحقيق التكيف الفسيولوجي لأجهزة الجسم مع متطلبات التدريب أو المباراة. (تلاحمة، 2007) والاختبارات الفسيولوجية المخبرية هي الطريقة المثالية والدقيقة للتعرف على حالة اللاعب، غير أنها تحتاج إلى إمكانيات بشرية متخصصة وإمكانات مادية، وفي نفس الوقت هناك طرق بسيطة وسهلة يمكن للمدرب تطبيقها بنفسه للتعرف على حالة اللاعب الفسيولوجية ودرجة تأثير الأحمال التدريبية على الأجهزة الوظيفية للجسم (الاختبارات الميدانية)، بالإضافة إلى تعرفه على درجة استعداده لأداء التدريبات والمباريات أثناء الموسم الرياضي. حيث إن تعرف المدرب على الحالة الفسيولوجية للاعب من خلال إجراء بعض الاختبارات ليس هدفاً بحد ذاته ولكنه عملية تهدف إلى تقويم حالة اللاعب والبرامج التدريبية التي يخضع لها، أي التعرف على نقاط القوة والضعف أو التطور سواء بالنسبة للاعب أو بالنسبة للبرنامج الموضوع، لذا يجب أن يراعي المدرب عند تخطيطه للموسم الرياضي أن يضع عمليات القياس ضمن البرنامج المعد وبنسبة لا تقل عن 20% من حجم البرنامج التدريبي، بالإضافة إلى أهمية تسجيل نتائج هذه القياسات التي تجري على اللاعبين على فترات دورية خلال الموسم الرياضي لمتابعة التقدم الحاصل في مستوى اللاعبين، وحتى يمكنه ذلك من الارتقاء بكفاءة أجهزة الجسم الحيوية إلى أقصى مدى ممكن أثناء عملية التدريب، على اعتبار أن إغفال أي مبدأ تدريبي أو وظيفي سوف يكون له تأثير سلبي على أداء اللاعبين. (درويش، 1998)، (الكيلاني، 2006).

ويتفق الخاروف (1998) و عبد الفتاح (2003) إلى أن التقويم الحقيقي لا يتم بدون تقويم الحالة الفسيولوجية للاعبين، وأن القياسات الفسيولوجية تتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات والأكثر ارتباطاً بقدرة الفرد على الأداء خلال المنافسة.

ومن الاختبارات الفسيولوجية قيد الدراسة القدرة الهوائية وتقدير الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ($Vo_2 \max$)، حيث يشير سلامة (2000) إلى أن الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين يعتبر أفضل مؤشر فسيولوجي على كفاءة الجهاز الدوري التنفسي، وقدرة الفرد على الأداء الهوائي. ويضيف رضوان (1998) بأن الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين يشير إلى قدرة الفرد القصوى على الاستمرار في العمل البدني، ومن خلال تحديده يمكن تحديد شدة التدريب البدني، حيث تقدر شدة التدريب بناء على الحالة الراهنة للياقة البدنية والصحية للفرد، وأن قياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين يُعد من القياسات الفسيولوجية المهمة في المجال الرياضي. وبما أن لعبة كرة السلة من الأنشطة الرياضية التي يستمر فيها الأداء لفترة طويلة (قد تزيد أحيانا عن 90 دقيقة). فقد كان من الأهمية بمكان قياس القدرة الهوائية لعينة الدراسة من خلال تقدير الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين. وهذا يتفق مع الدراسات التي تناولت دراسة الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين للاعبين لكرة السلة مثل دراسة (Apostolidis,2004)، ودراسة (Smith,1991). ومن الاختبارات الفسيولوجية قيد الدراسة أيضاً القدرة اللاوكسجينية، حيث يميل البعض إلى تصنيف الأنشطة الرياضية إلى أنشطة أكسجينية وأخرى لأكسجينية، وذلك تبعاً لشدة ومدة الأداء، فالأنشطة التي يتطلب أداؤها سرعة وقوة عالية، تصنف على أنها أنشطة لأكسجينية،

والأنشطة ذات المدة الطويلة والشدة المنخفضة تصنف على أنها أنشطة أكسجينية. ولكننا نجد أن هذا التصنيف في كثير من الأحيان هو غير دقيق، حيث أن بعض الألعاب ومنها كرة السلة تحتاج إلى التصنيفين (الأكسجيني و اللاوكسجيني)، حيث أنها تستمر لفترة طويلة، وبنفس الوقت لا تخلو اللعبة من الحركات السريعة ذات الشدة العالية كالهجوم الخاطف السريع، وتغيير الاتجاه المفاجئ، والوثب، والتي تعتبر من المتطلبات المهمة والأساسية في لعبة كرة السلة. (رشيد، 1992). وهناك العديد من الدراسات التي تناولت القدرة اللاوكسجينية لدى عينات مختلفة من لاعبي كرة السلة وباختبارات متنوعة مثل: (Apostolidis,2004)، (Lamonte,1999)، (Smith,1991).

هذا وقد فضل الباحث إجراء هذه الدراسة على الفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة، على اعتبار أن هذه الفرق وتبعاً لنتائجها في البطولة كانت من الفرق التي نافست بشكل كبير على لقب البطولة. هذا من ناحية، ومن ناحية ثانية لتمييز هذه الفرق عن فرق المؤخرة بالاستعداد المبكر للبطولة. وبالتالي فإن إجراء مثل هذه الدراسة على هذه الفرق يكون أكثر موضوعية وصدق، مما قد يسهم في تحقيق ظروف أفضل لعملية التطوير لهذه الفئة. وهذا الرأي يتفق مع العديد من الدراسات العلمية التي كان للاعبين المميزين وفرق المقدمة مجالاً دراسياً لها مثل: (Apostolidis,2004)، (Gabriel,2003)، (Tsunawake,2003)، (Jelici,2002)، (إبراهيم، وأبو سيف، 1999)، (Greene,1998)، (حسن، 1997)، (Smith,1991)، (النجار، 1992)، (Viviani,1994).
مشكلة وأهمية الدراسة:

مما لا شك فيه إن الفوز في بطولات كرة السلة هدفاً تسعى إليه جميع الأندية، ولكننا نرى أن أي بطولة لا يمكن أن يكون فيها سوى فائز واحد، وتبدأ الفرق الأخرى بعد البطولة لاسيما الفرق التي استعدت للبطولة بشكل جيد وكانت نداً قوياً للفريق البطل، بأن تعزو سبب عدم فوزها في البطولة إلى أسباب قد تبدأ أولاً من سوء التحكيم، وقلة خبرة المدرب، وعدم قيام اللاعبون بواجباتهم أثناء المباريات على الوجه الأكمل، وعدم امتلاكهم للخبرة الكافية للفوز في البطولة، وتنتهي هذه الأسباب بالعودة إلى استمارات الاستكشاف والتحليل الفني لمجريات المباريات لاكتشاف نواحي الضعف في الجانبين الهجومي والدفاعي. وإن كل هذه المحاولات في تفسير الخسارة أو حتى الفوز تبقى محاولات قائمة على أساس الملاحظة أو التحليل غير العميق .

ولقد لاحظ الباحث ومن خلال عمله في تدريب كرة السلة لفئات الناشئين سواء على مستوى الأندية أو المدارس، ومن خلال تماسه المباشر مع المدربين، كونه حكماً دولياً في كرة السلة، بعدم اعتماد الأندية في تفسير أسباب الفوز والخسارة على ما يمتلكه اللاعبون من صفات جسمية وفسولوجية قد تكون واحدة من مؤشرات الفوز ومن العوامل المساعدة في الوصول إلى القمة، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Hoare,2000) في دراسته التي هدفت إلى البحث في الخصائص الفسيولوجية والقياسات الجسمية من أجل التنبؤ بنجاح لاعبي كرة السلة الناشئين. حيث توصل أنه وعلى الرغم من أن محددات النجاح في كرة السلة للناشئين تعتمد على عوامل عديدة غير الجسمية والبدنية والفسولوجية، إلا أن هذه الخصائص ممكن أن تساهم وبشكل كبير في إجراءات انتقاء الناشئين في كرة السلة. ومع دراسة (Tsunawake,2003) أيضاً والتي هدفت إلى دراسة التركيب الجسمي والقدرات البدنية للاعبين كرة السلة وكرة الطائرة الفائزات بطولة المدارس العالية في اليابان، حيث توصل الباحث أنه وبناء على متغيرات الدراسة فإن كلا المنتخبين كانا يمتلكان متطلبات النجاح والفوز في بطولة المدارس العالية في اليابان.

وفي ألعاب أخرى غير كرة السلة اتفقت كل من دراسة أبو عبدون (2003)، والعفيفي (2002)، والخاروف (1998)، و (Mehmet,2000)، و (Hoare,2001)، على أن اختيار اللاعبين بناءً على القياسات الجسمية والاختبارات الفسيولوجية ومن ثم الالتزام في برامج تدريبية مبنية على علمية، له أكبر الأثر في الوصول إلى المستويات العليا.

ومن خلال ما تقدم نتضح لنا أهمية الصفات الجسمية والفسولوجية بالنسبة للاعبين بشكل عام، وبالنسبة للتنبؤ بالنجاح من خلال هذه الصفات. وسوف يحاول الباحث من خلال هذه الدراسة إجراء دراسة مقارنة للخصائص الجسمية والفسولوجية للأندية الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة للموسم الرياضي 2006/2005 للبحث في دور وتأثير هذه الصفات في الفوز في البطولة المذكورة. ومن هنا يمكن إيجاز أهمية هذه الدراسة بأنها ليست فقط محاولة للتغلب على الأساليب العشوائية التي يلجأ إليها المدربون في اختيار ناشئي كرة السلة، وإنما هي محاولة لإتباع المنهج العلمي سواءً في عمليات التفسير والتنبؤ بالتفوق أو في عمليات اختيار وانتقاء الناشئين. كما يمكن الاستفادة من هذه الدراسة من قبل المدربين في الحصول على تغذية راجعة حول برامجهم التدريبية، أو في تحديد مواطن الضعف والقوة لدى لاعبيهم من الفئة العمرية المستهدفة، وبالتالي العمل على الارتقاء بمواطن القوة، ومعالجة مواطن الضعف، لاسيما أن اللاعبين في هذه الفئة العمرية هم في مرحلة الإعداد الأولى للوصول إلى مستوى أعلى في مجال اللعبة. وأخيراً فإن هذه الدراسة قد تثير تساؤلات جديدة تدفع إلى إجراء دراسات مستقبلية في مجال كرة السلة والتي من شأنها الارتقاء وتطوير اللعبة.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- التعرف على الفروق في الخصائص الجسمية للفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة للموسم الرياضي 2006/2005 .
- التعرف على الفروق في الخصائص الفسيولوجية للفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة للموسم الرياضي 2006/2005 .

مصطلحات الدراسة:

- القياسات الجسمية: القياسات الشكلية الخارجية للجسم الإنساني والتي تتمثل في الأطوال والأعراض والمحيطات والأوزان. (تعريف إجرائي).
- الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق: أقصى كمية أوكسجين يستطيع جسم الفرد استخلاصها من الدم بوحدة زمن، وتقاس بعدد اللترات المستهلكة من الأوكسجين في الدقيقة الواحدة (لتر/الدقيقة) . (محمود، 1993).
- الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي: أقصى عدد من اللترات المستهلكة من الأوكسجين لكل كيلو غرام من وزن الجسم في الدقيقة الواحدة ويمكن حسابها عن طريق قسمة الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق بالتر على وزن الجسم بالكيلو غرام فيكون الناتج مليلتر/كغم/ د . (عبد الفتاح 2003) .
- القدرة اللاوكسجينية: أقصى شغل يمكن أن تتجزه عضلات الجسم في أقل فترة زمنية ممكنة بطريقة لأوكسجينية وبالاعتماد على النظام الفوسفاجيني بشكل رئيسي. (رشيد، 1992).
- السعة اللاوكسجينية: أقصى شغل يمكن أن تتجزه عضلات الجسم في أقل فترة زمنية ممكنة بطريقة لأوكسجينية وبالاعتماد على النظام الفوسفاجيني والنظام اللاكتيكي بشكل رئيسي. (رشيد، 1992).

محددات الدراسة:

الترم الباحث في إجراء الدراسة بالمحددات التالية:

- المحدد الزمني: قام الباحث بتطبيق الدراسة خلال الفترة ما بين 2005/5/5 إلى تاريخ 2005/7/25
- المحدد المكاني: صالات التدريب الخاصة بالأندية المستهدفة.
- المحدد البشري: اقتصرت هذه الدراسة على لاعبي الأندية الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) للموسم الرياضي 2006/ 2005 .

أسئلة الدراسة:

1. هل توجد فروق داله إحصائياً في الخصائص الجسمية بين الفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة ؟
2. هل توجد فروق داله إحصائياً في الخصائص الفسيولوجية بين الفرق الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة ؟

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي نظراً لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي كرة السلة الذكور تحت سن (14) سنة والمسجلين رسمياً ضمن سجلات الاتحاد الأردني لكرة السلة للموسم الرياضي (2006/2005) والبالغ عددهم (202) لاعباً.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من لاعبي الأندية التي احتلت المراكز الأربعة الأولى في بطولة كرة السلة تحت سن (14) سنة للموسم الرياضي (2006/2005)، تم اختيارهم بالطريقة العمدية وبواقع (12) لاعباً من كل نادي، والجدول (1) يوضح عينة الدراسة .

جدول (1) عينة الدراسة تبعاً لمتغير النادي

النادي	مركزه في البطولة	اللاعبين المشاركين في اختبارات الدراسة
الرياضي	الأول	12
الارينا	الثاني	12
الجيل	الثالث	12
الوحدات	الرابع	12
المجموع		48

أداة الدراسة:

قام الباحث باختيار مجموعة من الاختبارات والمقاييس الخاصة بلعبة كرة السلة بعد مراجعته للعديد من الدراسات والأبحاث والمراجع العلمية في هذا المجال مثل : (Apostolidis,2004) (خضر،2004)، (Jelici,2002)، (Tsunawake,2003)، (Gabriel,2003)، (إبراهيم وأبو سيف، 1999)، (رضوان،1998)، (Greene,1998)، (رشيد، 1992)، (Adams,1990) .
المعاملات العلمية لاختبارات الدراسة:

- الصدق: قام الباحث بعرض الاختبارات المختارة على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والكفاءة ومن أصحاب الاختصاص من الجامعة الأردنية والجامعة الهاشمية وجامعة الملك سعود بالمملكة العربية السعودية، وذلك بهدف التعرف على مدى ملائمة هذه الاختبارات للتطبيق على أفراد عينة الدراسة. وبناءً على ملاحظات وآراء الخبراء تم تعديل الاختبارات المقترحة، بحيث توصل الباحث إلى مجموعة الاختبارات الخاصة بلعبة كرة السلة وبما يتناسب مع خصائص وطبيعة عينة الدراسة وهي: اختبار كوبر جري ومشى 12 دقيقة لتقدير الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين، واختبار الخطوة للقدرة اللاوأكسجينية (15 ث و 60 ث) .

- الثبات: من أجل حساب ثبات الاختبارات ، قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test R Test) على عينة قوامها (18) لاعباً من لاعبي منتخب مدارس الاتحاد لكرة السلة

- تحت سن (14) سنة ، (من الصف السابع والثامن الأساسي) ، وذلك بفواصل زمني وقدره (3 أيام) بين التطبيقين، وقد حققت جميع اختبارات الدراسة معاملات ثبات مقبولة ومرتفعة، والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2) معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين (ثبات الاختبارات)

الاختبار	معامل الارتباط بين القياسين
اختبار كوبر (12) دقيقة	.904*
القدرة اللاوكسجينية	.912*
السعة اللاوكسجينية	.928*

(*) دال عند مستوى دلالة أقل من 0.01

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (7) لاعبين من لاعبي كرة السلة في مدارس المطران (الصف السابع والثامن) وذلك بهدف التأكد من كفاءة المساعدين ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات، واختبار مدى صلاحية الأدوات المستخدمة في الدراسة ، واختبار مدى وضوح استمارات التسجيل وكفاءة المحكمين في استخدامها، والوقوف على المشاكل والصعوبات التي قد تواجه الباحث عند إجراء الاختبارات. وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة الاستطلاعية عن مناسبة الاختبارات بالنسبة لأفراد العينة، ومناسبة الأدوات والأجهزة في القياس، وتفهم وكفاءة المساعدين، وتم إجراء تغيير في تصميم استمارات التسجيل لتصبح أكثر وضوحاً بالنسبة للمحكمين.

الأساليب الإحصائية المستخدمة: استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية:

• المتوسط الحسابي	• الانحراف المعياري	• معامل الارتباط بيرسون
• اختبار ليفين لتجانس التباين	• تحليل التباين الأحادي	• اختبار شيفية للمقارنات البعدية
<p>• تم تقدير الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي من خلال اختبار كوبر جري ومشى (12) دقيقة باستخدام المعادلة التالية:</p> $Vo_2max \text{ (مليتر/كغم/د) = (المسافة المقطوعة بالميل - 0.3138) } \div 0.0278$ <p>(السطري،2005)، (رضوان ، 1998)، (Adams,1990)</p>		
<p>• لتحويل المسافة المسجلة باختبار كوبر جري ومشى 12 دقيقة من متر إلى ميل تم قسمة المسافة بالمتر على (1.609)</p>		
<p>• تم تقدير الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق وذلك بضرب الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي في الوزن.</p>		
<p>• لحساب القدرة اللاوكسجينية تم استخدام المعادلة التالية :</p> $1.33 \text{ "D" } \text{ "Peak Anp" } = (F \text{ / T}$		
<p>• لحساب السعة اللاوكسجينية تم استخدام المعادلة التالية :</p> $1.33 \times D \text{) } \times \text{ An Cap } = (F$ <p>حيث أن:</p> <p>F = وزن اللاعب بالكيلو غرامات</p> <p>D = (المسافة 0.40 × عدد الخطوات في 15 ث)</p> <p>T = 15 ث</p> <p>1.33 = مقدار ثابت (السطري ، 2005)، (رضوان ، 1998)</p>		

عرض النتائج:

جدول (3) الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسات الجسمية والمتغيرات الفسيولوجية تبعاً لكل نادي

القياسات	النادي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الطول الكلي للجسم/ سم	الرياضي	184.25	3.28
	الوحدات	182.75	2.99
	الارينا	179.50	4.96
	الجليل	180.67	4.19
طول الطرف العلوي/ سم	الرياضي	82.42	3.06
	الوحدات	81.50	2.07
	الارينا	79.25	4.79
	الجليل	79.96	3.35
طول الطرف السفلي/ سم	الرياضي	116.42	3.32
	الوحدات	115.00	2.04
	الارينا	113.04	3.85
	الجليل	113.92	3.20
طول الذراع/ سم	الرياضي	83.42	3.45
	الوحدات	82.08	2.57
	الارينا	80.17	3.51
	الجليل	80.96	3.17
طول الكف/ سم	الرياضي	21.27	0.33
	الوحدات	21.04	0.14
	الارينا	21.18	0.24
	الجليل	21.08	0.19
الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق لتر / د	الرياضي	2.40	0.32
	الوحدات	2.29	0.21
	الارينا	2.13	0.62
	الجليل	2.14	0.32
الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي مليلتر / كغم / د	الرياضي	38.42	4.23
	الوحدات	36.63	2.83
	الارينا	34.47	4.65
	الجليل	35.09	3.94
القدرة اللاهوائية / وات	الرياضي	322.83	26.16
	الوحدات	313.33	19.18
	الارينا	296.42	30.95
	الجليل	303.00	23.95
السعة اللاهوائية / وات	الرياضي	299.33	3.87
	الوحدات	294.33	4.89
	الارينا	289.67	8.50
	الجليل	291.58	6.67

يوضح الجدول (3) الوسط الحسابي والانحراف المعياري للأندية الأربعة ولجميع اختبارات الدراسة، حيث يظهر في الجدول أن النادي الرياضي هو الفريق صاحب المتوسطات الأعلى وعلى جميع الاختبارات والقياسات.

جدول (4) نتائج اختبار ليفين لتجانس التباين للقياسات الجسمية و الفسيولوجية

مستوى الدلالة	درجة الحرية الكلية	درجة حرية المجموعات	قيمة اختبار ليفين	القياس / المتغير
0.490	44	3	0.82	الطول الكلي للجسم / سم
0.180	44	3	1.70	طول الطرف العلوي / سم
0.276	44	3	1.33	طول الطرف السفلي / سم
0.777	44	3	0.37	طول الذراع / سم
0.201	44	3	0.87	طول الكف / سم
0.098	44	3	2.23	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق لتر / د
0.548	44	3	0.72	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي مليلتر / كغم / د
0.632	44	3	0.58	القدرة اللاهوائية / وات
0.082	44	3	2.39	السعة اللاهوائية / وات

* قيمة ف الجدولية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha) = 2.82$

صلاحية تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي لتحديد فروق المتوسطات.

جدول (5) نتائج تحليل التباين الأحادي للقياسات الجسمية تبعاً لمتغير ترتيب النادي

مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	القياس
0.023	3.49*	53.92	3	161.75	بين المجموعات	الطول الكلي للجسم / سم
		15.46	44	680.17	داخل المجموعات	
			47	841.92	الكلية	
0.116	2.08	24.85	3	74.56	بين المجموعات	طول الطرف العلوي / سم
		11.94	44	525.40	داخل المجموعات	
			47	599.95	الكلية	
0.070	2.52	25.42	3	76.27	بين المجموعات	طول الطرف السفلي / سم
		10.07	44	443.06	داخل المجموعات	
			47	519.33	الكلية	
0.086	2.34	23.95	3	71.85	بين المجموعات	طول الذراع / سم
		10.22	44	449.73	داخل المجموعات	
			47	521.58	الكلية	
0.102	2.19	0.12	3	0.37	بين المجموعات	طول الكف / سم
		0.06	44	2.47	داخل المجموعات	
			47	2.84	الكلية	

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يوضح الجدول (5) نتائج تحليل التباين الأحادي للقياسات الجسمية قيد الدراسة ، حيث يظهر في الجدول عدم وجود فروق بين الفرق الأربعة إلا في متغير الطول الكلي للجسم.

جدول (6) نتائج اختبار شيفية للمقارنات البعدية للقياسات الجسمية الدالة تبعا لمتغير النادي

المتغير	النادي	الوحدات	الارينا	الجيل
الطول الكلي للجسم	الرياضي	1.50	(الرياضي) 4.75*	3.58
	الوحدات		3.25	2.08
	الارينا			1.16

* دال إحصائيا عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يوضح الجدول (6) نتائج اختبار شيفية للمقارنات البعدية للقياسات الجسمية الدالة تبعا لمتغير النادي .

جدول (7) نتائج تحليل التباين الأحادي للمتغيرات الفسيولوجية تبعا لمتغير ترتيب النادي

القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق لتر/ د	بين المجموعات	0.612	3	0.204	1.26	0.298
	داخل المجموعات	0.710	44	0.161		
	الكلي	0.771	47			
الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين النسبي مليلتر/ كغم/ د	بين المجموعات	111.63	3	37.21	2.36	0.084
	داخل المجموعات	693.53	44	15.76		
	الكلي	805.16	47			
القدرة اللاهوائية / وات	بين المجموعات	4853.23	3	1617.74	2.50	0.071
	داخل المجموعات	28421.25	44	645.94		
	الكلي	33274.48	47			
السعة اللاهوائية / وات	بين المجموعات	634.56	3	211.52	5.44*	0.003
	داخل المجموعات	1710.92	44	38.88		
	الكلي	2345.48	47			

* دال إحصائيا عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يوضح الجدول (7) نتائج تحليل التباين الأحادي للمتغيرات الفسيولوجية قيد الدراسة ، حيث يظهر في الجدول عدم وجود فروق بين الفرق الأربعة إلا في متغير السعة اللاهوائية.

جدول (8) نتائج اختبار شيفية للمقارنات البعدية للاختبارات الفسيولوجية الدالة تبعا لمتغير النادي

المتغير	النادي	الوحدات	الارينا	الجيل
السعة اللاهوائية	الرياضي	5.00	(الرياضي) 9.66*	(الرياضي) 7.75*
	الوحدات		4.66	2.75
	الارينا			1.91

* دال إحصائيا عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يوضح الجدول (8) نتائج اختبار شيفية للمقارنات البعدية للاختبارات الفسيولوجية الدالة تبعاً لمتغير النادي، حيث يظهر في الجدول بأن الفروق في متغير السعة اللاهوائية بين الأندية الأربعة كانت بين النادي الرياضي ونادي الأرينا ولصالح النادي الرياضي ، وبين النادي الرياضي ونادي الجليل ولصالح النادي الرياضي في كليهما .
مناقشة نتائج القياسات الجسمية :

يلاحظ أن ما أظهرته النتائج الموضحة في جدول (5) وهو عدم وجود فروق بين الأندية الأربعة إلا في متغير الطول الكلي للجسم يعتبر نتيجة منطقية نظراً لأهمية الطول الكلي للجسم في لعبة كرة السلة ، ولكن من غير المنطقي والذي لم يجد له الباحث تفسيراً هو عدم وجود فروق بين الأندية الأربعة في بقية المتغيرات (طول الطرف العلوي ، وطول الطرف السفلي ، وطول الذراع ، وطول الكف) لا سيما وأن الطول الكلي للجسم ينعكس بشكل طبيعي على بقية المتغيرات. ويعتبر الطول الكلي من أهم القياسات الجسمية التي يجب الاهتمام بها عند اختيار لاعبي كرة السلة ، وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه جرين Greene (1998) بقوله أنه لما كانت بعض المواصفات الجسمية لا تتغير تحت تأثير التدريب مثل الأطوال، فإنه من الأهمية بمكان مراعاتها عند اختيار الناشئين. ولهذه الصفة أهمية بالغة في العديد من المهارات الخاصة بلعبة كرة السلة ومنها على سبيل المثال المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية، حيث تشير معظم الإحصائيات التي تجري على بعض المباريات الهامة أن اللاعب ب الأطول هو في الغالب الأكثر تحقيقاً للمتابعات الدفاعية والهجومية ، وبالتالي فهو يمنح فريقه أفضلية التقدم في المباراة. إضافة إلى أهمية صفة الطول في مهارة التصويب لاسيما عند الوجود المكثف للمدافعين أمام اللاعب المهاجم، أو عند التصويب من أسفل السلة بعد المتابعات الهجومية، إضافة إلى أهمية صفة الطول في كرة القفز التي تجري في بداية المباراة ، حيث أن اللاعب الأطول في الفريق هو الذي يقع عليه الاختيار دائماً للقيام بهذه المهارة. والمتتبع لمباريات كرة السلة العربية والعالمية سوف يجد أن متوسط أطوال العديد من الفرق يزيد عن 1.90م مما يدل على اهتمام الفرق الكبيرة بصفة الطول عند اختيار اللاعبين. (الطل،2006)
في حين تُظهر نتائج اختبار شيفية للمقارنات البعدية للقياسات الجسمية الدالة تبعاً لمتغير النادي والموضحة في جدول (6) ، بأن الفروق في متغير الطول الكلي للجسم بين الأندية الأربعة كانت بين النادي الرياضي ونادي الأرينا ولصالح النادي الرياضي . حيث أن النادي الرياضي احتل المركز الأول في البطولة المذكورة، في حين أن نادي الأرينا احتل المركز الثالث وهذا يدل على أن صفة الطول الكلي كانت عاملاً مساعداً لصاحب المركز الأول في الفوز في البطولة ، إضافة إلى أن النادي الرياضي يمتلك أكبر مدرسة كرة سلة في الأردن من حيث أعداد اللاعبين المسجلين فيها ، الأمر الذي يتيح له فرصة اختيار لاعبي هذه الفئة (14 سنة) من بين عدد كبير جداً من اللاعبين. إضافة إلى أن النتائج الموضحة في جدول (6) لم تُظهر فروق في متغير الطول الكلي بين أندية الوحدات والأرينا والجليل، وهذا قد يعود إلى أن الفرق الثلاثة لم تعتمد في مبارياتها على لاعبي الارتكاز بشكل رئيسي ، ولكن كان الاعتماد على لاعبي المقدمة في عمليات الاختراق أو التصويب من المسافات البعيدة أو المتوسطة . أو من الممكن أن لاعبي الارتكاز في الأندية الثلاث لم يكونوا على درجة من الخبرة والكفاءة التي تجاري لاعبي الارتكاز في النادي الرياضي صاحب المركز الأول.
مناقشة نتائج القياسات الفسيولوجية:

لقد أظهرت النتائج الموضحة في جدول (7) عدم وجود فروق بين الأندية الأربعة في متغيرات الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين المطلق و النسبي والتي تقيس القدرة الهوائية عند اللاعبين ، وقد يعزو الباحث ذلك إلى أن نظام البطولة في الأدوار الأولى كان لا يسمح للاعب بان يلعب أكثر من فترتين لعب ، إضافة إلى أن تعليمات البطولة كانت تمنع الفرق من البدء بالدفاع من ملعب الخصم (الدفاع الضاغط) ، الأمر الذي جعل الاعتماد على القدرة الهوائية أمراً محدوداً ، هذا من جهة ، أما من جهة ثانية ففي الأدوار النهائية للبطولة والتي وصلت إليها الفرق الأربعة قيد الدراسة فإن هذه الفرق قد تطور

ما تتمتع به من لياقة هوائية بحكم عدد المباريات الكبير الذي لعبته (نظام البطولة)، وبحكم استمرارية هذه الفرق في التدريب على عكس الفرق التي خرجت من البطولة. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الأندية الأربعة في متغير القدرة اللاهوائية وذلك قد يعود إلى أن هذه القدرة تعتمد على الطاقة المنتجة من خلال النظام الفوسفلجيني (ATP + PC) فقط، دون أن يتكون حامض اللاكتيك عند الحصول على الطاقة من هذا النظام، الأمر الذي يجعل هذه الصفة تتواجد عند الفرق الأربعة على حد سواء كونها لا تحتاج إلى درجة كبيرة من التدريب قياساً مع السعة اللاهوائية والتي تعتمد في الحصول على الطاقة من النظام الفوسفلجيني والنظام اللاكتيكي، وهذا يحتاج إلى تدريب أكثر للعمل في ظل وجود وتراكم حامض اللاكتيك في العضلات .

في حين لم تظهر الفروق بين الأندية الأربعة إلا في متغير السعة اللاهوائية ، حيث أنه وفي مجال فسيولوجيا الجهد البدني و الرياضة تعني كلمة لاهوائي Anaerobic العمل العضلي الذي لا يعتمد على الأوكسجين في إنتاج الطاقة (سيد ، 2003) ، ويمكن تعريف التحمل اللاهوائي بأنه القدرة على تكرار انقباضات عضلية عنيفة تعتمد على إمداد الطاقة بطريقة لاهوائية . (عبد الفتاح ، 1998)، في حين يرى هزاع (1992) بأن القدرة اللاهوائية تمثل قدرة الفرد على أداء شغل معين في زمن معين بالاعتماد على الطاقة اللاهوائية للعضلات . وأنه وعلى الرغم من أن الطابع العام المميز للعبة كرة السلة هو العمل العضلي بوجود الأوكسجين إلا أنه لا يمكن تجاهل العمل العضلي بعدم وجود الأوكسجين (القدرة اللاهوائية) حيث يشير (Apostolidis,2004) إلى أن بعض الرياضات مثل كرة السلة تشمل على كلا العاملين الهوائي واللاهوائي وأن كرة السلة تتطلب من اللاعب إخراج أقصى قدرة خلال فترة قصيرة من الزمن مع عدم وجود أكسجين .

وعلى ضوء ما تقدم نجد أن السعة اللاهوائية، ذات أهمية بالغة في لعبة كرة السلة والتي تتضمن العديد من المتطلبات التي تؤدي بشدة عالية ولفترة قصيرة كالعدو السريع لمسافات قصيرة، والهجوم الخاطف السريع ، وتغيير الاتجاه المفاجئ ، التحرك السريع من جانب إلى آخر ، العودة إلى الاتجاه المعاكس مع تغيير معدل السرعة ، ورفع السرعة إلى مستويات مختلفة. (Wilkins,1994).

في حين أظهرت نتائج اختبار شيفية للمقارنات البعدية للقياسات الفسيولوجية الدالة تبعاً لمتغير النادي والموضحة في جدول (8)، بأن الفروق في متغير السعة اللاهوائية كانت بين أندية الرياضي والأرينا والجليل ولصالح النادي الرياضي. وهذه نتيجة منطقية بأن يتفوق صاحب المركز الأول على أصحاب المراكز الثالث والرابع في متغير السعة اللاهوائية. التي تعني القدرة على العمل وإنتاج الطاقة في ظل تراكم حامض اللاكتيك. وبلا شك أنه وعلى الرغم من أن محددات النجاح في كرة السلة للناشئين تعتمد على عوامل عديدة غير الجسمية والفسيولوجية، إلا أن هذه الاختبارات ممكن أن تساهم وبشكل كبير في إجراءات انتقاء الناشئين أولاً ومن ثم تحقيق الفوز والاستمرار عليه.

الاستنتاجات:

1. أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للنادي الرياضي وعلى جميع اختبارات الدراسة كان هو الأعلى ، تلاه المتوسط الحسابي لنادي الوحدات.
2. لم تُظهر النتائج فروق في القياسات الجسمية قيد الدراسة بين الأندية الأربعة سوى في قياس الطول الكلي للجسم بين الرياضي والأرينا ولصالح الرياضي.
3. لم تُظهر النتائج فروق في القياسات الفسيولوجية قيد الدراسة بين الأندية الأربعة سوى في اختبار السعة اللاهوائية بين الرياضي والأرينا ولصالح الرياضي ، وبين الرياضي والجليل ولصالح الرياضي.

التوصيات

1. ضرورة اهتمام المدربين بالطول الكلي للجسم والسعة اللاهوائية للاعبين كرة السلة الناشئين لما لهما من اثر إيجابي وقدرة تنبؤية في الحصول على مركز متقدم .
2. استخدام متغيرات الدراسة الجسمية والفسولوجية في تقويم مستويات ناشئي كرة السلة ، والاعتماد عليها كأداة تساعد في عمليات الاختيار والتنبؤ .
3. الاهتمام بالجوانب التي اشتملت عليها الدراسة ، عند وضع البرامج التدريبية للناشئين في كرة السلة ، وعدم إغفال أيها منها .
4. الاهتمام بالاختبارات و المقاييس بشكل عام عند التخطيط للموسم التدريبي وذلك لما تقدمه هذه الاختبارات من فوائد متعددة للمدرب سواء في مجال تقويم برامجه التدريبية ، أو لاعبيه ، أو حتى في مجال تقويم نفسه .
5. إجراء دراسات مستقبلية تتبعية على فئات الناشئين لمراقبة المستويات التي يمكن لهم الوصول إليها اعتماداً على الاختبارات الوظيفية والقياسات الجسمية.

المراجع العربية :

- إبراهيم . سناء عباس وأبو سيف. محمد حازم (1999). دراسة عاملية للقياسات الانثروبومترية كأساس لانتقاء الناشئين في كرة السلة. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة.
- إبراهيم. مروان عبد المجيد.(1999). الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية. دار الفكر. عمان.
- أبو عبدون. فاطمة محمود (2003). دراسة عاملية لبعض الخصائص الجسمية والوظيفية والنفسية لناشئي كرة اليد بمحافظة الشرقية. مجلة بحوث التربية الرياضية . المجلد 26 العدد 63 .
- تلاحمة. منير محمود. (2007). الخصائص الفسيولوجية والبدنية للاعبين كرة الطائرة الشباب المتميزين في الاردن. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية . عمان . الأردن .
- حسانين، محمد صبحي . (2004). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة . ط 6. دار الفكر العربي . القاهرة.
- حسن . دلال علي . (1997) . تصميم الشكل الجانبي (البروفيل) في بعض القياسات الجسمية والفسولوجية والعقلية للاعبين المتميزين في كرة السلة . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة. مصر.
- حسن. زكي محمد محمد.(2006). التقويم التربوي في المجال الرياضي: أنظمة تطبيقية لتقييم الرياضيين وبرامج التربية الرياضية. المكتبة المصرية . الإسكندرية.
- الخاروف. خالد سليمان عبد النبي. (1998). القياسات الجسمية والفسولوجية المساهمة في مستوى الإنجاز الرياضي عند لاعبي الدراجات الهوائية . رسالة ماجستير غير منشورة. عمان. الأردن.
- خاطر. أحمد محمد و البيك. على فهمي.(1996). القياس في المجال الرياضي. ط 4 . القاهرة. دار الكتاب الحديث.
- خضر. محمد احمد محمد.(2004). القياسات الجسمية وعلاقتها بالأداء البدني المهاري للاعبين كرة السلة تحت سن 18 سنة. رسالة ماجستير غير منشورة . عمان. الأردن.

- درويش. كمال. وآخرون. (1998). الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد . القاهرة . مركز الكتاب للنشر.
- رشيد. بلال عبد العزيز محمود. (1992). العلاقة بين بعض اختبارات اللياقة اللاؤكسجينية. رسالة ماجستير غير منشورة . عمان. الأردن.
- رضوان. محمد نصر الدين. (1998). طرق قياس الجهد البني في الرياضة. القاهرة مركز الكتاب للنشر.
- زيدان. مصطفى محمد. (2006). تعليم ناشئي كرة السلة . ط3. (د . ن). القاهرة . مصر.
- السطري. رائد محمد. (2005). بناء بطارية اختبار لقياس المتغيرات البدنية والمهارية والجسمية والفسيولوجية لدى ناشئي كرة السلة في الأردن. دراسة عاملية. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية الرياضية. الجامعة الأردنية.
- سلامة. بهاء الدين إبراهيم. (2000). فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني. دار الفكر العربي. القاهرة.
- سيد. أحمد نصر الدين. (2003). نظريات وتطبيقات فسيولوجيا الرياضة . القاهرة . دار الفكر العربي.
- الطل. مصطفى عطا. (2006). أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة السلة. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية. عمان . الأردن.
- عباس . إسلام "محمد قدرى" . (2005). أثر التصور الذهني المصاحب للأداء المهاري تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة للفئة العمرية 14-16 سنة . رسالة ماجستير غير منشورة . الجامعة الأردنية. عمان. الأردن.
- عبد الفتاح . أبو العلا أحمد . (1998) . بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي . القاهرة . دار الفكر العربي .
- عبد الفتاح. أبو العلا. (2003) . فسيولوجيا التدريب والرياضة . دار الفكر العربي، القاهرة.
- العفيفي. إيهاب كامل (2002) . المتغيرات البدنية والجسمية لدى لاعبي الجودو وعلاقتها بنتائج المباريات. مجلة بحوث التربية الرياضية. كلية التربية الرياضية. جامعة الزقازيق. م 25 . ع 61 ديسمبر.
- علاوي . محمد و رضوان . محمد . (1988) . القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. ط2 . القاهرة، دار الفكر العربي.
- الكيلاني. هاشم عدنان.(2006). فسيولوجيا الجهد البدني والتدريبات الرياضية. دار حنين. مكتبة الفلاح عمان، الأردن.
- محمود. عبد الناصر عبد الرحيم. (1993). الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين والقدرة اللاهوائية عند لاعبي خطوط اللعب المختلفة. رسالة ماجستير غير منشورة. عمان. الأردن.
- النجار. عبد الوهاب محمد. (1990) . تباين القياسات الجسمية بين رياضيي المستويات العالية السعوديين تبعاً لتباين الرياضة الممارسة . مجلة جامعة الملك سعود . المجلد الثاني العلوم التربوية 2
- النجار. عبد الوهاب محمد. (1992) . دليل الخصائص الجسمية لاختيار ناشئي بعض الألعاب الجماعية للمنتخبات الوطنية بالمملكة العربية السعودية . المجلة العربية للعلوم الإنسانية. العدد 40 . مجلس النشر العلمي . جامعة الكويت.
- الهزاع . هزاع بن محمد . (1992) . تجارب معملية في وظائف أعضاء الجهد البدني . المملكة العربية السعودية . عمادة شؤون المكتبات في جامعة الملك سعود .

المراجع الأجنبية :

- Adams , Gene M (1990) . **Exercise Physiology Laboratory Manual**. Wm. C . Brown Publishers. P 141 - 144
- Apostolidis N , Nassis G.P., Bolatoglou T , Geladas N.D . (2004). Physiological And Technical characteristics Of Elite Young Basketball Players . **Journal Of Sports Medicine And Physical Fitness** , Pages 157- 163.
- Gabriel, Managra , Gheorge .S. Dragoi ,Elena T. Rinderu, (2003) . A Study Of The Anthropometric Characterstics Of Performance Athletes – Diagnoses And Training Guidelines. **Universitatea din Craiova , Craiova , Romania** .
- Greene J.J., Mcguine T.A., Levenson G., Best T.M . (1998) Anthropometric And Performance Measures For High School Basketball Players . **Journal Of Atheltic Training** ,33(3) ,Pages229-232. Cited 1 Times.
- Hoare D.G .Predicting, (2000), Success In Junior Elite Basketball Players - The Contribution Of Anthropometric And Physiological Attributes. **Journal Of Science And Medicine In Sport**, Pages 391 –405 . Cited 1 Times.
- Hoare,D,G.Warr,C.R.(2001),Talent Identification And Women’s Soccer, **Journal of sports sciences(JSS)** .
- Jelcic M ., Sekuic D ., Marinovic M. (2002) , Anthropometrics Characteristics Of High Level European Junior Basketball Players .**Collegium antropogicum**, 26 Suppl, Pages 69- 76. Cited 1 times.
- Lamonte M.J Mckinny J.T ,Quinn S.M Bainbridge C.N , Eisenman P.A, (1999) , Comparison Of Physical And Physiological Variables For Female Collage Basketball Players , **Journal Of Strength And Conditioning Research** .

أثر برنامج تدريبي مقترح في ملاعب مصغرة على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم

أ.محمد حجار خرفان

معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم

ملخص:

مما لا شك فيه أن عملية التدريب الرياضي تهدف إلى تأهيل وتطوير مستوى الرياضي الذي يتعرض إلى مناهج تدريبية على وفق الأساليب العلمية، بالرغم من الاهتمام الكبير بالعملية التدريبية وبكل مفرداتها والتعامل العلمي مع عناصرها الأساسية بالمنهج واللاعب ووسائل وطرق التدريب ظلت نوعية التدريبات المقدمة دون الاهتمام المطلوب.

إن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداء الحركي بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها وفق مواقف اللعب الحقيقية وتزويد من قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط في أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بمواقف لم يتم التدريب عليها ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجب المهاري والخططي.

إذن فتدريبات الملاعب المصغرة هي إحدى وسائل تثبيت وتطوير المهارات الأساسية فمثل هذه التدريبات تضمن مواقف لعب كثيرة مثل ما يحدث في المباريات من وجود زملاء ومساعدین ومنافسين ومواقف متغيرة ومتباينة وعبئ بدني ومنافسة حقيقية، كذلك فإن عدد أداء المهارات في زمن يسير في مثل هذه الملاعب المصغرة يعتبر كبيرا جدا مما يتيح تكرارات مؤثرة.

وعلى ضوء ما تقدم من آراء الباحثين إضافة إلى خبرة الباحث الميدانية والنظرية كذلك رأي خبراء كرة القدم في الجزائر نلاحظ قلة استخدام الأسس العلمية في تدريب الناشئين ومنها استخدام اللعب على ملاعب مصغرة ومنه توصل الباحث إلى تحديد موضوع دراسته في معرفة أثر برنامج تدريبي مقترح في الملاعب المصغرة لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم تحت 14 سنة.
الكلمات الأساسية: الملاعب المصغرة - الصفات البدنية - المهارات الأساسية.

The impact of a proposed training program in the : Reduced land to develop some of the physical attributes and basic skills for emerging football

Abstract:

There is no doubt that the process of sports training for the rehabilitation and development of the level of sports, which is exposed to the training curricula according to scientific methods, but of great interest in the training process and all terms and handling of scientists with the basic elements of the program and the player and the means and methods of training was the quality of training without the required attention. The acquisition of the player to various forms of motor performance, similar to the requirements of the game allows him to select the best positions to understand reality and increase its ability to maneuver and implementation of plans in place in different directions, not surprising positions are not the form, and then reach the speed of performance accuracy and consistency in the implementation of the obligation and tactical skills. Then the drive center on land is reduced a way to install and develop basic skills such as these exercises included the positions of play much like what happens in games of the presence of colleagues and associates and competitors, and change attitudes and varied and the burden of physical and real competition, and the number of performance skills at the time to move the land is reduced very broad, allowing duplicates impressive. In light of the foregoing views of the researchers add to the experience of field theory researcher and expert opinion of football in Algeria note the absence of bases used in the scientific training of young people, including the use of the game on the mini golf and the researcher to identify the object of his study to determine the impact of a proposed training program in the grounds of mini-develop certain physical attributes and techniques which basis for emerging football under 14 years.

Keywords: Reduced land - the physical attributes - the core competencies.

* المقدمة ومشكلة البحث:

إن البرامج التدريبية لها دور كبير وحساس في مجال تكوين اللاعبين خاصة الفئات الصغرى. حيث أنها الوسيلة التي يمكن من خلالها إكساب اللاعبين القدرات البدنية والمهارية وخطط اللعب المختلفة، ضف إلى ذلك القدرات العقلية والنفسية التي تسهم في الارتقاء بمستواهم إلى أقصى درجة ولا يتم هذا إلا من خلال إعداد خطط تدريبية مقننة.

وهذا ما تأكد عن Weineck حيث يقول: "إن الممارسة الرياضية أظهرت بوضوح أن النتائج العالية لا يمكن أن نحققها ما لم يكن بناء قاعدي متين خلال مرحلة لطفولة والمراهقة وهذا ما يحتم علينا تخطيطاً طويلاً المدى في مجال التدريب (jurgon, 1986, 309).

لقد تطورت لعبة كرة القدم في السنوات الأخيرة وتغير طابع اللعب نظراً لتعدد طرق اللعب الحديثة حيث ازدادت سرعة اللعب وارتفاع مستوى الأداء المهاري والخططي على الرغم من أن العديد من الدراسات والأبحاث في مجال تدريب كرة القدم عامة وتدريب الناشئين خاصة قد ركزت على عملية البرمجة أو المبادئ العلمية للتدريب الرياضي وعلاقة الجانب البدني وارتباطه بالجانب المهاري، واستخدام محتوى التدريبات التقليدية بالكرة وبدونها، إلا أن تلك الدراسات لم تتطرق إلى التدريبات النوعية من حيث شكل الأداء والعمل العضلي وعلاقته بمتطلبات اللعب في كرة القدم. كما أنه في الفترة الأخيرة بدأ الاهتمام بشكل ونوعية النشاط الحركي للاعبين في مجال كرة القدم أثناء المباريات وهو ما يوضح أهمية الحاجة إلى نوعية خاصة من التدريبات تتماشى وطبيعة الأداء المهاري والحركي ومواقف اللعب المتغيرة والسريعة.

إذ يتفق كل من إبراهيم حماد (حماد، 1987، 19) وحنفي محمود (مختار، 1994، 117) على أن نجاح الأداء الحركي للاعب خلال المباراة يتوقف على درجة ومستوى ثبات واستقرار المهارات الحركية لديه ومدى إتقانه لها مهما تغيرت الظروف ومواقف اللعب أثناء المباراة".

كما أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداء الحركي بما يشابهه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها وفق مواقف اللعب الحقيقية وتزيد من قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط في أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بمواقف لم يتم التدريب عليها ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجب المهاري والخططي. ويضيف حنفي محمود مختار في نفس السياق: "أنه على المدرب أن يعمل على تثبيت المهارات الأساسية بحيث تؤدي بدقة وإتقان أثناء التدريب. وأن تؤدي في ظروف تشبه ظروف المباراة، مثل التدريبات المركبة مع الزميل وأن هذه التقسيمات تتطلب من اللاعب أداء صحيحاً وسريعاً للمهارات تحت ضغط اللاعبين الخصوم في حيز ضيق من الملعب هذا بالإضافة إلى أن هذه التدريبات تعطي اللاعب الخبرات التي تجعله يقتصد في مجهوده أثناء الأداء مع القدرة على حسن التصرف وهذوء الأعصاب أثناء اللعب (مختار، 1994، 119).

ويتفق محمد عبده صالح ومفتي إبراهيم مع إبراهيم شعلان وعمرو أبو المجد في أنه: "يمكن تثبيت أداء المهارات الأساسية تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباريات من خلال تمرينات تخلق مواقف مثل تلك مثل موقف 2 ضد 2 و 3 ضد 3 أو 2 ضد 3 أو حتى 3 ضد 4 (محمد عبده صالح الوحش، مفتي إبراهيم حماد، 1994، 85) (إبراهيم شعلان، عمرو أبو المجد، 1996، 213). في حين يرى محمد كشك وأمر الله البساطي: "بأن تدريبات الملاعب المصغرة أو أسلوب المنافسات يعد من أفضل الأساليب لاستثارة نشاط اللاعب وزيادة دوافع ممارسته نحو الأداء، ذلك لأنه يعتمد على ديناميكية اللعب الجماعي المتشابهة للأداء خلال المباريات حيث يؤدي ذلك إلى ترقية وتحسين كفاءة المهارات وتحقيق الثبات والاستقرار لمراحل الأداء الفني للمهارة الخاصة في المواقف المتغيرة داخل المباراة" (محمد كشك، أمر الله

البساطي، 2000، 184). ويضيف B. CHAREF أنه من خلال تبادل مواقف اللعب المستمر تظهر أهمية استخدام المهارات الهجومية والدفاعية والقدرة على انتقاء أنسب المهارات التي تتماشى مع طبيعة الموقف المتغير مما يتيح تحقيق الهدف الأساسي من لعبة كرة القدم وهو إصابة مرمى الفريق الخصم بأكبر عدد من الأهداف ومنعه من إصابة مرماه (charef, 2001, p4).

إذن فالتدريبات التي تجرى في ملاعب مصغرة هي إحدى وسائل تثبيت وتطوير المهارات الأساسية فمثل هذه التدريبات تضمن مواقف لعب كثيرة مثل ما يحدث في المباريات من وجود زملاء ومساعدين ومنافسين ومواقف متغيرة ومتباينة وعبئ بدني ومنافسة حقيقية، كذلك فإن عدد أداء المهارات في زمن يسير في مثل هذه الملاعب المصغرة يعتبر كبيراً جداً مما يتيح تكرارات مؤثرة. وعلى ضوء ما تقدم من الآراء إضافة إلى خبرة الباحث الميدانية والنظرية وكذا رأي بعض خبراء كرة القدم في الجزائر نلاحظ قلة استخدام الأسس العلمية في تدريب الناشئين ومنها استخدام اللعب على ملاعب مصغرة ومنه توصل الباحث إلى تحديد موضوع دراسته في معرفة أثر برنامج تدريبي مقترح في الملاعب المصغرة لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم تحت 14 سنة، ومن أجل تم طرح التساؤلات التالية:

1. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية البدنية والمهارية بين العينة الضابطة والتجريبية؟

2. هل للبرنامج التدريبي المقترح على ملاعب مصغرة تأثير في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية للناشئين عينة البحث؟

* أهداف البحث:

1. معرفة الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية البدنية والمهارية بين العينة الضابطة والتجريبية.
2. معرفة أثر البرنامج التدريبي المقترح على ملاعب مصغرة في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.
3. وضع برنامج تدريبي مقترح على الملاعب المصغرة لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم تحت 14 سنة.

* فروض البحث:

- الفرضية الرئيسية:
- البرنامج المقترح على ملاعب مصغرة يؤثر إيجاباً في تطوير الصفات البدنية والمهارات الأساسية قيد الدراسة لناشئي كرة القدم.
- الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البدنية والمهارية القبلية والبعدية للعينة التجريبية وهي لصالح الاختبارات البعدية.

2- توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البدنية والمهارية القبلية والبعدية للعينة الضابطة وهي لصالح الاختبارات البعدية.

3- توجد فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البدنية والمهارية البعدية للعينة الضابطة والعينة التجريبية وهي لصالح العينة التجريبية.

* التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث:

الملاعب المصغرة: هي مساحات تحدد حسب هدف التدريب في مواقف مماثلة للأداء الفعلي أثناء المباريات. (تعريف إجرائي)

الصفات البدنية: مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس (كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين، 1978، 127).

المهارات الأساسية: هي كل الحركات الضرورية والهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه التحركات بالكرة أو بدونها (مختار، 1994، 65).

* الدراسات السابقة والمشابهة:

- دراسة **أشرف علي جابر 1990:** هدفت الدراسة إلى: تحديد أثر البرنامج المقترح في تطوير الجانب البدني والمهاري للاعبين كرة القدم فئة 13 سنة، إضافة إلى تحديد أثر البرنامج التقليدي في تطوير الجانب البدني والمهاري.

13 تحديد أثر أي من البرامج أكثر تأثيراً في تطوير الجانب البدني والمهاري للاعبين كرة القدم فئة 13 سنة.

طبق هذا البرنامج على عينة قوامها 20 لاعبا فئة 13 سنة، واستعمل الباحث الإختبارات البدنية والمهارية.

أما المنهج المستعمل فقد تمثل في المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي في الجانب المهاري والبدني لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

2. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي في الجانب المهاري والبدني للمجموعة الضابطة.

3. توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة إبراهيم حنفي شعلان 2000: هدفت الدراسة إلى معرفة أثر استخدام الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء لناشئ كرة القدم حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة القياس القبلي والبعدي لعينتين تكونت من 30 لاعب من ناشئ غزل المحلة وقد خلصت الدراسة إلى التأكيد على ضرورة استخدام الألعاب التمهيدية ضمن برامج إعداد الناشئين، وكذا مراعاة إعداد الألعاب التمهيدية وفق شروط منظمة ومحددة وهادفة بما يتواءم مع متطلبات الأداء ، بالإضافة إلى التركيز على استخدام الألعاب التمهيدية بصورة مكثفة ومتوازنة لتطوير وتحسن الأداء لكافة عناصر اللعبة وعدم الاقتصار على أدائها بهدف التهيئة أو الترويح.

- دراسة بن قاصد علي الحاج محمد 2005: هدفت الدراسة إلى تقويم البرامج التدريبية لمدرسي مدارس كرة القدم عينة البحث قصد الدراسة ، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة من ناشئ مدارس كرة القدم في مناطق الغرب الجزائري وأسفرت الدراسة على النتائج التالية

1. نقص اهتمام المدربين بالاشتراك في دراسات تدريبية مرتبطة بالتدريب الرياضي.
2. عدم ملائمة التمارين البدنية- المهارية- الخطئية- مع مختلف المراحل العمرية.

* التعليق على الدراسات السابقة والمرتبطة:

من خلال ما قام به الباحث من قراءات واستطلاع لنتائج وتقارير الأبحاث السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة، تمكن من استخلاص أهم الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة والتي تم الاستعانة بها في الدراسة وقد راعى الباحث اختيار ما هو متاح من إصدارات.

الدراسات المشابهة التي استعان بها الباحث كانت قد صدرت في الفترة الزمنية من (1989) حتى (2005) وهذا ما يثبت حداثة تلك الدراسات، والتي كان معظمها يرتبط بأثر برامج تدريبية في تنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية.

وقد استفاد الباحث من تحليل هذه الدراسات من حيث المنهج المستخدم وهو المنهج التجريبي و الوسائل وأدوات المستخدمة في جمع البيانات كالاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بلاعبين كرة القدم عبر المراحل العمرية المختلفة وكذلك في طريقة بناء البرامج المقننة التي تسمح بتطوير الصفات البدنية والمهارات الأساسية باستخدام الطرق والوسائل الحديثة في عملية تدريب وإعداد لاعبي كرة القدم. و خلاصة القول فإن جل هذه الدراسات أضفت إلى ضرورة تأهيل المدربين بما يتماشى ومتطلبات التدريب الحديث وذلك لما يلعبه المدرب من دور أساسي في العملية التدريبية كما أكدت معظم الدراسات أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداء الحركي بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها وفق مواقف اللعب الحقيقية ولا يفاجئ بمواقف لم يتم التدريب عليها ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجبات كما شكلت هذه الدراسات إطاراً نظرياً لموضوع الدراسة الحالية.

* الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية لغرض مسح ومعرفة الكيفيات التي تتم من خلالها العملية التدريبية وذلك من خلال تقسيم استبيان على مجموعة من المدربين وبغية الإطلاع على سير العملية التدريبية ومعرفة الأسس التي تبني عليها التدريبات، وقد تكون الاستبيان من محورين شمل الأول محتوى التدريبات أما الثاني فقد شمل أهم الطرق التي تطبق بها هذه التدريبات. ومن خلال هذا فقد توصلت هذه الدراسة إلى أن العملية التدريبية لا تبني على أسس علمية صحيحة مما ينعكس سلبا على أداء اللاعبين، وهذا ما دفع الباحث إلى اقتراح برنامج تدريبي على ملاعب مصغرة كتدريبات نوعية، وقبل الشروع في تطبيق البرنامج تم إجراء اختبارات بدنية ومهارية قبلية على العينتين التجريبية والضابطة وتمثلت الاختبارات البدنية في: اختبار الجري 30 متر، اختبار القفز العمودي للأعلى، اختبار الجري بين الحواجز. أما الاختبارات المهارية فتمثلت في اختبار السيطرة على الكرة في مساحة محددة، اختبار الجري بالكرة بين القوائم، اختبار التمرير والاستلام والتحكم.

* منهجية البحث:

المنهج: استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي وذلك باستخدام القياس القبلي والبعدى،
مجتمع وعينة البحث:

تمثل مجتمع البحث في أصغر البطولة الجهوية لرابطة وهران لكرة القدم – المستوى الثاني – للموسم الرياضي 2009 – 2010، والذين بلغ عددهم 350 لاعب، حيث قام الباحث باختيار عينة مكونة من مجموعتين ضابطة وتجريبية تمثلت الأولى في أصغر اتحاد مستغانم بعدد 25 لاعب وتمثلت الثانية في أصغر وفاق مزهران بنفس عدد للاعبين.

جدول رقم(2) يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث

النسبة المئوية	العدد	
100%	350	المجتمع الأصلي
14.28%	50	عينة البحث

وقد تم إجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وذلك بدراسة بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي أي الصفات البدنية والمهارات الأساسية والتي أوضحتها وأكدها الدراسات السابقة، حيث راعى الباحث مدى تجانس العينتين في متغيرات الوزن الطول العمر كما هو موضح في الجدول التالي:

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		T المحسوبة	T الجدولية	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع			
السن	13.48	1.53	13.34	0.84	1.02	2.02	غير دال
الوزن	38	2.22	38.12	4.61	1.45		غير دال
الطول	151.9	3.36	152.3	3.83	1.48		غير دال

عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 48.

جدول رقم (3) يبين تكافؤ العينتين من حيث متغيرات الوزن الطول والسن

* مجالات البحث:

– المجال البشري: تم اختيار العينة بالطريقة العمدية والتي تمثلت في أصغر فريقي وفاق مزهران وإتحاد مستغانم والذين بلغ عددهم 50 لاعبا.

المجال الزمني: تمت الدراسة التجريبية الرئيسية في الفترة الممتدة من 2009.10.04 إلى غاية 2010.04.07، وفيها تم إجراء الاختبارات البدنية والمهارية القبلية والبعدية وكذا تطبيق مفردات البرنامج التدريبي المقترح.

- **المجال المكاني:** أجريت الاختبارات البدنية والمهارية القبلية والبعدية بالإضافة إلى الوحدات التدريبية المقترحة في الملعب البلدي مزگران وكذا ملعب بن سليمان مستغانم.

* **أدوات جمع البيانات:** استخدم الباحث في عملية جمع البيانات الأدوات التالية:

- أولاً: المصادر والمراجع العربية والأجنبية. - ثانياً: الاستبيان - ثالثاً: الاختبارات البدنية والمهارية.

- رابعاً: الوحدات التدريبية المقترحة - خامساً: الوسائل الإحصائية.. * المتوسط الحسابي. * الانحراف المعياري. * اختبار دلالة الفروق T ستودنت.

* الأسس العلمية المعتمدة في وضع البرنامج التدريبي المقترح:

إن البرامج التدريبية لها دور هام مجال تدريب الناشئين حيث أنها الوسيلة الرئيسية لرفع مستوى أداء اللاعبين في الأنشطة المختلفة. لذا أصبحت نظريات التدريب وطرقها الحديثة مدخلا هاما لإحراز أفضل النتائج الممكنة في ضوء قدرات اللاعب وإمكانياته، وتتطلب رفع كفاءة لاعب كرة القدم أمورا كثيرة منها التخطيط السليم للتدريب الرياضي ومستوى الأداء المهاري والبدني والخططي.

هذا وقد اعتمد الباحث على المراجع العلمية والدارسات السابقة وأحدث الدراسات على شبكة الانترنت المتخصصة في تدريب الناشئين بغية تحديد أفضل وأنسب الطرق والمبادئ للتخطيط وإعداد البرنامج التدريبي لكي يتلاءم وطبيعة التدريب على ملاعب مصغرة وفق تقسيمات مناسبة.

وانطلاقا من هذا أمكن التوصل لوضع أسس للبرنامج التدريبي ليتلاءم وصغر مساحة الملاعب ويمكن تلخيصها في:

- مراعاة البرنامج لطبيعة التشكيلات ومساحة الملاعب.
- مراعاة المبادئ العامة في تطبيق حمل التدريب من التدرج في الحمل، الفروق الفردية.
- الحرص على التنوع واستخدام أحدث التمرينات والتشكيلات في تنفيذ البرنامج وذلك بالاعتماد على تسجيلات الفيديو والمراجع المختصة بالإضافة إلى شبكة الانترنت.
- الاهتمام بالجانب الترويحي وعدم إهمال عنصر التشويق والمنافسة.

* عرض ومناقشة النتائج:

بعد إجراء الاختبارات البدنية والمهارية القبلية وتطبيق البرنامج ثم إجراء الاختبارات البعدية وبعد المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية البدنية والمهارية باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا استخدام T لدلالة فروق متوسطين لعينتين مستقلتين متساويتين في العدد تم التوصل إلى النتائج الآتية:

الدالة الإحصائية	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		ن		
			ع	س	ع	س			
دال إحصائيا	2.02	05.80	0.23	5.13	0.22	5.71	25	العينة التجريبية	إختبار الجري 30 متر
دال إحصائيا		15.14	0.14	5.24	0.17	5.77	25	العينة الضابطة	
دال إحصائيا	2.02	02.46	2.82	28.2	3.98	25.84	25	العينة التجريبية	إختبار القفز العمودي لأعلى
دال إحصائيا		02.36	3.27	28	5.18	25.16	25	العينة الضابطة	
دال إحصائيا	2.02	10.30	0.32	8.54	0.47	9.57	25	العينة التجريبية	إختبار الجري بين الحواجز
دال إحصائيا		02.66	0.99	9.08	0.57	9.60	25	العينة الضابطة	

جدول رقم (4) يبين نتائج الاختبارات البدنية القبلية والبعدي لعينة البحث

يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق دالة إحصائية لدى العينة التجريبية بين الاختبارات البدنية القبلية والبعدي وهي لصالح الاختبارات البعدي حيث تراوحت قيمة t المحسوبة بين 02,46 إلى 10,30 وهي قيم كلها أكبر من قيمة t الجدولي والتي قدرت ب: 2,02 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 48. يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق دالة إحصائية لدى العينة الضابطة بين الاختبارات البدنية القبلية والبعدي وهي لصالح الاختبارات البعدي حيث تراوحت قيمة t المحسوبة بين 02,36 إلى 15,14 وهي قيم كلها أكبر من قيمة t الجدولي والتي قدرت ب: 2,02 عند مستوى الدلالة 0,05

جدول رقم (5) يبين نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدي لعينة البحث.

الدالة الإحصائية	قيمة t الجدولي	قيمة t المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		ن		
			ع	س	ع	س			
دال إحصائيا	2.02	7.90	17.12	46.48	8.77	23.84	25	العينة التجريبية	إختبار السيطرة على الكرة
دال إحصائيا		2.03	4.69	29.04	9.86	24.52	25	العينة الضابطة	
دال إحصائيا	2.02	4.73	1.43	19.16	2.16	12.21	25	العينة التجريبية	إختبار الجري بالكرة بين القوائم
دال إحصائيا		2.80	2.45	19.64	2.74	21.32	25	العينة الضابطة	
دال إحصائيا	2.02	6.78	3.85	64.12	4.51	70.08	25	العينة التجريبية	إختبار التمرير والاستلام والتحكم
دال إحصائيا		2.50	4.05	67.08	3.15	69.68	25	العينة الضابطة	

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة إحصائية لدى العينة التجريبية بين الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة وهي لصالح الاختبارات البعدية حيث تراوحت قيمة t المحسوبة بين 4,73 إلى 7,90 وهي قيم كلها أكبر من قيمة t الجدوليّة والتي قدرت ب: 2,02 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 48.

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة إحصائية لدى العينة الضابطة بين الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة وهي لصالح الاختبارات البعدية حيث تراوحت قيمة t المحسوبة بين 2,03 إلى 2,80 وهي قيم كلها أكبر من قيمة t الجدوليّة والتي قدرت ب: 2,02 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 48.

* مناقشة النتائج:

من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج المحصل عليها وعلى ضوء النتائج المبينة في الجداول أعلاه يتضح أنه:

فإن الجدول (4) يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية والضابطة وهي لصالح العينة التجريبية في جميع الاختبارات البدنية: (الجري 30متر، القفز العمودي للأعلى الجري بين الحواجز) ويعزي الباحث ذلك التأثير الإيجابي لفاعلية التدريب على ملاعب مصغرة لطبيعة الأداء في مساحات مصغرة إذ يسمح بامتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداء البدني في ظل وجود عدد كبير من اللاعبين في مساحات ضيقة مما يخلق عبء بدني ويسمح بأداء تكرارات مؤثرة ومن ثم تحقيق سرعة أداء تتميز بالدقة والتوافق، وهذا ما أشار إليه (حماد، 1987) و (مختار، 1994) إذ يؤكدان أن التدريبات وفق تقسيمات سواء مع الزميل أو من دونه في حيز ضيق من الملعب تعطي اللاعب القدرة على اقتصاد المجهود ومن ثم القدرة على أداء تكرارات. كما أن الجدول (5) يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية والضابطة وهي لصالح العينة التجريبية في جميع الاختبارات المهارية: (السيطرة على الكرة، الجري بالكرة بين القوائم، التمير والاستلام والتحكم) ويرجع الباحث هذا التأثير الإيجابي لفاعلية البرنامج المقترح في ملاعب مصغرة لما يتوافر فيها من تكرارات مؤثرة في فترات زمنية متتالية وهذا ما خلص إليه (ابراهيم، 1994) إذ يتفقان مع (محمد كشك، أمر الله البساطي، 2000) على أنه يمكن تثبيت أداء المهارات الأساسية من خلال خلق مواقف تشابهه وما يحدث في المباريات ومثل تلك المواقف 2ضد 2، وهذا ما خلصت له النتائج المتوصل إليها.

* الاستنتاجات:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية وهي لصالح الاختبارات البعدية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة الضابطة.
3. هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للعينة الضابطة والتجريبية وهي لصالح العينة التجريبية.
4. إن تدريبات الملاعب المصغرة تؤثر إيجاباً في تنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية.

* التوصيات:

- 1 استخدام تدريبات الملاعب المصغرة في برامج تدريب الناشئين لما لها من تأثير إيجابي في تنمية وتطوير الصفات البدنية والمهارية قيد الدراسة.
- 2 اختيار محتوى تمارين التدريبات المقدمة على الملاعب المصغرة بما يتلاءم وطبيعة مساحة تلك الملاعب.
- 3 استخدام التدريبات التي تتماشى مع طبيعة واتجاه الأداء كما يحدث أثناء المنافسات.

- 4 تحليل أداء اللاعبين في المنافسات الدولية المستوى قصد استخراج مواقف لعب جديدة.
5 القيام بدراسة أخرى مشابهة على مرحلة سنوية لم تتناولها الدراسة الحالية.

المراجع العربية:

إبراهيم شعلان وعمرو أبو المجد. (1996). أسس بناء كرة القدم الشاملة. القاهرة: المكتبة الأكاديمية.
إبراهيم شعلان، عمرو أبو المجد. (1996). أسس بناء كرة القدم الشاملة. الاسكندرية: المكتبة الأكاديمية.
أشرف علي جابر. (1990). تأثير برنامج مقترح في تطوير الجانب البدني والمهاري للاعبين كرة القدم فئة 13 سنة . الاسكندرية: كلية التربية البدنية.

بن قاصد علي الحاج محمد. (2005). تقويم برامج اعداد لاعبي الفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية. الجزائر: رسالة دكتوراه غير منشورة.

حنفي محمود مختار. (1994). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين. (1978). اللياقة البدنية ومكوناتها الأساسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

محمد عبدو صالح الوحش - مفتي ابراهيم. (1994). اساسيات كرة القدم. القاهرة: دار عالم المعرفة.
محمد عبدو صالح الوحش، مفتي ابراهيم حماد. (1994). اساسيات كرة القدم. القاهرة: دار عالم المعرفة.
محمد كشك، أمر الله البساطي. (2000). أسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم. القاهرة: دار الكتاب للنشر.

مفتي ابراهيم حماد. (1987). البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
الأجنبية:

charef, b. (2001). l'importance de milieu de terrain. *les leçons de ce 2000*. Alger: infs/sts daly brahim.
jurgon, w. (1986). *manuel d'entrainement* . paris: vigot.

الضغوط النفسية عند الرياضيين الناشئين (مصادر ها و أعراضها).

أ. بن عبد الله عبد القادر

جامعة الجلفة

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين والفروق في مستويات الضغط النفسي باختلاف الخصائص الفردية لديهم (النشاط الرياضي، السن، الجنس)، و حاولت الدراسة الإجابة عن التساؤلات المتعلقة بأهم العوامل والمصادر الأكثر تسببا في إحداث الضغط النفسي لدى الناشئين الرياضي وأعراض الضغط ومؤشراته الأكثر ظهورا لدى الرياضيين الناشئين. وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة 206 ناشئ وناشئة ينتمون إلى مختلف أندية الجزائر العاصمة (مولودية الجزائر - اتحاد العاصمة - شباب بلوزداد - أولمبيك نادي الجزائر - اتحاد الحراش - أولمبي العناصر - نصر حسين داي - رائد القبة - النادي الرياضي لبئر خادم - فريق الجزائر الوسطى)، وقد استخدم الباحث مقياس أعراض الضغط النفسي (إعداد الباحث)، ومقياس مصادر الضغط النفسي (أسامة الأصفر 1999). وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج وكان من أهمها: يتعرض الناشئين الرياضي لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية، كما تظهر لديه بشكل كبير أعراض ومؤشرات الضغط النفسية والفيزيولوجية والسلوكية. - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر وأعراض الضغط النفسي بين الرياضيين الناشئين الممارسين للأنشطة الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية. - تظهر أعراض الضغط النفسي وخصوصا الأعراض النفسية بشكل أكبر لدى الرياضيين الناشئين الأقل سنا (14 - 16 سنة)، مقارنة بالناشئين الأكبر سنا (16 - 18 سنة)، في حين يتعرض الرياضيين الناشئين بنفس المستوى لعوامل ومسببات الضغط النفسي. - توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.001 بين الرياضيين الناشئين والناشئات في أعراض ومؤشرات الضغط النفسية والفيزيولوجية والسلوكية حيث تظهر بشكل أكبر لدى الناشئات مقارنة بالناشئين وأن الإناث أكثر تعرضا من الذكور لمصادر الضغوط النفسية. - وجود مصادر ومسببات متعددة للضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين. - وتكرر مؤشرات الضغط النفسية بشكل كبير لدى الرياضيين الناشئين تليها الأعراض السلوكية ثم الفيزيولوجية.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية - الناشئين الرياضي - مصادر الضغط - أعراض الضغط.

Le Stress Chez Les Jeunes Athlètes (Les Sources & les symptômes).

Résumé :

Cette étude visait à identifier le niveau de stress chez les jeunes athlètes ainsi que les différents niveaux de ce stress suivant les différentes caractéristiques spécifiques à chaque jeune athlète (activité physique, âge, sexe). L'étude a tenté de répondre aux questions relatives aux plus importants facteurs causant une pression psychologiques chez les jeunes sportifs, les sources de cette pression ainsi que ses symptômes et ses indicateurs les plus visibles. On a utilisé la méthode descriptive et notre échantillon a atteint 206 jeunes (filles et garçons) évoluant dans les différents clubs d'Alger (MC Alger - USM Alger - CR Belouizdad - Olympique Club d'Alger - USM El Harrach - Olympique de Ruisseaux - NA Hussein Dey - RC Kouba - Club Sportif de Birkhadem - Club sportif d'Alger centre) On a utilisé le test des symptômes de stress psychologique (développé par le chercheur), et le test des sources de stress (Oussama Alasfer 1999) et l'étude a aboutit à de nombreux résultats dont les plus importants sont: -Le jeune athlète subit un niveau élevé de pression psychologique expliquant l'apparition des plus importants symptômes et indicateurs de stress psychologiques, physiologiques et comportementaux. -L'absence d'une différence statistiquement significative concernant les sources et les symptômes de stress chez les jeunes athlètes pratiquant les sports collectifs et les jeunes athlètes pratiquant les sports individuels. -Les plus jeunes athlètes (14-16 ans) présentant beaucoup plus les symptômes de stress psychologique par rapport aux athlètes moins jeunes (16-18 ans) alors qu'ils sont exposés, à niveau égal, aux facteurs et causes de stress. -Il existe une différence significative de 0,001 concernant les symptômes et les indicateurs de stress psychologiques, physiologiques et comportementaux chez les jeunes athlètes filles et garçons, en effet ces symptômes et indicateurs apparaissent beaucoup plus chez les jeunes athlètes filles qui sont plus exposées aux sources de pression psychologiques par rapport aux garçons. -L'existence de multiples sources et causes de stress psychologique chez les jeunes sportifs. -Une apparition importante et répétée des indicateurs de pression psychologique chez les jeunes athlètes, suivi par l'apparition des symptômes comportementaux puis physiologiques.

Mots clés: stress - jeunes athlètes - sources de stress - symptômes de stress.

- المقدمة:

يواجه الرياضي الناشئ العديد من المثبرات الضاغطة التي قد يصادفها نظرا لتنوع المطالب التي ينبغي عليه الوفاء بها، كالإنجاز العالي، واكتساب المهارات الحركية، والقدرات الخططية، والاستعداد البدني والنفسى للمنافسة الرياضية، والتحكم الانفعالي، والاستجابة للمسؤوليات الملقاة علي عاتقه، ومحاولة التوفيق بين كل من متطلبات التدريب ومتطلبات الحياة والدراسة؛ والتفاعل الجيد مع الآخرين، وكذلك الخوف من الفشل أو الهزيمة، والخوف من الإصابة والقلق والتوتر والاستشارة؛ التي ترتبط بالمنافسة الرياضية.

وغير ذلك من العوامل التي تسهم في رفع مستوي الضغوط لدى الرياضيين الناشئين، والتي قد لا يستطيعون التكيف الايجابي معها، فتؤدي بهم إلى انحدار مستوياتهم الرياضية والإصابة بما يعرف بالاحترق النفسي Burnout ثم الانسحاب من الممارسة الرياضية، إذ تشير دراسة أورليك 1974 Orlick أن أسباب انسحاب النشء الرياضي في المجتمع الكندي والذين تتراوح أعمارهم بين 17 - 18 سنة يتعلق بمصادر الضغوط التالية: الخبرات السلبية مثل عدم المشاركة الفعلية في اللعب، التركيز على المنافسة في البرنامج (الاهتمام بالفوز)، عدم الاتصال الجيد مع المدرب (أورليك 1974.ص: 21-27).

و عليه وقصد تشخيص ظاهرة الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين، ارتأينا القيام بدراسة سيكولوجية ميدانية؛ تقوم على أسس علمية ومنهجية واضحة، لتقصي حقيقة الضغط النفسي لدى هاته الفئة من الرياضيين الناشئين، لمعرفة مستوياته، ومصادره ومسبباته، والأعراض والمؤشرات المرتبطة بالضغوط السائدة لديهم.

- الإشكالية:

يلاحظ في السنوات الأخيرة زيادة اشتراك الرياضيين الناشئين في برامج التدريب، وقد يرتبط ذلك بالارتفاع في حجم وشدة التدريب بصورة مغالى فيها، وكذا المنافسة والمشاركة الرياضية المكثفة للنشء والاهتمام الزائد بالمكافئة وتحقيق الفوز، وزيادة متطلبات الوقت المخصص للتدريب والمنافسة، حيث يشعر الرياضي أن قيمته وتقديره من قبل الآخرين يتحدد في ضوء مدي نجاحه في المنافسة.

وحيث أن المنافسة غير مأمونة المكسب دائما، وأن الفوز نصيب العدد القليل، فانه يتوقع أن تمثل المنافسة خبرة فشل ومصدرا للضغط السلبي لعدد كبير من الناشئين، وأن الاعتماد على النتائج وحدها لتقييم الناشئ قد يؤدي إلى عدم تدعيم قيمة الذات للناشئ، وربما يؤدي إلى ضعف الثقة، وزيادة الضغوط النفسية الناتجة عن القلق والإحباط وعدم الثقة في النجاح (أسامة راتب 2001 ص254.253).

وقد يكون صراع الناشئ الرياضي في محاولة التوفيق بين كل متطلبات التدريب، والمنافسة الرياضية، ومتطلبات الدراسة والحياة الأخرى...، سببا في إحداث التعب والإعياء النفسي لديهم. ويمكن أن يكون إصرار الناشئ على التوفيق بين المتطلبات سبيل إلى معرفة نواحي النقص فيه، وتحويل خبرة الفشل إلى طاقة نجاح... وهنا يكمن دور المدرب المؤهل الذي يعرف أساليب الوقاية والعلاج في مساعدة الناشئ على إدارة الضغوط والتكيف الإيجابي معها (أسامة راتب 2001 ص 400).

أما في حالة عدم قدرة الناشئ على مواجهة الضغوط فإنها تؤدي به إلى أن يترك الرياضة كليا، ويعتبر الرياضة خبرة فشل ومصدرا للإحباط والتوتر النفسي، بعد أن كُف الدولة أو الأندية الكثير من الخسائر المادية و الطاقات البشرية (نفقات، أجهزة، وأدوات، جهود الجهاز الفني والإداري..)، إضافة إلى ذلك الافتقار لرياضي واعد في المستقبل (رياضي المستوى العالي).

ويتخذ الانسحاب كمؤشر من مؤشرات عدم القدرة على التكيف مع الضغوط شكلين أحدهم ترك الرياضة التي يمارسها وممارسة رياضة أخرى، أو الاستمرار في ممارسة نفس الرياضة استجابة للضغوط الخارجية (المدرب - الأسرة - المكافآت... الخ)، ولكن دون تفاعل ايجابي ودون التزام وحماس، ومن ثم يستمر هبوط المستوى.... (أسامة راتب 2001 ص 400).

وفي نفس السياق ولأجل فهم أعمق لظاهرة الضغوط النفسية لدى النشء الرياضي حاولت هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل يتعرض النشء الرياضي لمستوى مرتفع من الضغط النفسي؟.
- هل تتباين مستويات الضغط النفسي باختلاف الخصائص الفردية للرياضيين (النشء الرياضي، سنوات الممارسة، السن، الجنس)؟.
- ما هي أهم عوامل الضغط النفسي الأكثر تأثيرا على النشء الرياضي؟.
- ما هي أعراض الضغط النفسي الأكثر ظهورا لدى الرياضيين الناشئين؟.
- أهمية وأسباب اختيار البحث:
- يستمد موضوع الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين أهميته من جهة أنه لم يحظى بالاهتمام الكافي في الدراسات العربية بشكل عام، وفي البيئة الجزائرية بشكل خاص، ومن جهة أخرى فإن موضوع الدراسة من الموضوعات الحديثة التي لقيت المزيد من الاهتمام في السنوات الأخيرة، نظرا لتزايد إعداد اللاعبين الناشئين، الذين قد يؤدي تعرضهم إلى الضغوط دون القدرة على التكيف معها، إلى هبوط مستوياتهم وكفاءاتهم وفاعليتهم وبالتالي يظهر ما يعرف بالاحتراق النفسي ثم الانسحاب الكلي أو الجزئي من الرياضة.
- تمهيدا لتحديد إستراتيجية ملائمة لمواجهة وإدارة الضغوط النفسية، لجعلها في مستويات صحية لدى الرياضيين الناشئين، ولعلمنا بأن مصادر الضغط النفسي عديدة ومتنوعة ويصعب التحكم فيها كلها، تقدم الدراسة الحالية قائمة بعوامل ومسببات الضغط الأكثر أهمية عند النشء في بعض نوادي الجزائر العاصمة.
- كما تكشف الدراسة عن قائمة تتضمن أكثر أعراض ومؤشرات الضغط النفسي ظهورا لدى الرياضيين الناشئين الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الضغط النفسي، للاستفادة منها في تشخيص مستوى الضغط النفسي لدى النشء الرياضي.
- أهداف البحث:

 1. تحديد مستويات الضغط النفسي لدى النشء الرياضي.
 2. معرفة مدى تباين مستويات الضغط النفسي باختلاف الخصائص الفردية للرياضيين الناشئين (النشاط الرياضي، السن، الجنس).
 3. الكشف عن أهم عوامل ومسببات الضغط النفسي الأكثر تأثيرا على النشء الرياضي.
 4. التعرف على أكثر أعراض الضغط النفسي ظهورا لدى الرياضيين الناشئين.
 5. تصميم مقياس أعراض الضغط النفسي لدى النشء الرياضي.

- الفرضيات:

 1. يتعرض النشء الرياضي لمستوى مرتفع من الضغط النفسي.
 2. هناك فروق في مستويات الضغط النفسي لدى النشء الرياضي باختلاف النشاط الرياضي (جماعي/فردى).
 3. تختلف مستويات الضغوط النفسية للرياضيين الناشئين باختلاف الفئة العمرية.
 4. تختلف مستويات الضغط النفسي باختلاف الجنس (ناشئين - ناشئات).

- المصطلحات المستخدمة في البحث:

الضغوط النفسية: يعرف (غرينبويج , Grenberg 1984) الضغوط بأنها رد فعل فسيولوجي وسيكولوجي وعقلي ناتج عن استجابات الأفراد للتوترات البيئية والصراعات والأحداث الضاغطة (عويد سلطان المشعان. 2001.ص.71).

- النشء الرياضي: قد حددنا في هذا البحث النشء الرياضي بالفئة العمرية ما بين (14-18 سنة).

- الأعراض النفسية: وتمثل في أساسها حيلة دفاعية يعتمد عليها الفرد اعتمادا زائدا لتجنب صعوبات الحياة ومشاكلها؛ وهناك حالات أخرى تمثل الاضطرابات النفسية عجز الحيل الدفاعية عن مواجهة الضغوط. ويؤكد

لفين Levin 1991 أن الأعراض النفسية تعتبر المؤشرات الأكثر حساسية للتدريب الزائد، ومن هذه الأعراض عدم المبالاة، التعب، الغضب، الإكتئاب. (أسامة راتب 1997 ب.ص:38).

- الأعراض الفيزيولوجية: وهي حالات تكون فيها التغيرات التكوينية في الجسم راجعة بصفة رئيسية إلى اضطرابات انفعالية؛ ومن بين هذه الأعراض التعب والألم العضلي، الإحساس بدوار، زيادة في نبضات القلب وقت الراحة. (أسامة راتب 1997 ب.ص:39. 41.40).

5.6- الأعراض السلوكية: وهي جملة الاستجابات التي يلجأ إليها الرياضي للتفيس من وطأة الضغوط؛ ومن بين الأعراض السلوكية، سرعة الغضب، والانفعال، عدم الصبر، وحدة الطبع، وفقدان اللذة في التدريب، وعدم الميل إلى بذل المجهود الجسدي، عدم القدرة على التحكم في أجزاء الجسم كالتحدث بسرعة، قضم الأظافر اضطراب الأداء وضعفه والحركات الزائدة. (أسامة راتب 1997 ب.ص:39 - 41).

- الدراسات السابقة:

عند مراجعتنا للدراسات السابقة يظهر جليا تزايد الاهتمام بدراسة ظاهرة الضغوط النفسية للرياضيين وقد تركزت معظمها في السنوات الأخيرة... كما تشير الدلائل أن معظم الدراسات السابقة... التي أمكن لنا التوصل إليها - أجريت في واقع المجتمعات الأجنبية؛ بينما هناك دراسات قليلة جدا في واقع البيئة العربية. تشير دلائل مراجعة الدراسات السابقة وخاصة في المجتمعات الأجنبية أن هناك اهتماما لدراسة ظاهرة الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين والرياضيين المستوى العالي.. حيث من بين تسع وعشرون دراسة تم مراجعتها توجد عشرة دراسات لرياضي المستوى العالي.. وتسعة عشرة دراسة للناشئين - سبعة عشر في البيئة الأجنبية، ودرستان في البيئة العربية - ...

أمكن لنا التوصل إلي عشرة دراسات في مجال الضغوط النفسية والاحترق التي تواجه رياضي المستويات العليا: دراسة محمد عبد العاطي 1998 - بنجامين 1997 Benjamin - جيل Gill وهندرسون Henderon بارجمان 1995 Paragman - وينبرج Weinberg وجولد 1995 Gould - تارا Tara وجيري Gary وكينيث 1991 Kennt - سيلفا 1990 Silva - فولب Volp وكيل Kill 1978 - مورجان Morgan وآخرين 1978.

وهناك دراستان اهتمتا بدراسة مصادر الضغوط النفسية والاحترق النفسي لدى الطلاب والطالبات الرياضيين هما: دراسة سيجار 1997 Seggar وزارتسكي Zaritsky وسوكول 1992 Sochol. أمكن لنا التوصل إلى تسعة عشرة دراسة في مجال مصادر الضغوط النفسية والاحترق التي تواجه الرياضيين الناشئين هي:

دراسة هارليك Harlick.M ومك كنزي 2000 Mc.Kenzie - أسامة عبد الظاهر الأصفر 1999 - فونتاني وآخرين 1998 Fontani.G &Autre - توماس Tomas ورايدك 1997 Raedeke - غوولد وآخرين 1996 Gould.D&Autre - حسن أبو عبدة 1993 - جيفلابونتا 1991 Gevla - تايلور Taylor ودانيال 1990 Daniel - كروكر 1989 Crocker.PRE - لارسون 1989 Larsson.G كوك Cook ستارن 1988 Starrin - جولد Gold بيتشكوف 1988 Pettichkof - تيرني 1988 Tierny - اسكان لون Scanlon ولويس ويت 1988 Lwth Waite - سمورجان وآخرين 1987 Morgan&Autre - ميني 1986 Meany - مك فرسون 1980 Mc. Pherson - ساب 1974 Orlick هوبنستريك 1978 Haubenstric - كلافورا 1975 Klavora.P - أورليك 1974 . وهناك دراسات اهتمت بدراسة مصادر الضغوط النفسية والأداء الرياضي وهي: دراسة بنجامين 1997 Benjamin - فولب Volp وكيل Kill 1987 - سيجار 1997 Seggar - لارسون وآخرين 1988 Larsson &Autre.

وهناك بعض الدراسات اهتمت بدراسة العلاقة بين الضغوط وبعض المتغيرات النفسية الأخرى مثل القلق - العلاقات السلبية - خبرات الفشل - الالتزام - التدريب الزائد - المنافسة - الحالة المزاجية - الانسحاب من الممارسة - تأثيرات الوالدين والمدرّب.

بينما هناك دراسات أخرى تناولت الضغط النفسي من حيث إدارته وتقييمه في المنافسات الرياضية ؛ كذلك دور المدرب والإداري في فهم وإدارة الضغوط النفسية في الرياضات الصغرى عند الناشئين وهي: دراسة كروكر وآخرين Crocker 1989 - ميني 1986 Meany .

تشير نتائج الدراسات السابقة إلى زيادة انسحاب النشء مبكرا من الرياضة نتيجة للضغوط النفسية، والتي قد تصل إلى 35-40 % في الموسم التدريبي وأن أعلى نسبة للانحساب تكون عند العمر 13-15 سنة (أسامة راتب 99 رقم 1.ص:36). وتشير دراسة أخرى لـ: ساب و وهينسترك (1978 Haubenstricker & Sapp أن رغبة النشء في الانسحاب وعدم استمرارهم في الممارسة) ما بين 11-18 سنة) كانت بنسبة 37% للنشء الكبار و 24% من النشء الصغير و 15% رغبتهم في الانسحاب بسبب اهتمامات أخرى ؛ كما تشير دراسة أورليك 1974 Orlic إلي وجود اختلاف وتتنوع في مصادر الضغوط النفسية وأن أسباب انسحاب النشء من الرياضة يرجع إلي متغير العمر السني أقل من 10 سنوات - أكثر من 10 سنوات، ولقد وجهنا دراستنا الحالية للتعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تواجه النشء الرياضي خلال الفترة العمرية من 14-18 سنة.

وأشارت دراسات أخرى إلى تعدد مصادر الضغوط النفسية وتداخلها مؤدية بذلك إلى حدوث ما يسمي بظاهرة الاحتراق النفسي منها: دراسة هارليك ومك كنزي 2000 Harlick&Kenzie - غولد وآخرين Gould &Autre 1996 - توماس ورايدك 1997 Thomas & Raedeke - جفلا بونتا 1991 Gevla Bonita - سلفا Silva 1990 - تايلور ودانيال 1990 Taylor&Daniel - مورجان وآخرين 1987 Morgan &Autre. كما أظهرت نتائج دراسة فونتاني وآخرين Fontani.G &Autre 1998 زيادة مادة الكورتيزول Cortisol كنتيجة للضغط النفسي الذي تعرض له اللاعبون بسبب عدم مشاركتهم في اللعب في فترات هامة و حاسمة من المباراة.

وتشير نتائج الدراسات السابقة التي اهتمت بالتعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى النشء الرياضي إلي تنوع هذه المصادر ومن أهمها: أظهرت دراسة حسن أبو عبدة 1993 -تايلور وزملائه Taylor 1991 - تيرني 1988 Tierny - مورجان وآخرين Morgan &Autre 1987 أن أهم مصادر الضغوط النفسية التي تواجه النشء الرياضي هي: الخوف من الفشل - عدم الشعور بتقدير الآخرين.

بينما أظهرت نتائج دراسة: هارليك ومك كنزي. 2000 Harlick & Mc Kenzie - غولد وآخرين. 1996 Gould &Autre - اسكان لون ولويت وايت. 1988 Scanlon & Lewth Waite أن أهم مصادر الضغوط للنشء الرياضي هي: عدم المساندة الاجتماعية والتشجيع من الآباء والمربين وأظهرت نتائج دراسة كل من لارسون وآخرين Larsson &Autre 1988 - كلافورا Klavora 1975 أن مصادر الضغوط النفسية تتعلق بالمنافسة الرياضية.

كما تشير نتائج الدراسات السابقة إلي تنوع مصادر الضغوط النفسية لدى الناشئين تبعا لمتغير العمر السني - وتبعا للجنس (ذكور، إناث) - ويبدو في حدود نتائج الدراسات السابقة أن الرياضيين الناشئين الأقل سنا يعانون من الضغوط النفسية أكثر من الأكبر سنا ؛ ويبدو كذلك أن اللاعبات لديهن مصادر ضغوط أكثر تنوعا من اللاعبين. وقد استفدنا من الدراسات السابقة في توجيه الدراسة الحالية للمقارنة بين مصادر الضغوط للنشء الرياضي تبعا لمتغير: الجنس (ذكور، إناث) و متغير السن.

وأظهرت نتائج الدراسات في البيئة العربية التي اهتمت بالتعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين أن من أهمها: الارتفاع في سمة القلق وتأثيراتها السلبية على الزيادة في الخوف من التقييم الخارجي ودرجة الخوف من الفشل -حسن أبو عبدة 1993- أما دراسة أسامة الأصفر 1999 فأظهرت أن أهم مصادر الضغوط تتعلق بـ: ضعف اتصال المدرب مع اللاعبين - انتقادات الجمهور ووسائل الإعلام - ضغوط مرتبطة بحمل التدريب -الخوف من المنافسة الرياضية - عدم التوفيق بين متطلبات التدريب والحياة الأخرى - عدم المساندة الاجتماعية للأسرة.

استخدمت الدراسات المقاييس النفسية المقننة كأداة أساسية في جمع البيانات إضافة إلي الاستبيان والمقابلات الشخصية وملاحظة السلوك و الاختبارات (البيوكيميائية - الفيزيولوجية) لذلك وجهنا دراستنا لإعداد مقياس خاص للتعرف أهم أعراض الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين ؛ وكذلك استعنا في بحثنا بمقياس (مصادر الضغوط النفسية) من (إعداد أسامة راتب ؛ إبراهيم خليفة ؛ أسامة الأصفر 2001) للتعرف على أهم مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الرياضيين الناشئين.

- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

- منهج البحث:

استخدمنا المنهج الوصفي المسحي لملائمته لتساؤلات الدراسة،

- عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية لبعض نوادي العاصمة.

- مجالات البحث :

المجال الزمني : استغرقت توزيع وجمع البيانات حوالي أربعة أشهر بدءا من جانفي 2009 إلي أواخر ماي 2009. حيث أجريت الدراسة الاستطلاعية في شهر أكتوبر ونوفمبر 2008.

المجال المكاني : تم إجراء البحث على أندية مختلفة للجزائر العاصمة (مولودية الجزائر - اتحاد العاصمة - شباب بلوزداد - أولمبيك نادي الجزائر - اتحاد الحراش - أولمبي العناصر - نصر حسين داي - رائد القبة - النادي الرياضي لبئر خادم - فريق الجزائر الوسطى) في العديد من الأنشطة الجماعية (كرة القدم - كرة السلة - كرة اليد - الكرة الطائرة) و الأنشطة الفردية (ألعاب القوى - السباحة - الجيدو - الكراتي دو - التايكواندو - الملاكمة - تنس الطاولة).

المجال البشري : شملت الدراسة رياضيين ورياضيات من أندية مختلفة للجزائر العاصمة يلعبون في بطولات و منافسات رسمية تشرف عليها الاتحاديات الجزائرية المسؤولة عن الرياضة الممارسة ويزاولون

الدراسة بالمتوسط والثانوية، حيث بلغ عددهم 206 رياضي ناشئ منهم 111 ذكور و 95 إناث، ومثلوا (94 رياضي) من الأنشطة الجماعية، و(112 رياضي) من الأنشطة الفردية، ويتراوح سنهم بين (14-16) 79 رياضي، ومن (16-18) سنة 127 رياضي. وتم تطبيق أداة البحث على عينة قوامها (500) خمسمائة رياضي ناشئ و ناشئة بواقع (500) استمارة، أرجعت منها (210)، ألغيت 04 لأنها غير مستكملة، وبذلك أصبح العدد النهائي للعينة 206 رياضي (ناشئ وناشئة).

- أداة الدراسة:

مقياس أعراض الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين (إعداد الباحث) - مقياس مصادر الضغوط النفسية للناشئين الرياضيين من إعداد (أسامة راتب - إبراهيم خليفة - أسامة عبد الظاهر).

- خطوات بناء مقياس أعراض ومؤشرات الضغط النفسي لدى الناشئين الرياضي:

المسح المكتبي ومراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المتعلقة بالضغوط النفسية .- مراجعة العديد من المقاييس وقوائم الضغوط النفسية التي سبق إعدادها - توجيه أسئلة مفتوحة استكشافية قصد التعرف على أهم أعراض ومؤشرات الضغط التي تظهر عند الناشئين الرياضي لكل من (المدرّب، الإداري، اللاعب، الأسرة).- تحديد المحاور المقترحة لأعراض الضغوط النفسية للناشئين الرياضي استرشادا بالخطوات السابقة- عرض المحاور على المحكمين في مجال علم النفس والتدريب الرياضي.- اقتراح عبارات المقياس لكل محور من محاور المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور.- الصورة النهائية لمقياس أعراض ومؤشرات الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين.بعد تعديل المقياس والأخذ بعين الاعتبار كل ملاحظات الأساتذة في علم النفس وكذلك المختصين في التدريب الرياضي تكونت الصورة النهائية للمقياس من 03 محاور و 29 عبارة، وقمنا بترتيب عباراتها بطريقة عشوائية.

- أدوات البحث:

- وصف أداة القياس: تتكون أداة الدراسة من ثلاثة أجزاء (أنظر الملحق).
- الصدق والثبات:

. صدق مقياس أعراض الضغوط النفسية (إعداد الباحث):

جدول (1): الاتساق الداخلي بين درجات كل محور والدرجة الكلية لمقياس أعراض الضغط النفسي

ن=70

م	المحاور	لمقياس ككل
1	الأعراض النفسية	0,90**
2	الأعراض الفيزيولوجية	0,70**
3	الأعراض السلوكية	0,85**

**دالة عند مستوى 0.01.

. مقياس مصادر الضغوط النفسية:

جدول (02) الاتساق الداخلي بين درجات كل محور والدرجة الكلية لمقياس مصادر الضغوط النفسية

ن=70

م	المحاور	لمقياس ككل
1	ضغوط نفسية مرتبطة بواجبات وأعمال التدريب الرياضي	0,71**
2	ضغوط نفسية مرتبطة بالتنافس الرياضي، قبل، أثناء، و بعد المنافسة	0,70**
3	ضغوط نفسية مرتبطة بالاتجاهات الأسرة نحو الرياضة	0,57**
4	ضغوط نفسية مرتبطة بالجهاز الفني والإداري والجمهور	0,74**
5	ضغوط نفسية مرتبطة بالدراسة، إدارة الوقت، متطلبات الحياة الأخرى	0,73**

**دالة عند مستوى 0.01.

يتضح من الجدول (1)، (02) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة 0.01 مما يشير إلى التجانس (التناسق) الداخلي للمقياسين، وأن محاور المقياسين تقيس أعراض ومصادر الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين وأن جميع قيم الاتساق الداخلي معاملات الارتباط بين أبعاد المقياسين والدرجة الكلية دالة إحصائياً.

. ثبات الأداة: بلغ ثبات مقياس أعراض الضغوط النفسية $\text{Alpha} = 0.75$ * كما بلغ ثبات مقياس

مصادر الضغوط النفسية $\text{Alpha} = 0.85$ ،

- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

الفرضية الأولى: مستويات الضغط النفسي للرياضيين الناشئين:

للتحقق من صحة الفرض القائل بتعرض النشء الرياضي لمستويات عالية من الضغط النفسي، وبعد حساب طول كل من فئة الضغط النفسي المنخفض والضغط النفسي المرتفع لكل محور من محاور المقياسين، وكذا الدرجة الكلية للقائمتين، تم حساب التكرار والنسبة المئوية لكل فئة في كل محور ومن ثمة حساب كا 2 لدلالة الفروق بين المستويين (المنخفض- المرتفع)، وكانت نتائج كل مقياس كالتالي:

مستويات ظهور أعراض الضغط النفسي للرياضيين الناشئين:

جدول(03): مستويات ظهور أعراض الضغط النفسي للرياضيين الناشئين(الضغط المنخفض والضغط المرتفع) ن=206

دلالة الفروق		الأنشطة الجماعية			الأنشطة الفردية			البيان الإحصائي
مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المعياري	المتوسط الحسابي	محاور المقياس	
0,31	1,02	4,63	22,20	94	3,91	21,60	112	
0,46	0,74	2,08	7,91		2,00	7,71		
0,36	0,91	3,51	17,61		3,21	17,18		
0,27	1,10	8,55	47,72		7,62	46,48		

دالة عند مستوى 0.01.

. مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغط النفسي:

جدول(04): مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغط (الضغط المنخفض والضغط المرتفع)

دلالة الفروق		رياضة جماعية			رياضة فردية			البيان الإحصائي
مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المعياري	المتوسط الحسابي	محاور المقياس	
0,81	0,24	4,48	19,96	94	4,49	20,12	112	
0,52	0,65	3,63	17,81		3,58	18,14		
0,41	-	2,65	13,74		2,99	13,41		
0,79	0,27	4,92	26,87		4,51	27,04		
0,09	1,70	3,47	16,73		3,32	17,54		
0,57	0,56	14,59	95,12		14,22	96,26		

يتضح من الجدول (03-04) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للمقاييس أعراض ومصادر الضغط النفسي وهذا عند مستوى الدلالة 0,001، وعليه فإن النتائج المتوصل إليها تدل على ارتفاع مستويات ظهور أعراض الضغط النفسي، وكذا تعرض الرياضيين الناشئين بمستوى مرتفع لمصادر الضغط النفسي، وهذا ما يدعم الفرض القائل بتعرض النشء الرياضي لمستوى مرتفع من الضغط النفسي. مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

كشفت نتائج الدراسة عن ارتفاع مستويات الضغط النفسي للرياضيين الناشئين، حيث وصلت مستويات الضغط لديهم إلى 66,02% واقعة في المجال المرتفع للضغط النفسي وهذا على الدرجة الكلية لمقياس مصادر الضغوط النفسية.

وقد أشارت الدراسات السابقة إلى تعرض النشء الرياضي لضغوط عالية متعلقة بعدة عوامل حيث تشير دراسة موراي 1998 إلى أن زيادة مصادر الضغوط النفسية للرياضيين تقود إلى حدوث الإنهاك البدني

والانفعالي والعقلي ويطلق عليه الاحتراق لدى الرياضيين، مما يؤدي إلى نقص في الدافعية والاهتمام بالنشاط (موراي 1998, John F. Murray ص 9).

وأظهرت نتائج الدراسة أيضا إلى أن نسبة 61.17% من أفراد العينة لديهم أعراض الضغط النفسي وهذا على الدرجة الكلية لقائمة أعراض الضغط النفسي واقع في المجال المرتفع، وهذه النسبة ملفتة للاهتمام مما يبرز أن الضغط الذي يشعر به الرياضيين الناشئين وصل إلى مستويات مرتفعة. وعليه فقد تحقق ما حاولت الفرضية الأولى الإجابة عنه.

الفرضية الثانية: أثر متغير النشاط الرياضي (جماعي- فردي) على مستويات الضغط النفسي لدى الناشئين الرياضي:

جدول (05) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الأنشطة الرياضية في أعراض الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

دلالة الفروق		سنة 18-16			سنة 16 - 14			البيان الإحصائي محاور المقياس
مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المعيار الاحتراف	المتوسط الحسابي	العدد	المعيار الاحتراف	المتوسط الحسابي	العدد	
0,01	2,70	4,12	21,25	127	4,29	22,87	79	الأعراض النفسية
0,30	1,04	1,94	7,69		2,17	7,99		الأعراض الفيزيولوجية
0,11	1,61	3,40	17,08		3,23	17,85		الأعراض السلوكية
0,02	2,36	7,79	46,02		8,25	48,71		مقياس أعراض الضغط النفسي

جدول (06): اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الأنشطة الرياضية في مصادر الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

دلالة الفروق		سنة 18-16			سنة 16 - 14			البيان الإحصائي محاور المقياس
مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المعيار الاحتراف	المتوسط الحسابي	العدد	المعيار الاحتراف	المتوسط الحسابي	العدد	
0,27	1,10	4,39	19,76	127	4,60	20,47	79	واجبات وأحمال التدريب الرياضي
0,75	0,32	3,64	17,90		3,56	18,06		التنافس الرياضي (قبل، أثناء، و بعد المنافسة)
0,24	1,19	2,83	13,41		2,76	13,89		اتجاهات الأسرة نحو الرياضة
0,35	0,95	4,96	26,70		4,34	27,34		الجهاز الفني والإداري والجمهور
0,29	-1,05	3,36	17,30		3,51	16,78		الدراسة، إدارة الوقت، متطلبات الحياة الأخرى
0,48	0,71	14,73	95,07		1390.	9654.	مقياس مصادر الضغط النفسي	

يتبين من الجدول (05 - 06) أن قيمة ت غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 لدى الرياضيين الناشئين باختلاف نوع النشاط الرياضي (جماعي - فردي) وذلك على قائمتي أعراض ومصادر الضغوط النفسية للرياضيين الناشئين، لذلك يتم قبول الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق في مستويات الضغط النفسي بين النشاطات الرياضية الجماعية والفردية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

أظهرت نتائج الدراسة أن أعراض ومصادر الضغط النفسي للممارسين لأنشطة الفردية تكاد تكون هي نفسها التي يتعرض لها الناشئين الممارسين للأنشطة الجماعية، وعليه تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما أشارت إليه دراسة كل من، زاريتسكي Zaritsky؛ وسوكول Sokol؛ وفيان - 1992 Vivan، إلى عدم وجود فروق بين الرياضيين في مصادر الضغوط تبعا لنوع الرياضة. (زاريتسكي ي وسوكول فيان. 1992. ص 179). إلا أن نتائج دراستنا تختلف مع ما توصل إليه أسامة الأصفر 1999 في دراسته عن وجود فروق بين الناشئين الممارسين للأنشطة الجماعية والفردية في مصادر الضغوط النفسية المتعلقة بالتدريب الرياضي واتجاهات الأسرة نحو الرياضة -إدارة الوقت وبمتطلبات النشء الرياضي . (أسامة الأصفر 1999 ص 129).

الفرضية الثالثة: أثر متغير السن (14 - 16) و(16 - 18) سنة على مستويات الضغط النفسي لدى الناشئين.

أشارت النتائج كما يوضحها الجدول (07) أن قيم "ت" دالة إحصائيا في محور الأعراض النفسية للضغط عند مستوى دلالة 0,01، وكذلك على قائمة أعراض الضغط النفسي ككل عند مستوى دلالة 0,05، وهذا يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين الرياضيين الناشئين (14-16 سنة) و(16-18 سنة) في كل من الأعراض النفسية للضغط وكذا القائمة ككل لصالح الرياضيين الناشئين (14-16 سنة). بينما قيم "ت" غير دالة إحصائيا عند محوري الأعراض الفيزيولوجية والأعراض السلوكية.

جدول(07): اختبار (ت) لدلالة الفروق لمتغير السن في أعراض الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

مستوى الدلالة	دلالة الفروق	الإناث			الذكور			البيان الإحصائي
		المتوسط الحسابي	المتوسط المعياري	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط المعياري	العدد	
0,001	-4,39	4,37	23,22	95	3,80	20,72	111	الأعراض النفسية
0,01	-2,81	2,23	8,23		1,78	7,43		الأعراض الفيزيولوجية
0,03	-2,25	3,74	17,95		2,90	16,88		الأعراض السلوكية
0,001	-3,94	8,75	49,40		6,84	45,04		مقياس أعراض الضغط النفسي

جدول(08): اختبار (ت) لدلالة الفروق لمتغير السن في مصادر الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

مستوى الدلالة	دلالة الفروق	الإناث			الذكور			البيان الإحصائي
		المتوسط الحسابي	المتوسط المعياري	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط المعياري	العدد	
0,09	-1,72	4,93	20,62	95	3,99	19,53	111	واجبات وأحمال التدريب الرياضي
0,001	-4,71	3,57	19,18		3,31	16,92		التنافس الرياضي (قبل، أثناء، و بعد المنافسة)
0,70	-0,38	2,81	13,67		2,81	13,52		اتجاهات الأسرة نحو الرياضة
0,50	-0,68	4,87	27,19		4,62	26,74		الجهاز الفني والإداري والجمهور
0,25	-1,14	3,72	17,40		3,13	16,85		الدراسة، إدارة الوقت، متطلبات الحياة الأخرى
0,02	-2,26	15,16	98,06		13,44	93,56		مقياس مصادر الضغط النفسي

يتضح من الجدول (08) أن قيم "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 على مقياس (أعراض ومصادر الضغط النفسي وعليه يتم قبول الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق في مستويات الضغط النفسي للرياضيين الناشئين تعزى لمتغير السن. مناقشة الفرضية الثالثة: أثر متغير السن على مستويات الضغط النفسي لدى الناشئين.

أظهرت نتائج الدراسة عن وجود فروق بين الرياضيين الناشئين أعمار (14 - 16 سنة) ومن (16 - 18 سنة). في أعراض الضغط النفسي وذلك على محور الأعراض النفسية وكذلك على الدرجة الكلية للمقياس وهذا يدل أن الرياضيين الناشئين الصغار تظهر لديهم أعراض الضغط أكثر من النشء الأكبر سناً وخاصة المتعلقة بالأعراض النفسية مقارنة بالأعراض الفيزيولوجية والسلوكية. وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الرياضيين الناشئين أعمار (14 - 16 سنة) ومن (16 - 18 سنة) في مصادر الضغوط النفسية المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسة الرياضية واتجاهات الأسرة نحو الرياضة وعلاقة الناشئين بالجهاز الفني والإداري والزملاء والجمهور والدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى، ونستنتج مما سبق أن كل هذه العوامل النفسية تمثل مصادر هامة لجميع أفراد العينة مع اختلاف سنهم (ناشئين كبار - ناشئين صغار). وعند مقارنة نتائج هذه الدراسة نجد أنها تتفق مع ما أشارت إليه دراسة سنجر 1986 التي نفت وجود أي علاقة بين متغير السن ومستويات الاحتراق النفسي. (رضا مسعودي 2003 ص 156).

ونختلف في دراستنا مع ما توصلت إليه دراسة كل من تايلور Taylor ودانيال Daniel، ولايت Laith وبروك Burthe 1990 أن الرياضيين الأصغر سناً يعانون من الاحتراق النفسي أكثر من الأكبر سناً. (تايلور وآخرون 1990 ص 50).

كما تشير نتائج دراسة أورليك Orlick 1974 إلى وجود اختلاف في عوامل وأسباب انسحاب النشء من الرياضة تبعاً لمتغير العمر السني، ومن ذلك أقل من 10 سنوات السبب الرئيسي لانسحابهم يرجع إلى عدم توفر فرصة اللعب، كذلك خبرات النجاح والفشل. أما النشء الأكثر من 10 سنوات فقد أظهرت النتائج أن لديهم مصادر ضغوط متعددة ومتداخلة (أورليك 1974 ص 27).

ونظراً لأهمية المرحلتين العمريتين فإن الناشئ لا يمتلك القدرة على تنظيم أوقات الدراسة والتدريب، وتزداد هذه المشكلة مع فترة الامتحانات أو المنافسات وكذلك مع انتشار ظاهرة الدروس الخصوصية مما يجعل الناشئ تحت الضغوط باستمرار (الدراسة، التدريب، الامتحانات، والمنافسات الرياضية). وفي الأخير يمكن القول أنه لا يوجد اختلاف في التعرض لمصادر الضغوط النفسية للرياضيين الناشئين من (14 - 16 سنة) و (16 - 18 سنة)، لكن توجد فروق في نمط الاستجابة لها، وهذا ما يجعل الأصغر سناً أكثر تعرضاً لأعراض الضغط النفسي.

الفرضية الرابعة: أثر متغير الجنس على مستويات الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين:

جدول (09): اختبار (ت) لدلالة الفروق في متغير الجنس في أعراض الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

مستوى الدلالة	الإناث		الذكور		البيان الإحصائي	
	دلالة الفروق	مقياس	مقياس	مقياس		
0,001	-4,39	4,37	23,22	3,80	20,72	الأعراض النفسية
0,01	-2,81	2,23	8,23	1,78	7,43	الأعراض الفيزيولوجية
0,03	-2,25	3,74	17,95	2,90	16,88	الأعراض السلوكية
0,001	-3,94	8,75	49,40	6,84	45,04	مقياس أعراض الضغط النفسي

يتضح من خلال الجدول (09) أن قيمة "ت" دالة إحصائيا و أن هناك فروق جوهرية بين أفراد عينة الدراسة بين الرياضيين الناشئين والناشئات في أعراض الضغط (النفسية، الفيزيولوجية وكذا السلوكية) وذلك عند مستوى دلالة 0.001، بمتوسط حسابي 49.40، لصالح الناشئات مما يبين أن هذه الأعراض أكثر ظهورا عند الإناث مقارنة بالذكور.

جدول(10): اختبار(ت) لدلالة الفروق لمتغير الجنس في مصادر الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

مستوى الدلالة	دلالة الفروق		الإناث			الذكور			البيان الإحصائي
	قيمة ت	قيمة ت	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	العدد	
0,09	-1,72	4,93	20,62	3,99	19,53	95	111	واجبات وأعمال التدريب الرياضي	
0,001	-4,71	3,57	19,18	3,31	16,92			التنافس الرياضي (قبل، أثناء، و بعد المنافسة	
0,70	-0,38	2,81	13,67	2,81	13,52			اتجاهات الأسرة نحو الرياضة	
0,50	-0,68	4,87	27,19	4,62	26,74			الجهاز الفني والإداري والجمهور	
0,25	-1,14	3,72	17,40	3,13	16,85			الدراسة، إدارة الوقت، متطلبات الحياة الأخرى	
0,02	-2,26	15,16	98,06	13,44	93,56			مقياس مصادر الضغط النفسي	

يتضح من الجدول (10) أن قيمة "ت" دالة إحصائيا على كل من المحور الثاني - التنافس الرياضي - عند مستوى دلالة 0.001، وكذا الدرجة الكلية للقائمة عند مستوى دلالة 0.02. وهذا يعني أن الناشئات يعانين من مصادر الضغوط النفسية أكثر من الرياضيين الناشئين وذلك على الدرجة الكلية للقائمة، وخاصة المصدر المتعلق بالتنافس الرياضي لذلك يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق في أعراض ومصادر الضغط النفسي بين الرياضيين الناشئين والناشئات.

مناقشة الفرضية الرابعة(أثر متغير الجنس على مستويات الضغط النفسي لدى الرياضيين الناشئين):

أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين (الناشئين والناشئات) في أعراض الضغوط النفسية وذلك على المحاور الثلاث وكذا الدرجة الكلية للمقياس حيث كشفت التحليلات الإحصائية عن تكرار مؤشرات الضغط النفسية والفيزيولوجية والسلوكية بشكل أكبر لدى الناشئات مقارنة بالناشئين، حيث بدأ الناشئات أكثر تأثرا بالضغوط النفسية مقارنة بالناشئين وقد يفسر ذلك بعدم قدرهن على تحمل عوامل الضغوط النفسية وكيفية التعامل معها وبالتالي ظهور الأعراض (المؤشرات) لديهن أكثر مقارنة بالناشئين الذين لديهم قدرة على ضبط عوامل الضغط.

وأظهرت النتائج أن المصادر المتعلقة باتجاهات الأسرة والجهاز الفني والإداري تمثلان مصادر هامة للناشئين والناشئات أما المصادر المتعلقة بأعمال التدريب والمنافسة الرياضية والدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى تمثل مصادر ضغوط نفسية هامة وكبيرة بالنسبة للرياضيات الناشئات مقارنة بالرياضيين الناشئين. ويدعم ما سبق ما أشارت إليه دراسة، زاريتسكي Zaritsky؛ أن الطالبات لديهن ضغوط أكثر من الطلاب (زاريتسكي وسوكول فيفان.1992ص78).

. أهم عوامل الضغط النفسي الأكثر تأثيرا على النشء الرياضي:

للإجابة على هذا التساؤل قمنا بتطبيق اختبار فريدمان (Friedman Test) لمعرفة متوسط الرتب لمحاور قائمة مصادر الضغط النفسي الأكثر تأثيرا على النشء الرياضي.

جدول (11): متوسط الرتب لمحاور لمقياس أعراض الضغط النفسي للرياضيين الناشئين.

رقم المحور	محاور مقياس أعراض الضغط النفسي	المقياس		مستوى الدلالة	كا ²
		متوسط الرتب	رتبة المحور		
1	الأعراض النفسية	2,17	1	0,001	36.45
2	الأعراض الفيزيولوجية	1,74	3		
3	الأعراض السلوكية	2,09	2		

نستنتج من الجدول (11) أن هناك اختلاف في مؤشرات الضغط النفسي من حيث ظهورها وأهميتها بالنسبة للرياضيين الناشئين ويمكن ترتيب المحاور الثلاث حسب الأهمية في الظهور وذلك كالتالي:
1-الأعراض النفسية 2. الأعراض السلوكية. 3. الأعراض الفيزيولوجية.

جدول(12): متوسط الرتب لمحاور لمقياس مصادر الضغوط النفسية للرياضيين الناشئين.

رقم المحور	محاور مقياس مصادر الضغط النفسي	المقياس		مستوى الدلالة	كا ²
		متوسط الرتب	رتبة المحور		
1	واجبات وأحمال التدريب الرياضي	2,59	5	0,001	119,17
2	التنافس الرياضي (قبل، أثناء، و بعد المنافسة	3,52	1		
3	اتجاهات الأسرة نحو الرياضة	2,64	4		
4	الجهاز الفني والإداري والجمهور	2,75	3		
5	الدراسة، إدارة الوقت، متطلبات الحياة الأخرى	3,50	2		

ويتضح من الجدول(12) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.001) فيما يخص أهمية وتأثير عوامل الضغط النفسي للنشء الرياضي، وعليه فإن النتائج المتوصل إليها تدل على اختلاف عوامل الضغط النفسي من حيث تأثيرها وأهميتها بالنسبة للرياضيين الناشئين ويمكن ترتيب المحاور الخمس حسب الأهمية والتأثير وذلك من خلال متوسط الرتب لمحاور المقياس كالتالي:
1. التنافس الرياضي 2. الدراسة، إدارة الوقت. 03. الجهاز الفني والإداري والجمهور. 04. اتجاهات الأسرة نحو الرياضة. 05. أحمال التدريب الرياضي.

الاستنتاجات:

توصلت نتائج الدراسة إلى مايلي:

- يتعرض النشء الرياضي لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية، كما تظهر لديه بشكل كبير أعراض ومؤشرات الضغط النفسية والفيزيولوجية والسلوكية. مما يدل على وقوع النشء الرياضي تحت وطأة الضغوط النفسية وعدم قدرته على التكيف معها.
- عدم وجود فروق في مصادر وأعراض الضغط النفسي بين الرياضيين الناشئين الممارسين للأنشطة الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية على مقياس أعراض ومصادر الضغط النفسي.
- تظهر أعراض الضغط النفسي وخصوصا الأعراض النفسية بشكل أكبر لدى الرياضيين الناشئين الأقل سنا (14 - 16 سنة)، مقارنة بالناشئين الأكبر سنا (16 - 18 سنة)، في حين يتعرض الرياضيين الناشئين بنفس المستوى لعوامل ومسببات الضغط النفسي.
- توجد فروق بين الناشئين والناشئات في ظهور أعراض ومؤشرات الضغط النفسية والفيزيولوجية والسلوكية بشكل أكبر لدى الناشئات مقارنة بالناشئين، وكذلك توصلت النتائج إلى أن الإناث أكثر تعرضا من

الذكور لمصادر الضغوط النفسية المرتبطة بحمل التدريب الرياضي، والمنافسة الرياضية، وكذا الضغوط النفسية المتعلقة بالدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى.

التوصيات

- في حدود نتائج الدراسة وانطلاقاً من الاستنتاجات التي تمّ التوصل إليها، يوصي الباحث بما يلي:
- توعية وتحسيس المسؤولين عن الصحة النفسية والقائمين على الرعاية النفسية للناشئين الرياضيين من (أولياء أمور - المدربين - الإداريين) بضرورة الاهتمام بظاهرة الضغط النفسي وهذا من أجل القيام بمراجعة دورية عن طريق الكشف عن مستويات الضغط، وتشخيص أسباب ارتفاعه وانخفاضه عن المستويات المعتدلة والبحث في العوامل المتسببة في إحداث الضغط النفسي.
 - تخطيط برامج التدريب بطرق علمية، وإدخال أساليب الإثارة والتشويق وتشجيع النشء الرياضي على مواصلة التدريب، و مع الأخذ بعين الاعتبار قدرات وإمكانات النشء وعدم تعارضها مع الأهداف المسطرة. و التركيز على الأداء بدل من التركيز على المكسب.
 - تدعيم الاتصال بين المدرب والجهاز الفني واللاعبين وعدم التفريق في أسلوب التعامل مع اللاعبين وإشراكهم في وضع الأهداف واتخاذ القرارات، وتعويد النشء الرياضي على التفكير الايجابي، وتجنب التفكير السلبي في المنافسات الرياضية. ومراعاة ظروفهم من حيث أوقات التدريب والمنافسات بحيث لا تتعارض مع ظروف حياته الدراسية والامتحانات ومتطلبات الحياة الأخرى.
 - تعليم النشء الرياضي المهارات النفسية وتثبيتها كـ: (الاسترخاء، والتصور العقلي) من أجل الأداء الأمثل، واكتساب هذه المهارات تقلل من الضغوط النفسية وتخفف من التوتر .
 - زيادة مهارات التفاعل الوجداني في برامج التدريب وذلك عن طريق العائد النفسي، الذي يرفع من معنويات الرياضي الناشئ ويزيد من صلابته النفسية في مواجهة مختلف الضغوط النفسية.
 - ضرورة الاهتمام بالتوجيه والاختيار في المجال الرياضي، مع الرعاية الكاملة للرياضيين الناشئين صحياً ونفسياً وبدنياً واجتماعياً يقلل من الضغوط النفسية.
 - إعداد برامج ودورات تدريبية للرياضيين في كيفية التعامل أو مواجهة الضغوط التي تعوق مشوارهم الرياضي والدراسي وتبصيرهم بالطرق والأساليب العلمية للتغلب عليها.

قائمة المراجع

1. أحمد محمد عبد الخالق (1998): الصدمة النفسية، مطبوعات جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، الكويت
2. إخلاص محمد عبد الحفيظ(2002): التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، طبعة أولى، مركز الكتاب والنشر، القاهرة.
3. أسامة عبد الظاهر (1999): مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين، مذكرة ماجستير منشورة جامعة حلوان، القاهرة.
4. أسامة كامل راتب (1999^أ): المنافسة للنشء الرياضي .(الاختبارات النفسية والاجتماعية): سلسلة الفكر العربي في التربية البدنية والرياضية العدد 25 دار الفكر العربي القاهرة .
5. أسامة كامل راتب (1999^ب): المنافسة الرياضية والنمو النفسي للناشئ الرياضي، علم النفس الرياضي بين النظرية والتطبيق، إصدار الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي مارس الإصدار الأول ، القاهرة.
6. أسامة كامل راتب(1999^ج):النمو الحركي(مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق):دار الفكر العربي القاهرة.
7. أسامة كامل راتب (1997^أ): قلق المنافسة ضغوط التدريب واحتراق الرياضي. دار الفكر العربي القاهرة

8. أسامة كامل راتب(1997): احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي دار الفكر العربي القاهرة.
9. أسامة كامل راتب (1995): علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة.
10. جان بنجامين ستورا (1997): الإجهاد أسبابه علاجه، ترجمة أنطوان هاشم .منشورات عويدات، بيروت لبنان
11. ديفد فونتانا (1994): الضغوط النفسية . ترجمة حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع مراجعة فؤاد أبو حطب، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .
12. علي عسكر (2000): ضغوط الحياة .. وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث الكويت .
13. فاروق السيد عثمان(2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية الطبعة 1 عمان الأردن. دار الفكر العربي القاهرة
14. محمد حسن علاوي (1998)^أ: سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي، طبعة أولى، دار الكتاب والنشر، القاهرة .
15. محمد حسن علاوي (1998)^ب: سيكولوجية الإصابة الرياضية، دار الكتاب للنشر، القاهرة .
16. محمد حسن علاوي (1992): سيكولوجية التدريب والمنافسات، الطبعة 7، دار المعارف، القاهرة.
17. محمد حسن علاوي /محمد عز الدين رضوان (1987): الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي القاهرة
18. هيجان عبد الرحمان بن أحمد (1998): ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها . معهد الإدارة العامة، الرياض السعودية.
20. Benjainin james,J,David Collins (1997):Self l'rcsentational Sources of Competitive Stress During Performance. Journal of Sport & Exercise Psychology,Vol.I9, Mar.,PP. 7-35.
21. Cox .T. (1986) stress: 7th edition ; Macmillan Education L.T.D; London
22. Crocker –P-R-E (1989) : Evaluating stress management training under competition conditions . International – journal –of sport psychology –(Rome) 20 (3) ;July /sept 1989 ,P : 191-204.
23. fierney, j.,(1988): Stress in Age-group Swimmers, From What Sources do Young Athletes feel Pressure, and How should they and their Coaches deal with it'? Swimming Technique, 4,9-14.
24. Folkman.N.(1984): Personnel Control, Stress ,and coping a theoretical analysis, Journal Of Personality and a social Psychology .Vol.46; N:04.
25. Gevla.B.,Jeme.l., (1991): Qualitative Investigation into Psychosocial Factors Underlying Bumout in Youth Sport. Dissertatation Abstracts International, Feb.,52. 1003, P. 5508.
26. Gill,K.,Henderson, J., pargman,D.:(1995): the type A Competitive Run: A Risk for Psychological Stress and injury, International Journal of Sport psychology, 10, 4_ 26
27. Gould,D.,Petlichkoff,L.,(1988): Psychological Stress and the Age_ group Wrestler, Human kinetics Publishers; 63-63.
28. Gould,-D; Tuffey,-S; Udry,-E; Loehr,-J,(1996): Burnout in competitive junior tennis players: II. Qualitative analysis("Craquer" chez des joueurs de tennis juniors faisant de la competition: analyse qualitative.) .Sport-psychologist-(Champaign,-Ill.) 10(4), Dec 1996, 341-366.
29. Harlick,-M; McKenzie,-A ,(2000) : Burnout in junior tennis: a research report. New-Zealand-journal-of-sports-medicine-(Auckland,-N.Z.) 28(2), Winter 2000, 36-39, .
30. john F.Murray,Ph.D.,(1998): Combating Burnout in Sport, Mental Equipment, NOV. Article, PP. 2-3.

31. MC-Pherson, B., Marteniuk. R., Tihanyi, J., & Clork, W., 39- (1980): The Social System of Age Group Swimmers: The Perception of Swimmers, parents, and Coaches. Canadian Journal of Applied Sport Sciences, 5. 142-475.
32. Meaney ,P (1986) : Sources , effects and management of competitive stress . Sport s –coach- (Wembley , Aust) 9 (4) ,1986 ,P : 44-49 ;56.
33. -Morgan, W. P., Costill, D.L., Flynn, M.G., Raslin J.S., & O'Come, P.J. (1988): Mood Disturbances Following Increased Training in Swimmers- Medicine and Science In Sports and Exercise, 20, 408-414.
34. Orlick, T.D., (1974): The Athletic Dropout: A High Price for Inefficiency. Canadian Association for Health. Physical Educational Recreation Journal. PP. 21-27.
35. Paulhan. I. & Bourgeois M. (1995) : stress Coping ; les stratégies D ajustement à ladversite 2 eme Edition ; presses universitaires de France ;parie .
36. Sapp, M., Houbenstricker, J., ('1978): Motivation for Joining and Reasons for not Continuing Youth Sport Programs in Michigan American Alliana for Health, Physical Education, Recreation and Dance National Conférence, Kansis, Cky, Mo.
37. Scanlon, T.K, Lewthwaite , R., (1988): From Stress to Enjoyment, Parental and Coach Influences on Young, Human Kinetics Publishers, 41-48
38. Seggar, JF; Pedersen DN; Mc Gown, C., (1997): A Measure of Stress for Athletic Performance, Percept.. Mot skills, Feb, 84: 1, 227-36.
39. Silva, J.M (1990): Analysis of the Training Stress Syndrome in Competitive Athletics. Journal of Applied Sport Psychology 2, 5-20.

اثر متغير طول الشاخص (PLOT) وعلاقته بنسب تنمية مهارة الجري المتعرج في كرة القدم

استاد المساعد: زرف محمد

معهد التربية البدنية و الرياضة جامعة عبد الحميد ابن باديس

ملخص:

يؤكد الباحث في ضل نتائج التدريب على طبيعة الأسلوب التنافسي ضرورة أخذ بعين الاعتبار متغير طول الشاخص كمطلب أساسي في تكريب مهارة الجري بالكرة بما يخدم التسلسل الحركي في عملية نقل أقسام الجسم المشاركة بلفسيائية تخدم الإيقاع الخاص بأداء هذه المهارة و تسمح للاعب باكتشاف المواقف والنظر إليها بوجهات نظر متعددة. أسسها المعلومات القادمة من البيئة الخارجية المحيطة بالإنجاز كمحددات تتماثل مع موقف حالة وجود الخصم بمقاييس طول تزيد من نسب إزاحة الجسم خوفا من التصادم و عليه جاءت أهمية البحث في إيجاد تفسيرات علمية تكشف بعض عيوب العتاد المستخدم في عملية تخطيط لتدريب و تقويم مهارة الجري بالكرة في لعبة كرة القدم و باعتبار الشاخص من الادوات التعليمية اكثر استخداما في تدريب هذه المهارة يرى الباحث ان استراتيجي الاقماغ القصيرة لا تخدم متطلبات المهارة ضمن مرحلة الاداء الفعال و ينصح باستخدام اقماغ بطول اللاعب نفسه حتى تخدم اللاعب فترة المنافسة او المرور الى التطبيقات بوجود معارضة حقيقية (خصم) و بالتالي المكتسبات المحققة في التدريب لا تتباين و المتطلبات حالة وجود الخصم.

الكلمات المفتاحية: طول الشاخص، مهارة الجري المتعرج في كرة القدم.

ملخص بالفرنسية:

Le chercheur insiste dans l'«apprentissage et l'entraînement de la conduite de Ball en football sur l'impact du délimiter comme moyen fondamental dans le passage de l'entraînement inactif à l'entraînement actif de ce geste technique car ça permet au joueur d'évaluer ses performances sur la base du feed back incluse dans ces entrainements basée sur la coordination motrice équitable avec la présence du défenseur sur le plan mécanique du mouvement mais travailler avec des plots (petits) qui ne sont pas homogènes avec la taille du défenseur .

Mots clés : hauteur du plot, conduite de Ball foot Ball.

مقدمة:

إن التطور السريع في مجال التدريب الرياضي و وسائله المختلفة قد فتح أفقا أمام الباحثين و الدارسين و المدربين في كرة القدم للتعرف على كل جديد في عمليات اكتساب المعلومات و القدرات و المهارات الحركية و تطويرها, نتيجة تكامل بين النظري و التطبيقي للعلوم و معارف الجديدة التي أسهمت بدورها في دفع عملية التعلم و التدريب نحو الأفضل من خلال توظيف ها للعديد من الأجهزة و الأدوات و الوسائل المبتكرة العلمية و الفنية. و كون المهارات الأساسية في كرة القدم احد الركائز الأساسية في الوحدة التدريبية اليومية إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة و دون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة , مما يفرض على كل لاعب متميز أن يؤديها بطريقة إبداعية ثابتة تتميز بالتحكم و الدقة و الاقتصادية في الجهد و سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لانجاز أفضل النتائج في الموسم الرياضي. و من خلفية هذه الحقيقة العلمية و واقع مستوى الأداء المهاري للاعب الجزائري ضمن البحوث الجزائرية. يؤكد كل من بن قاصد (علي، عدد 2009، ص 204) و ناصر (القدر، الجزائر، ص 29) و بن قوة (علي ب.، 2004، ص 6) أن مستوى المهاري في الناحية الغربية من الوطن ضمن فروض دراساتهم تنحصر بين المتوسط و الضعيف و يعرفون ذلك إلى عدم وجود برامج مخططة وفق أسس علمية تتفق و التطور السريع في مجال علوم التدريب الرياضي و وسائله المتنوعة. و من خلال الزيارات الميدانية المتكررة رأى الباحث أن احد أسباب هذا الضعف تكمن في تماثل البيئة التعليمية أو التدريب ضمن الوحدات اليومية و مواقف المنافسة و خلفيته النظرية في ذلك أنواع المهارات الحركية فحسب جننل و بول طوت (انور 2007، ص 122) أن البيئة المحيطة بالانجاز تقسم المهارة الحركية إلى نوعان مهارة مفتوحة تكون الظروف و العوامل بالبيئية متغيرة أثناء الأداء و مهارة مغلقة تكون فيها جميع المؤثرات الخارجية ثابتة لا تتغير أثناء الأداء , و بحكم أن مهارة الجري بالكرة في لعبة كرة القدم تصنف ضمن المهارات المفتوحة كون بيئة انجازها متغيرة أثناء أدائها كون أن نزاعات للاستحواذ على الكرة حسب إحصائيات (Doucet, 2005 p84) تشكل نسبة 30 إلى 40 ٪ من الجمل الحركية في مباراة كرة القدم و أن الفريق الفائز يجب أن يحتكرها بنسبة 53,6 ٪ بأقل تقدير. يؤكد الباحث ضرورة تماثل بيئة التدريب الأمثل في اشتقاق المواقف التدريبية الصحيحة من خلال توظيف المبادئ التالية / زيادة التماثل بين ظروف التدريب و المنافسة -التدريب على طبيعة الأسلوب التنافسي تطبيقا للاتجاهات الحديثة في إعداد الرياضي ن و من أمثلة هذه المواقف التدريبية يشير البحث إلى أن تدريب مهارة الجري بالكرة يحتاج إلى توظيف الديلمتر (شاخص بطول اللاعب) ضمن مرحلة الانتقال من مرحلة المعارضة السلبية (استخدام الشواخص) إلى المعارضة الحقيقية (خصم) لان واقع التدريبات من خلال الزيارات الميدانية يشر إلى اعتماد مدربين على الشواخص القصيرة التي لا تتماشى و انسيابية الحركة ضمن مرحلة المعارضة الحقيقية فقصر القمع سيسمح لأي لاعب مهما كان مستواه تمرير القسم العلوي دون أي إشكال عند مجابهة هذا النوع من الشاخص بعكس ما يحدث لنفس اللاعب عند مجابهته لنفس الشاخص و بطول يساوي قامته . فحسب رأي الباحث أن هذا النوع من الشاخص يصلح لتعلم المهارات الجديدة ضمن مرحلة التوافق الأول للحركة من مراحل التعلم لغرض تقليل عامل الصعوبة و تدرج في اكتساب المهارة مع تخلص من الأخطاء ضمن مرحلة اكتساب التوافق الجيد لأداء المهارات الأساسية وصولا للآلية في مرحلة إتقان و تثبيت (قاسم لزام وآخرون، 2005 ص 57. 70). لذا يؤكد الباحث في ضل التدريب على طبيعة الأسلوب التنافسي ضرورة أخذ بعين الاعتبار هذا المتغير كمطلب أساسي في تكوين هذه المهارة لما يخدم التسلسل الحركي في عملية نقل الحركي بما يتناسب و انسيابية و إيقاع الخاص بهذه المهارة و يسمح للاعب باكتشاف المواقف والنظر إليها بوجهات نظر متعددة" (عبيدات، 2005، ص 28). أسسها المعلومات القادمة من البيئة الخارجية المحيطة بالانجاز و عليه جاءت أهمية البحث في إيجاد تفسيرات علمية تكشف بعض عيوب العتاد

المستخدم في عملية تخطيط لتدريب و تقويم مهارة الجري بالكرة في كرة القدم كإستراتيجية تخدم اللاعب في تنويع طابع انطباعاته الحسية القادمة من البيئة الخارجية باستخدامه لمتغير كوسيلة مساعدة لتطوير سرعة الاستجابة الحركية لناشئين لما لها من أهمية في الأداء المهاري بكل أنواعه بالإضافة إلى تطوير الذكاء الجسمي - الحركي و تآزر الحركي- البصري كنتيجة راجعة من عملية تنمية القدرات التوافقية التي تعمل على تطوير قدرة اللاعب في استخدام حواسه لتحريك جسمه أو أجزاء منه بشكل فعال في الظروف الصعبة خلال الأداء المهاري. و أن استخدام الأمثل للأجهزة مساعدة و عتاد الرياضي لن يحقق التعزز المفترض حدوثه لتطوير الهدف العام و الخاص من التمرين المجدول إلا بعملية الكشف عن الوجبات الخاصة و إدخال الوسائل المساعدة. يرها قاسم حسن حسين و فتحى(المهشش، 1999، ص15).

مشكلة :

إن الوصول بمستوى اللاعبين إلى الدرجة التي تمكّنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديثة بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفق برامج مقننة بدنيا ومهارياً، و فنياً، وخططياً، وذهنياً، و نفسياً، بالإضافة لمحتوى أكثر تطوراً من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات الناشئين وإمكانياتهم، والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشء ، بما يخلق جيلاً من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة. و يؤكد أبو عبده (ابوعبده، 2008، ص28) أنه لكي يحقق لاعب كرة القدم أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات يجب أن يُعدَّ إعداداً فنياً متكاملًا في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة، والتي تتطلب مستوى عاليًا من الكفاءة البدنية والمهارية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخطئية الموكلة إليه بكفاءة طول زمن المباراة. مما يلزم على كل مدرب فطن تجسيد هذه المعطيات عند برمجته لحصصه اليومية حتى يتسنى لمن يؤديها أن يكررها بصورة إرادي ثابتة تتميز بالتحكم و الدقة و الاقتصادية في الجهد مع سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لانجاز أفضل النتائج أثناء المباراة. إن ارتباط الأداء الصحيح ببيئة الأداء يتعلق بعمليات استقبال ومعالجة المعلومات والتحكم الذاتي في التصرف والسلوك الحركي المرتبط بالأداء الذي يتضمن التفاعل بين عمليات معرفية و عمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء بنسق منتظم يدعم القدرات التوافقية التي تشكل مجموع التوافق الحركي المنشود بالإضافة إلى التكنيك الرياضي كونه شرط أساسيا يضمن التفوق والإنجاز في المجال الرياضي، ، ولكي يكون تصرف الرياضي في تأدية حركاته محققاً للغاية، يجب أن تجري العمليات النفسية والحركية الضرورية بصورة منسقة، ويتم هذا التنسيق على أساس التفاعل الوظيفي القائم فيما بينهما على الصعيدين الإدراكي والـ (حس - حركي) ومن المهارات الأساسية بالكرة مهارة الجري بالكرة التي يجب أن يقفها جميع اللاعبين دون استثناء يذكر كونها تتضمن الاحتفاظ بالكرة تحت سيطرة اللاعب لكي يتمكن من التخلص من المراقبة و المرور بطريقة قانونية بين الخصوم ليسلم أو يهدف وهذا بدوره يتطلب من اللاعب قدرة عالية في تغيير الاتجاه وسرعة كبيرة في استخدام حركات جسمه في الخداع مراعيًا في ذلك كل المتغيرات المحيطة به كمعطيات للموقف الذي وضع فيه. ومن خلال خبرة الباحث ومشاهداته المنتظمة لتدريبات فرق مستغانم التي تنشط بالمركب الرياضي رائد فراج لاحظ أن تدريب هذه المهارات يحتاج إلى نوع من التخمين الميكانيكي يتطلب بعض التعديلات في استخدام المدرب للعتاد الرياضي بما يتوافق و متطلبات أداء المهاري فقصر قمع يسمح بمرور القسم العلوي دون أي إعاقة عكس ما يحدث في وجود خصم، وان مجال الرؤية المحيطة لن يقتصر على متابعة خط سير الكرة بل يجب ان يشمل فائض من المعلومات تتعلق بحاضر ومستقبل هذه الفرصة التي نعددها كمبادرة فردية نصب لمصلحة الفريق و على هذا المنطلق رأى الباحث ضرورة دراسة اثر متغير طول الشاخص كوسائل مساعدة على تخطيط وتقويم عملية تدريب مهارة الجري بالكرة في كرة القدم ولهذا يأمل الباحث الايجابية عن هذه التساؤلات الموالية:

- هل متغير طول القمع يؤثر على قدرة التحكم في الكرة ضمن الاختبار الجري المتعرج بالكرة ؟
- ما علاقة طول القمع بتنمية مهارة الجري المتعرج بالكرة ضمن برنامج المدرب؟

أهمية الدراسة

- 1 -تصميم أداة تعليمية تتوافق ومتطلبات هذه المهارة.
 - 2 تحديد أثر طول الشاخص على عملية بناء هذه المهارة وعلاقته بالوصول إلى آلية الأداء وقدرة الموازنة بين الحركات ونواتجها.
 - 3 زيادة الاهتمام بالوسائل و الأدوات باعتبارها من العوامل التي تساعد على الانجاز والوصول إلى المستويات العليا (البدنية والمهارية والنفسية والخطوية).
 - 4 يمكن الاستفادة من هذه الدراسة كمرجع لحل بعض صعوبات التدريب و التعلم في رياضة كرة القدم.
- أهداف البحث :

- 1 تقييم دور الأداة ضمن مجال استخدامها
 - 2 -تصميم أجهزة مساعدة لتطوير الأداء الحركي وحل مشكلة صعوبات التعلم.
 - 3 -التعامل مع الحقائق العلمية بالتجربة الشخصية لغرض رفع الرصيد الشخصي و القومي.
- فرض البحث:

الفرض الأساسي:

يؤثر متغير طول القمع على قدرة التحكم في الكرة أثناء الجري وعليه تتأثر جميع قيم عملية التقويم وتخطيط لهذه المهارة .
الفروض الفرعية:

- 1 يؤثر متغير طول القمع عملية تقييم ضمن اختبار هذه المهارة(الجري المتعرج بالكرة)
- 2 -يؤثر متغير طول القمع على عملية التخطيط لبناء هذه المهارة و هو لصالح العينات التجريبية.

المصطلحات :

- متغير طول القمع أو الشاخص : يعرف قاموس الوسيط (almany.com/arab/home., 2010) الشاخص بأنه الشيء المائل و يطلق على الهدف و العلامة البارزة للحد و للقائم يحدد به القياس أما في المجال الرياضي فيعرف عند الأغلبية بكلمة قمع أو plot.ويدرج ضمن العتاد الرياضي و ا لأدوات المساعدة التي يعرفها (يوسف) (حسين، 1984) بأنها "ما يمكن استخدامه من إمكانات متاحة تساهم بدرجة كبيرة في اكتساب المتعلم للمهارات الحركية وإتقانها" وفي كرة القدم يعمل الشاخص على تحديد معالم التمرين أو الاختبار من الناحية الشكلية أو تحدد الهدف من التمرين أما بالنسبة لمتغير الطول الشاخص فهناك ثلاثة أنواع من الشواخص المعروفة في وسط الرياضي assiette يشبه الصحن و /plot أطول من الأول و هو يشبه القمع / délimiter هو أطول أنواع الشواخص فكلمة ديلميت ر تعني الحد النهائي أو أقصى ارتفاع و يعرفها البحث في الطول المماثل أو اكبر من قامة المختبر أو المتمرن.

- مهارة الجري بالكرة : يتفق كل من Christian Séguin (François Gil, 2001,p) و LOUIS (JEAN, 1991,p) وزهير الخشاب (آخرون، 1988) والسيد أبو عبده وموفق اسعد محمود أن مهارة الجري بالكرة و مهارة درجة الكرة من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها جميع اللاعبين بلا استثناء و هي مهارة تتم بعدة طرق يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة و التي تتناسب و طبيعة الموقف المهاري و الخططي أثناء تأديتها. و جري بالكرة بشكل عام يتطلب مهارة فائقة من اللاعب للتحكم في الكرة و السيطرة عليها أثناء الجري بها مع الإحساس بالمسافة و الزمن و المكان و إنتاج السرعة المطلوبة للتجاوز مع الاحتفاظ بالتوازن و التوافق الجيد في الربط بين عملية الجري و نقل الكرة و عليه يرى الباحث أن جري بالكرة في رياضة كرة القدم ينقسم إلى قسمين: حالة المساحات الشاغرة و حالة تضيق المساحات تحت ضغط المدافعين فالحالة الأولى تعتمد على سرعة انطلاق اللاعب أما الثانية فتحتاج إلى تنمية قدرة تغير الاتجاه حيث يرى جيل كريستيان ان الجري بالكرة هو مقدمة للمراوغة أما

موفق اسعد (محمود، 2009 ص104) بان اغلب الأهداف المسجلة بكرة القدم تأتي بعد الدحرجة السريعة و أن اللاعبين الذين يمتلكون هذه القدرة و الإمكانية لهم أهمية كبيرة في الهجوم من خلال تحرير المهاجمين و الزيادة العددية . وفي ضل تطور الخطط الدفاعية و مستوى العالي للمدافعين يؤكد الباحث في ضل التدريب على طبيعة الأسلوب الأداء النموذجي لمهارة الجري بالكرة حالة مضايقة المدافع تحتاج إلى تدريب خاص يتلاءم و طبيعة هذا الموقف ضرورة أخذ بعين الاعتبار نوعية الشاخص في عملية التخطيط لتقويم و تدريب هذه المهارة بما يتناسب ونواتج الحركة النموذجية ضمن المرحلة التعليمية أو التدريبية و صولا إلى مرحلة الأداء الفعلي في غمار المنافسة.

منهجية البحث المتبعة:

المنهج: استخدام هذا البحث المنهج التجريبي (تصميم المجموعتين، إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة)، واستخدام القياس البعدي للمجموعتين، نظراً لطبيعة البحث ، كما أُستخدِمَ المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) لتحليل أهمية طول الشاخص كحلقة وسط بين محتوى الموحد(برنامج مدرب+ تنفيذ من قبل المدرب نفسه)

العينة: تم اختيار عينة البحث من نادي الافاق وكان اختياراً مقصوداً في فترة الاعداد المهاري سنة 2010/2009، كما تم تحديد تقسيم عدد المنخرطين ضمن هذه الجمعية وهذا الصنف الى ثلاثة مجموعات تعمل تحت امرة المدرب بمحتوى واحد الفارق فيه طول الشاخص.

مجالات البحث:

أجريت الدراسة على عينة قومها 60 لاعب من مدرسة الافاق مستغانم ينشطون في المركب الرياضي مستغانم

المجال البشري: ناشئو مدرسة الافاق مستغانم كرة القدم للموسم 2010-2009

15 لاعب دراسة استطلاعية / 45 للتجربة الأساسية وزعت كالاتي:

جدول رقم 2 يوضح التصميم التجريبي:

* /الجميع يعمل ببرنامج المسطر من قبل المدرب تحت إمرة هذا الأخير بمتغير طول الشاخص:

العينة الضابطة تعمل بشاخص طوله 60سم	العينة التجريبية 2 تعمل بشاخص طوله يواز المنطقة القطبية	العينة التجريبية التي تعمل بطول يساوي القامة
15	15	15

المجال الزماني: للمدة من 20 / 10 / 2009 ولغاية 20 / 12 / 2010

المجال المكاني: مركب الرياضي رائد فراج مستغانم الملاعب الجوارية

المتغيرات: المتغير المستقل: طول الشاخص المتغيرات التابع: مهارة الجري المتعرج في كرة القدم ضبط المتغيرات المشوشة:

الإجراءات المتبعة لضبط المتغيرات:

1- /سناها 14/13 سنة - 2/ عمرها التدريبي واحد- 3/ التجانس في الطول - 4/الوزن-5/الرشاقة-

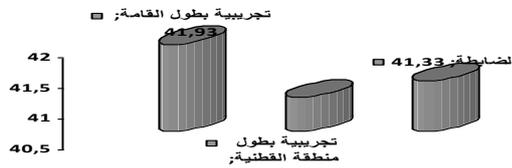
6/التوازن الديناميكي -7/ مهارة الجري المنعرج-8/توحيد ظروف العمل (المحتوى التدريبي و ساعاته و

الإشراف) مع فارق طول الشاخص

جداول الضبط الإجرائي:

-متغير الوزن : الجدول رقم(03):يوضح نتائج اختبار الوزن

العينات الإحصائية	القيم	التجريبية طول شاخص=طول قامة	التجريبية الثانية طول شاخص= طول منطقة قطنية	الضابطة شاخص عادي طول= 60 سم
س	41.93	41.06	41.33	41.33
ع	6.65	5.59	5.60	5.60
ف المحسوبة		0.0827		
ف الجدولية		2.48		



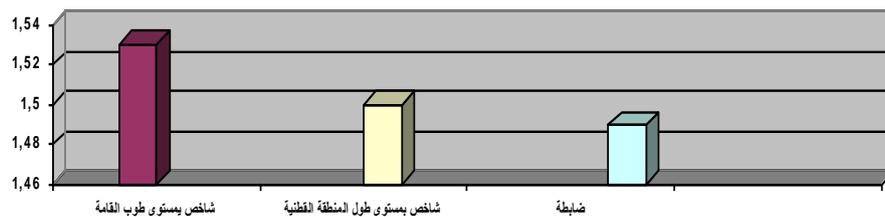
الشكل رقم(2):يوضح متوسطات الحسابية اختبار الوزن.

بعد إجراء الاختبار الخاصة بالوزن وذلك قبل تنفيذ التجربة الأساسية تم معالجة هذه النتائج إحصائياً وذلك باستعمال أفدو فيشر. من خلال الجدول رقم (03): نجد أن قيمة ف المحسوبة اقل من ف الجدولية وعليه القيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا دال على وجود تجانس في عينة البحث في الاختبارات القبلية وأنه لا يوجد فرق معنوية بين مجموعات البحث من ناحية وزن و هذا يدل على مدى تجانس عينة التجربة الأساسية.

متغير الطول :

العينات الإحصائية	القيم	التجريبية طول شاخص=طول قامة	التجريبية الثانية طول شاخص= طول منطقة قطنية	الضابطة شاخص عادي طول= 60 سم
س	1.53	1.50	1.49	1.49
ع	0.052	0.043	0.045	0.045
ف المحسوبة		1.91		
ف الجدولية		2.48		

الجدول رقم(4):يوضح نتائج اختبار قياس الطول .

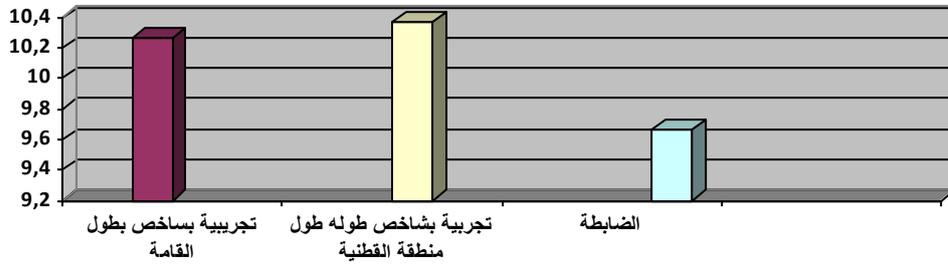


الشكل رقم(3):يوضح متوسطات الحسابية اختبار الطول.

بعد إجراء الاختبار الخاص بالطول وذلك قبل تطبيق ال شروع في العمل التجريبي تم معالجة هذه النتائج إحصائياً وذلك باستعمال أفدو فيشر. من خلال الجدول رقم (04) : نجد أن قيمة ف المحسوبة اقل من ف الجدولية وعليه القيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا دال على وجود تجانس في عينة البحث في هذا الاختبار وأنه لا يوجد فروق معنوية بين مجموعات البحث من ناحية متغير الطول.

اختبار الرشاقة : الجدول رقم(05):يوضح نتائج اختبار الرشاقة

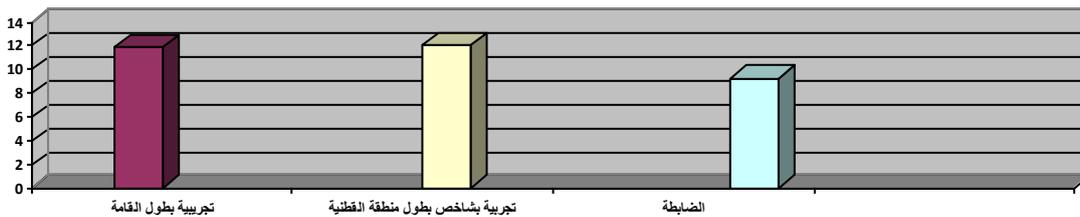
العينات القيم الإحصائية	التجريبية طول شاخص=طول قائمة	التجريبية الثانية طول شاخص= طول منطقة قطنية	الضابطة شاخص عادي طول= 60 سم
س	10.26	10.37	9.66
ع	1.67	1.79	2.94
ف المحسوبة	0.442		
ف الجدولية	2.48		



الشكل رقم(6):يوضح متوسطات الحسابية اختبار الرشاقة

من خلال الجدول رقم (5) : نجد أن قيمة ف المحسوبة اقل من ف الجدولية وعليه القيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا يبال على وجود تجانس في عينة البحث في هذا الاختبار وأنه لا يوجد فروق معنوية بين مجموعات البحث من ناحية متغير الرشاقة
اختبار التوازن المتحرك :الجدول رقم(06):يوضح نتائج اختبار التوازن المتحرك.:

العينات القيم الإحصائية	التجريبية طول شاخص=طول قائمة	التجريبية الثانية طول شاخص= طول منطقة قطنية	الضابطة شاخص عادي طول= 60 سم
س	11.85	12.07	9.28
ع	7.57	6.31	6.23
ف المحسوبة	0.741		
ف الجدولية	2.48		



الشكل رقم(7):يوضح متوسطات الحسابية اختبار التوازن المتحرك.

من خلال الجدول رقم (7) : نجد أن قيمة ف المحسوبة اقل من ف الجدولية و عليه القيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا دال على وجود تجانس في عينة البحث في هذا الاختبار وأنه لا يوجد فروق معنوية بين مجموعات البحث من ناحية متغير الرشاقة.

برنامج العمل:

تم الاتفاق مع رئيس الجمعية على ان تبق المجموعات تحت امرت المدرب و ان يكون تدخل الباحث في الاداة فقط .

الأدوات: اعتمد البحث على عدة مصادر اشتملت المعاينة و الملاحظة الميدانية قبل مباشرته في انجاز تجربته بالإضافة إلى المرجعة المكتبية للمصادر و الدراسات المرتبطة بحدود دراسته بغرض التصميم التجريبي و تفسير النتائج و عليه استخدم الاختبار أدناه و الطرق الإحصائية التي تتناسب مع خصائص دراسة و التي اشتملت على المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري زائد التباين بغية الكشف إحصائياً عن الفروق المحدد ضمن التصميم التجريبي:

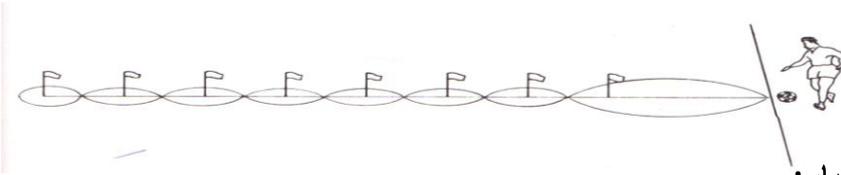
اختبار الجري المتعرج بالكرة بين القوائم الشواخص (النمكي، 1998):plot

يهدف الاختبار إلى قياس القدرة على السيطرة والتحكم في الكرة أثناء التقدم في الملعب كما يقيس هذا الاختبار رشاقة اللاعب أثناء الجري بالكرة.

مواصفات الاختبار: يوضع أول قائم على بعد 03 متر من خط البداية ثم تصف القوائم السبع الباقية في

خط مستقيم على مسافة 01.05 م من بعضها، عند إعطاء الإشارة يجري اللاعب بالكرة من على خط

البداية ويمر بين القوائم الثمانية محاولاً اجتيازها والعودة إلى خط البداية، يحتسب الزمن المستغرق من الانطلاق إلى المرور بين القوائم وحتى العودة إلى خط البداية، تمنح لكل لاعب محاولتان وتحتسب الزمن الأحسن لأقرب ثانية



الأسس العلمية للأداة:

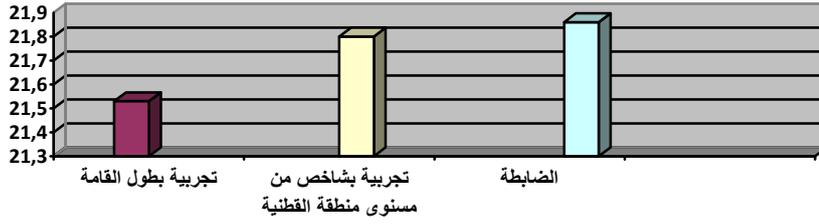
صدق وثبات وموضوعية الاختبار:

استخدام معامل الارتباط برسون وبعد كشف جدول الدلالة عند درجة حرية 14 (ن-1) ومستوى الدلالة 0.05 وجد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار أكبر من القيمة الجدولية والمقدرة ب: 0.49 مما يؤكد أن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية كما يوضحه الجدول (1).

الاختبارات	معامل الارتباط القيمة الجدولية	معامل ثبات الاختبار	معامل صدق الاختبار
الجري بالكرة بين القوائم أو شواخص.	0.49	0.69	0.83

- عرض ومناقشة اختبار الجري المتعرج بالكرة القبلي : الجدول رقم (08): يوضح نتائج اختبار قياس الجري المتعرج .

العينات القيم الإحصائية	التجريبية طول شاخص= طول منطقة قطنية	التجريبية طول شاخص= طول قامة	الضابطة شاخص عادي
س	21.80	21.53	21.86
ع	1.97	2.38	2.55
ف المحسوبة	0.086		
ف الجدولية	2.48		



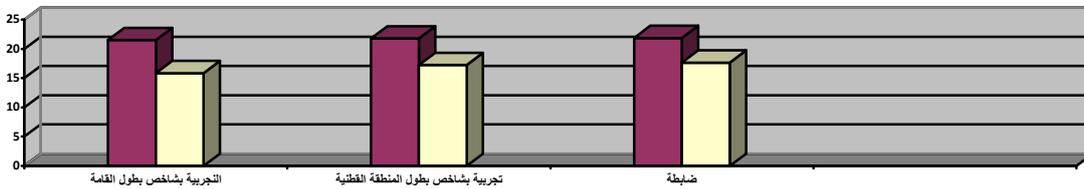
الشكل رقم(9):يوضح متوسطات الحسابية اختبار الجري المتعرج بالكرة.

من خلال الجدول رقم (8) نجد أن قيمة ف المحسوبة اقل من ف الجدولية و عليه القيم غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا دال على وجود تجانس في عينة البحث في هذا الاختبار وأنه لا يوجد فروق معنوية بين مجموعات من ناحية متغير الجر المتعرج بالكرة مما يدل على تجانس العينة ضمن هذا المتغير الإجرائي و يسمح بتطبيق التجربة بمتغير طول الشاخص بالنسبة للعينات التجريبية حسب التقسيم المشار إليه أعلاه ضمن برنامج المقترح من قبل المدرب. وعلى كل ما سبق يتضح أن العينة تتمتع بتجانس ضمن جميع الاختبارات و المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على التجربة

عرض نتائج مقارنة الاختبارات القبليّة و البعديّة لكل مجموعة للجري المتعرج :

المجموعات	ن	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدالة الإحصائية
		ع	س(ثا)	ع	س(ثا)					
التجريبية بشاخص=طول القامة	15	2.38	21.53	1.45	15.86	2.65	2.14	14	0.05	دال إحصائيا
التجريبية بشاخص طول المنطقة القطنية=	15	1.97	21.80	1.33	17.26	2.40				دال إحصائيا
المجموعة الثالثة	15	2.55	21.86	0.97	17.66	2.32				دالة إحصائيا

الجدول رقم (9) يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينات البحث (الجري المتعرج بالكرة).



الشكل رقم(10):يوضح متوسطات الحسابية القبليّة و البعديّة لاختبار الجري المتعرج بالكرة.

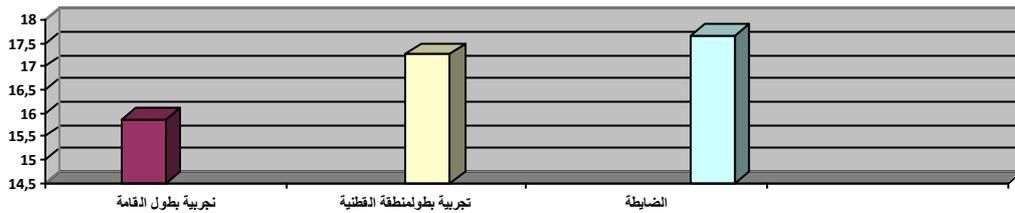
من خلال الجدول رقم (10) نجد أن قيمة ت المحسوبة اكبر من ت الجدولية و عليه القيم هي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 ولصالح الاختبارات البعديّة في كل عينات البحث في هذا الاختبار وأن برنامج المقترح من قبل المدرب يصلح لتدريب هذه المهارة مما يؤكد على وجود عمل ميداني وهذا ما تتفق عليه جميع الدراسات المشابهة من منظور أن الأسس العلمية تعمل على تحسين مستوى الرياضي إلا أن لمسة الباحث كان لها اثر اكبر في تنمية هذه المهارة بصورة تتوافق و طبيعة متطلبات المهارة قصد الدراسة

كون المجموعات التجريبية حققت اكبر متوسطات حسابية مقارنة بالعينة الضابطة برغم من أن الشواخص المستخدمة هي نفس الشواخص التي تعودت عليها في الحصص التدريبية و يعيره الباحث إلى أن زيادة تماثل ظروف البيئة الميكانيكية للأداء مقارنة بالنموذج الصحيح للحركة زاد من أعباء اللاعب فبتالي أصبحت ظروف أداء هذه المهارة تستوجب مسار حركي يتوافق مع طول الشاخص تبعاً لدرجة الصعوبة و هذا ما نسجله من خلال الفروقات في ت المحسوبة و هو لصالح العينة التي تدربت بشاخص يتناسب و طول القامة وهذا ما يتفق و الاتجاهات الحديثة ضمن الاتجاه الثاني - زيادة الاتجاه التخصص حيث يذكر بلاتونف بالتركيز على متطلبات التخصص في نوع النشاط الرياضي بحيث زاد حجم تمارين الإعداد الخاص ضمن خطة تدريب و في نفس صياغته للاتجاه الثالث في زيادة استخدام المنافس كأحد الطرق الأساسية في عملة إعداد الرياضي و هو ما يؤكد ضمن الاتجاه الرابع و المتمثل في زيادة التماثل بين ظروف التدريب و المنافسة و ما يهمننا أكثر في بحثنا هذا هو الاتجاه السادس الذي يركز على طبيعة أسلوب الأداء التنافسي من خلال المقارنة بين أسلوب الرياضي و النموذج فالنموذج الصحيح للتمرين من حيث المواقف يجعل الاكتساب اكبر و التعزيز المفترض اكبر و هو ما نفسر به هذه النتائج من خلال قوانين التي حددها تورنديك (الاستعداد-الأثر-التدريب) و قواعد التدريب (التنظيم-الإيضاح-التدرج-الاستيعاب و الاستمرار)

عرض ومناقشة اختبار الجري المتعرج البعدي:

العينات القيم الإحصائية	التجريبية طول شاخص=طول قامة	التجريبية الثانية طول شاخص= طول منطقة قطنية	الضابطة شاخص عادي طول= 60 سم
س	15.86	17.26	17.66
ع	1.45	1.33	0.97
ف المحسوبة	8.27		
ف الجدولية	2.48		

الجدول رقم(10): يوضح نتائج اختبار قياس الجري المتعرج بالكرة .

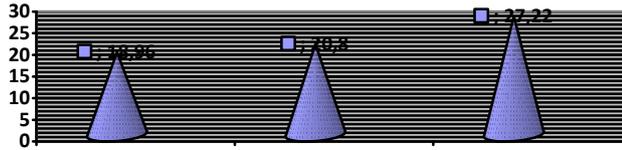


الشكل رقم(10): يوضح متوسطات الحسابية لاختبار الجري المتعرج.

من خلال الجدول رقم (10) نجد أن قيمة ف المحسوبة اكبر من ف الجدولية و عليه القيم دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 و بالتالي جميع أفراد العينة قد حققت تطوراً ضمن هذه المهارة . و لغرض الكشف عن أحسن نسبة تقدم مسجلة و ضمن أي مجموعة لجا البحث إلى حساب النسبة المؤوية للتقدم (حسنين، 1997) التي تعني مقدار التطور الذي حدث للأفراد بسبب تنفيذهم للبرنامج حيث يتم تحديدها من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية و القبلية و الفرق بينهما يمثل مقدار التقدم الحاصل في نهاية البرنامج.

جدول يوضح نسبة التقدم العينة الضابطة في الاختبار القبلي و البعدي في مهارة الجري المتعرج بالكرة في كرة القدم

تجريبية بشاخص يعادل أطول قامة		تجريبية بشاخص يعدل منطقة القطنية		الضابطة		عدد اللاعبين
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	النسبة
42,1238938	57,8761062	44,1979522	55,8020478	44,7635135	55,2364865	
27,2171254		20,7951071		18,9602447		نسبة التقدم



تقدم النسبة	18,96	20,8	27,22
العينة	الضابطة بشاخص عدي	تجريبية بشاخص = المنطقة القطنية	تجريبية بشاخص = طول القامة

من خلال المعطيات أعلاه يتبين مدى تقدم العينة التجريبية الثانية (التي تعمل بشاخص = طول القامة) تليها التجريبية الأولى (شاخص يوازي المنطقة القطنية) و بفارق 6.4 و بفارق 8,28 عن العينة الضابطة التي بلغ الفارق بينها و بين عينة شاخص يوازي المنطقة القطنية ب 1,86 و لصالح هذه الأخيرة و يعزي الباحث ذلك إلى التنظيم الصحيح للمحتوى و شكل و طريقة الأداء لهذه المهارة و التي يعبر عنها يوسف الشيخ نقلا عن دو نسل "ان التمارين هي الوسيلة الرئيسية الوحيدة لتحديد أغراض الثقافة البدنية و التي لا يمكن ممارسته ممارسة سليمة إلا إذا كانت قد بحثت من جميع الوجوه" و يخلص الباحث أن منطلق التحليل الحركي و تقويم يعد الهيكل الرئيسي و مفتاح المعرفة للسلوك أو المسار الحركي لتقرير طبيعة العلاقة بين المتغيرات المؤثر من مختلف الجوانب و التي تعبر عنها إيمان شاكر في ادخل الحقائق العلمية التي تساهم في الأداء الفني و يؤكد عليه قاسم حسن و فتحي المهشش في ارتباط أسباب النجاح بالواجبات الخاصة و سلامة عبد العزيز في مراعاة البيئة المحيطة بالتدريب و التعليم.

أهم الاستنتاجات:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية و لصالح المجموعة التجريبية في تنمية المهارة قصد الدراسة
- التطور الفاعل يستوجب التفكير في بيئة الانجاز و علاقتها بالنتائج
- تحليل متطلبات المهارة و توظيف المواقف بما يشابه الأداء الفعلي أثناء المنافسة
- متغير طول الشاخص يؤثر على تنمية مهارة الجري بالكرة و هو لصالح شاخص بقيمة طول الشخص
- يؤثر متغير طول الشاخص على نتائج تنمية هذه المهارة رغم اعتمادنا الكلي على برنامج المدرب

الخلاصة:

إن التحليل أداة أساسية في جميع الفعاليات و الأنشطة الرياضية، إذ يبحث في الأداء و يسعى إلى دراسة أجزاء الحركة للوصول إلى دقائقها سعيا وراء تكتيك أفضل، فهو احد وسائل المعرفة الدقيقة للمسار بهدف التحسين و التطوير و عليه يلجأ العاملون في المجال الرياضي إلى دراسة الحركة و تحليل مكوناتها سعيا وراء تحسين التكتيك. ويرى الباحث أن التحليل الرياضي يساهم في حل المشكلات المتعلقة بالتعلم و التدريب، فهو لا يكتفي بتقوي و تشخيص الحركات رقميا بل يسعى أيضا إلى موازنة أجزاءها و أوقاتها و قوتها، مع الفصل بين الحركات الجيدة و الحركات الرديئة، وهذا ما يساعدنا على تطوي الحركة و معرفة دقائق تكتيكها، و بذلك يطور للمدرب الصورة الحركة النموذجية ليتمكن من اختيار وسائل و طرائق

التدريب الخاصة لإيصالها إلى المتعلم من أجل تجنب الأخطاء الحركية، فإن الاعتماد على القياس الدقيق للجوانب المختلفة المتعلقة بالظاهرة يساهم، في تقويم الأداء الفني للوصول إلى نتائج تتعلق بالإنجازات الرياضية من خلال توصيف الحركة وتحليل جميع العوامل (البدنية أو الميكانيكية والتشريحية) والتي تخص الأداء الحركي بشكل يضمن استعمالها في حل المشكلات التي تتعلق بالأداء وتقويمه جراء الكشف عن الحقائق التحليلية التي تسهل على المدربين اختيار التمرينات المناسبة لقيام رياضتهم بالأداء الحركي الصحيح وخلق ظروف تدريبية خاصة لتحقيق ذلك الهدف. و من هذه المسائل في ضل اعتماد الكرة الحديثة على مبدأ تضيق المساحات يرى الباحث: أن من أهم شروط تدريب أو تعليم مهارة الجري بالكرة ارتباط عملية التدريب على الأداء الصحيح بإستراتيجية تماثل طول اللاعب بالشاخص تطبيقاً لمبدأ تماثل ظروف التدريب و المنافسة لتنمية وتطوير نقاط الضعف حتى تتحقق جميع المؤشرات النموذجية للأداء التنافسي بقدر الإمكان ، وهذا ما يقودنا إلى طريقة النماذج و المحكات من أقوى طرق البحث في الميكانيكا الحيوية ، وإلها يرجع الفضل في التقدم بالعمليات التنبؤية وتطوير الأداء الفني من خلال حصرها لجميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على أداء وجعلها كتغذية راجعة تخدم اللاعب في تصحيح أخطائه وتدعيم رصيده للوصول إلى المستوى العالي و لا يمكن بناء هذه النماذج إلا بواسطة التحليل الحركي لذا تعتبر هذه الدراسة مقدمة لطموح يراود الباحث في حل بعض الصعوبات التدريب و التعلم فمتغير الطول يكشف مدى علاقة هذه المهارة بمهارة المراوغة و تغير الاتجاه و تزامن الخ من العوامل التي تؤثر على عملية بناء الحركة أو المهارة و هذا ما يعبر عنه كرانتر (Miller & S.D 1988) في ضرورة مراقبة التقدم بشكل دوري و منظم لان زيادة زمن التدريب وحده لا يعني دائماً زيادة الإتقان كون التقدم و الإبداع يستدعي تعديلات مناسبة تتفق و التطور المستوى عكس التثبيت للاستقرار المستوى وهذا ما أفرزته نتائج هذا البحث فبرنامج المدرب كافي لينمي مثل هذه المهارات و لكن معدل التطور محدود كون تكرار لوحده لا يكفي للإبداع.

التوصيات:

- تفكير بصيغة قانونية بين قطاع وزارة البحث العلمي و القطاع الصناعي في تصميم أدوات تعليمية تتوافق ومتطلبات الأداء المهارة.
- تحديد أثر الأدوات و الوسائل التعليمية وعلاقته بالوصول إلى آلية الأداء وقدرة الموازنة بين الحركات ونواتجها.
- زيادة الاهتمام بالوسائل و الأدوات باعتبارها من العوامل التي تساعد على الانجاز والوصول إلى المستويات العليا
- تفعل دور المخابر و فتح أفق جديدة ضمن مجال علم الحركة

المصادر و المراجع:

- ابوعبده. (2008). الاعداد المهاري للاعب كرة القدم. (ط8، المحرر) مصر: الاشعاع الفنية الاسكندرية. الناصر عبد القدر. (2006). تأثير واجبات مراكز اللعب وخطوطه الدفاعية الوسط والهجومية في إحداث التباين في المتطلبات البدنية والمهارية للاعب كرة القدم. 29. الجزائر. امال جابر. (ط1 2008). مبادئ الميكانيك الحيوية و تطبيقاتها في المجال الرياضي. مصر: دار الوفاء اسكندرية.
- بن قاصد علي. (عدد 2009). الألعاب المصغرة ودورها في تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم . المجلة لعلوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضة ، ص2004.
- بن قوة علي. (2004). تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند الناشئين. الجزائر. جمال علاء الدين و ناهد انور. (2007). علم الحركة. مصر: جامعة الإسكندرية.
- دوقان عبيدات. (2005). أساليب الكشف عن الذكاءات - بروفيل الذكاء. مصر.
- زهير الخشاب و اخرون. (1988). كرة القدم. العراق: مديرية دار الكتب للطباعة و النشر.
- عمرو ابو جمال وإسماعيل النمكي. (1998). تخطيط برامج تربية البراعم والناشئين في كرة القدم - ط1 - مركز الكتاب للنشر القاهرة.
- قاسم حسن حسين و فتحي المهشش. (1999). الموهوب الرياضي. دار الفكر.
- قاسم لزام وأخرون. (2005). أسس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم. مصر: دار الوفاء لندنيا الطباعة.
- محمد صبحي حسنين. (1997). القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضة -ج2- مصر: دار الفكر العربي-ط2.
- موفق اسعد محمود. الاختبارات التكتيك في كرة القدم. 2009: دار الدجلة.ط2.
- يوسف ، فضيلة حسين. (1984). مقارنة بين اثر استخدام بعض الوسائل التعليمية على تعلم مهارة الشقلبة الجانبية على الارض. جامعة حلوان .
- paris: Editions Amphora 2005 .(2005)perfectionnement tactique.Claude Doucetalmaany.com/arab/home. (2010). Récupéré sur <http://www.almaany.com/arab/home.php?word=%D8%A7%D9%84%D8%B4%D8%A7%D8%AE%D8%B55>
- François Gil, C. S. (2001). Football. Initiation et perfectionnement des jeunes. france: Editions Amphora.
- JEAN, L. (1991). FOOT PASSION LE PLAISIR PAR LE JEU. paris: Editions Amphora.
- Miller, & S.D, B. A. (.198). :developing in athletics. review , 81.4.

المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية

أ.د. صادق خالد الحايك

أ. صهيب خلف البزيرات

كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية عمان - الأردن

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية ، كما هدفت إلى التعرف على أثر كل من متغيرات الجامعة والخبرة الحاسوبية والخبرة بالتدريس. ولتحقيق ذلك تم اختيار عينة الدراسة من 103 عضو هيئة تدريس في كليات التربية الرياضية في أربعة من الجامعات الرسمية الأردنية وهي (الأردنية، مؤتة، اليرموك، الهاشمية)، و من أجل الإجابة على أسئلة الدراسة تم تصميم استبيان لمعرفة المعوقات التي تواجه المدرسين، ثم استخدم الباحث المعالجات الإحصائية : المتوسط الحسابي (م)، الانحراف المعياري(ح)، الأهمية النسبية، الانحراف المعياري، التباين الأحاد، وأسفرت نتائج التحليل الإحصائي عن:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجامعة بين وجهات النظر بين المدرسين.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية .
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الخبرة بالتدريس .
- وضعت هذه الدراسة مجموعة من التوصيات مستقاة من النتائج التي خلصت لها الدراسة

مقدمة :

إن تطور العلوم والمعرفة في مجالات الحياة يوازيه تطور في الأساليب المستخدمة في العملية التعليمية التعليمية، ومن أبرز ما أنتجه العلم في مجال تطور العملية التعليمية التعليمية هو استخدام التقنية الحديثة المتمثلة بالحاسوب في هذه العملية، واستخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية يثيرها بأسلوب نوعي متميز يزيد من الفعالية في هذه العملية، ويسهم بنتائج أكثر ايجابية تنعكس على المتلقي (المتعلم) وعلى الملقي (المدرس)، ولذلك فإن تجاهل هذا الأسلوب التعليمي أو عدم تفعيله يولد هوة معرفية بين الجهات المفعلة له والجهات المتجاهلة لدوره في العملية التعليمية التعليمية.

إن تكنولوجيا الحاسوب رغم حداثة في نشأتها إلا أنها استطاعت أن تتبوأ مكانة رئيسية في مجالات الحياة المختلفة وسرعان ما امتد استخدامها في مجالات الحياة المختلفة على الرغم من أن الهدف من ظهورها في البداية كان قاصراً لاستخدامها في المجال العسكري حيث كان العالم يعيش في فوضى الصراعات العالمية وحمى السيطرة الاستعمارية، إلا أنه بعد ظهور بوادر السلم العالمي اتجه العالم لاستخدام تكنولوجيا الحاسوب في كافة مناحي الحياة ليدخل في عملية التصنيع المدني وكذلك في المجال الطبي إلى أن دخل المجال التعليمي، وقد كان سكنر الأمريكي (Skinner) هو أول من نادى باستخدام الحاسوب في تسهيل العملية التعليمية، حيث أشار لعملية استخدام الحاسوب في التعليم ضمن نظريته في عملية التعلم الذاتي، ولقد استجابت العديد من المؤسسات التعليمية لتلك الدعوة في الولايات المتحدة الأمريكية وأظهرت النتائج جدوى تلك العملية من الناحية التطبيقية (السايج، 2004).

ويعد استخدام الحاسوب من أنجح الوسائل المتبعة في التدريس الحديث فجهاز الحاسوب يتربع بشكل أحادي وإنفرادي على قمة تلك الوسائل التكنولوجية الحديثة المستخدمة في العملية التدريسية بشكل فعال وإيجابي، وفيما يخص الجانب التعليمي في المجال الرياضي يشير الخبراء على أن تكنولوجيا الحاسوب تعد عنصراً في غاية الأهمية لتحقيق درجة عالية من ناحية الناتج الايجابي في عملية التعلم،

وينبع الاعتقاد السابق لدى الخبراء من الثقة المطلقة على قدرة تكنولوجيا الحاسوب على إعطاء تصور تطبيقي وفعال في العملية التعليمية الرياضية، ويتجاوز استخدام تكنولوجيا الحاسوب في العملية التعليمية الجانب التقني، فلا يقتصر استخدامها في عملية تطوير المعدات والأجهزة بل يمتد إلى آفاق أوسع تشمل تطوير الأداء التعليمي لدى المدرس وتنمية مهارات الاتصال والتفاعل بين القائم بالعملية التدريسية والمتلقي لها، بالإضافة إلى تنمية القدرات الإبداعية لدى الطرفين (زغلول وأبو هرجه وعبد المنعم، 2001).

أهمية الدراسة :

يشير الخبراء في المجال التعليمي على الصعيد العالمي إلى أن تقدم المجتمعات بشكل عام يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالعملية التعليمية، فالعملية التعليمية الناجحة هي التي تتبع وسائل أكثر قدرة على رفد المجتمع بكوادر أكثر تأهيلاً وقدرة على الإنتاج، وأن مصير المجتمعات في عصرنا الحالي (عصر الثورة التقنية) إنما هو مرهون بنوعية البشر المرتبطة بمدى تقدم البشرية من الناحية التقنية، والنوعية هنا هي من الناحية المهارية والإنتاجية ولا ترتبط بتلك التعصبات العرقية وهي قائمة على أساس إتقان التعامل مع التقنيات الحديثة وتذليلها في كافة المجالات والتخصصات ومناحي الحياة وعلى رأسها العملية التعليمية التي تعد مؤشر القياس الذي يتذبذب بين التخلف والتطور (زغلول والسايح، 2004).

وتبرز أهمية هذه الدراسة من خلال موضوعها المتعلق في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية، فغالباً ما تكون هنالك معوقات من البيئة الشخصية لمدرس تشكل عائقاً أمام استخدامه للحاسوب في العملية التعليمية التعليمية، ويمكن إيجاز أهمية الدراسة في ما يلي :

1. عدم وجود دراسة مماثلة تتطرق للمعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية.
 2. تسعى هذه الدراسة للوقوف على آراء أعضاء هيئة التدريس بخصوص المعوقات المتأتية من عوامل على صلة مباشرة بهم.
 3. قد تسهم هذه الدراسة في وضع برنامج أو خطة يمكن أن تسهم في تقليل المعوقات.
- مشكلة الدراسة :**

من خلال الإطلاع والبحث تبين لدى الباحثين وجود معوقات عديدة تحد من استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية بفاعلية، كما لاحظ الباحثين تعدد وتنوع مصادر هذه المعوقات، وقد كان من أبرز هذه المعوقات هو ما يتعلق بشكل مباشر بأعضاء هيئة التدريس من حيث القدرات والمؤهلات وغيرها من الأمور التي يتطلب استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية توفرها فيهم.

هدفت هذه الدراسة إلى ما يلي :

- تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على المعوقات التي تحول بين أعضاء التدريس من استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية بدرس التربية الرياضية وتحديد تلك المعوقات تبعاً لمتغيرات لها اثر على تحديد تلك المعوقات، كما ستسهم الدراسة في وضع برامج تحد من تلك المعوقات مما يؤدي إلى تفعيل استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية بدرس التربية الرياضية، ويمكن إيجاز تلك الأهداف بما يلي :
- التعرف على أكثر المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية.
- التعرف على المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية تبعاً لمتغير الجامعة.
- التعرف على المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية.

- التعرف على المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس.

أسئلة الدراسة :

1. ما هي أكثر المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية تبعاً لمتغير الجامعة؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس؟

الدراسات المرتبطة:

وقامت العجمي (2006) بدراسة هدفت إلى التعرف على مهارات في العملية التعليمية بسلطنة عُمان واتجاهاتهم نحو استخدامه في التدريس، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة لمجموعة من النتائج تفيد بأن لدى المعلمين اتجاهات ايجابية نحو أهمية الحاسوب في التدريس بالإضافة إلى أن المعلمين والمعلمات بحاجة ماسة لتطوير مهاراتهم في استخدام الحاسوب بشكل يمكنهم من استخدامه في التدريس، وتوصي هذه الدراسة على ضرورة إعطاء دورات للمعلمين والمعلمات ببرامج الحاسوب لتمكينهم من استخدامها في مجال التدريس.

وقام العجمي (2004) بدراسة هدفت إلى التعرف على معوقات استخدام الحاسوب في تدريس مادة التربية الإسلامية في المدارس الثانوية في محافظة الخبر في المملكة العربية السعودية، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى الإشارة إلى أن هنالك ضعف في مستوى استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية لدى المدرسين، وقلة الحوافز المقدمة للمعلمين في حال استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية، وأوصى الباحث بالعمل على زيادة الحواسيب في المدارس وملاحقتها، وتقديم الحوافز للمدرسين الذين يستخدم الحاسوب بالتعليم، وإجراء المزيد من الدراسات حول استخدام الحاسوب في العملية التعليمية.

وقام أبو ريا (2003) بدراسة هدفت إلى التعرف على واقع وتطلعات استخدام الحاسوب في تدريس الرياضيات في المدارس الحكومية، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى الإشارة إلى أن هنالك نقص في معدل عدد مختبرات الحاسوب وعدد أجهزة الحاسوب يقل عن المستوى المطلوب للعملية التعليمية وكان من أبرز المعوقات التي تحول من استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية نقص تدريب المعلمين على استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية، وأوصت هذه الدراسة بالعمل على زيادة عدد الأجهزة في المدارس وملاحقتها، وتوضيح المعالم التي تبين ماذا نريد من الحاسوب وكيف ندخله في العملية التعليمية.

قام كارل (Karl, 2003) بدراسة هدفت إلى التعرف على تطوير استخدام الحاسوب في التعليم لدى معلمي التمهيدي كما وهدفت إلى تذليل المعوقات التي تقف أمام المعلمين من استخدام الحاسوب بالتعليم، ولقد أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى مجموعة من النتائج تشير إلى أن هنالك صعوبة في الحصول على البرمجيات المتناسية مع العملية التعليمية والمرحلة العمرية كما وأن هنالك قلة في الخبرة لدى

المعلمين باستخدام الحاسوب بالتدريس، وقلة استخدامه من قبل المعلمين، وبأن هنالك اعتقاد لدى المعلمين بعدم الجدوى من استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية وهذا سبب تدني الدافعية لدى المعلمين من استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية، وأوصت هذه الدراسة بالعمل على الاهتمام بتتقيف المعلمين الذين لديهم اتجاهات سلبية نحو التعليم باستخدام الحاسوب، وتقديم الحوافز للذين يستخدمون الحاسوب بالعملية التعليمية.

قام نداف (2002) بدراسة هدفت إلى التعرف على واقع استخدام الحاسوب التعليمي والانترنت في المدارس الثانوية الخاصة في الأردن من وجهة نظر المعلمين، ومن أبرز نتائج الدراسة إشارة تفيد أن معظم البرمجيات التطبيقية غير متوفرة بدرجة كافية، وتشير الدراسة أن هنالك قلة في توفر الإمكانيات وقلة الصيانة على أجهزة الحاسوب كما وكان من نتائج الدراسة قلة تلقي التدريب للمدرسين على استخدام الحاسوب، وتشير إلى وجود صعوبة في تحقيق الأهداف المتعلقة بالمنهاج، وأوصى الباحث بأجراء البحوث والدراسات التي تعالج سبل توظيف الحاسوب وشبكة المعلومات الانترنت في خدمة العملية التربوية.

كما واجري هاريس (Harris, 2000) دراسة هدفت إلى التعرف على استخدام الحاسوب من قبل المعلمين في العملية التعليمية، وقد أسفرت نتائج الدراسة أن المعلمين يستخدمون الحاسوب لإغراض شخصية، كما وبينت النتائج أيضا أن هنالك العديد من المعوقات التي تحول من استخدام الحاسوب في العملية التعليمية وهي قلة ملحقات الحاسوب وسائل العرض في الغرف الصفية ونقص الدعم والتدريب للمعلمين، وقلة الحوافز التي تقدم للمعلمين الذين يستخدمون الحاسوب بالعملية التعليمية، وأوصت الدراسة في العمل على تقديم الحوافز وتوفير الإمكانيات.

قام المحيسن (2000) بدراسة هدفت إلى التعرف على واقع استخدام الحاسوب في كليات التربية بالجامعات السعودية، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة أن هنالك نقص في الأجهزة المتوفرة وقلة الصيانة التي تجري لها ونقص في تدريب أعضاء هيئة التدريس على استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية، وأوصت الدراسة بالعمل على زيادة أجهزة الحاسوب، وعقد دورات للمدرسين متعلقة بالحاسوب.

وقام العديلي (1999) بدراسة هدفت إلى التعرف على العوامل المؤثرة في استخدام أعضاء هيئة التدريس للحاسوب في الجامعات الأردنية الرسمية، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى الإشارة إلى عدم وجود حوافز تشجع أعضاء هيئة التدريس لاستخدام الحاسوب، ونقص المعرفة والتدريب في استخدام الحاسوب لأعضاء هيئة التدريس، وأوصت هذه الدراسة بعقد الدورات التدريبية لأعضاء هيئة التدريس تخصص باستخدام الحاسوب في التعليم، وعمل المزيد من الدراسات المتعلقة باستخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية ومعرفة اثر كل من متغير الرتبة الأكاديمي على مدى استخدام الحاسوب.

قام طلافحة (1998) بدراسة هدفت على التعرف على مدى فاعلية برمجة الحاسوب المستخدمة في الصفوف الثلاثة الأخيرة من وجهة نظر معلمي الحاسوب واتجاهاتهم نحوها، وكان من نتائج الدراسة الإشارة إلى مدى فعالية برمجيات الحاسوب، وكما تدل النتائج على قدرة معلم الحاسوب على التوسع في تسير استخدام برمجيات الحاسوب داخل المدارس، وأوصى الباحث على عمل دراسات أخرى تتناول اثر عوامل أخرى في تقييم الاتجاهات نحو برمجيات الحاسوب مثل العمر والتحصيل.

قام أبو عمر (1998) بدراسة هدفت على التعرف على واقع استخدام الحاسوب واتجاهات الطالب والمعلمين نحوه في المدارس الحكومية في محافظات جنوب الأردن، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى أن اتجاهات الطلاب والمعلمين نحو الحاسوب كانت ايجابية، بالإضافة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير عدد سنوات الخدمة في التدريس، كما وبينت نتائج الدراسة وجود صعوبات تواجه المعلمين والطلاب، وأوصى الباحث بضرورة تزويد المدارس بأجهزة الحاسوب اللازمة، والعمل على حل المشكلات والصعوبات إلى تواجه الطلاب والمعلمين.

قام يوسف (1999) بدراسة هدفت على التعرف على اتجاهات معلمي الحاسوب نحو تدريس مبحث الحاسوب التعليمي واثار الجنس والخبرة التدريسية على هذه الاتجاهات، واستخدم الباحث المنهج

الوصفي ، وكان من أبرز نتائج الدراسة هو أن اتجاهات معلمي الحاسوب نحو تدريس مبحث الحاسوب التعليمي ايجابية وهذه الاتجاهات لا تختلف باختلاف الجنس ولكنها تختلف باختلاف الخبرة في التدريس، وأوصى الباحث على ضرورة تطوير أجهزة ومناهج الحاسوب في ضوء المستجدات العلمية والتقنية المتعلقة بالحاسوب وتطبيقاتها العلمية المرتبطة بمجالات الحياة المختلفة.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة :

اعتمد الباحثان المنهج الوصفي أسلوب للدراسة المسحية لملائمته لطبيعة الدراسة الهادفة للتعرف على المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية نحوى استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية ، حيث تم من خلاله تقصي المعلومات المتعلقة بالمعوقات التي تواجه تلك الكليات.

مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من جميع أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية في الجامعات الرسمية الأردنية من حملة درجة الدكتوراه والماجستير، موزعون على أربع جامعات وهي (الجامعة الأردنية، الجامعة الهاشمية، جامعة اليرموك، جامعة مؤتة) والبالغ عددهم حسب السجلات الرسمية (103) عضو هيئة تدريس.

عينة الدراسة :

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية (القصدية)، حيث تكونت عينة الدراسة التي استعان بها الباحثات للقيام بالدراسة من مجتمع الدراسة المتمثل بأعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية في الجامعات الرسمية الأردنية وهي : (الجامعة الأردنية، جامعة اليرموك، الجامعة الهاشمية وجامعة مؤتة) حيث تم توزيع أداة الدراسة على جميع أفراد الدراسة الذين تواجدوا في الجامعة وأبدوا رغبتهم بالمشاركة بالدراسة، وكان عدد الذين قاموا بتعبئة الاستبيان (61) عضو هيئة تدريس، بنسبة (59%) من المجموع الكلي.

أداة الدراسة : لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان ببناء وتطوير استبيان وفق الخطوات التالية :

1. مراجعة الأدبيات المتعلقة بموضوع التقنيات الحاسوبية في العملية التعليمية التعليمية، وتمت هذه العملية بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتصلة بالموضوع نفسه، ومن الدراسات التي استعان بها الباحث لإعداد الاستبيان وصياغة فقراتها دراسات كل من Alshawa & Alhayek (2009)، الحايك واديب (2007)، الحايك والحليق (2007)، الحايك وبني سلامة (2006)، الحايك شاهين (2006)، الحايك جابر وطه (2006)، الحايك (2004)، (2003) Ahayek ، الجمالان (2003) ونيونو (2002) والأديمي (2002) والنداف (2002) والعديلي (1999) وعمر (1998) وطلافة (1998) والطراونة (1998) والمصري (1997).
 2. تحديد المواضيع المرتبطة بالمعوقات التي تواجه عضوا هيئة التدريس .
 3. صياغة العبارات المرتبطة ، وقد بلغ عدد العبارات في الاستبيان (20).
 4. عرضت الاستبيان بصورتها الأولية على لجنة من المحكمين تألفت من أعضاء هيئة التدريس في الجامعة الأردنية وجامعة مؤتة وجامعة الحسين وطلب إليهم إبداء الرأي في فقرات الاستبيان من حيث الوضوح والصياغة اللغوية ومدى شموليتها، كما طلب إليهم حذف أو تعديل أو إضافة ما يروونه مناسباً من مفردات أو عبارات.
- أصبح الاستبيان بصورته النهائية بعد التعديل يحوي قسمين :
- القسم الأول : يحتوي على معلومات عامة تتعلق بعضو هيئة التدريس من حيث تحديد الجامعة التي يدرس بها عضو هيئة التدريس، والخبرة الحاسوبية، والخبرة بالتدريس، .

القسم الثاني : فيتعلق بفقرات الاستبيان المطروحة على أعضاء هيئة التدريس والمتعلقة بالمعوقات التي تحول بينهم وبين استخدام الحاسوب بالتعليم ، ويبلغ عدد تلك الفقرات ، وعددها (20) فقرة، بعد التعديل. تم اعتماد ميزان تقديري وفقاً لمقياس تقسيم ليكرت الخماسي كسلم للإجابة على فقرات الاستبيان على النحو الآتي :

- أعطى التقدير (5) لدرجة المعيق (بدرجة كبيرة جداً).
- أعطى التقدير (4) لدرجة المعيق (بدرجة كبيرة).
- أعطى التقدير (3) لدرجة المعيق (بدرجة متوسطة).
- أعطى التقدير (2) لدرجة المعيق (بدرجة قليلة).
- أعطى التقدير (1) لدرجة المعيق (لا يوجد معيق).

صدق أداة الدراسة :

للتأكد من صدق الأداة للدراسة تم اعتماد صدق المحتوى، وقام الباحثان بعرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص والخبرة ضمن مجال الدراسة من أعضاء هيئة تدريس من حملة درجة الدكتوراه والماجستير في كلية التربية الرياضية وكلية العلوم. حيث اطلع المحكمين على الاستبيان وقاموا بإبداء آرائهم على مضمون الاستبيان ومدى ملائمتها وطبيعة الدراسة المطروحة وقاموا بعرض تعديلاتهم وتعليقاتهم عليها، وقاموا بتصويب الأخطاء الواردة فيها واستبعاد ما لا يتناسب وطبيعة الدراسة، ولقد أكسب اطلاعهم وتحكيمهم الأداة المزيد من الوضوح التي تتوافق والبحث وغاياته، وقاموا بتزويدنا بمجموعة من الاقتراحات اللازمة، التي تم أخذها بعين الاعتبار.

ثبات الأداة :

قام الباحثان بإيجاد ثبات الاستبيان بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest)، حيث وزع الاستبيان على عينة مكونة من (15) عضواً من أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية في الجامعات الرسمية الأردنية، و تم استبعادهم من عينة الدراسة، ولقد كانت الفترة الزمنية التي تفصل بين التوزيع الأول للاستبيان والتوزيع الثاني للاستبيان أسبوعين، و تم إيجاد معامل الارتباط بيرسون فبلغ (0.859) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاستبيان مما يسمح بتطبيق الاستبيان على عينة الدراسة. متغيرات الدراسة :

اشتملت الدراسة على المتغيرات التالية :

1. المتغيرات المستقلة
 - الجامعة وهي (الأردنية، اليرموك، مؤتة، الهاشمية).
 - الخبرة الحاسوبية
 - الخبرة بالتدريس
 2. المتغيرات التابعة
 - وتتمثل في استجابة عينة الدراسة على محتويات الاستبيان.
- المعالجة الإحصائية المستخدمة :
- 1 - المتوسط الحسابي (م).
 - 2 - الانحراف المعياري (ح).
 - 3 - الأهمية النسبية.
 - 4 - الانحراف المعياري.
 - 5 - التباين الأحادي.

عرض النتائج ومناقشتها

أظهر التحليل الإحصائي للبيانات (في ضوء متغيرات الجامعة والخبرة في التدريس والخبرة الحاسوبية لدى عضوا هيئة التدريس) لعينة الدراسة النتائج الآتية (مبوبة حسب تسلسل أسئلة الدراسة):
السؤال الأول :

ما هي أكثر المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية؟

ولفحص هذا السؤال تم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري والتكرارات والنسبة المئوية لاستجابات أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية في الجامعات الأربع بهدف التوصل إلى أكثر تلك المعوقات التي تحول بين أعضاء هيئة التدريس من استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية، ويظهر الجدول (1) معوقات استخدام الحاسوب من قبل أعضاء هيئة التدريس وباستعراض قيم المتوسطات الحسابية نجد أن الفقرة السادسة عشر والتي تنص على " عدم وجود أي تعليمات تلزم المدرس باستخدام الحاسوب في العملية التدريسية " قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.11) وبأهمية نسبية بلغت (82.30%) بينما احتلت الفقرة السابعة عشر والتي تنص على "عدم الرغبة في المبادرة باستخدام الحاسوب في العملية التعليمية بسبب التخوف من حدوث أي إخفاق" المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (2.90) وبأهمية نسبية بلغت (58.3%).

الجدول 1. الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية وترتيب كل فقرة من فقرات الاستبيان

الترتيب حسب الأهمية	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الفقرة	التسلسل
23	73.44	0.85	3.67	1	1
35	70.82	0.87	3.54	2	2
45	67.54	0.95	3.38	3	3
40	69.18	0.99	3.46	4	4
36	70.49	0.96	3.52	5	5
57	58.36	0.76	2.92	6	6
57	60.66	0.91	3.03	7	7
54	63.28	0.99	3.16	8	8
51	64.59	0.94	3.23	9	9
53	63.93	1.01	3.20	10	10
50	66.56	0.94	3.33	11	11
38	70.16	0.92	3.51	12	12
27	72.79	0.91	3.64	13	13
47	67.21	0.90	3.36	14	14
18	77.70	0.98	3.89	15	15
7	82.30	0.88	4.11	16	16
59	58.03	1.04	2.90	17	17
52	63.93	1.11	3.20	18	18
43	67.87	1.10	3.39	19	19
20	77.70	1.07	3.89	20	20
	68.33	0.53	3.42	المجموع الكلي	

تشير التحاليل الإحصائية إلى أن الفقرة السادسة عشر قد احتلت المرتبة الأول من حيث درجة المعيق بمتوسط حسابي مقداره (4.11) وأهمية نسبة مقدارها (82.30) وتنص على "عدم وجود أي تعليمات تلزم المدرس باستخدام الحاسوب في العملية التدريسية"، ويرى الباحث أن هنالك أقرار من قبل أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الرسمية بأن التعليمات لا تجبرهم أو تدعوهم لاستخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية وبأنهم غير ملزمين بذلك، ويرى الباحث أن المؤسسات التعليمية الرسمية بالفعل تفتقر لمثل هذه التعليمات إلا أنه هنالك توجهات جديدة في المؤسسات التعليمية لجعل المعرفة بالحاسوب شرطاً في تعيين أعضاء الهيئة التدريسية فيها إلا أنه رغم ذلك فإن هذا لا يعني بالضرورة قرار ملزم باستخدام الحاسوب في عملية التدريس، كما أنها تشير أن العملية التعليمية لا تتم بتوجه شخصي من قبل المدرس ليثري العملية التعليمية بوسائل تعليمية يراها هو مناسبة بل لا بد من توفر مرجعية قانونية لذلك تجعله خالي المسؤولية في حال حدوث أي إخفاق محتمل وتكسبه شعوراً بأن ذلك نوع من المهام الوظيفية له. وتظهر النتائج الإحصائية إلى أن الفقرة الخامسة عشر تقع في المرتبة الثانية من حيث درجة المعيق بمتوسط حسابي مقداره (3.89) وأهمية نسبة مقدارها (77.70) وتنص تلك الفقرة على "عدم وجود أي حوافز مادية ومعنوية مقترنة بمدى استخدام الحاسوب في العملية التعليمية"، وهذا يمثل بدوره رغبة لدى المدرسين بضرورة توفر حوافز مادية ومعنوية تقدم لهم من المؤسسة التعليمية لقاء قيامهم بتفعيل استخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية، ويرى الباحث أن هذا التوجه مبرر لكون نظام الحوافز يثري الأداء الوظيفي لأي عنصر منتج داخل المؤسسة التعليمية أو في أي مؤسسة أخرى، وتتفق تلك النتيجة مع دراسة العديلي (1999) حيث يشير إلى عدم وجود حوافز تشجع على استخدام الحاسوب، كما وتتفق مع ما ورد في دراسة العجمي (2004) ودراسة هاريس (2000) حيث أشارا إلى قلة في الحوافز الموجهة للمدرسين في حال استخدامهم للحاسوب كوسيلة تعليمية.

وأشارت التحاليل الإحصائية أيضاً أن الفقرة العشرون تحتل المرتبة الثالثة من حيث المعينات بمتوسط حسابي مقداره (3.89) وأهمية نسبية مقدارها (77.70) وهي تنص على "عدم عقد دورات وندوات للمدرسين تختص بطرق استخدام الحاسوب في العملية التعليمية" وفي هذه الفقرة توجه من أعضاء هيئة التدريس لدعوة المؤسسات التعليمية لعقد دورات حاسوبية لهم تختص بمجال استخدام الحاسوب في العملية التعليمية، ويرى الباحث أن هذا التوجه مبرر لكون الجامعات بالفعل تفتقد لعقد مثل هذه الدورات التدريبية حيث أن معظم الدورات موجهة لفئات غير أعضاء الهيئة التدريسية وفي حال كانت موجهة لهم فإن عدم وجود قرار ملزم لهم بحضورها يتسبب في عدم تفعيلها بسبب عدم التحاق الأغلبية بها، وتتفق هذه الإشارة مع دراسات كل من النداف (2002) والعجمي (2004) ودراسة العديلي (1999) وأبو ريا (2003) حيث أشاروا إلى عدم توفر الدورات الكافية وإلى نقص المعرفة والتدريب في استخدام الحاسوب لدى المدرسين.

وتظهر التحاليل الإحصائية أن الفقرة الأولى تحتل المرتبة الرابعة من حيث المعينات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بمتوسط حسابي مقداره (3.67) وأهمية نسبية مقدارها (73.44) وتنص تلك الفقرة على "قلة خبرة المدرسين في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية في التربية الرياضية"، ويرى الباحث أن هذا يعزى لعدم توفر المراكز المختصة في كليات التربية الرياضية والتي تعنى بعملية تدريب وتعريف المدرسين بأساليب التعامل مع الحاسوب كوسيلة تعليمية لمواد التربية الرياضية، وتتفق النتيجة السابقة مع دراسة كارل (2003) الذي أشار لقلة الخبرة لدى المعلمين في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية، وكذلك تتفق النتيجة مع دراسة المحيسن (2000) حيث أشار أن هنالك نقص في تدريب أعضاء هيئة التدريس على استخدام الحاسوب وبذلك يتشكل نقص في الخبرات لديهم، كما وتتفق مع تلك الإشارة مع دراسة العجمي (2004) حيث تشير الدراسة إلى قلة وضعف في مستوى استخدام الحاسوب لدى المعلمين في العملية التعليمية.

وتبين التحاليل الإحصائية أن الفقرة الثالثة عشر احتلت المرتبة الخامسة من حيث درجة المعيق بمتوسط حسابي مقداره (3.64) وأهمية نسبية مقدارها (72.79) وتتص تلك الفقرة على " عدم المعرفة باستخدام الأجهزة الإضافية للحاسوب التي تعين عملية استخدام الحاسوب في العملية التعليمية في مواد التربية الرياضية"، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن هنالك تطور مستمر في الملحقات الحاسوبية المستخدمة في العملية التعليمية ككل وفي المجال الرياضي على وجه الخصوص وأن المؤسسات التعليمية غير قادرة على مواكبة تلك التطورات وغير قادرة على تأهيل أعضاء الهيئة التدريسية لاستخدام تلك الأجهزة لعدم توفرها أصلاً، وهذا الإشارة تتفق مع ما ورد في محور الصعوبات المتعلقة بالإمكانات سابقاً.

الرقم	الفقرات
01	قلة خبرة المدرسين في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية في التربية الرياضية
02	ضعف قدرة المدرس على تحديد البرمجية الحاسوبية المتوافقة مع طبيعة المادة التعليمية المطروحة
03	عدم الإلمام الجيد باحتياجات العملية التعليمية من خلال استخدام الحاسوب نظراً لعدم دراسة المدرس أي مقرر تعليمي سابق من خلال الحاسوب
04	قلة اهتمام المدرس في عملية إنتاج الوسائل التعليمية من خلال برامج الحاسوب المختلفة
05	عدم قدرة المدرسين على إنتاج الوسائل التعليمية من خلال البرمجية الحاسوبية
06	عدم الرغبة عند المدرسين في الالتحاق بالدورات المتعلقة والمتخصصة باستخدام الحاسوب في العملية التعليمية
07	عدم الدراية الكافية بوظائف الحاسوب وما يقدمه في العملية التعليمية لدى المدرسين
08	ضعف القدرة لدى المدرسين على التخطيط والإعداد للدروس من خلال استخدام الحاسوب
09	ضعف قدرة المدرسين على دمج البرمجية الحاسوبية بالمواد التدريسية
10	ضعف قدرة المدرس على إدارة الوقت وتوزيع المادة العلمية في حال استخدام الحاسوب في العملية التعليمية
11	ضعف قدرة المدرس على عرض المادة العلمية (النظرية، العملية) في التربية الرياضية من خلال استخدام الحاسوب
12	عدم قدرة المدرس على تفادي ومعالجة الأخطاء الفنية التي تواجهه أثناء العملية التعليمية باستخدام الحاسوب في مواد التربية الرياضية
13	عدم المعرفة باستخدام الأجهزة الإضافية للحاسوب التي تعين استخدام الحاسوب في العملية التعليمية في مواد التربية الرياضية
14	عدم القدرة على مواكبة التطور التكنولوجي في مجال برمجيات الحاسوب المتعلقة بالتعليم والتدريس من خلال الحاسوب لدى المدرسين
15	عدم وجود أي حوافز مادية ومعنوية مقترنة بمدى استخدام المدرس للحاسوب في العملية التعليمية
16	عدم وجود أي تعليمات تلزم المدرس باستخدام الحاسوب في العملية التدريسية
17	عدم الرغبة في المبادرة باستخدام الحاسوب في العملية التعليمية بسبب التخوف من حدوث أي إخفاق
18	يحتاج استخدام الحاسوب في العملية التعليمية إلى إلمام واسع باللغة الانجليزية من قبل المدرسين
19	استخدام الحاسوب في العملية التعليمية يعمل على زيادة الأعباء الواقعة على أعضاء الهيئة التدريسية
20	عدم عقد دورات وندوات للمدرسين تختص بطرق استخدام الحاسوب في العملية التعليمية في كلية التربية الرياضية

السؤال الثاني : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية تبعاً لمتغير الجامعة؟

ولفحص هذا السؤال تم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وبيين الجدول (2) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاستبيان حسب متغير الجامعة، ومن خلال ملاحظة القيم الواردة في الجدول نجد أن أعلى قيمة للمعوقات المتعلقة بالمدرسين كانت في جامعة مؤتة وبمتوسط حسابي بلغ (3.52) بينما كانت أدنى قيمة لل صعوبات المتعلقة بالمدرسين في جامعة اليرموك وبمتوسط حسابي بلغ (3.33).

الجدول 2. الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدراسة حسب متغير الجامعة

الجامعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأردنية	16	3.38	0.63
اليرموك	15	3.33	0.43
الهاشمية	14	3.43	0.71
مؤتة	16	3.52	0.27

كما يتبين لنا من خلال الجدول (3) نتائج تحليل التباين الأحادي وقيمة "ف" لمتغيرات الدراسة يتضح لنا وعند الاطلاع على قيم "ف" المحسوبة في الجدول ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2.77) عند مستوى $(\alpha \geq 0.05)$ نجد أن قيم "ف" أقل من القيمة الجدولية مما يشير إلى عدم وجود فروق أي اختلاف في مقدار المعوقات التي تواجه عضوا هيئة التدريس تبعاً لمتغير الجامعة وهذا يشير إلى أن أعضاء هيئة التدريس في تلك الجامعات متفقين بشكل كبير على أن تلك الصعوبة تشكل لهم عائق يحول بينهم وبين استخدام الحاسوب في العملية التعليمية والتعلمية ويعزى ذلك إلى حالة تجانس في الإجراءات التي اتخذت في الجامعات الرسمية في الحد من هذه المعوقات، حيث أن الجامعات في الغالب تتخذ نفس الأسلوب في معالجة المعوقات التي تظهر فيها وبنفس الأسلوب والطريقة.

الجدول 3. نتائج تحليل التباين الأحادي لدراسة حسب متغير الجامعة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجامعة	0.31	3	0.10	0.36	0.782
الخطأ	16.24	57	0.28		
الكلية	16.54	60			

* دال حيث قيمة "ف" الجدولية عند مستوى $(\alpha \geq 0.05) = 2.77$

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعلمية تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية؟
ولفحص هذا السؤال تم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري و تحليل التباين الأحادي للاستبيان الذي هو قيد الدراسة حسب متغير الخبرة الحاسوبية وعند الاطلاع على القيم المحسوبة في الجدول (4) ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (3.15) عند مستوى $(\alpha \geq 0.05)$.

الجدول 4 .الوسط الحسابي والانحراف المعياري و نتائج تحليل التباين الأحادي للدراسة حسب متغير الخبرة الحاسوبية

مستوى الدلالة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	الخبرة الحاسوبية
غير دال	0.39	2	0.79	الخبرة الحاسوبية	0.34	3.55	17	اقل من 3 سنوات
غير دال	0.27	58	15.75	الخطأ	0.39	3.47	20	من 3 - 6 سنوات
غير دال		60	16.54	الكلية	0.69	3.28	24	أكثر من 6 سنوات
0.242	المجموع الكلي							

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ = 3.15

نجد أن لقيم لم تكن ذات دلالة إحصائية حيث كانت اقل من القيمة الجدولية مما يشير إلى عدم وجود فروق في فقرات الاستبيان الذي هو قيد الدراسة تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية، أي لا توجد فروق في المعينات، كما وهذا يشير إلى أن الخبرة الحاسوبية لدى أعضاء هيئة التدريس ليس لها تأثير بتحديد المعينات التي تحد من استخدام الحاسوب بالعملية التعليمية في كليات التربية الرياضية، ويعزي الباحث ذلك لكون أن الخبرة الحاسوبية لدى أعضاء هيئة التدريس تتفاوت في مقدارها من ناحية المجال الحاسوبي واستخداماته المعتادة بينما الخبرة في استخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية متقارب لكونه مدخلا جديداً على وسائل التعليم في مؤسستنا التعليمية وهذا ما يفسر عدم وجود فروق تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية، كما أن عدم انخراط أعضاء هيئة التدريس بالدورات التدريبية المتعلقة باستخدام الحاسوب في العملية التعليمية يجعل من عملية تنامي قدراتهم في هذا المجال محدودة وغير متفاوتة تبعاً لمتغير الخبرة في استخدام الحاسوب. وجاءت نتائج الدراسة متفقة ونتائج دراسة طلافحة (1998) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق في اتجاه المعلمين في استخدام الحاسوب تبعاً لمتغير الخبرة الحاسوبية.

السؤال الرابع :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ في المعوقات الشخصية التي تواجه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية في استخدام الحاسوب في العملية التعليمية تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس؟

ولفحص هذا السؤال تم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري و تحليل التباين الأحادي للاستبيان الذي هو قيد الدراسة حسب متغير الخبرة بالتدريس ومن خلال ملاحظة القيم الواردة في الجدول نجد أن الصعوبات التي تواجه أصحاب الخبرة من فئة 5 - 10 سنوات أكثر من غيرهم وذلك بمتوسط حسابي مقداره (3.54)، وكانت تواجه أصحاب الخبر من فئة الأقل من 5 سنوات أقل من غيرهم بمتوسط حسابي مقداره (3.20) .

الجدول 5. الوسط الحسابي والانحراف المعياري و نتائج تحليل التباين الأحادي للدراسة حسب متغير الخبرة الحاسوبية

مستوى الدلالة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	الخبرة في التدريس
غير دال	0.29	3	0.86	خبرة التدريس	0.79	3.20	11	اقل من 5 سنوات
غير دال	0.28	57	15.68	الخطأ	0.29	3.54	16	من 5 - 10 سنوات
غير دال		60	16.54	الكلية	0.40	3.49	14	من 10 - 15 سنوات
غير دال					0.57	3.39	20	أكثر من 15 سنة
0.380	المجموع الكلي							

قيمة ف الجدولية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha) = 2.77$

وعند الاطلاع على قيم المحسوبة في الجدول (5) ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2.77) عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ لم تكن ذات دلالة إحصائية حيث كانت جميعها اقل من القيمة الجدولية مما يشير إلى عدم وجود فروق في المعينات التي هي قيد الدراسة تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس، كما و بلغت قيمة "ف" المحسوبة للاستبيان ككل (1.04) وهي قيمة غير دالة إحصائياً، ويعزو الباحث ذلك إلى أن أعضاء الهيئة التدريسية تعرضوا لخبرات متساوية في الكم المعرفي رغم اختلاف المدة الزمنية، حيث يتلاشى دور الزمن في اكتساب الخبرة بعد مرور حد معين من الزمن، ويرى الباحث أنه في حال تنوعت وتعددت الظروف المحيطة بالبيئة التعليمية ستظهر فروقات بين أعضاء هيئة التدريس، ويرى الباحث أن البيئة التعليمية في المؤسسات التعليمية الرسمية متجانسة ضمن الفترات الزمنية إلا في حال قياسها على مدى زمني بعيد. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العجمي (2006) حيث أشار إلى عدم وجود فروق في مهارات المدرسين واتجاهاتهم نحو استخدام الحاسوب في العملية التعليمية تعزى لمتغير الخبرة في التدريس، كما تتفق مع دراسة العجمي (2004) حيث توصل أيضاً إلى عدم وجود فروق في اتجاهات المدرسين نحو معوقات استخدام الحاسوب في التدريس تعزى لمتغير الخبرة في التدريس، كما وتتفق النتيجة السابقة أيضاً مع دراسة أبو عمر (1998) حيث يشير في دراسته إلى أنه لا توجد فروق في اتجاهات المعلمين تعزى لمتغير سنوات الخبرة في التدريس. بينما لم تتفق نتيجة الدراسة مع دراسة النداف (2002) حيث يشير إلى أنه توجد فروق بين اتجاهات المدرسين نحو المعوقات التي تواجههم تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس، كما لم تتفق مع دراسة يوسف، (1999)، حيث يشير لوجود فروق بين المدرسين في اتجاهاتهم نحو تدريس الحاسوب تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس.

الاستنتاجات :

1. هنالك اتفاق سائد بين أعضاء هيئة التدريس في الجامعات في طبيعة هذه المعوقات.
2. عدم وجود قوانين جامعية تطالب أعضاء هيئة التدريس باستخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية.
3. انعدام الحوافز المادية والمعنوية للذين يفعلون استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية.
4. قلة الاهتمام بتعليم المدرسين في المجال الحاسوبي، والتعامل معهم كأنهم مؤهلين أصلاً في المجال الحاسوبي.
5. تخوف الجامعات من القرارات الملزمة باستخدام الحاسوب ربما يكون نابع من تخوف من تبعات ملزمة لها بمناحي الدورات التعليمية وتطوير المراكز وتفعيل الحوافز وهذا يفرض عليها مزيداً من الأعباء.
- 6.

التوصيات :

1. ضرورة اتخاذ الجامعات لقرارات ملزمة لأعضاء هيئة التدريس لاستخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية.
2. ضرورة تحمل الجامعة تبعات قرار الإلزام من خلال تطوير مجال الاهتمام بعقد الدورات التدريبية الحاسوبية والمراكز المختصة في مجال الحاسوب ودوره.
3. إبراز الجامعات اهتمام أكبر في عملية تعليم أعضاء هيئة التدريس على استخدام الحاسوب في العملية التعليمية التعليمية.

المراجع العربية

- أبو ريا، محمد، (2003)، واقع وتطلعات استخدام الحاسوب في تدريس الرياضيات في المدارس الحكومية في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن .
- الحايك، صادق (2004) أثر استخدام الحاسوب كوسيلة تدريس مساعدة على اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية نحو الحاسوب. مجلة دراسات الجامعة الأردنية، مجلد (31)، العدد (2). عمان، الاردن.
- الحايك، صادق ومحمود الحليق (2007) اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية نحو تدريس المواد العملية باستخدام الحاسوب كوسيلة تدريس مساعدة. المؤتمر العلمي السنوي لقسم علم النفس الرياضي في كلية التربية الرياضية بجامعة حلوان - مصر الحايك، صادق، وعبد السلام جابر، ومعين طه (2006). واقع استخدام طلبة كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لشبكة الإنترنت في التعليم واتجاهاتهم نحوها. مجلة العلوم التربوية، جامعة قطر، العدد 10.
- الحايك، صادق وبني سلامة (2006) أثر تعلم السباحة باستخدام شبكة الانترنت على مستوى الأداء المهاري لدى الطلبة . المؤتمر ال علمي الدولي التاسع لعلوم التربية البدنية والرياضة كلية التربية الرياضية للبنين في جامعة الإسكندرية، المجلد الثالث.
- الحايك، صادق وسهى اديب (2007). فاعلية تدريس مناهج التربية الرياضية باستخدام الحاسوب على اتجاهات الطلبة في الجامعة الأردنية والجامعة الهاشمية . مجلة جامعة الملك خالد- المجلد 5، العدد 9، المملكة العربية السعودية.
- الحايك، صادق ومنار شاهين (2006). دراسة مقارنة لواقع استخدام طلبة كليات التربية الرياضية في الأردن ومصر لشبكة الإنترنت في التعليم واتجاهاتهم نحوها ومعوقات الاستخدام . المؤتمر العلمي الدولي الخامس " علوم الرياضة في عالم متغير" المجلد 2، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية.

السايق، محمد، مصطفى (2004)، المنهج التكنولوجي وتكنولوجيا التعليم والمعلومات في التربية الرياضية، الطبعة الأولى، الإسكندرية.

نداف، شادي فريد مصطفى (2002)، واقع استخدام الحاسوب التعليمي والانترنت في المدارس الثانوية الخاصة في الأردن من وجهة نظر المعلمين ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك ، اربد، الأردن.

الأديمي، الباسط محمد عبده (2002)، واقع استخدام الحاسوب التعليمي في المدارس الثانوية اليمينية الخاصة من وجهة نظر المعلمين واتجاهات الطلبة نحو الحاسوب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن .

المحيسن، إبراهيم بن عبد الله (200)، وواقع ومعوقات استخدام الحاسوب في كليات التربية بالجامعات السعودية، مجلة العلوم التربوية، 57 (15)، 31-67.

العجمي، عقيلة بنت عبد الله بن جمعة (2006)، مهارات الحاسوب لدى معلمي المرحلة الثانوية والحلقة الثانية بسلطنة عُمان واتجاهاتهم نحوه ونحو استخدامه في التدريس ، مجلة الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، (116)، 87-100.

العجمي، جابر (2004) ، معوقات استخدام الحاسوب في مادة التربية الإسلامية في المدارس الثانوية بمحافظة الخبر في المملكة العربية السعودية ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

الجمالان، معين حلمي (2003)، استطلاع آراء أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية بجامعة البحرين نحو استخدام الحاسوب في التعليم الجامعي، مجلة البحوث والدراسات التربوية، (18)، 36-91.

العديلي، عبد السلام موسى سعيد (1999)، العوامل المؤثرة في استخدام أعضاء هيئة التدريس للحاسوب في الجامعات الأردنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن .

يوسف محمد نصار (1999)، قياس اتجاهات معلمي الحاسوب نحو تدريس مبحث الحاسوب التعليمي وعلاقة ذلك بجنسهم وسنوات خبرتهم ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

طلافة، عبد الحميد حسن عبد الحميد (1998)، تقييم برمجيات الحاسوب المستخدم في الصفوف الثلاثة الأخيرة من وجهة نظر معلمي الحاسوب واتجاهاتهم نحوها، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

نينو، ماركو (2002) . استخدام الحاسوب من قبل أعضاء الهيئات التدريسية في الجامعات الأردنية الخاصة، مجلة اربد للبحوث والدراسات، 6 (1)، 89-101.

العجمي، جابر (2004) ، معوقات استخدام الحاسوب في مادة التربية الإسلامية في المدارس الثانوية بمحافظة الخبر في المملكة العربية السعودية ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

المراجع الأجنبية

Alhayek, Sadiq (2003). The Effects of Using Computer-Assisted Instruction Programs in Teaching Basketball Skills on Physical Education Students' Performance. *Dirasat Journal*, V (30) no. (2) The University of Jordan, Amman, Jordan

Alshawa, Hala & Sadiq Alhayek (2009). The Effects of Teaching Physical Education Via Computer on Students' Anxiety. *Damascus University Jordan*, V (25) No (1&2).

Harris, J., (2000), *Utilization of Computer Technology by Teachers at Carl Schurz High School a Chicago Public School* (Illinois) DAI -61/06, P 2268, Dec 2000.

تأثير استخدام التدريب المتباين في تنمية القدرة العضلية والارتقاء للاعبين كرة السلة (13-15) سنة ذكور

د. مقراني جمال

معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر.

المخلص:

لقد حاولنا من خلال هذا البحث العمل على رفع مستوى لعبة كرة السلة ببلادنا ومن اجل السيرورة الناجحة والحسنة لعملية التدريب ورفع مستوى العملية التدريبية بتوجيه المدربين في الرواق الصحيح وبالكفاءة العلمية في التدريب الحديث مع إتباع الوسائل الحديثة بهدف رفع مستوى اللاعبين من كل الجوانب والتركيز على العمل الجاد مع الفئات الصغرى والتي تعتبر القاعدة التي تضمن المستقبل الواعد للعبة كرة اليد ببلادنا. وبذلك قمنا بهذا البحث الميداني على صنف الأشبال لبطولة الجهوي الغربي لكرة السلة وطبقنا أسلوب تدريبي باقتراح محتويات تدريبية لكل من التدريب بالمقاومات (الأتقال) والتدريب البليومتري قصد تنمية القدرة العضلية والارتقاء للاعبين. ومن أجل التحقق من فرضيات البحث اعتمد الباحث في بحثه على المنهج التجريبي حيث طبق التجربة على عينة من اللاعبين من فرق البطولة الجهوية الغربية لكرة السلة لصنف الأشبال (فريق وداد مزهران - فريق غالية عين تادل - شباب واد سلي - فريق بلدية عين البية) حيث قسموا إلى عينة تجريبية وعينة ضابطة، حيث طبق على العينة الأولى تدريبات (الأتقال مع البليومتري) والعينة الضابطة طبق عليها التدريبات العادية التقليدية واستمر العمل لمدة ثلاثة أشهر وعلى أثر هذه التجربة وبعد عرض النتائج والمعالجة الإحصائية استنتج الباحث بأن "التدريب بالمقاومات (الأتقال) مع البليومتري" لها أثر ايجابي في تنمية القدرة العضلية والارتقاء لدى لاعبي كرة السلة .

الكلمات المفتاحية: التدريب المتباين- القدرة العضلية - الارتقاء - كرة السلة .

L'impact de l'entraînement différentiel par l'utilisation d'haltérophilie avec pliometrie sur le développement de la force vitesse et la détente pour les joueurs de Basket-ball(13-15 ans)

Résumé:

Notre travail expérimental consiste à élever le niveau du jeu de Basket-ball dans notre pays et pour le succès du processus et bon pour le processus de formation et le perfectionnement du processus de formation sous la direction de formateurs dans la galerie de formation appropriée et efficace scientifiques de parler à suivre les méthodes modernes dans le but d'élever le niveau des joueurs de tous les aspects et de se concentrer sur un bon travail avec les jeunes joueurs qui sont la base pour assurer un avenir prometteur dans le jeu de Basket-ball dans notre pays .

Afin de vérifier les hypothèses du chercheur dans sa recherche sur la méthode expérimentale, l'expérience doit être effectuée sur un échantillon des joueurs des équipes de Basket-ball du championnat régionale de l'Ouest, où ils ont divisé d'un échantillon expérimental et l'autre comme un témoin, tel qu'il est appliqué au premier échantillon (haltérophilie avec pliometrie) et le second exerce l'entraînement usuel. le travail expérimental a déroulé pendant 03 mois, et d'après les résultats et les traitement statistique obtenus nous avons conclu que «l'entraînement d'haltérophilie avec pliometrie» a un effet positif sur le développement de la force vitesse et la détente pour les joueurs de Basket-ball.

مقدمة ومشكلة البحث:

أصبحت الرياضة أحد المظاهر الحديثة التي تعكس تقدم الدول وحجم رقيها واهتمامها ببناء الإنسان الحديث، فاللقاءات العالمية والأولمبية والقارية والدولية، وحتى المحلية منها تعتبر بمثابة محافل يتجلى فيها روعة الأداء البدني والإعجاز الإنساني لصياغة الحركات الرياضية في أفضل صورها. إن استثمار التدريب الرياضي على أساس كونه علماً وأداة لتقدم المجتمع وبالتالي الوصول إلى المستويات العالية من خلال اعتباره علماً له أصول راسخة يستند عليها، ويستمد منها مادته فقد أصبح أداة فعالة لتحقيق الارتقاء بالمستوى الرياضي وذلك بفضل مبادئه وأهدافه وطرقه المختلفة، لقد خطى التدريب الرياضي خطوات واسعة في طريق العلم حيث توسع في استخدام مختلف العلوم لبناء عملياته وتخطيطاته، يقول أحمد عبد الرحمان وعز الدين بكري (2004) أن التدريب الرياضي هو العملية الشاملة للتحسين الهادف للأداء الرياضي الذي يتحقق من خلال برنامج مخطط للإعداد والمنافسات، فهو عملية ممارسة منظمة تتميز بالديناميكية والتغير المستمر (أحمد عبد الرحمان وعز الدين بكري، 2004، صفحة 132).

وبما أن التدريب الرياضي يعتمد على الوسائل والطرق التدريبية المختلفة فإن كل طريقة تحقق أهداف معينة يشير محمد حسن علاوي (1992) إلى طرق التدريب بأنها مختلف الوسائل التي يمكن بها تنمية وتطوير الحالة التدريبية للفرد الرياضي إلى أقصى درجة ممكنة (علوي، 1992، صفحة 308). تعد كرة السلة من الألعاب الجماعية التي زاولها الإنسان منذ زمن بعيد، ولم يمض وقت طويل حتى احتلت مكانتها بين الألعاب الأخرى نظراً لما تتميز به من سرعة وحماس (أحمد، 1990،، صفحة 109) وعلى غرار الأنشطة الأخرى أصبحت لعبة كرة السلة تسير التكنولوجيا باستخدام علومها لإيجاد الطرق والأساليب الفعالة والحديثة من أجل تحقيق أسمى شكل لها بحصول أعلى الدرجات في الأداء البدني والمهاري المتميز والتحصير الجيد للصفات البدنية الخاصة باللعبة، وبشكل أساسي القوة المميزة بالسرعة التي تعتبر مطلباً أساسياً للوصول بهذه الرياضة إلى المستوى العالي لما تتميز به من التغير السريع والمفاجئ في الحركة والقيام بالتصويب والوثب... ولأجل الارتقاء بمستوى هذه اللعبة وجب التركيز على الإعداد الجيد للبرامج التدريبية التي تراعى فيها متطلبات الفعالية باستعمال أنسب وأنجح الطرق التدريبية، خاصة منها تلك التي تعمل على تنمية القوة المميزة بالسرعة مما يحتم استخدام عدة أساليب لتطوير هذه الصفة ومنها التدريب البليومتري والتدريب بالأثقال. إن التدريب بالأثقال له دور هام في تنمية القوة العضلية للاعب كرة اليد حيث أن طبيعة الأداء المهاري في هذه الرياضة تتطلب وجود القوة المميزة بالسرعة ومن ثم فإن التدريب بالأثقال ضروري ضمن محتويات برامج التدريب (علوي، 1992، صفحة 68).

كما يعتبر كثير من الباحثين أن التدريب البليومتري أكثر الأساليب استخداماً في تنمية القوة المميزة بالسرعة للعديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب دمج أقصى سرعة مع أقصى قوة للعضلة حيث يساهم هذا الأسلوب في التغلب على المشكلات التي تقابل تنمية القوة المميزة بالسرعة (الدين، 2002، صفحة 04).

وتذكر خيرية السكري ومحمد بريقع (2001) أن المدرب المتميز المبتكر يصمم من التدريبات التي يكون لها الأثر الجيد في تطوير قدرات لاعبيه باستخدام مجموعات متنوعة من التمرينات داخل الوحدة التدريبية، وأن التغيير في أساليب التدريب المبني على الفروق الفردية بين الرياضيين والتخطيط المناسب للتدرج في زيادة الحمل سوف يوصل إلى قمة المستويات العالية (الويلي، 1995، صفحة 88).

وبذكر السيد عبد المقصود (1997) أنه في التدريب المتباين وفي هذا الأسلوب التدريبي تتم محاولة التوصل إلى أقصى درجة من الفاعلية عن طريق استخدام القوة بأساليب متباينة أو متضادة الاتجاه وذلك داخل الوحدة التدريبية أو داخل مجموعة من التمرينات، ويمكن التوصل للتباين عبر التبدل بين الأحمال بأسلوب انفجاري، أو عن طريق التغيير في مستوى الحمل أو بتغيير في نوع الانقباض و التوتر العضلي أو من أفعال إلى بليومتري (طلحة حسام الدين وآخرون، 1999، صفحة 57).

لقد لمسنا من خلال المعاشية والمتابعة الميدانية الضعف الواضح للياقة البدنية للاعبين، خاصة في حركات الارتقاء وضعف التسديد مما أكد لنا النقص الواضح في صفة القوة المميزة بالسرعة لدى اللاعبين التي يؤكد عليها بارد بور حين يرى أنها تمثل أهمية قصوى لدى لاعب كرة السلة ولما لها من أثر على الأداء المهاري للاعبين (معوض، 1994، صفحة 59).

ومشكلة الدراسة التي كانت تدور في ذهننا من خلال المتابعة الميدانية في مجال التدريب على مستوى فرق البطولة الوطنية في كرة السلة هي نقص التنوع والمزج بين الأساليب الحديثة في التدريب، وبشكل خاص عند تنمية الصفات البدنية الخاصة. فرغم احتواء البرامج على تدريبات الأثقال عند بعض الفرق وظهور التدريب البليومتري عند البعض الآخر، إلا أننا لم نلاحظ عملية التنسيق بين استخدام هذه الأساليب المختلفة. ومن خلال الملاحظة العلمية للباحث تبين أن الباحثين و المدربين استخدموا تدريبات الأثقال و البليومتري بصورة منفصلة تماما، وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة بمحاولة استخدام تدريبات الأثقال و البليومتري بالطريقة المتباينة لمعرفة أثرها في تنمية القدرة العضلية والارتقاء لدى لاعبي كرة السلة.

الأهداف :

1. وضع برنامج للتدريب المتباين باستخدام البليومتري و الأثقال في تنمية القدرة العضلية للاعبين كرة السلة (صنف أشبال).
2. التعرف على تأثير التدريب المتباين باستخدام البليومتري و الأثقال في تنمية القدرة العضلية للاعبين كرة السلة (صنف أشبال).

فروض البحث :

1. يوجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.
2. يوجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث:

التدريب البليومتري : هو أسلوب يعتمد على استغلال انقباض العضلة بالتطويل في إنتاج الحركة الانفجارية ، ويركز على تمارين الوثب لأسفل أو الطريقة المفاجئة وغالبا ما يتم أداء وثبات في مجموعات باستخدام نوع واحد أو على شكل أنواع من الوثبات المتنوعة (بسطويسي، 1997، صفحة 03).

التدريب بالأثقال: هو أسلوب إعداد اللاعب باستخدام مقاومات متدرجة لزيادة القدرة على إنتاج القوة أو مواجهتها، ويتضمن أداء تمارين بالأثقال لجعل الفرد أكثر فدرية وفعالية (معوض، 1994، صفحة 89).

التدريب المتباين: هو أسلوب تدريبي يتم فيه التوصل إلى أقصى درجة من الفاعلية عن طريق استخدامات القوة بأساليب متباينة أو متضادة في الاتجاه و ذلك داخل الوحدة التدريبية أو داخل مجموعة من التمرينات.

القدرة العضلية: يقول هيتو هي قدرة الفرد على إحداث انقباض للعضلات باستخدام أقصى سرعة ممكنة أي أنها القوة التي تتميز بالسرعة القصوى.

ويقول لارسون أنها تتضمن مزيجا من القوة القصوى والسرعة القصوى في إطار حركي توافقي. ويعرفها محمد حسن علاوي نقلا عن "هارة" بقدرة الجهاز العصبي العضلي في التغلب على مقاومات تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية.

كرة السلة: هي من الألعاب الشعبية وهي لعبة جماعية تعتمد على السرعة في حركة اللاعبين بالكرة، تتميز عن باقي الألعاب بالاحتكاك الكبير بين لاعبيها. تلعب بين فريقين وغرض كل فريق هو التسجيل سلة ضد الفريق المنافس ومنعه من الاستحواذ على الكرة إصابة الهدف " تعريف إجرائي".

الدراسات السابقة: 1 - دراسة ناريمان الخطيب (1991) وعنوانها " أثر استخدام الوثب العميق على القدرة العضلية للرجلين والمفعد للاعبات الجمباز وهدفت الدراسة لإلى التعرف على التأثير استخدام تدريبات الوثب العميق على القدرة العضلية للرجلين والمفعد للاعبات الجمباز، وقد تمت على عينة

قوامها (20) لاعبة تحت (10) سنوات واستخدمت الباحثة

المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة مع قياس قبلي وبعدي، وأسفرت الدراسة عن أن التدريبات الوثب

العميق لها تأثير إيجابي على القدرة العضلية للرجلين ومسافة الوثب العريض للاعبات الجمباز لعينة البحث.

2- قام لينل (1996) بدراسة "تعزيز الأداء باستخدام أقصى قدرة مقابل استخدام الأثقال مع التدريبات البليومترية". استخدم الباحث المنهج التجريبي بمجموعتين تجريبتين، الأولى تستخدم الوثب بالأثقال مع تمرينات الدفع

مع أقصى قدرة ممكنة، والمجموعة الثانية تستخدم الأثقال مع الوثب العميق وتمرينات الكرة الطبية البليومترية، ومجموعة ثالثة ضابطة. توصل الباحث إلى أهمية التعادل بين نوعي التدريب المستخدم في أداء مهارات الوثب بالرمي ورفع الأثقال.

3. قدمت ابتسام عمار جبارة (1998) دراسة "تأثير برنامج مقترح للتدريب البليومتري على فاعلية حركات القدمين لدى لاعبات كرة السلة". استخدمت المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة بعينة تقدر ب 20 لاعبة لكرة السلة تحت 18 سنة. توصلت إلى أن البرنامج المقترح أدى إلى تحسين فاعلية حركات القدمين لدى لاعبات كرة السلة.

4. قام إسلام توفيق محمد (1998) بدراسة "تأثير برنامج تدريبي بالأثقال وتدريب البليومتري على القدرة العضلية للاعبين كرة السلة". استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة من 24 لاعب لكرة السلة تحت 18 سنة. توصل إلى أن استخدام البرنامج المقترح أدى إلى الارتقاء بمستوى القدرة العضلية.

5. دراسة محمد عبد العال وعبد المنعم إبراهيم والسيد شحاتة (2000) "تأثير استخدام تدريبات الأثقال والبليومترية والمختلطة على التطور الديناميكي للقدرة العضلية ومستوى الإنجاز الرقمي لمسابقة الوثب الطويل" باستخدام عينة من 100 طالب تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات، ثلاث مجموعات تجريبية وواحدة ضابطة. المجموعة الأولى لتدريبات الأثقال والمجموعة الثانية للتدريب البليومتري والمجموعة الثالثة للتدريب المختلط، وكانت أهم النتائج تؤكد أن استخدام الأساليب الثلاثة المقترحة لها تأثير إيجابي على

القدرة العضلية ومستوى الإنجاز الرقمي لمتسابق الوثب الطويل مع تفوق الأسلوب المختلط.
6. دراسة محمود عبد الكريم وعماد السرسى (2006) "استخدام تدريبات الأثقال والبليومترية والمختلطة لتطوير القوة المتفجرة وتأثيرها على بعض القدرة البدنية ومستوى الأداء المهاري لناشئ الكاراتي ه". باستخدام ثلاث مجموعات تجريبية بتعداد 10 لاعبين لكل مجموعة، حيث عملت المجموعة الأولى في التدريب بالأثقال والثانية في التدريب البليومتري والثالثة في التدريب المختلط. توصل الباحثان إلى أن الأساليب الثلاثة كان لها أثر في تطوير القوة المتفجرة لناشئ الكاراتي ه إلا أن التدريب المختلط كان أكثر تأثيراً.

التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال تناول الدراسات السابقة توصل الباحث إلى أن استخدام التدريب البليومتري له أهمية بالغة في تنمية القدرة العضلية وكذلك التدريب بالأثقال و اتفقت الدراسات السابقة على ضرورة استخدام هذين الأسلوبين لتنمية القدرة العضلية ، خاصة الأطراف السفلية وعملية الارتقاء ، كما توصل الباحث إلى اختيار المنهج الملائم للدراسة (منهج تجريبي) وكذا مدة وكيفية تطبيق البرنامج المقترح وأساليب جمع البيانات و حتى المعالجة الإحصائية و اختلفت النتائج لهذه الدراسات تبعا لأهدافها.

إجراءات البحث :

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

عينة البحث: اشتملت عينة البحث على 20 لاعبا من المجتمع الأصلي للبحث (120 لاعبا) بنسبة أكثر من 10 % اختيرت بطريقة عمدية تتراوح أعمارهم من 13 إلى 15 سنة أي فريقين من أشبال البطولة الجهوية الغربية لكرة السلة موزعين كما يلي :
مجموعة التجريبية: تتكون من 10 لاعبين والتي طبقت عليها البرنامج المقترح.
مجموعة الضابطة : تتكون من 10 لاعبين .

مجالات البحث:

المجال البشري: شملت العينة 10 لاعبين من فريق مولودية وهران مثلت المجموعة الضابطة و 10 لاعبين من فريق شباب راند مستغانم مثلت المجموعة التجريبية .

المجال المكاني: تم العمل بالملاعب البلدية لكل ولاية فالمجموعة الضابطة تتدرب بملاعب بلدية وهران والمجموعة التجريبية تتدرب بملاعب مركز التسلية بصلامندر .

المجال الزمني: أجريت التجربة الميدانية من يوم 13-02-2011 إلى يوم 24-04-2011.
الاختبارات البدنية:

1. ثلاث حجلات بالرجل اليمنى. 2. ثلاث حجلات بالرجل اليسرى. 3. الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.

4. دفع الكرة الطبية 3كغ. 5. اختبار القفز العمودي من الثبات.

أدوات البحث: شريط قياس، ساعات إيقاف، أجهزة أثنال، صناديق مقسمة مختلفة الارتفاع، كرات طبية، أثقال حرة.

الدراسة الإحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط، اختبار (T)، النسبة المئوية.

الراحة	الحجم	التكرارات	زمن الأداء	التمرينات	المتغيرات الأساسية
45 ثا	3 مج	8-6	5	من الجلوس حمل الكرة الطبية ونقلها من الخلف الوثب الارتدادي بتعاقب الرجلين . الوثب فوق الأقدام . الوقوف فتحا حمل الثقل فوق الكتفين لفت الجذع جانبا	الأسبوع الأول
45 ثا	3 مج	6	4		
45 ثا	3 مج	6	4		
1 د	3 مج	8-6	5		
45 ثا	4 مج	8	4	الوثب بالقدمين معا مع التقدم للأمام . رفع الذراعين عاليا بالنقل من خلف الرأس ثني الرجلين بالنقل من الاتبطاح الحجل الريع بالرجلين بالتبادل .	الأسبوع الثاني
1 د	4 مج	10-8	4		
1 د	4 مج	10-8	5		
45 ثا	4 مج	8	5		
1 د	4 مج	10-8	4	الوثب الارتدادي بالقدمين معا . الوقوف فتحا حمل الثقل فوق الكتفين دفع البار عاليا وقوف مسك الثقل أماما أسفل مع رفع وخفض الكعبين الوثب لأعلى مع ثني الركبتين على الصدر .	الأسبوع الثالث
1 د	4 مج	10-8	4		
1 د	4 مج	10-8	4		
45 ثا	4 مج	10	4	الوقوف نصفا وثبة الفجوة السريعة . دفع الثقل بالرجلين وقوف مسك الثقل أماما أسفل مع رفع وخفض الكعبين وقوف فوق الصندوق مع الارتداد بتعاقب الرجلين	الأسبوع الرابع
90 ثا	4 مج	10	5		
90 ثا	4 مج	12-10	5		
1 د	4 مج	12-10	5		
90 ثا	4 مج	12-10	4	الوثب الارتدادي بالقدمين معا . جذب الثقل من الأرض إلى الصدر دفع البار الحديدي من أمام الصدر إلى أعلى الرأس الحجل الريع بالرجلين بالتبادل	الأسبوع الخامس
90 ثا	4 مج	12-10	4		
1 د	5 مج	8	5		
1 د	5 مج	8	5		
1 د	4 مج	10	5	الوثب الارتدادي بالقدمين معا . تمرير رفع الكعبين باستخدام جهاز دفع الثقل أماما الوثب الارتدادي بتعاقب الرجلين . تمرير الجذب من الأرض إلى الصدر	الأسبوع السادس
1 د	4 مج	10	5		
1 د	4 مج	10	5		
1 د	4 مج	10	5		
1 د	4 مج	8	4		
90 ثا	4 مج	12-10	5	وقوف فوق الصندوق مع مسك بكرة سلة الوثب العميق مع لتصويب . وقوف مع مسك كرة سلة خطوط الصندوق والتصويب على السلة من أعلى نقطة . إعداد تثبيت الأثقال بالقدمين مع الوثب العمودي وقوف حمل بار حديدي على الكتفين الوثب لأعلى مسافة أفقية ممكنة .	الأسبوع السابع
90 ثا	4 مج	12-10	5		
90 ثا	4 مج	12-10	5		
1 د	4-6 مج	10	5		
1 د	3-4 مج	12-8	5		
90 ثا	4-5 مج	12-10	5	الوقوف نصفا وثبة الفجوة السريعة . وقوف فوق الصندوق وأداء الوثب العميق . وقوف فوق الصندوق مع الارتداد بتعاقب الرجلين . إعداد تثبيت الأثقال بالقدمين مع الوثب العمودي	الأسبوع الثامن
90 ثا	4-5 مج	12-10	5		
90 ثا	4-5 مج	12-10	5		
2 د	4 مج	14-12	5		
90 ثا	6 مج	10	5		
90 ثا	4-5 مج	12-10	5	وقوف حمل بار حديدي على الكتفين الوثب لأعلى مسافة أفقية ممكنة . وقوف فوق الصندوق مع مسك بكرة سلة الوثب العميق مع لتصويب . إعداد تثبيت الأثقال بالقدمين مع الوثب العمودي وقوف مع مسك كرة سلة خطوط الصندوق والتصويب على السلة من أعلى نقطة .	الأسبوع التاسع
90 ثا	4-5 مج	12-10	5		
90 ثا	4-5 مج	12-10	5		
2 د	4 مج	14-12	5		
90 ثا	6 مج	10	5		
90 ثا	4-5 مج	12-10	5	الوثب الارتدادي بتعاقب الرجلين . الوثب لأعلى مع ثني الركبتين على الصدر . وقوف فوق الصندوق مع الارتداد بتعاقب الرجلين . وقوف فوق الصندوق وأداء الوثب العميق .	الأسبوع العاشر
90 ثا	4-5 مج	12-10	5		
90 ثا	4-5 مج	12-10	5		
2 د	4 مج	14-12	5		
90 ثا	6 مج	10	5		

الدراسات الاستطلاعية : الدراسة الاستطلاعية الأولى:

وكان الهدف من هذه الدراسة اختبار فريق العمل وكذا إجراء الأسس العلمية للاختبارات البدنية. وعليه استعان الباحث بعدد من الزملاء من المدربين بالنوادي وذلك للمساعدة في إجراء الاختبارات البدنية ، ولقد أجريت الدراسة في الفترة ما بين 2011 / 01/30 إلى 2011 / 02 / 07 ، حيث تم تطبيق الاختبارات وتم التحقق من ثبات وصدق الاختبارات وموضوعيتها وكانت النتائج كما يلي :

الدراسة الإحصائية		العينة		معامل الارتباط برسون الجدولية		الاختبارات	
معامل الصدق	معامل الثبات	الفرق	ق1	ق2	معامل الصدق	معامل الثبات	الاختبارات
0,94	0,90	0.01	3.61	3.62	0.43	20	ثلاث حجلات بالرجل اليمنى.
0,97	0,95	0.01	3.56	3.57			ثلاث حجلات بالرجل اليسرى.
0,89	0,80	0.00	8	8			الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.
0,97	0,96	0.02	2.86	2.88			دفع الكرة الطبية 3كغ.
0,84	0,72	0.01	25.09	25.10			اختبار القفز العمودي من الثبات.

الجدول رقم (01) يبين معامل الثبات والصدق لبطارية الاختبارات البدنية لعينة البحث

خلال الجدول رقم (01) وجدنا أن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من القيمة الجدولية مما يؤكد بأن الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات والصدق .

تضمنت المرحلة الاولى 03 أسابيع وكانت مدة استخدام التدريبات المقترحة حوالي 15 دقيقة وتراوحت شدة الحمل ما بين 40% إلى 60 % وكانت عدد التكرارات للتمرين الواحد من 06 إلى 10 إلى 03 إلى 04 مجموعات مع راحة تقدر من 45 إلى 60 ثانية. أما المرحلة الثانية فتضمنت 03 أسابيع وكانت مدة استخدام التدريبات المقترحة حوالي 17 دقيقة وتراوحت شدة الحمل ما بين 50% إلى 70 % وكانت عدد التكرارات للتمرين الواحد من 08 إلى 12 إلى 04 إلى 05 مجموعات مع راحة تقدر من 60 إلى 90 ثانية .

أما المرحلة الثالثة فتضمنت 04 أسابيع وكانت مدة استخدام التدريبات المقترحة حوالي 20 دقيقة وتراوحت شدة الحمل ما بين 55% إلى 75 % وكانت عدد التكرارات للتمرين الواحد من 08 إلى 14 إلى 04 إلى 06 مجموعات مع راحة تقدر من 60 إلى 120 ثانية

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

كان الهدف من هذه الدراسة هو معرفة العدد الكافي من الأجهزة والأدوات وكيفية تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح وبذلك فقد توصلنا إلى فهم اللاعبين للتدريبات المقدمة وكيفية استخدام الأدوات وضبطها، من خلال تطبيق بعض الوحدات التدريبية المقترحة.

التجربة الأساسية: طبقت التجربة الأساسية لمدة عشر أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع وكان زمن الوحدة التدريبية 80 دقيقة مع مراعاة حمل التدريب، مع التركيز على استخدام التمارين في بداية المرحلة الأساسية من كل وحدة تدريبية.

أما المجموعة الضابطة فكان العمل بنفس المدة الزمنية و الوسائل و المكان. لكن في المرحلة الأساسية من كل وحدة تدريبية كانت تطبق تمارين عامة عند تنمية القدرة العضلية.
الدراسة الإحصائية :

المتوسط الحسابي _ الانحراف المعياري _ معامل الارتباط _ اختبار T _ نسبة التحصيل

عرض النتائج:

الجدول رقم (03) يبين مدى التجانس بين المجموعتين في المتغيرات قيد البحث

الدراسة الإحصائية الاختبارات	درجة الحربة	مستوى الدلالة	قيمة T الجدولية	ق1	ق2	الفرق	قيمة T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
ثلاث حجلات بالرجل اليمنى.	18	0,05	2,10	3.52	3.50	0.02	1,04	غير دال إحصائيا
ثلاث حجلات بالرجل اليسرى.				3.48	3.47	0.01	0,13	غير دال إحصائيا
الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.				8.25	8.20	0.05	0,15	غير دال إحصائيا
دفع الكرة الطبية 3كغ.				3.14	3.12	0.02	0,11	غير دال إحصائيا
اختبار القفز العمودي من الثبات.				26.15	26.10	0.05	0.49	غير دال إحصائيا

نلاحظ من خلال الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة)
أي أن قيمة T المحسوبة لكل الاختبارات جاءت أصغر من قيمة T الجدولية مما يؤكد التكافؤ قبل إجراء
الدراسة .

الجدول رقم (04) يوضح الفروق بين المتوسطات للاختبارات قيد البحث لعينة البحث
قيمة T الجدولية 2,26 عند مستوى الدلالة 0,05 .

النسبة المئوية % للتقدم	قيمة T المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		الإحصاء الاختبارات	العينات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
17.71	3.74	0,34	4.11	0,37	3.49	ثلاث جلسات بالرجل اليمنى.	المجموعة الضابطة
12.22	4,75	0.36	3.58	0.39	3.19	ثلاث جلسات بالرجل اليسرى.	
21.39	5.24	0,16	10.06	0,21	8.25	الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.	
12.08	4.51	0,40	3.34	0,63	2.98	دفع الكرة الطبية 3كغ.	
7.75	3.16	0.31	30.12	0.52	28	اختبار القفز العمودي من الثبات.	
39.77	16.51	0,23	4.92	0,60	3,52	ثلاث جلسات بالرجل اليمنى.	المجموعة التجريبية
44.44	19.74	3,22	4.55	3,62	3.15	ثلاث جلسات بالرجل اليسرى.	
53.87	5,93	0,14	12.31	0,23	8	الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.	
28.02	6.32	0,35	4.02	0,37	3.14	دفع الكرة الطبية 3كغ.	
28.51	12.32	1.22	36.06	0.34	28.06	اختبار القفز العمودي من الثبات.	

يتضح من الجدول رقم (04) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس
البعدي لمتغيرات قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

الجدول رقم (05) يوضح قيمة T المحسوبة في الاختبارات قيد البحث في القياس البعدي
عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 18 .

الاختبارات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
ثلاث جلسات بالرجل اليمنى.	18	0.05	2.10	4,30	دال إحصائيا
ثلاث جلسات بالرجل اليسرى.				2,24	دال إحصائيا
الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.				2,84	دال إحصائيا
دفع الكرة الطبية 3كغ.				2,17	دال إحصائيا
اختبار القفز العمودي من الثبات.				3.27	دال هحصائيا

من خلال الجدول رقم (05) يتضح لنا بأن قيمة T المحسوبة لكل الاختبارات أكبر من قيمة T الجدولية مما يؤكد وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدي .

جدول رقم (06) النسبة المئوية للتقدم في الاختبارات للعينة الضابطة

النسبة المئوية للتقدم%	المتوسط الحسابي		الاختبارات
	البعدي	القبلي	
17.71	4.11	3.49	ثلاث حجلات بالرجل اليمنى.
12.22	3.58	3.19	ثلاث حجلات بالرجل اليسرى.
21.93	10.06	8.25	الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.
12.08	3.34	2.98	دفع الكرة الطبية 3كغ.
7.75	30.12	28	اختبار القفز العمودي من الثبات.

جدول رقم (07) النسبة المئوية للتقدم في الاختبارات للعينة التجريبية

النسبة المئوية للتقدم%	المتوسط الحسابي		الاختبارات
	البعدي	القبلي	
39.77	4.92	3.52	ثلاث حجلات بالرجل اليمنى.
44.44	4.55	3.15	ثلاث حجلات بالرجل اليسرى.
53.87	12.31	8	الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني.
28.02	4.02	3.14	دفع الكرة الطبية 3كغ.
28.51	36.06	28.06	اختبار القفز العمودي من الثبات.

من خلال الجدولين السابقين يتبين لنا بأن النسب المئوية للتقدم للاختبارات قيد البحث جاءت مرتفعة لصالح العينة التجريبية مقارنة بالعينة الضابطة فقد تراوحت ما بين (11,80 إلى 23,91) عند العينة التجريبية ، أما العينة الضابطة فكانت النتائج ما بين (0,34 إلى 6,37) .

مناقشة النتائج :

للتدريب المتباين مردود إيجابي في تنمية القدرة العضلية لدى لاعبي كرة السلة ونلاحظ من خلال الجدول رقم 04 أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية والتي تفوقت على العينة الضابطة فيما يخص جميع الاختبارات حيث أن هذه العينة طبق عليها أجزاء من البرنامج المقترح باستخدام أسلوب التدريب المتباين.

من خلال النتائج المحصل عليها نرى أنها تتفق مع كل من ابتسام عمار جبارة (1998) و آدمز Adams (1984) في أن التدريب المتباين المستخدم أدى إلى تحسن القدرة العضلية للرجلين و يشير السيد عبد المقصود (1997) أن التدريب المتباين يزيد من سرعة الأداء الحركي و ذلك بزيادة مقدرة العضلات على الانقباض بمعدل أسرع و أكثر تفجراً خلال مدى الحركة في المفصل و بكل سرعة الحركة ، كما أن

الشدة العالية التي تستخدم في هذه التمارين تؤدي إلى تحسين التوافق داخل العضلة و بين المجموعات العضلية مما يؤدي إلى تحسين مستوى القوة دون حدوث زيادة في كتلة العضلة .
من خلال النتائج اختبار الاستناد الأمامي والذي يوضح وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية والذي يرجعه الباحث إلى استخدام التدريب المتباين والذي تمر من خلاله وضع عضلات البطن التي تقوم بدور المحرك الرئيسي أثناء أداء التمرينات على شكل مهارات حركية في حالة إطالة سريعة فجائية مثل شد الحبل قبل أداء المهمة الحركية .

نلاحظ من الجدول رقم (04) للاختبار البعدي للبعدين التجريبي والضابط في اختبار القفز بثلاث خطوات أن العينة التجريبية قد حققت أفضل النتائج مقارنة بالعينة الضابطة ويفسر ذلك بتأثير التدريب المتباين الذي يؤدي إلى رفع مستوى الانقباض التطويلي لمستوى مقبول من خلال تقصير مرحلة الاستيفاء ومعالجة البطء في الانتقال من المرحلة الانقباض التطويلي إلى مرحلة الانقباض التقصيري .
- أما في اختبار الوثب العمودي فأحدث النتائج تفوق المجموعة التجريبية وهذا تطابق مع دراسة عاطف رشاد (1995) بتأثير التدريب المتباين من خلال اختبار التمارين المناسبة (التكرار والكثافة المناسبة وكذا الشدة).

ويعزي الباحث هذه النتائج إلى تأثير التدريب المتباين المقترح، حيث يؤدي إلى تحسين القابلية للوثب من خلال سد الفجوة بين التدريبات القوة والسرعة باستخدام ما يسمى برد الفعل الإطالة والذي يسهل ويطوع وحدات حركية إضافية في العضلات أثناء الأداء وتكسب العضلة صفة المطاطية.
- في اختبار دفع الكرة الطبية جاءت الفروق دالة إحصائياً بين مجموعة التدريب المتباين والمجموعة الضابطة لصالح التدريب المتباين هذا ما يتفق مع دراسة لينتل حيث يؤكد أن تأثير التدريب المتباين (الانتقال ثم البليومتري) أكثر فعالية من كل تدريب على حدا.

الاستنتاجات :

في ضوء عينة البحث والأدوات والأجهزة المستخدمة ومن خلال النتائج المحصل عليها يمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

- _ برنامج التدريب المتباين المقترح له تأثير إيجابي في متغيرات قيد البحث .
- _ وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.
- _ وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية .
- _ أسلوب التدريب المتباين من الأساليب الفعالة في تنمية القدرة العضلية والارتقاء للاعبين كرة السلة .

التوصيات:

- استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها في حدود هذا البحث يوصي الباحث بما يلي:
- _ استخدام البرنامج المقترح لتنمية القدرة العضلية والارتقاء لدى لاعبي كرة السلة.
- _ استخدام التدريب المتباين لتنمية القدرة العضلية والارتقاء للاعبين.
- _ الاهتمام بالفئات السنوية المختلفة وذلك لتنمية القدرات البدنية مع مراعاة السن.
- _ إجراء دراسات مقارنة بين التدريب المتباين والأساليب الأخرى المتبعة لتنمية القدرة العضلية .

المصادر والمراجع :

1. إبراهيم سالم السكار . (1999). موسوعة فيزيولوجيا مسابقات المضمار،. القاهرة : مركز الكتاب للنشر .
2. أحمد بسطويسي. (1997). أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997. القاهرة: دار الفكر العربي.
3. أحمد توفيق الوليلي. (1995). كرة اليد، تعلم، تدريب، تكتيك . القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
4. أحمد عبد الخالق. (1988). تأثير برنامج تدريبي بالانتقال على سرعة انطلاق الكرة في التصويب بالوثب العالي في كرة اليد، رسالة ماجستير .

5. أحمد عبد الرحمان وعز الدين فكري. (2004). منظومة التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
6. أحمد فاروق. (1999). اللياقة البدنية: أهميتها، تدريباتها، ط1. الاسكندرية: المركز الدولي الامريكي.
7. أحمد نصر الدين. (2002). الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.
8. أحمد نصر الدين السيد. (2003). نظريات وتطبيقات فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الأولى. القاهرة: دار الفكر العربي.
9. أحمد نصر الدين. (2003). فسيولوجيا الرياضة. الطبعة الأولى. القاهرة: دار الفكر العربي.
10. أسامة كامل راتب. (1984). النمو الحركي للطفولة و المراهقة. القاهرة : دار الفكر العربي.
11. السويدي، أ. (2006). القياس البدني و الحركي. الطبعة الأولى مصر. مصر: كلية التربية الرياضية بطنطا.
12. السيد عبد المقصود. (1997). نظريات التدريب الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
13. السيد عبد المقصود. (1985). تطور حركة الإنسان وأسسها. الإسكندرية: دار المعارف.
14. السيد عبد المقصود. (1997). نظريات التدريب الرياضي ، الطبعة الأولى. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
15. بسطويسي أحمد بسطويسي. (1999). أسس ونظريات التدريب الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي.
16. توفيق إسلام. (1998). تأثير برنامج تدريبي بالأثقال و البليوميتري في تنمية القدرة العضلية للاعب كرة السلة ، رسالة دكتوراه غير منشورة.، 1998 .
17. حسن سيد معوض. (1994). كرة السلة للجميع . القاهرة: دار الفكر العربي.
18. زكي محمد حسين. (2004). من أجل قدرة عضلية أفضل. الاسكندرية: المكتبة المصرية للنشر.
19. طلحة حسام الدين وآخرون. (1999). الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي . القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
20. عائد احمد. (1990). تأثير تدريبات البليوميتري على بعض المتغيرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لاعبي كرة السلة .
21. عاطف رشاد. (1996). تأثير استخدام تدريبات الوثب العميق على بعض القدرات البدنية لاعبي الكرة الطائرة . كلية التربية الرياضية أسيوط: مجلة علوم التربية البدنية و الرياضية.
22. قاسم حسن حسين، وعبد العالي نصيف. (1998). مبادئ علم التدريب الرياضي. بغداد: مطبعة التعليم العالي.
23. كمال عارف طاهر. (1987). المهارات الفنية في كرة السلة. بغداد: جامعة بغداد.
24. محمد حسن علوي. (1992). علم التدريب الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
25. وجدي الفاتح ولطفي السيد. (2003). الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب. مصر: دار الهدى للنشر.

26. b, B. (1989). l'entraînement sportif. algérie: édition AACS Algérie.

27. boss, G. (1996). guide pratique de basket . édition vigot.

28. Brikc. (1992). Croissance physique de l'enfant. Alger: édition comité olympique.

29. j, S. .. (1987). précis de physiologie de travail et Masson . paris.

30. Jusgen, W. (1986). Manuel d'entraînement. Paris : édition vigot.

التمويل الرياضي لأندية الجهة الغربية للكرة الطائرة بين الواقع و الطموح

د/ ظاهر ظاهر

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم معهد التربية البدنية والرياضة

ملخص:

يهدف البحث إلى معرفة واقع التمويل الرياضي، و الدور الذي تلعبه المؤسسات العمومية والمؤسسات الاقتصادية الخاصة في تمويل أندية كرة الطائرة للجهة الغربية. استخدم الباحث المنهج المسحي، وطبقت الدراسة على عينة من النوادي الغربية المشاركة في البطولة الوطنية وهي " جمعية النجم الرياضية، بلدية حاسي مماش - الجمعية الرياضية أرزيو - نادي المستقبل الرياضي لحاسي بونيف - مولودية سعيدة - الرائد الرياضي لبطيوة"، ومديريات الشبيبة و الرياضة التابعة لهذه الأخيرة بالإضافة إلى بعض رؤساء البلديات . تم جمع البيانات من خلال الاستبيان والمقابلة الشخصية مع مسيري النوادي، رؤساء الصناديق البلدية و الولائية و رؤساء مديريات الشبيبة و الرياضة بالإضافة إلى مقابلة مع رئيس الرابطة الجهوية للكرة الطائرة و رئيس الرابطة الولائية للكرة الطائرة لولاية وهران ومستغانم. وللتوصل إلى مؤشرات كمية تساعد في التحليل و التفسير، تمت المعالجة الإحصائية باستخدام النسبة المئوية.

و أسفرت النتائج عن قلة الموارد المالية للنوادي الرياضية في الكرة الطائرة التي أدت إلى عدم بلوغ الاهداف المنشودة والمطمح إليها، ونقص التعامل المبني على الاحترافية في التمويل بين الجهات الممولة ورؤساء النوادي والذي يعتبر الركيزة الأساسية للوصول إلى تحقيق أحسن النتائج، والعجز المالي التي تعاني منه المؤسسات الاقتصادية جعلها لا تقبل على تمويل الأندية الرياضية في الكرة الطائرة.

مصطلحات البحث الأساسية : التمويل الرياضي - النادي الرياضي.

Le financement des clubs sportifs de volley Ball de la région ouest entre la réalité et l'ambition

RESUME

La recherche vise à connaître la réalité de financement du sport, et le rôle joué par les institutions publiques et les institutions économiques privées dans le financement des clubs côté ouest de volleyball. Le chercheur a utilisé la méthode des enquêtes, Et mis en œuvre une étude sur un échantillon des clubs occidentaux qui participent au championnat national «Association étoile sportive, Hassi mamache - Association des sports d'Arzew - Club Future Sports Hassi Bounif - MC Saida - Sportif majeur Batiouah», et Les Directions de la Jeunesse et des Sports ainsi que certains maires. Les données ont été recueillies par questionnaire et entretien personnel avec les dirigeants de clubs, les chefs des fonds wilaya et municipaux et les chefs des directions de la Jeunesse et des Sports ainsi que d'un entretien avec le président de la ligue régionale de Volleyball et le président de la ligue de wilaya de volley-ball d'Oran et de Mostaganem.

Afin d'atteindre les indicateurs quantitatifs pour aider dans l'analyse et l'interprétation, le chercheur a utilisé le pourcentage pour le traitement statistique. Et les résultats ont révélé un manque de ressources financières pour des clubs sportifs de volley-ball, qui a conduit à la non-réalisation des objectifs et des ambitions à elle, et l'absence d'accord basé sur le professionnalisme dans le financement entre les bailleurs de fonds et les les chefs de clubs, qui est le fondement essentiel à atteindre pour obtenir les meilleurs résultats et du déficit budgétaire, qui souffrent d'institutions économique entre eux n'accepte pas le financement des clubs sportifs en volley-ball..

Mots Cles : le financement Sportif –clubs sportifs

مقدمة البحث:

تحولت الرياضة مع التطورات الحديثة إلى ظاهرة اجتماعية وسياسية وحضارية ، كانت وما زالت تعكس التطور والرقى والقيم منذ القديم ، فهي تعد اليوم من أبرز دعائم التنمية الشاملة لأنها تعتنى بأهم عناصرها وهو الإنسان فكرا وجسدا ، وأصبحت أحد المحركات الاقتصادية في العالم المتقدم، فالخبير الاقتصاد الفرنسي جان فرنسوا بورغ قد أكد أن الرياضة أصبح رقم أعمالها العالمي يقدر ب 400 مليار دولار أمريكي بينها 4.3 مليار دولار لكرة القدم وحدها وبذلك أصبحت الرياضة نشاطا اقتصاديا شأنه في ذلك شأن بقية القطاعات الأخرى.

في عالم الرياضة الحالي الذي يركز على الزواج بين الصناعة وعالم الاتصالات، فضلت الكرة الطائرة اختيار هذا الطريق بسعة أفق، دون أن تفقد قيمها كرياضة جماعية، بل بالعكس أضافت إليها سحراً وجاذبية خاصة أمام الشركات وشبكات التلفزيون والصحف. إن الكرة الطائرة أهم أنواع الرياضات العالمية، مهما كان نوعها، أصبحت الدعاية تهيمن عليها، وأصحاب الدعاية في حاجة لبطولات قيمة على مستوى عال، وهكذا اقتحمت الكرة الطائرة هذا الطريق في السنوات العشر الأخيرة فاكشفت أن بين صفوف لاعبيها مواهب رائعة استخدمتها شركات الدعاية بنجاح.

إن الكرة الطائرة التي ترنو نحو الألف الثالث للميلاد تعتبر رياضة أنيقة يقدمها لاعبون قمة في المهارة، حيث نرى أقصى درجات ((التمثيل)) وأكثر درجات اللعب الطبيعي ((الفطري)) يلتقيان في امتزاج رائع يلهب مشاعر الجماهير عبر شاشات التلفزيون والصحافة. وهكذا نرى العلاقة بين هذه الرياضة والصحافة والشركات المعلنة قد صعد على مستوى عالمي.

وحسب أحدث دراسات إحدى مؤسسات إحصاء جماهير الرياضة في العالم، نجد أن الكرة الطائرة تعتبر إحدى الرياضات ذات درجة عالية من سرعة النمو دون إهمال الجوانب الثقافية والفلسفية الهامة المرتبطة بها (أولها انعدام روح العنف).

أن تطور هذه الرياضة سريع ومرتز في نفس الوقت، بوجود برنامج متناسق لتحويل الرياضة إلى "رياضة استعراضية مريحة" يضمن الحفاظ على القيم الرياضية والروحية التي نمت في أكثر من مئة عام من النشاط دون حدوث تغييرات وتطورات ضرورية.

ف رئيس الاتحاد الدولي لكرة الطائرة سابقا روبن اكو ستا يصرح في حوار أجراه في مجلة وورلد ليغ بان الكرة الطائرة ((بعدما كان مجالها صغيرا أو منعدما، أصبحت إحدى أولى الرياضات الخمس الأولمبية بجانب ألعاب القوى والسباحة والألعاب الرياضية وكرة السلة. وبفضل العلاقة الطيبة بين الكرة الطائرة والكرة الشاطئية، نرى أن مكانتها دائما في تحسن و نرى مستقبلها في ((أن تتحول إلى منتج تجاري على جودة عالية وسريع الانتشار، وذو قدرة على الثبات بأسواق الرياضة والاتصالات العالمية، زبائنها هيئات وشركات الدعاية (سبونسور)، ومشاهدين وشباب. إن طابعنا ومظهرنا السليم ودائب الحركة والتجديد يجب أن يستمر في التحسن لتكون مركبة أو وسيلة ناجحة للشركات. إنه استعراض لا مثيل له للجماهير، ونموذج يقلده الشباب والمشجعون ويحتذوا به)).

وطلب السيد اكوستا من المسيرين إيجاد الطرق الناجعة في عمليتي التمويل والاستثمار للوصول إلى الجودة العالية ونوعية الإنتاج الرفيعة.(FIVB, Sport mondial et le sponsor,1997,P13) ((و بأن لا يستمروا في استثمار كل أموالهم فقط لتحسين مستوى فرقهم، بل بتخصيص جزء كبير من ميزانيتهم للدعاية والإعلانات، حتى يتعادل عدد الجمهور مع نوعية المنتج النهائي)).

فدستور هذه الرياضة يشجع مزاولتها في جميع أشكالها، يسهل ويشجع إنشاء الاتحادات القومية، ثم يسهل لها الدعاية والتنظيم والرقابة والإدارة في جميع أنحاء العالم سواء على المستوى الاحترافي أو مستوى الهواة، واضعا أمامهم القواعد التنظيمية والتقنية، مراقبا على مدى تطبيقها بصورة سليمة وصحيحة.

لقد تحولت الكرة الطائرة من مجرد لعبة تنمو حثيثا وبشكل مكثف دون السعي وراء تثبيت الذات، إلى رياضة حقيقية عالمية تحتضن العالم كله، تسعى لتصبح "رياضة استعراضية مربحة" وشغوفة لتحصيل قبول وترحيب وسائل الإعلام العالمية. إن البحث الدائب عن الجودة، والرغبة المستمرة في التطور والكفاءة المستمرة في التأقلم مع معطيات النظام الرياضي الدولي كل هذا ساهم في تغيير وجه هذه الرياضة، خاصة أنها الوحيدة التي تقدم أنشطتها طوال كافة أشهر السنة، وذلك بفضل التناسق بين الكرة الطائرة والكرة الشاطئية. إن صبغتها العالمية لا ينافسها سوى كرة القدم والتنس وجزء من ألعاب القوى، حيث تكون الأنشطة داخل المباني مجرد بديل عن الأنشطة في الملاعب.

ولم ينته (مشوار) الكرة الطائرة هنا، فهناك الجديد الذي طرأ في نهاية هذا القرن: دورة (وورلد ليغ) للرجال ودورة (غراند بريكس) للنساء. وهاتين الدورتين الاستعراضيتين بما لهما من جوائز (بليونية) حولتا الكرة الطائرة إلى حدث ثابت في التقويم الرياضي الدولي، وهما يمثلان قمة المنافسة المحترفة (بروفيسيونال) بين الدول المتطورة في المجال الرياضي والدعائي. فمن الضروري تغطية الحدث تلفزيونيا وغيره من اللوائح والقوانين الصارمة في مجال التنظيم. وكان نتيجة ذلك الحصول على حدثين رياضيين غاية في النجاح عالميا، بفضل استثمار مؤسسات الدعاية العالمية، مما مكن أفضل الفرق من إعطاء أفضل ما لديهم من رياضة واستعراض، ومكن نواديهم واتحاداتهم من الحصول على مكاسب مالية عالية، وأخيرا يحصل الجمهور الدولي على استعراضات لا مثيل لها. ونرى مجموع قيمة الجوائز في صعود مستمر، ففي دورة (وورلد ليغ) لعام 1990 بلغ مجموع قيمة الجوائز مليون دولار، وفي نفس الدورة لعام 1997 وصل ثمانية ملايين دولار. أما دورة (غراند بريكس) عام 1993 فكان (1) مليون دولار، وفي نفس الدورة عام 1997 فوصل (5ر1) مليون دولار. هذا يعني أن شركات الدعاية واثقة من رياضة الكرة الطائرة ومن مهرجاناتها الدولية.

و تأمل (غابرييلا بيريز دل سولار) (بيرو) صاحبة الميدالية الفضية في سيول عام 1988 أن تغطي حرفة الكرة الطائرة حتى الدول الفقيرة اقتصاديا والتي تعتبر غنية بمواهب رياضية. إن الأنشطة الرياضية في دول العالم الثالث الفقيرة اقتصاديا و الغنية بالمواهب الرياضية تتطلب الكثير من المال على المستوى المحلي والدولي.

ففي ظل اقتصاد السوق الذي تعنى بها الجزائر، و في ظل سياسة واضحة المعالم، يجد المسيرين للنادي الرياضي، أنفسهم في وضعية دائمة للبحث عن المصادر و الموارد المالية، بغية تمويل نواديهم و أنديتهم، و الرفع من مكتسباتها المالية و ذلك بهدف تطويرها و تلبية حاجياتها من كراء للقاعات و الملاعب الرياضية على مختلف أنواعها للتدريب تحضيراً للمنافسة أو للترفيه، و نقل للرياضيين، و تسديد مصاريف الموظفين من مستخدمي التأطير التقني، و الطبي، و كذا تسديد مصاريف الانخراط في الاتحاديات و الرباطات الوطنية.. الخ .

فإذا رجعنا إلى حقيقة الدعم المالي الذي تأتيه الدولة عبر مؤسساتها و إداراتها العمومية و المتوفر لهذه النوادي و الجمعيات الرياضية المنصوص عليه في المواد 72-80 الفصل العاشر من القانون رقم 04 - 10 الذي يتعلق بالتربية البدنية و الرياضية سنة 2004، الصفحة 40، فهو في تراجع مستمر، خصوصا في الأونة الأخيرة؛ فالشريك الاقتصادي أضحى له الدور الكبير في عملية التمويل الرياضي ويكاد يندم.

فالنتائج الرياضية أصبحت اليوم تحدد مصير النوادي الرياضية، و بالتالي فإذا كانت هناك نتائج رياضية لا تستجيب و أهداف ذلك الممول الرياضي المحتمل أو الحالي، فإن هذا الأخير سينسحب لا محالة من إعانة النادي مالياً و بالتالي يؤثر ذلك على بقاء النادي في المنافسة الوطنية .

مشكلة البحث:

ففي الوقت الذي تواصل فيه فرق الكرة الطائرة العالمية تألقها طمعا للتموقع في المراكز الأولى تنتحى فرقنا ونوادينا جانبا وتتسحب من المشاركة في البطولة الوطنية، وهذا راجع في نظرنا إلى غياب العنصر الأساسي والمتمثل في قلة تمويلها أو في مصدر دخل هذه الفرق، و كذا ليس لديها سياسات واضحة للتمويل أو خطط مالية مقنعة تثبت مقدرتها على تغطية تكاليف ممارستها للأنشطة الرياضية (عبد المقصود، 2003، ص125)، و بالتالي أدى إلى التدهور وتراكم المديونية نظرا لقلّة الاهتمام بهذا الجانب خاصة من طرف الشريك الاقتصادي وذلك لتحيزهم إلى كرة القدم، حيث نجد أن التمويل الرياضي هو الشبح الذي تعاني منه الفرق الرياضية وبالخصوص أندية الغرب الجزائري للكرة الطائرة نظرا للعجز المالي، وهذا عكس الدول المتقدمة التي تتبع نظام اقتصاد السوق في تمويل أنشطتها الرياضية . فمعظم الأندية ملحقة بشركات وأرباب عمل وتدار بأسلوب مؤسسات تجارية على غرار الدول السائرة في النمو رغم توفر المؤسسات و الشركات العمومية و الخاصة. إلا أنه لا تعطي أي اهتمام لهذه الأندية ولا تدعمها ولا تسوق منتجاتها.

فالتمول اليوم يشكل بندا جوهريا ثابتا لدى الأوساط الرياضية خاصة أندية كرة الطائرة فهو العنصر الأساسي و الضروري لبناء نظام احترافي حقيقي و بقاء هذه اللعبة و الذي يعتمد بصورة أساسية على التوفير مصادر دائمة و بديلة و الذي يعتبر جوهر العطاء الرياضي .

من هذا المنطلق و بغية التعرف على واقع تمويل النوادي الرياضية للكرة الطائرة للولايات الغربية، وكذا لفت الانتباه لضرورة إيجاد مصادر للتمويل الذي أصبح المصدر الأساسي لخدمة رياضة كرة الطائرة و الوصول بها إلى أعلى مستويات الأداء. نطرح التساؤلين التاليين:

- 1- ما واقع التمويل الرياضي لأندية الكرة الطائرة للجهة الغربية، وما الرؤى المستقبلية حسب نظر المشرفين على القطاع؟.
 - 2- ما الدور الذي تلعبه المؤسسات العمومية و المؤسسات الاقتصادية الخاصة في تمويل أندية الكرة الطائرة للجهة الغربية إن وجدت؟ .
- اهداف البحث :

- 1- معرفة واقع التمويل الرياضي لأندية كرة الطائرة للجهة الغربية.
 - 2- معرفة الدور الذي تلعبه المؤسسات العمومية و المؤسسات الاقتصادية الخاصة في تمويل أندية كرة الطائرة للجهة الغربية.
- فرضيات البحث:
- 1 - إن واقع التمويل الرياضي لأندية الكرة الطائرة للجهة الغربية لم يرقى إلى ما نطمحه إليه.
 - 2 - تلعب المؤسسات العمومية و المؤسسات الاقتصادية دورا هاما في تمويل أندية كرة الطائرة للجهة الغربية حسب نظر المشرفين على القطاع الرياضي.

التمويل: عبارة عن رؤوس الأموال توظف من أجل تدعيم بعض المشاريع التي تحتاج إلى سيولة مالية كالأندية الرياضية.

ويعرف ايضا بأنه الإمداد بالأموال في أوقات الحاجة إليها. (الحاج، 2002، ص21)

- **النادي الرياضي:** هيئّة تكونها جماعة من أفراد بهدف تكوين شخصية الشباب بصورة تكميلية من النواحي الاجتماعية ، الصحية و النفسية و الفكرية و الروحية عن طريق نشر التربية الرياضية و الاجتماعية

• و بث روح القومية بين الأعضاء من الشباب. (الشافعي، 2003، ص176)
جمعية رياضية تمارس مهمة تربية و تكوين الشباب عن طريق تطوير برامج رياضية و بمشاركة في ترقية الروح الرياضية و الوقاية من العنف و محاربته , تسيير بأحكام القانون المتعلق بالجمعيات.

(الرياضة، 2004، ص24)

الدراسة النظرية و الدراسات المتشابهة:

و من أجل تحقيق التطور المستمر لهذه اللعبة و الانتقال بها إلى أعلى مستويات الأداء يزداد في الوقت الحاضر الاهتمام الواسع لدى الأوساط الأكاديمية و الرسمية للموضوعات و الدراسات المتعلقة بالتمويل،

من بينها لا للحصر دراسة ساري أحمد حمدان وسهي أديب عسى (حمدان، 1995، ص75)
تحت عنوان: «أساليب التسويق من خلال الأنشطة الرياضية كما يراها رجال الأعمال».

التي تهدف للتعرف على آراء رجال الأعمال نحو:

- الإعداد والتنظيم للأنشطة الرياضية ومستوياتها.
- الألعاب الرياضية التي يرغبون بالتسويق من خلالها.
- أساليب التسويق من خلال الأنشطة الرياضية التي يفضلونها.

بلغت عينة الدراسة (30) مديرا للعلاقات العامة في الشركات الخاصة بالأدارة تم إختيارها بالطريقة القصدية (غير العشوائية) حيث تم ترشيح أسماء الشركات من قبل الإتحادات والأندية الرياضية التي حصلت على دعم مالي من هذه الشركات.
تم استخدام الاستبيان حيث احتوى على ثلاث مجالات هي:

1 التنظيم والإعداد للتسويق وتكون من (11) عبارة.

2 أنواع الرياضات وتكون من (22) عبارة.

3 أساليب تسويق الرياضة وتكون من (20) عبارة.

من بين أهم نتائج هذه الدراسة:

إن آراء رجال الأعمال جاءت إيجابية ومتفقة مع الإعداد والتنظيم للبطولات والأنشطة الرياضية.
إن الألعاب الرياضية الأكثر انتشارا و جماهيري هي الأكثر دعما من قبل رجال الأعمال وبالتالي من قبل الشركات والمؤسسات الخاصة.

إن جميع أساليب التسويق (قيد الدراسة) وجدت آراء إيجابية من قبل رجال الأعمال وتميزت الأساليب التي تعتمد على التلفزيون والصحافة والإعلان في الملاعب والمنشآت الرياضية.
وأهم توصيات هذه الدراسة:

تزويد الشركات والمؤسسات التي تدعم النشاط الرياضي بالبرامج والبطولات الرياضية بوقت كاف لتمكن من وضعها على ميزانياتها والتخطيط لدعم الأنشطة.

استقطاب الشركات من خلال إقامة البطولات العربية والآسيوية والتي لها دور في الترويج والدعاية والإعلان للشركات.

السعي لرفع مستوى الأداء الفني للفرق الرياضية على مختلف مستوياتها للاستقطاب رجال الأعمال لدعم الأنشطة الرياضية.

منهج البحث: استخدمت المنهج المسحي نظرا لملائمة كل طبيعة وأهداف الموضوع قيد الدراسة , عرفه محمد زيان على أنه عبارة عن مسح للظاهرة الموجودة في جماعة معينة و في مكان معين و وقت محدد بحيث يحاول الباحث كشف و وصف الأوضاع القائمة و استعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل.

(عمر، 1993، ص 117)

عينة البحث: يعرفها حسين عبد الحميد رضوان بأنها جزء من مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية .(رضوان، 2003،ص66)

وقع اختياري بالطريقة العمدية في هذا البحث على النوادي الغربية المشاركة في البطولة الوطنية وهي " جمعية النجم الرياضية، بلدية حاسي مماش- الجمعية الرياضية رائد مدينة أرزيو - نادي المستقبل الرياض لحاسي بونيف - مولودية مدينة سعيدة- الرائد الرياضي لبطيوة" و كذلك الولايات المنتمية إليها وهي ولاية مستغانم ، ولاية وهران، ولاية سعيدة، ومديريات الشبيبة و الرياضة التابعة لهذه الأخيرة بالإضافة إلى رؤساء بلديات كل من رئيس بلدية سعيدة و رئيس بلدية حاسي بونيف و رئيس بلدية حاسي مماش.

أدوات البحث:

الإستبيان:

شمل الإستبيان على ثلاث أنواع من الأسئلة:

- الأسئلة المغلقة حيث يكون فيها الجواب بنعم أو لا .
- الأسئلة النصف المغلقة و التي يكون فيها الجواب مقترح مع ضرورة إبداء الرأي.
- الأسئلة المفتوحة هي أسئلة غير محددة و لا مقيدة فالعينة لها حرية الإجابة عن السؤال دون الخروج عن المضمون. و هي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة و يختار المجيب الذي يراه مناسباً. (عبد

الحفيظ، 2000،ص83)

المقابلة الشخصية : هي محادثة موجهة يقوم بها فرد مع فرد آخر بهدف حصوله على أنواع من المعلومات لاستخدامها في البحث العلمي أو الاستعانة بها في عمليات التوجيه و التشخيص و العلاج. (بوحوش، 1995،ص56)

اعتمدت على المقابلة الشخصية مع مسيري النوادي، رؤساء الصناديق البلدية و الولائية و رؤساء مديريات الشبيبة و الرياضة بالإضافة إلى مقابلة مع رئيس الرابطة الجهوية للكرة الطائرة و رئيس الرابطة الولائية للكرة الطائرة لولاية وهران.

الوسائل الإحصائية:

إن الهدف من إستعمال التقنيات و الوسائل الإحصائية هو التوصل إلى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل و التفسير و التأويل و الحكم ومنه الوسيلة المستعملة في هذا البحث هي: النسبة المئوية

عرض ومناقشة النتائج:

المحور الأول : الاستثمار الموجهة إلى رؤساء النوادي:

السؤال رقم 1: ما هو واقع التمويل الرياضي لأندية الجهة الغربية للكرة الطائرة في نظركم؟ من خلال الإجابات المتحصل عليها نجد بأن كل الرؤساء أجابوا إجابة واحدة و تكمن في: تمويل قليل من طرف الجهات المعنية (بلدية، ولاية، مديريةية الشبيبة و الرياضة) بالإضافة إلى ندرة الشركات و المؤسسات الاقتصادية الممولة للكرة الطائرة، حيث نجد بأن البلدية تخصص نسبة 03% من ميزانيتها لتمويل النوادي الرياضية التابعة لها، أما الولاية فتخصص نسبة 7% أما مديريةية الشبيبة و الرياضة فتخصص نسبة 7% لتمويل الرياضة وهي نسب قليلة.

الجدول رقم (01): يدور محور هذا الجدول عن مدى تلقي الدعم من طرف السلطات المعنية وكذا السلطات التي يتلقون منها الدعم .

السؤال (02)			
هل تتلقون التمويل الكافي من طرف السلطات المعنية	00	00 %	05
ما هي السلطات التي تتلقون منها التمويل؟	الولاية	60 %	02
	البلدية	100 %	00
	مديرية الشبيبة و الرياضة	40 %	03
	جهات أخرى	40 %	03
النسبة %	لا	النسبة %	نعم
100 %	05	00 %	00
40 %	02	60 %	03
00 %	00	100 %	05
60 %	03	40 %	02
60 %	03	40 %	02

السؤال 03 : في رأيك ما هي الأسباب التي أدت إلى نقص التمويل من طرف الجهات الممولة؟ من خلال الإجابات المتحصل عليها نلاحظ بأن معظم رؤساء الأندية نظرتهم لأسباب نقص التمويل أجملوها فيما يلي:

- نقص الثقافة الرياضية خاصة بلعبة الكرة الطائرة.
- نقص الخبرة و عدم إتباع خطة مقننة في التمويل , و هذا ما يؤكد ابراهيم محمود عبد المقصود في الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية.
- تمويل الرياضة الأكثر شعبية (كرة القدم) كما أكدته دراسة ساري أحمد حمدان وسهي أديب عسى إن الألعاب الرياضية الأكثر انتشارا و جماهيريا هي الأكثر دعما من قبل رجال الأعمال وبالتالي من قبل الشركات والمؤسسات الخاصة.
- ومن هنا يمكن ملاحظة جل المشاكل التي تعاني منها الأندية الرياضية للكرة الطائرة و التي تنعكس سلبا على مستواها، ومن هذا المنطلق و جب لفت الانتباه إلى ضرورة الاهتمام بهذه الرياضة خاصة لما تحضي به من شعبية عالمية، وهذا لكي تحتل مرتبة متميزة بين مختلف الرياضات.

السؤال رقم 04: ما هو سبب عدم إقبال المؤسسات الاقتصادية لدعم الأندية الرياضية للكرة الطائرة ؟ من بين أسباب عدم إقبال المؤسسات الاقتصادية لدعم الأندية الرياضية للكرة الطائرة تكمن فيما يلي:

- العجز المالي الذي تعاني منه أندية الكرة الطائرة.
- تمويل أندية القسم الوطني الأول دون الأقسام الأخرى.
- العجز المالي لهذه المؤسسات خاصة الفتية منها.
- انعدام العلاقات الشخصية و القرابة بين مسيري النوادي و المؤسسات الاقتصادية.

السؤال 05: كيف ترون مستقبل تمويل أندية الكرة الطائرة للجهة الغربية؟

من خلال الإجابات المتحصل عليها من رؤساء النوادي نجد بأنه مستقبل في أيدي المسيرين وهذا ما أكده روبين اكوستا حيث طلب من المسيرين إيجاد الطرق الناجعة في عمليتي التمويل والاستثمار للوصول إلى الجودة العالية ونوعية الإنتاج الرفيعة.

((و بأن لا يستمروا في استثمار كل أموالهم فقط لتحسين مستوى فرقهم، بل بتخصيص جزء كبير من ميزانيتهم للدعاية والإعلانات، حتى يتعادل عدد الجمهور مع نوعية المنتج النهائي)).

المحور الثاني: مدير مديرية الشبيبة و الرياضة و التمويل

ما هو واقع التمويل الرياضي لأندية الجهة الغربية لكرة الطائرة؟

من خلال الإجابات المتحصل عليها يمكن أن نجعلها فيما يلي:

تمويل قليل و إن تم على هذا الحال فستحل عدة فرق أخرى نظرا لقلّة الإمكانيات و نقص المؤسسات العامة و الخاصة في تمويل هذه الرياضة.

جدول رقم (02): يدور حول النسبة المئوية والحصة المالية المخصصة من المديرية لتمويل الأنشطة الرياضية.

السؤال (06)			
مديرية سعيدة	مديرية وهران	مديرية مستغانم	كرة القدم
/	/	60%	ما هو المبلغ المخصص لتمويل الأنشطة الرياضية؟
/	/	10%	كرة اليد
/	/	/	كرة السلة
/	/	03%	الكرة الطائرة

السؤال رقم (07) : كيف تفسرون الضائقة المالية التي آلت إليها أندية الغرب الجزائري لكرة الطائرة؟

من خلال الإجابات المتحصل عليها نلاحظ أن معظم رؤساء المديريات أجمعوا على ما يلي:

- العجز المالي الذي تعاني منه الولايات.
- تسخير الأموال في مشاريع أخرى.
- القيام بدعم رياضات الشهرة فقط (كرة القدم).
- الشعبية المتواضعة التي تحض بها رياضة الكرة الطائرة في الجزائر.
- إنعدام الثقة بالإضافة إلى العجز المالي الذي تعرفه مختلف المؤسسات الاقتصادية.

السؤال رقم (08): ما هي الآفاق المرجوة؟ (كيف ترون مستقبل تمويل أندية الكرة الطائرة في الجهة الغربية)؟

المسؤولون عن القطاع الرياضي يطمحون الى ما يلي :

الزيادة في النسبة المئوية المخصصة للرياضة لتحسين المستوى.

- توفير وتجهيز المنشآت الرياضية بكامل لوازمها , و هذا ما يقره الفصل العاشر الخاص بالتمويل من المادة 72 إلى المادة 80 من قانون رقم 04-10 الذي يتعلق بالتربية البدنية و الرياضية. (sports, 2004,P 32-36)

- عقد اجتماعات مع مسؤولي الرياضة في الولاية لدراسة وضعية الرياضة الداخلية.
- إيجاد إطار قانوني ينظم عملية التمويل الرياضي.
- تحسين صورة الرياضة الوطنية في أذهان أصحاب المؤسسات الاقتصادية.
- تكوين إطارات مختصة في مجال التسيير الرياضي.

الاستنتاجات :

- قلة الموارد المالية للنوادي الرياضية في الكرة الطائرة ادت إلى عدم بلوغ الاهداف المنشودة والمطمح اليها.
- نقص التعامل المبني على الاحترافية في التمويل بين الجهات الممولة ورؤساء النوادي والذي يعتبر الركيزة الأساسية للوصول إلى تحقيق أحسن النتائج.
- العجز المالي التي تعاني منه المؤسسات الاقتصادية جعلها لا تقبل على تمويل الأندية الرياضية في الكرة الطائرة.

التوصيات:

حث و تشجيع الهيئات المختلفة العاملة في النشاط الرياضي على الاهتمام بالتمويل الذاتي و التسويق من خلال إقامة البطولات الرياضية والتي لها دور في الترويج والدعاية والإعلان للشركات وأن تقلل من اعتمادها على التمويل الحكومي.

إيجاد الأساليب المناسبة والمقبولة لمشاركة الجماهير وبعض رجال الأعمال في التمويل. إبراز دور التمويل باعتباره الوسيلة الأكثر أهمية في الرفع من مستوى الأداء الفني للفرق الرياضية على مختلف مستوياتها للاستقطاب رجال الأعمال لدعم الأنشطة الرياضية.

المصادر و المراجع:

1. الحاج ط. (2002) *مبادئ التمويل*. عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع.
2. الحفيظ، إ. م. (2000). *طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي في المجالات التربوية و النفسية و الرياضية*. القاهرة: مركز الكتاب لنشر.
3. الحفيظ، م. ع. (1993). *الإحصاء و القياس النفسي التربوي*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
- الرياضة، و. أ. (2004). *قانون رقم 04-10 يتعلق بالتربية البدنية و الرياضة*. الجزائر: المطبعة الرسمية البساتين بئر مراد رايس .
4. الشافعي، ح. أ. (2003). *التخطيط للقوى العاملة في المؤسسات الرياضية*. القاهرة: دار الوفاء للعالم للطباعة.
5. المقصود، إ. م. (2003). *الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية*. القاهرة: دار الوفاء للعالم للطباعة .
6. بوحوش، ع. (1995). *مناهج البحث العلمي و طرق البحث*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
7. حمدان، س. أ. (1995). *أساليب التسويق من خلال الأنشطة الرياضية*. *المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية*. 75،
8. رضوان، ح. ع. (2003). *في مناهج العلوم*. مصر: مؤسسة شباب جامعة الإسكندرية.
9. عمر، م. ز. (1993). *البحث العلمي، مناهجه و تقنياته*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
10. FIVB. (1997). *Sport mondial et le sponsor*. *Volley World*, 13.
11. sports, M. d. (2004). *Loi N° 04-10 relative a l'education physique et aux sports*. Algerie: Imprimerie officielle les Vergers Bir-Mourad Rais.

تحليل بعض المتغيرات البايوكينيماتيكية وبناء اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة في كرة الماء" أ.م.د. وليد غانم ذنون جامعة الموصل كلية التربية الرياضية العراق

ملخص:

هداف البحث إلى: 1- تصميم اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة . 2- التعرف على قيم بعض المتغيرات البايوكينيماتيكية لمهارة سباحة الصدر بالكرة . 3- التعرف على العلاقة بين قيم بعض المتغيرات البايوكينيماتيكية لمهارة سباحة الصدر بالكرة . وتكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة الموصل والبالغ عددهم (146) طالباً للعام الدراسي (2009-2010)، وتم تنفيذ الاختبار على عينة من هذا المجتمع مثلت عينة البحث وعددهم (115) طالب تم اختيارهم بالطريقة العمدية وبذلك مثلت العينة نسبة مئوية مقدارها (78,767%) من حجم المجتمع الأصلي وتم اختيار أفضل (11) طالبا في اختبار سباحة الصدر بالكرة لغرض تحليل المتغيرات الكينيماتيكية واستخدم الباحث الاختبار والملاحظة العلمية التقنية والقياس والتحليل وسائلاً لجمع البيانات واستخدمت آلة تصوير فديوية وبسرعة (25 صورة) في الثانية لاستخراج متغيرات البحث. واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة البحث ، وتم استخدام المعالجات الإحصائية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ومعامل الالتواء واختبار (t-test) والنسبة المئوية) واستنتج الباحث: 1- وجود ارتباط معنوي موجب بين السرعة الكلية للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة للذراعين للسباحة بالكرة. 2- وجود ارتباط معنوي سالب بين عدد ضربات الذراعين الكلية للسباحة بالكرة وبين كل من معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل تردد الضربة مع الكرة. 3- وجود ارتباط معنوي موجب بين عدد ضربات الذراعين الكلية للسباحة بالكرة وبين معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين بالسباحة بالكرة. 4- وجود ارتباط معنوي موجب بين معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة الواحدة للسباحة بالكرة . 5- وجود ارتباط معنوي سالب بين معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين كل من معدل تردد الضربة مع الكرة ومع معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين مع الكرة. 6- وجود ارتباط معنوي سالب بين معدل طول الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين كل من معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين سرعة الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة. 7- وجود ارتباط معنوي موجب بين معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة. وأوصى الباحث مجموعة من التوصيات 1- لغرض تطوير سرعة لاعب كرة الماء يجب التأكيد على زيادة تردد الضربة مع زيادة في طول الضربة مع الكرة . 2- التأكيد على تدريبات سباحة الصدر بالكرة ولمسافات مختلفة لغرض السيطرة على الكرة أثناء السباحة 3- التأكيد على تطوير السرعة الأفقية للاعب كرة الماء مع الاحتفاظ بالكرة بين الذراعين 4- الاهتمام بتدريبات تحمل السرعة مع الكرة وتدريبات السيطرة على الكرة بين الذراعين

5- أجراء دراسات أخرى كدراسة أنواع أخرى من السباحة بالكرة التي يحتاجها لاعب كرة الماء مثل السباحة على الجنب وكذلك السباحة الزكزاكية .

Analyzing some bio-kinematic variables of Breaststroke with Ball in Water Polo Game

Abstract

This paper aimed at:

- 1- Designing a test for Breaststroke with Ball. Breaststroke
- 2- Identifying the values of some kinematic variables of . Breaststroke with Ball.
- 3- Identifying the relation among some bio-kinematic variables of .Breaststroke with Ball.

The sample of the study (115 students) was taken from the students of the College of Physical Education in Mosul University, fourth grade, who are (146 students) for the semester 2009-2010, they were chosen intentionally representing 78.767% from the real community of the study The best (11) students were chosen to perform the test. The researcher used the test, technical and scientific observation, measurement and analysis as means to collect data. A video camera was used with a speed of 25 pictures per second to conclude the variables of the research. The researcher used the descriptive approach for its appropriateness to the study, statistical treatments were also used such as (arithmetical mean, standard deviation, simple coefficient of (Pearson).

The researcher concluded the following:

- There is a positive correlative relation between achievement on the two hand and the total speed of water polo and the average of strike length of swimming with ball
- There is a negative correlative relation between the total number of the arm's strikes in water polo on the one side and the average of the time of each strike and the average of a strike length on the other
- There is a positive correlative relation between the total number of the arm's strikes on the one side and the average of frequency of each strike and the average of the speed of each strike in Swimming with Ball.
- There is a positive correlative relation between achievement and the total number of the strikes in Swimming with Ball.
- There is a positive correlative relation between the total speed in water polo and the average of the strike length of the ball
- There is a negative correlative relation between the average of strike length on the two hand and the average of strike frequency and the speed of each strike on the other.

The researcher recommended a group of recommendations:

- For the sake of improving the speed of water polo player frequent strikes should be concentrated on along with the increase of strike length
- Concentrating on training in swimming for long and various distances in order to control the ball during swimming
- Concentrating on improving the horizontal speed of water polo player along with preserving the ball within the two arms
- Paying attention to training on speed tolerance along with the ball and training on ball controlling within the arms
- Making further studies on types of swimming with the ball that water polo player needs such as, side swimming with the ball and zigzag swimming.

المقدمة وأهمية البحث :

لأشك في أن التطورات العلمية والتقنية التي شهدتها العالم في الوقت الحاضر كان لها الدور الكبير في تطبيق الأسس العلمية والتكنولوجية الحديثة والتي ساهمت في رفع المستوى العلمي بشكل عام والمستوى الرياضي بشكل خاص وكرة الماء هي إحدى أنواع الفعاليات والألعاب المائية التي لاقت اهتماماً واسعاً

وغير منقطع النظر من قبل المربين والباحثين ، وذلك لأنها ترتقي بالإنسان المزاول لها ليست من الناحية البدنية والمهارية فقط بل من الناحية النفسية والاجتماعية كذلك.

ولقد كان تسخير العلوم الرياضية المتنوعة ومنها البايوميكانيك الأثر الكبير في تحسين وتطوير مستوى الأداء الفني والمهاري لهذه الفعاليات ، حيث يعد علم البايوميكانيك أحد العلوم التي تعنى بتطور الحركات والمهارات الرياضية من خلال الدراسة والتحليل والتقويم البايوميكانيكي وتوضيح الفروقات وإيجاد العلاقات عن طريق التحليل الكينماتيكي والكينتيكي للوصول الى الاداء الفني المثالي للمهارات، وأن استخدام الميكانيكا الحيوية كأحد العلوم الرياضية التي تعمل على تحقيق نتائج متقدمة في أداء المهارات الرياضية المختلفة وكذلك دراسة القوى المؤثرة عليها من خلال استخدام الطرائق والأدوات والأجهزة الفنية المختلفة التي تمكن الدارسين من التعرف على أهم خطوات المهارة او الفعالية التي لم تكن في السابق بهذا المستوى الذي وصلت إليه . ولقد تعددت المهارات الأساسية في كرة الماء بشكل كبير مما يفرض أكثر من وسيلة لعب حتى أصبح الأساس الآن هو كيفية بناء فريق متكامل يستثمر كل فرص المباراة ، ولعدم توفر اختبارات تقيس المهارات الأساسية في كرة الماء وكذلك تحليلها بايوميكانيكا من هنا تكمن أهمية البحث في تصميم اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة ومن ثم التحليل الحركي لهذه المهارة لبعض المتغيرات الكينماتيكية والتي لها دور في أداء مهارة سباحة الصدر بالكرة والتي من خلالها نسعى للحصول على مواصفات بايوميكانيكية تمكننا من الاعتماد عليها في التدريب على أداء هذه المهارة وبالتالي الارتقاء بمستوى الأداء الفني للاعبين فضلاً عن الاستفادة من تصميم الاختبار الخاص بمهارة سباحة الصدر بالكرة.

مشكلة البحث :

إن التطور الكبير الذي شهدته لعبة كرة الماء وما وصلت إليه من رفعة وجودة ودرجة عالية من الدقة في أثناء البطولات فضلاً عن تقارب مستوى الفرق وخاصة في المهارات الهجومية والدفاعية ومنها مهارة سباحة الصدر بالكرة لما لهذه المهارة من أهمية لحارس المرمى وفي تقدم اللاعبين للإعداد لمرحلة الدفاع والهجوم ، مما دفع الباحث لدراسة وتحليل هذه المهارة ميكانيكياً للتعرف على المتغيرات الكينماتيكية ومما يعزز مشكلة البحث هو عدم توفر اختبارات سابقة على حد علم الباحث لمهارات كرة الماء أو دراسة تطرقت الى نقاط القوة التي يعتمد عليها في أداء هذه المهارة بالشكل الأفضل مما دعا الى تصميم اختبار لقياس مستوى الاداء الفني لمهارة سباحة الصدر بالكرة .

أهداف البحث :

- 1- تصميم اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة .
- 2- التعرف على قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية لمهارة سباحة الصدر بالكرة .
- 3- التعرف على العلاقة بين قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية لمهارة سباحة الصدر بالكرة .

مجالات البحث :

- 1- المجال البشري : طلاب كلية التربية الرياضية - المرحلة الرابعة.
- 2- المجال المكاني :المسبح المغلق- فرع الألعاب الفردية - كلية التربية الرياضية.
- 3- المجال الزمني : 19-2010/4/21

المصطلحات المستخدمة في البحث:

الكينماتيكي: هو احد فروع علم Dynamic الذي يتطرق إلى دراسة الشكل أو المخطط الذي يتابع الحركة خلال زمن معين دون الإشارة إلى القوة المسببة أو الناتجة للحركة. (Hall.1995.296)

أو هو احد قسمي الديناميكا وهو يهتم بدراسة وصف الحركة باستخدام مفاهيم الإزاحة Displacement (التغير في الوضع)، السرعة velocity، العجلة Acceleration بدون النظر في مسببات الحركة (علي، 2007، 49).

المهارة : "هي الأداء الحركي الإرادي الثابت المتميز بالتحكم والدقة والاقتصاد في الجهد وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لانجاز أفضل النتائج" (حسن، 1998، 16-17).

الإطار النظري : التحليل الحركي :

كانت عملية التحليل الحركي عملية صعبة بالنسبة للباحثين وذلك بسبب عدم توفر الأجهزة والأدوات المناسبة لإظهار نتائج دقيقة ، وقد مر التحليل الحركي كغيره من العلوم المرتبطة بالحركة الرياضية بمراحل متعددة من التطور وذلك نتيجة لتطور الأجهزة العلمية الذي يعتمد عليها. (عبد الله ، بدوي، 2007، 172)

وبعد ظهور الحاسوب وظهور العديد من البرامج الخدمية والهندسية والتي هي بالحقيقة لم تكن الغاية من إنشائها لأجل التحليل الحركي ولكن الباحثين في المجال الرياضي عملوا على توظيف هذه البرامج للاستفادة منها في عملية التحليل الحركي مثل برنامج المونتاج (Adobe Primer) والبرامج الهندسية مثل برنامج (AOTO KAD) وغيرها من البرامج.

ان التحليل الحركي هو وسيلة معرفية يمكننا من خلالها دراسة أجزاء الحركة بدقتها ومكوناتها واكتشاف أماكن الخطأ والصواب في الاداء ومن ثم تصحيح الخطأ للوصول الى التكنيك الأمثل للمهارة، والتحليل بشكل عام لا يقصد به احد الوسائل او الطرائق المنهجية لفهم وإدراك الحركة الرياضية فحسب بل دراسة هذه الحركة كوحدة كلية متكاملة. (جابر، 2008، 55)

ويرى الخبراء والعلماء المهتمون بعلم الميكانيكا الحيوية بأنه يجب ان لا نعتمد على التقدير الذاتي في تقويم الحركات بل يجب ان يكون التقويم موضوعي مبني على أسس موضوعية وهو التحليل عن طريق الأجهزة إذ يمكن أن نستدل على العديد من المتغيرات من خلال التحليل مثل (المسافة، الزمن، السرعة، القوة) وغيرها من المتغيرات، وعلى هذا الأساس فان دراسة الجوانب الميكانيكية للحركة تعد ضرورية من الناحية العملية ومعرفة مسببات الحركة وتشخيص النواحي المهمة من الحركة وحسب القوى الداخلية والخارجية . (عبد الرحمن، 2000، 37) (حسن، شاکر، 1998، 27)

طرائق تجميع بيانات الحركة :

الطريقة الأكثر انتشارا لجمع بيانات الحركة هي استخدام نظام الصور او تجزئة الحركة عن طريق التسجيل ومتابعة حركة العلامات الثابتة للفرد المتحرك عن طريق الترميز اليدوي او الآلي للحصول على إحداثيات العلامات ، وبعد ذلك تستخدم هذه الإحداثيات في عملية الحصول على المتغيرات الكينماتيكية لوصف الحركات للمفصل وتستخدم أكثر نظم التصوير الفيديو (Video)، الفيديو الرقمي (Digital Video). (علي، 2007، 28)

التحليل الكينماتيكي:

يتطلب دراسة الخصائص البايوكينماتيكية لأي مهارة رياضية تحليل الأداء الحركي لهذه المهارة لتحديد المدلولات البايوكينماتيكية الآتية :

- 1- الخصائص ومؤشرات القصورية (خواص جسم الإنسان والأجسام التي يحركها)
- 2- خصائص ومؤشرات القوى (التأثير المتبادل بين وصلات الجسم والأجسام الأخرى)
- 3 -خصائص ومؤشرات الطاقة (قدرة عمل الأنظمة البايوميكانيكية) (جابر ، 2008، 63)

الأداء الفني :

"هو الحل الميكانيكي الأمثل للمشكلة الحركية المطلوب القيام بها في أفضل صورة للحصول على أفضل النتائج". ويقصد بالنواحي الفنية للأداء الفني قدرة السباح على التوافق بين مكونات السباق المختلفة وكيفية التركيز على المكونات الأولية والمركبات لكل من هذه العناصر ويعتبر تحسين الاداء الفني من أهم العوامل المؤثرة على تطوير النتائج الرياضية.

كرة الماء: ظهرت كرة الماء في بريطانيا عام 1860 وقد وضع اول قانون لهذه اللعبة عام 1870 وطبق القانون في اول مباراة رسمية عام 1876 ، وتعتبر كرة الماء من اهم الرياضات المائية المدرجة ضمن برنامج الألعاب الاولمبية وهي الرياضة التنافسية الوحيدة التي تمارس داخل الماء باستخدام الكرة في ملعب ذات قياسات خاصة ويمارسها الرجال والسيدات . (سالم،1997، 23)

المهارات الأساسية في كرة الماء:

يتميز لاعب كرة الماء بمهارات فردية أساسية يجب عليه إتقانها ومن هذه المهارات

- 1-السباحة بالكرة بأنواعها
- 2-تمرير الكرة (تمريره رفع الكرة، التمرير بالضغط، التمريرة التدويرية، التمريرة التدويرية مع الضغط)
- 3-استلام الكرة
- 4-التصويب بأنواعه
- 5-مهارات حارس المرمى (القط ، 2004 ، 144-154)

سباحة الصدر بكرة الماء:

تعتبر سباحة الصدر من طرق السباحة والتي يحتاج إليها عادة لاعب كرة الماء ولكن عادة تؤدي هذه السباحة وفق مواصفات خاصة والتي تتميز بحركات الذراعين المستمرة مع الاحتفاظ بالوجه خارجا واداء الدفع القوي بباطن القدم والساق ومن المهارات الهامة والمرتبطة بسباحة الصدر ويجب ان يكتسبها لاعب كرة الماء هي

- 1- سباحة الصدر مع أداء الدورانات السريعة.
- 2- السباحة والرأس مرتفعة خارج الماء.
- 3 سباحة الصدر مع أداء حركات الرجلين التبادلية. (سالم ، 1997 ، 27) (القط ، 2004 ، 144-

(145)

الأداء الفني لسباحة الصدر بالكرة :**1- وضع الجسم :**

تتطلب ممارسة كرة الماء ضرورة احتفاظ اللاعب بالكتفين عاليا والرأس خارج الماء وهذا يؤدي الى اخذ وضع الطفو الافقي المائل أي ميل جسم اللاعب مع سقوط المقعد والرجلين تحت سطح الماء وذلك حتى يستطيع اللاعب ان يرى الكرة خلال عملية التمرير والتصويب ومراقبة أماكن اللاعبين الآخرين خلال المباراة ويجب ملاحظة النقاط التالية لوضع الجسم.

- 1- الراس والعيون والرقبة يكونان خارج الماء
- 2- عمل دوائر قصيرة بالرجلين لكي تسمح للانتقال الى الامام
- 3- تهيئة وضع الجسم للتحضير للتقدم الى الامام

4 عمل رفسات ودوائر قوية بالرجلين مثل حركة الضفدع للمحافظة على وضع الجسم للتقدم الى الامام.

2- حركة الذراعين والرجلين :

تؤدي حركات الذراعين بتوقيت سريع وبقوة كما ان المدى الحركي لحركات الذراعين يكون بسيط وغير عميق وتؤدي لمسافات قصيرة ودورانية متغيرة تتراوح ما بين (4 - 15متر). وتؤدي حركات الذراعين على شكل دوائر سريعة وبحركة مستمرة بدون توقف على ان تكون سطحية وليست عميقة وتكون حركات الرجلين تبادلية وتقوم بأداء الدفع القوي والسريع داخل الماء بالقدم والساق وكثيرا ما يحتاج هذه المهارة للاعب أثناء الوقوف في الماء وحارس المرمى .

3- عملية التنفس : تتطلب ممارسة رياضة كرة الماء مراقبة أحداث وتطورات المباراة هو وجود الرأس خارج الماء وهذا يسهل عملية اخذ الشهيق من الفم والأنف ويكون التنفس مستمر وسريع في أي وقت خلال أداء حركات الذراعين. (القط ، 2004، 25-26) (Snyder, 2008, 36)

-إجراءات البحث:

-منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته طبيعة البحث وأهدافه.

-مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بطلاب المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة الموصل والبالغ عددهم 146 طالبا وللعام الدراسي(2009-2010)، وتم تنفيذ الاختبار على عينة من هذا المجتمع مثلت عينة البحث وعددهم(115) طالب تم اختيارهم بالطريقة العمدية وبذلك مثلت العينة نسبة مئوية مقدارها(78,767%) من حجم المجتمع الأصلي، وتم اختيار أفضل (11) طالبا في اختبار مهارة سباحة الصدر بالكرة لغرض التحليل. وفيما يأتي الجدول رقم (1) يبين تفاصيل مجتمع وعينة البحث .

الجدول رقم (1) يبين تفاصيل مجتمع وعينة البحث والعدد الكلي والنسبة المئوية

مجتمع البحث	العدد	النسبة المئوية
عينة البحث	84	57,534 %
عينة التجربة الاستطلاعية	10	6,849 %
طلاب لم يكملوا الاختبارات	52	35,616 %
المجتمع الكلي	146	100 %

وسائل جمع البيانات:

نظرا لكون الدراسة قامت على أساس بناء الاختبار فقد دفع ذلك الباحث الى استخدام مجموعة من الوسائل البحثية التي تسهل الطريق إلى الوصول إلى أفضل البيانات والإحصاءات المطلوبة ، ولكون اللعبة من الألعاب التي لم تطرق في البحوث بشكل كاف فقد سعى الباحث الى تحليل محتوى للمصادر المتوفرة فضلا عن الاستعانة بالاستبيانات والاختبارات والمقاييس والملاحظة العلمية التقنية والتحليل كوسائل لجمع البيانات .

تحليل المحتوى :

سعى الباحث جاهدا إلى الحصول على المصادر اللازمة لجمع ما توفر من المعلومات حول اللعبة والمهارة موضوع البحث بشكل خاص للوصول الى الاختبار والتحليل الأفضل .

الاستبيان:

قام الباحث بإعداد استمارة الاستبيان * الخاصة بموضوع البحث والمتمثلة باختبار سباحة الصدر بالكرة لمسافة (15 متر) بالكرة على مجموعة من السادة الخبراء** في مجال القياس والتقييم وبعد جمع الاستمارات وفرزها تم الأخذ ببعض التعديلات التي تم الإشارة إليها من قبلهم ، وقد بلغ عدد الخبراء (7) مختصا وخبيراً، وسيتم تفصيل ذلك في موضوع الصدق الظاهري.

مواصفات بناء الاختبار المهاري النهائية:

اسم الاختبار : سباحة الصدر بالكرة .

الغرض من الاختبار : قياس سرعة ومهارة سباحة الصدر بالكرة .

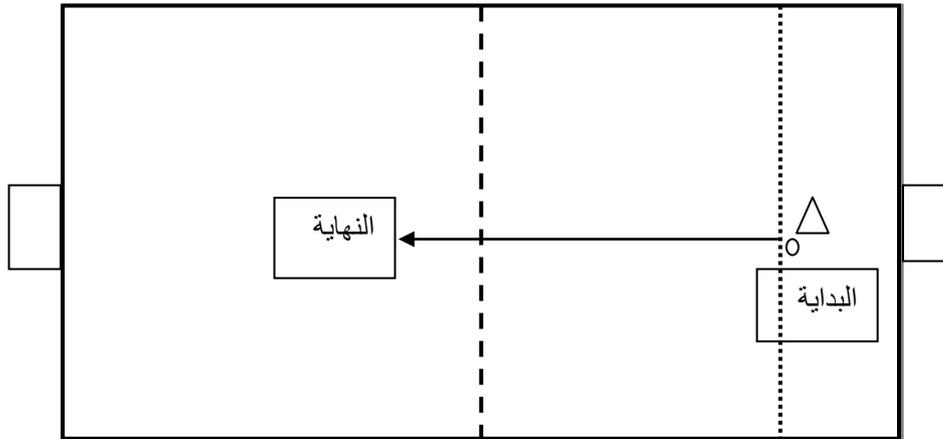
الأدوات المستخدمة : ملعب كرة ماء - كرة ماء قانونية - ساعة توقيت - صافرة

وصف الأداء : يقف المختبر على علامة خط ال(2) متر في وسط الملعب والكرة بحوزته وعند سماعه صافرة البداية ينطلق اللاعب ويقوم الميقاتي بالتوقيت للمختبر الذي يقوم بسباحة الصدر بالكرة وبشكل قانوني وبخط مستقيم إلى أن يصل أي جزء من جسم المختبر إلى علامة خط النهاية للاختبار وكما في الشكل أدناه.

التسجيل :

_ يسجل للمختبر زمن الأداء لأقرب جزء من الثانية .

_ يعطى المختبر محاولتان تحتسب أفضلهما .



خط (2) متر

الشكل (1) يوضح اختبار سباحة الصدر بالكرة

التجارب الاستطلاعية:

سعيًا للوصول إلى التنفيذ النهائي للتجربة الرئيسية فقد سعى الباحث إلى جملة من الواجبات التي تحتمها عليه خطوات بناء أي اختبار بهدف الوقوف على بعض الأمور والجوانب الفنية والإدارية التي من الممكن أن تعترض طريق التنفيذ النهائي وقد تضمن ذلك ثلاث تجارب استطلاعية وكالاتي :

التجربة الاستطلاعية الأولى:

أجريت هذه التجربة بتاريخ 2010/4/12 وكان الغرض من إجراء هذه التجربة هو التعرف على مجموعة من الأهداف الإدارية وهي:

* استمارة الاستبيان الملحق رقم (1)

** السادة الخبراء مرفقة أسمائهم في الملحق رقم (2)

- التعرف على سلامة الأدوات المستخدمة.
- تحديد الأبعاد والمسافات المتعلقة بالاختبار وموقع كاميرة التصوير .
- تشخيص السلبيات التي قد تحدث قبل وخلال وبعد التنفيذ.
- التعرف على استجابة عينة البحث في أداء الاختبارات والوقوف على جانب الزمن اللازم لأداء الاختبار .

التجربة الاستطلاعية الثانية:

أجريت هذه التجربة بتاريخ 2010/4/19 على عينة مؤلفة من (15) مختبر أختيرو بالطريقة العشوائية وكان الهدف الرئيس من هذه التجربة هو الحصول على عينة التطبيق الأولي لمعامل مهم ألا وهو معامل الثبات فضلا عن ذلك إمكانية الحصول على الموضوعية في عملية القياس لزمن الاختبار. التجربة الاستطلاعية الثالثة: لغرض إتمام الخطوات العلمية اللازمة للوقوف على البيانات الضرورية المطلوبة لإتمام عملية استخراج المواصفات العلمية تم إجراء التطبيق الثاني على نفس العينة المؤلفة من (15) مختبر للحصول على معامل الثبات وذلك بتاريخ 2010/4/25، وعليه تم استكمال كل الإجراءات المتعلقة بالتوصل إلى الأسس العلمية لقبول الاختبار من صدق وثبات وموضوعية وسيرد تفصيل ذلك في الجدول رقم (3).

التجربة النهائية:

بعد إتمام عملية الحصول على الأسس العلمية والتي تبين سلامة الاختبار وملائمته لعينة البحث، لجأ الباحث الى اختتام عمله بالقيام بتنفيذ التجربة النهائية للاختبار وذلك للفترة من (26-27 / 4/ 2010)، وتم من خلالها الحصول على كافة البيانات المطلوبة لغرض إخضاعها للتحليل الإحصائي. الأسس العلمية للاختبار:

1 الثبات:

ويقصد به مدى الاتقان للظاهرة المقاسة ويتم إثباته بالطرق الإحصائية ، وهو يشير الى ضرورة ان تتحقق الأهداف نفسها التي تحققت سابقا من قبل المختبر نفسه مع ضرورة ان لا يكون هناك وقت كافي لتعلم المهارة وحصول حالة تغيير جوهرى في الخاصية التابعة لها (montonys.1978.26) الثبات بطريقة إعادة التطبيق:

استخدم الباحث طريقة (الاختبار - إعادة الاختبار) لغرض استخراج ثبات الاختبار اذ تم اختيار (15) طالبا يمثلون المرحلة الرابعة لكلية التربية الرياضية وقد اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية علما بان الباحث قد استبعدها من التطبيق النهائي وقد تم تطبيق الاختبار على هذه العينة وتم إعادة الاختبار بعد مرور فترة مناسبة من التطبيق الأول تحت نفس الظروف ومن ثم إيجاد معامل الارتباط البسيط بين التطبيقين كمعبر عن معامل الثبات (التكرיתי والعبيدي، 1996، 28) وقد تم اعتماد درجة ارتباط (0.70) فما فوق لمعامل الثبات. (ناجي ، 1999 ، 7) . والجدول رقم (3) يبين معامل الثبات والصدق الذاتي والموضوعية.

الصدق: يعد احد أهم المعايير التي من الضروري توفرها في الاختبار سواء المقنن او الذي ترغب في تصميمه وهو يعبر عن مدى الاختبار في مدى قياس الصفة موضوع القياس فضلا عن قدرته على التمييز بين الأفراد (خاطر ، البيك، 1996، 22) ولأجل الوصول الى هذه الميزة استخدم الباحث مجموعة من الأنواع وهي كالاتي

الصدق الظاهري: وهو يمثل المدى الذي يشير الى قياسه للصفة الظاهرة موضوع القياس حيث تم عرض الاختبار على مجموعة من السادة الخبراء* لبيان آرائهم حوله (montonys.1978.26) وسيبين تفاصيل ذلك في الجدول رقم (3) .

الصدق الذاتي: وقد تم الحصول على هذا النوع من الصدق من خلال استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات وسيبين تفاصيل ذلك في الجدول رقم (3) . (رضوان ، 2006 ، 215-216)

صدق التمييز بأسلوب المجموعات المتضادة:
ويعد استخدام هذا النوع من الصدق من أفضل الأنواع التي تتمتع بدرجة عالية من المصدقية في القدرة على التمييز بين الأفراد الذي يمتلكون درجات مرتفعة في الأداء من أولئك الذين يمتلكون درجات واطئة فيه (رضوان ، 2006 ، 244) وقد استخدم الباحث اختبار (ت) للعينات المستقلة لغرض إيجاد قدرة الاختبار على التمييز حيث تم ترتيب الدرجات تصاعديا وأخذت نسبة (50%) من المجموعة الأولى و(50%) من المجموعة الثانية وبمقدار (42) مختبر لكل مجموعة .والجدول رقم (2) يبين ذلك .

الجدول رقم (2) يبين العدد والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) والمعنوية لعينة البحث

المتغيرات	العدد	المعالم الإحصائية		t الجدولية	t المحتسبة	المعنوية
		س-	±ع			
المجموعة العليا	42	16.860	2,040	2.03	10,011	معنوي
المجموعة الدنيا	42	23,249	3,597			

تبين من الجدول رقم (2) أن الوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ (16,860) وبانحراف معياري مقداره (2,040)، في حين بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الدنيا (23,249) وبانحراف معياري مقداره (3,597) ، ومن خلال إجراء المقارنة بين المجموعتين تبين أن قيمة t بينهما بلغت (10,011) وهي اعلي من قيمة t الجدولية البالغة (2.03) وهو ما يؤكد وجود فرق معنوي بين المجموعتين وبالتالي معنوية الفرق الذي تم التوصل إليه وهو ما يؤكد صدق الاختبار في التمييز بين المجموعات المتضادة.
الموضوعية:

تم الحصول على الموضوعية من خلال إيجاد معامل الارتباط بين محكمين يعطيان درجتين لأداء العينة الواحدة وكل على حدا ، إذ أن معامل الموضوعية نحصل عليه من خلال الارتباط الحاصل بين درجات المحكم الأول ودرجات المحكم الثاني في تلك الصفة المقاسة (خاطر والبيك ، 1996 ، 75) ، والجدول رقم (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية فضلا عن معاملات الثبات والصدق الذاتي والموضوعية للاختبار .

الجدول المرقم (3) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمعاملات العلمية للاختبار

الصدق الذاتي	الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	العينة	الاختبار
		±ع	-س	±ع	-س			
0.996	**0.994	±ع	-س	±ع	-س	زمن	10	سباحة الصدر بالكرة
		5,359	19,718	5,568	18,862			
الموضوعية		المحكم الثاني		المحكم الأول		زمن	10	سباحة الصدر بالكرة
**0.994		±ع	-س	±ع	-س			
		5,597	19,353	5,568	18,862			

يتبين من الجدول رقم (3) إن الوسط الحسابي للتطبيق الأول قد بلغ (18,862) وبانحراف معياري مقداره (5,568) ، في حين بلغ الوسط الحسابي للتطبيق الثاني (19,718) وبانحراف معياري مقداره (5,359) ونتيجة القيام بتطبيق معامل الارتباط بين التطبيقين ظهر أن قيمة معامل الثبات (0,994) وهي قيمة تؤهل الاختبار للقبول للتطبيق النهائي ، في حين كان الصدق الذاتي الناتج من قيمة الثبات تحت الجذر (0.996) وهي درجة عالية من الصدق ، وفيما يتعلق بقيمة معامل الموضوعية والبالغة (0,994) فقد بلغ الوسط الحسابي للمحكم الأول (18,862) وبانحراف معياري (5,568) ، في حين بلغ الوسط الحسابي للمحكم الثاني (19,353) وبانحراف معياري (5,597) وهو معامل يؤهله للقبول مع بقية المعاملات السابقة الذكر .

ملئمة الاختبار لعمر وجنس العينة (معامل الالتواء):

الجدول رقم (4) يبين عينة البحث والوسط الحسابي والانحراف المعياري والمنوال ومعامل الالتواء

اسم الاختبار	عينة البحث	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
سباحة الصدر بالكرة	84	20,055	4,333	16,03	0,928

من الجدول رقم (4) يتبين أن الوسط الحسابي لعينة البحث البالغة (84) مختبر قد بلغ (20,055) وبانحراف معياري مقداره (4,333) ، وبقيمة منوالية مقدارها (16,03) فقد بلغ معامل الالتواء لهذا الاختبار (0.928) وهي قيمة تؤكد على ملائمة الاختبار للعينة .

الملاحظة العلمية التقنية: لتحقيق الملاحظة العلمية التقنية استخدم الباحث اله التصوير الفديويه إذ وضعت على مسافة (5.70) متر من الجهة اليمنى للملعب وكان ارتفاع عدسه اله التصوير (75 سم) عن مستوى أرضيه الملعب وكانت سرعه اله التصوير الفديويه (25) صوره /ثانيا .

اختيار متغيرات البحث:

اعتمد الباحث على تحليل محتوى المصادر العلمية في اختيار المتغيرات البايوكينماتيكية قيد الدراسة وقد شملت متغيرات البحث المتغيرات (الكينماتيكية) الآتية :

1 - المسافة الكلية للسباحة مع الكرة.

- 2- الزمن الكلي لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- 3- السرعة الكلية لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- 4- عدد ضربات الذراعين الكلي لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- 5- معدل طول الضربة الواحدة للذراعين لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- 6- معدل زمن الضربة الواحدة للذراعين لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- 7- معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- 8- معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين لسباحة 15 متر صدر مع الكرة.
- طريقة حساب المتغيرات المستخرجة:**
- الزمن: تم حساب الزمن استناداً إلى سرعة آلة التصوير وعدد الصور خلال الأداء.
إذ أن زمن الصورة الواحدة = $1 / \text{سرعة آلة التصوير}$.
- زمن الأداء = زمن الصورة الواحدة \times (عدد الصورة خلال الأداء - 1).
(عبد الوهاب، 1999، 85)
- **متوسط السرعة:** تم احتساب متوسط السرعة من خلال القانون الآتي:
متوسط السرعة = المسافة المقطوعة / الزمن (بوش وجيرد، 2001، 32)
- **متوسط طول الضربة الواحدة (لدورة الذراعين مع الكرة) :**
تم حساب متوسط طول الضربة (لدورة الذراعين) الكلي من خلال استخدام القانون الآتي :
المسافة المقطوعة
معدل طول الضربة (لدورة الذراعين مع الكرة) = عدد دورات الذراعين
- **متوسط زمن الضربة الواحدة:**
- تم حساب زمن الضربة الواحدة لمسافة 15 متر صدر مع الكرة من خلال استخدام القانون الآتي :
- الزمن المسجل لمسافة 15 متر
معدل زمن الضربة الواحدة مع الكرة = $\frac{\text{الزمن المسجل لمسافة 15 متر}}{\text{عدد الدورات الكلية لمسافة 15 متر}}$
- **معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة:**
تم حساب متوسط سرعة الضربة الواحدة لمسافة 15 متر مع الكرة من خلال استخدام القانون الآتي :
المسافة المقطوعة لدورة الذراعين
معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة = $\frac{\text{المسافة المقطوعة لدورة الذراعين}}{\text{زمن دورة الذراعين}}$
- **معدل تردد الضربة (لدورة الذراعين مع الكرة) :**
تم حساب تردد (تكرار) الضربة الكلي لمسافة 15 متر من خلال القانون الآتي :
عدد الدورات للمسافة المقطوعة

معدل تردد الضربة مع الكرة دورة / ثانية (ليب ، 1989 ، 86)
الزمن المستغرق لدورات الذراعين

3-9-3 البرامج المستخدمة في التحليل:

"إن التحليل بشكل عام هو وسيلة لتجزئة الحركة الكلية إلى أجزاء ودراسة هذه الأجزاء بعمق لكشف دقائقها". (الصميدعي، 1987، 91).

بعد إجراء عملية التصوير الليزري قام الباحث باستخدام البرامج الآتية كل حسب وظيفته:

1- برنامج I film: يمكن من خلال هذا البرنامج تقطيع أجزاء الفلم إلى أجزاء صغيرة وحسب الرغبة وكذلك تحويل نوعية الفلم من Data إلى MPEG.

2- برنامج Premier: يمكن من خلال هذا البرنامج تقطيع الحركة إلى صور منفردة متسلسلة.

3- برنامج ACD see: يمكن من خلال هذا البرنامج عرض كل صورة من الصور المقطعة ليتمكن الباحث من تحديد بداية ونهاية الأجزاء المهمة التي يراد تحليلها.

4- برنامج AUTO CAD 2007: وهو برنامج عالمي يستخدم في التطبيقات والتصحيحات الهندسية واستفاد الباحث من هذا البرنامج في استخراج البيانات الخام لكل من المسافات والإبعاد والارتفاعات والزوايا لكل صورة بمفردها.

5 برنامج Excel: وهو احد برامج Office واستفاد الباحث من هذا البرنامج في معالجة البيانات الخام إحصائياً.

3-9-4 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات الآتية من اجل الحصول على أفضل دقة البيانات:

1- آلة تصوير فيديو عدد (1) نوع (DVD. Sony). 2- قرص ليزري نوع (DVD).

3- مقياس رسم (بطول 1 متر). 4- حامل لتثبيت آلة التصوير. شريط قياس . - كرة ماء عدد (5) .

5 ساعة توقيت لأقرب أجزاء الثانية. - جهاز حاسوب. ملعب لكرة الماء

الوسائل الإحصائية تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

(الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - المنوال - اختبار t - معامل الالتواء - النسبة المئوية - معامل الارتباط البسيط " بيرسون ") لغرض التوصل إلى التطبيقات الإحصائية الخاصة باستخراج البيانات اللازمة لعينة البحث قام الباحث باستخدام حزمة الإحصاء (spss) للتوصل إلى الحلول النهائية للبيانات موضوع البحث.

- عرض النتائج ومناقشتها
عرض النتائج :

الجدول (5) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرات الكينماتيكية لعينة البحث

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات الكينماتيكية
0,910	13,551	ثانية	الانجاز
0,076	1,111	متر / ثانية	معدل السرعة الكلية مع الكرة
1,689	16,363	عدد	عدد ضربات الذراعين الكلي مع الكرة
0,073	0,833	زمن/عدد الدورات	معدل زمن الضربة مع الكرة
0,862	0,924	مسافة/عدد الدورات	معدل طول الضربة مع الكرة
3,761	19,910	عدد/الزمن	معدل تردد الضربة مع الكرة
1,648	18,134	متر/ثانية	معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة

من الجدول (5) يتضح ما يلي

كان الوسط الحسابي للانجاز بلغ (13,551) وبانحراف معياري (0,910) وكان الوسط الحسابي لمعدل السرعة الكلية مع الكرة (1,111) وبانحراف معياري (0,076) وبلغ الوسط الحسابي لعدد ضربات الذراعين مع الكرة (16,363) وبانحراف معياري (1,689) وكان الوسط الحسابي لمعدل زمن الضربة مع الكرة (0,833) وبانحراف معياري (0,735) بينما كان الوسط الحسابي لمعدل طول الضربة مع الكرة (0,924) وبانحراف معياري (0,862) والوسط الحسابي لمعدل تردد الضربة مع الكرة بلغ (18,134) وبانحراف معياري (1,648).

4-2 عرض ومناقشة مصفوفة الارتباط الخاصة بالمتغيرات الكينماتيكية للسباحة الصدر بالكرة.

الجدول (5) يبين مصفوفة الارتباط للمتغيرات الكينماتيكية للسباحة الصدر بالكرة

المتغيرات	الانجاز	معدل السرعة الكلية مع الكرة	عدد ضربات الذراعين الكلي مع الكرة	معدل زمن الكرة	معدل طول الكرة	معدل تردد الكرة	معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة
الانجاز	1	-0,998**	0,474	0,251	-0,475	0,174	0,221
معدل السرعة الكلية مع الكرة		1	-0,460	-0,269	0,460	0,161	0,235
عدد ضربات الذراعين الكلي مع الكرة			1	-0,728*	-0,996**	-0,948**	0,754**
معدل زمن الكرة				1	* 0,731	-0,897**	-0,994**
معدل طول الكرة					1	-0,940**	-0,750**
معدل تردد الكرة						1	0,920**
معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة							1

* معنوي عند مستوى دلالة $(\geq 0,05)$ ** معنوي عند مستوى دلالة $(\geq 0,01)$

من الجدول (5) يتضح ما يلي:

1- وجود ارتباط معنوي موجب بين السرعة الكلية للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة للذراعين

للسباحة بالكرة بلغ (0,611) ويعزو الباحث ذلك إلى امن الزيادة في طول الضربة يؤدي الى زيادة في سرعة اللاعب نتيجة تقليل زمن المسافة المقطوعة لان زمن دورة الذراعين يساوي الزمن المستغرق على عدد دورات الذراعين (ليبب ، 1989 ، 86)

2- وجود ارتباط معنوي سالب بين عدد ضربات الذراعين الكلية للسباحة بالكرة وبين كل من معدل زمن

الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل تردد الضربة مع الكرة بلغ على التوالي (-0,728) و(-0,996) و(-0,948) ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان الزيادة في معدل زمن الضربة الواحدة يؤدي إلى تقليل عدد ضربات الذراعين وبالتالي يؤدي الى قطع مسافة اكبر للسباحة بالكرة بأقل زمن ممكن وبما إن الزمن المستغرق

$$\text{زمن دورة الذراعين} = \frac{\text{عدد دورات الذراعين}}{\text{معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة}}$$

وكذلك الزيادة في معدل طول الضربة يؤثر على عددها فيقلله وبالتالي على قلة العدد الكلي لضربات الذراعين مع الكرة أي ان كلما قل عدد ضربات الذراعين كلما كان طول الضربات كبيرا والعكس

بالعكس ، كما أن الزيادة في معدل تردد الضربة جاء نتيجة زيادة في عدد الدورات للذراعين حيث ان ضربات الذراعين في سباحة الصدر بالكرة تكون قصيرة وسريعة للحفاظ على ان تكون الكرة قريبة من الجسم وبثبات الزمن حيث أن عدد الدورات للمسافة المقطوعة

معدل تردد الضربة مع الكرة = $\frac{\text{دورة / ثانية (ليبب ، 1989 ، 86)}}{\text{الزمن المستغرق لدورات الذراعين (Snyder, 2008, 36)}}$

3- وجود ارتباط معنوي موجب بين عدد ضربات الذراعين الكلية للسباحة بالكرة وبين معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين بالسباحة بالكرة بلغ على التوالي (0,754) ويعزو الباحث ذلك إلى ان حركات الذراعين لدى لاعب كرة الماء في سباحة الصدر بالكرة تؤدي بتوقيت سريع وبقوة كما أن المدى الحركي لحركات الذراعين يكون بسيط وغير عميق وبحركة دورانية مستمرة وبدون توقف كما أن الحركة الرجوعية للذراع بين داخل الماء تكون سريعة وقصيرة وعليه فان الزيادة في عدد ضربات الذراعين مع الكرة سيؤدي إلى الزيادة في معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين مع الكرة (سالم،1997،26).

4- وجود ارتباط معنوي موجب بين معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة الواحدة للسباحة بالكرة بلغ (0,731) ويعزو الباحث ذلك الى ان الزيادة في زمن الضربة جاء نتيجة زيادة في طول الضربة الواحدة وذلك لان حركات الذراعين في سباحة الصدر تكون داخل الماء في حركتي الدفع والسحب وان طول الضربة هو جزء من معادلة زمن الضربة الواحدة حيث تساوي.

الزمن المسجل لمسافة 15 متر

معدل زمن الضربة الواحدة مع الكرة = $\frac{\text{الزمن المسجل لمسافة 15 متر (ليبب ، 1989 ، 86)}}{\text{عدد الدورات الكلية لمسافة 15 متر (Snyder, 200, 36)}}$

5- وجود ارتباط معنوي سالب بين معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين كل من معدل تردد الضربة مع الكرة ومع معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين مع الكرة وبلغ على التوالي (0,897)(-0,994) ويعزو الباحث سبب ذلك أن حركات الذراعين في سباحة الصدر بالكرة للاعب كرة الماء تكون بتوقيت سريع وبحركات مستمرة داخل الماء وبدون توقف وهذا يعني ان قلة معدل تردد الضربة للسباحة بالكرة سيؤدي الى زيادة في طول الضربة الواحدة للذراعين وزيادة في معدل زمن الضربة الواحدة للذراعين بالكرة وهذا يؤدي بدوره الى قلة في سرعة الضربة الواحدة لان جميع حركات الذراعين في سباحة الصدر تكون داخل الماء وحيث أن الزمن هو احد أطراف معادلة سرعة دورة الذراعين ويساوي.

مسافة دورة الذراعين مع الكرة

سرعة دورة الذراعين مع الكرة = $\frac{\text{مسافة دورة الذراعين مع الكرة (حلمي ، 1977 ، 135)}}{\text{زمنها}}$

6 وجود ارتباط معنوي سالب بين معدل طول الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين كل من معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين سرعة الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة بلغ على التوالي (-0,940) و (-0,750) ويعزو الباحث ذلك إلى أن الزيادة في طول الضربة الواحدة جاء نتيجة زيادة في عدد ضربات الذراعين لان حركات الذراعين في الدفع والسحب تكون

داخل الماء وهذا يؤدي زيادة في مقاومة الماء وكذلك بسبب خروج الراس بالكامل خارج الماء وللتغلب على مقاومة الماء تؤدي حركات الذراعين على شكل دوائر صغيرة وقصيرة وبما ان عدد دورات الذراعين هي احد أطراف معادلة طول الضربة وبثبات المسافة يقل معدل طول الضربة الواحدة للذراعين كما في المعادلة التالية. (Snyder, 200, 36) المسافة المقطوعة
معدل طول الضربة (لدورة الذراعين مع الكرة) =

عدد دورات الذراعين
وبما ان طول الضربة يقل في سباحة الصدر بالكرة فان سرعة الضربة الواحدة يقل بالمقابل نتيجة زيادة في زمن الضربة الواحدة والتي هي احد أطراف معادلة سرعة الضربة الواحدة للذراعين وكما في المعادلة الآتية :

المسافة المقطوعة لدورة الذراعين

معدل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة = (البيب ، 1989 ، 86)
زمن دورة الذراعين

7- وجود ارتباط معنوي موجب بين معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة بلغ (0,920) ويعزو الباحث ذلك الى ان حركات الذراعين في سباحة الصدر بالكرة تكون سريعة وقصيرة وبقوة للتغلب على حركة الراس الذي يكون خارج الماء وعليه كلما زاد معدل تردد الضربة يزداد بالمقابل سرعة الضربة الواحدة مع الكرة حيث ان معدل سرعة الضربة الواحدة = معدل طول الضربة X تكرارها (Hay.1978.345)

الاستنتاجات:

- 1- وجود ارتباط معنوي موجب بين السرعة الكلية للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة للذراعين للسباحة بالكرة.
- 2- وجود ارتباط معنوي سالب بين عدد ضربات الذراعين الكلية للسباحة بالكرة وبين كل من معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل تردد الضربة مع الكرة.
- 3- وجود ارتباط معنوي موجب بين عدد ضربات الذراعين الكلية للسباحة بالكرة وبين معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين بالسباحة بالكرة.
- 4- وجود ارتباط معنوي موجب بين معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين معدل طول الضربة الواحدة للسباحة بالكرة.
- 5- وجود ارتباط معنوي سالب بين معدل زمن الضربة الواحدة للسباحة بالكرة وبين كل من معدل تردد الضربة مع الكرة ومع معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين مع الكرة.
- 6- وجود ارتباط معنوي سالب بين معدل طول الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين كل من معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين سرعة الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة.
- 7 وجود ارتباط معنوي موجب بين معدل تردد الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة وبين معدل سرعة الضربة الواحدة للذراعين للسباحة بالكرة.

التوصيات

- 1- لغرض تطوير سرعة لاعب كرة الماء يجب التأكيد على زيادة تردد الضربة مع زيادة في طول الضربة مع الكرة .
- 2- التأكيد على تدريبات سباحة الصدر بالكرة ولمسافات مختلفة لغرض السيطرة على الكرة أثناء السباحة
- 3- التأكيد على تطوير السرعة الافقية للاعب كرة الماء مع الاحتفاظ بالكرة بين الذراعين
- 4- الاهتمام بتدريبات تحمل السرعة مع الكرة وتدريبات السيطرة على الكرة بين الذراعين
- 5- إجراء دراسات أخرى كدراسة أنواع أخرى من السباحة بالكرة التي يحتاجها لاعب كرة الماء مثل السباحة على الجنب وكذلك السباحة الزكزاكية .

- المصادر العربية والأجنبية

- 1- بوش، فريدريك و جيرد، دافيد (2001) أساسيات الفيزياء، ترجمة سعيد الجزيري وآخران، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ش.م.م، القاهرة.
- 2- التكريتي ، وديع ياسين والعبيدي ، حسن محمد (1999) : تطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ،دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل
- 3- جابر ،آمال (2008): مبادئ الميكانيكا الحيوية وتطبيقاتها في المجال الرياضي ، دار الوفاء للطباعة والنشر ،الاسكندرية.
- 4- حسن ، زكي محمد (1998) : الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية والخطية)، منشأة المعارف، الإسكندرية .
- 5- حسين ،قاسم حسن والشيخلي،إيمان شاكر(1998):مبادئ الأسس الميكانيكية للحركات الرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- 6- حلمي ، عصام : (1977)، دراسات علمية في البايوكينماتيك ، دار المعارف ، مصر .
- 7- خاطر ،احمد محمد والبيك، علي فهمي(1996): القياس في المجال الرياضي ،ط 4، دار الكتاب الحديث،القاهرة.
- 8- رضوان، محمد نصر الدين(2006) :المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط 1، جامعة حلوان ،مصر.
- 9- سالم ، وفيقة مصطفى (1997) : الرياضات المائية اهدافها،طرق تدريبها ،أسس تدريبها،أساليب تقويمها،منشأة المعارف للنشر، مصر،الاسكندرية.
- 10- الصميدعي ، لؤي غانم (1987) : البايوميكانيك والرياضة ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل.
- 11- عبد الله ،عصام الدين متولي وبدوي ،بدوي عبد العال (2007):علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق ،دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية.
- 12- عبد الرحمن ،احمد وليد (2000): منحنى (القوة - الزمن) للبداية من الجلوس وعلاقته ببعض المتغيرات البايوميكانيكية ،رسالة ماجستير ،غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة بابل.
- 13- عبد الوهاب، بسمان (1999): علاقة القوة الخاصة بالذراعين والكتفين ببعض المتغيرات الكينماتيكية أثناء أداء بعض المهارات على جهاز المتوازي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية

التربية الرياضية، جامعة بغداد.

14- علي ، عادل عبد البصير (2007): الميكانيكا الحيوية والتقييم والقياس التحليلي في الأداء البدني، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الإسكندرية.

15- القط ، محمد علي (2004) :الموجز في الرياضات المائية ، المركز العربي للنشر ،مصر، الطبعة الثالثة.

16- لبيب ، وفاء : (1989) " السرعة في سباحة الزحف وعلاقتها ببعض المتغيرات الكينماتيكية " ، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة حلوان ، القاهرة .

17- الناجي ، مصطفى حسن(1999): المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر،مصر.

18- الهاشمي ، سمير مسلط : (1988)، الميكانيك الرياضي ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد .

19- Montoys.j.henry.(1978):an introduction to measurement in physical education by allyn and bacon .inc . boston London .sydney .toronto.

20- Hay James: The Biomechanics of Sports, Techniques, Second edition, prentice Hall Inc, Englewood Cliffs America, 1978.

21- Northip. John and others : Biomechanic analysis of Sport, W.M.C, Brown Co, Publishers, U.S.A, 1979.

22- Hall , Susan S (1995) : Basic Biomechanics , 2nd edition Boston .

23- Montys. J. Henry (1978): An Introduction to measurement in physical education, By Allyn and Bacon., Inc., Boston, London, Sydney, Toronto

24- Pete Snyder, Ph. D (2008) WATER POLO FOR PLAYERS & TEACHERS OF AQUATICS Web-published by the LA84 Foundation under a license from the author. Printed in the USA

" فاعلية استخدام الوسائط المتعددة على التحصيل لمهارة التصويب في كرة السلة لدى طلبة السنة الثانية ل م د

أ.غزال محجوب

معهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
ملخص :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية استخدام الوسائط المتعددة على التحصيل المهاري لمهارة التصويب في كرة السلة من وضعيات مختلفة . وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتم اعتماد عينة قوامها (28) طالبا من طلاب السنة الثانية ل م د في فعالية كرة السلة ، مقسمين إلى مجموعتين تجريبية عدد أفرادها (14) طالبا طبق عليها الوسائط المتعددة ، وأخرى ضابطة عدد أفرادها (14) طالبا طبق عليها الطريقة التقليدية .

أظهرت نتائج الدراسة الإحصائية إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للعينتين ولصالح القياس البعدي ، كما أظهرت كذلك إلى وجود فروق عشوائية في القياس البعدي بين العينتين ماعدا اختبار التصويب السلمي الذي كانت نتائجه دالة إحصائيا ولصالح العينة التجريبية .
الكلمات المفتاحية : فاعلية - الوسائط المتعددة - التحصيل المهاري - مهارة التصويب - كرة السلة .

L'efficacité de l'Utilisation des multimédia sur la technique de shoot en basketball chez les étudiants de deuxième année MLD

Résumé:

Cette étude visait à identifier l'efficacité de l'utilisation du multimédia sur le niveau de compétence de la correction des compétences en basket-ball à partir de différentes poses.

Le chercheur a utilisé la méthode expérimentale, a été l'adoption d'un échantillon de (28) élèves de la deuxième année pour le D à l'efficacité de basket

Divisée en deux expérimentale nombre de membres (14) a été appliqué comme un étudiant du multimédia, et le nombre de membres d'autres Dilbth (14) étudiants ont postulé pour la méthode traditionnelle

Les résultats de l'étude de l'existence de différence statistiquement significative statistiquement significative entre les mesures tribales et dimensions des deux échantillons et pour la télémétrie

Également montré ainsi que l'existence de différences dans Ashoaúh télémétrie entre les deux échantillons testés, à l'exception des résultats de la correction pacifiques ont été statistiquement significative et en faveur de l'échantillon expérimental.

Mots-clés: Efficacité - Multimédia - Collection des compétences - Shoot - Basketball .

مقدمة البحث :

لقد أصبحت الحضارة الإنسانية تتسم بالتغير السريع المتلاحق في المعارف وازدياد تطبيقاتها التكنولوجية كما ونوعاً مما نتج عنه تغير في معايير تقييم المجتمعات وفقاً لمدى الارتقاء التكنولوجي والمعلوماتي وعلوم المستقبل للتحوّل من مجتمعات هامشية مستهلكة إلى مجتمعات منتجة متحررة من الملكية الفكرية عن طريق التأكيد على مستويات الإتقان ومعايير الجودة التعليمية والتوظيف الجيد للتكنولوجيا .

يعتبر التعلم من أهم المظاهر والسمات التي تلعب دوراً هاماً في تقدم كثير من الشعوب حيث أنه يؤثر تأثيراً إيجابياً وشاملاً في تنشئة جيل جديد على أسس علمية متطورة وحديثة ، ويقاس هذا التقدم بمدى معرفتها لطرق ووسائل ونظريات طرق التدريس والتعليم الحديث ، وقد أضاف التطور العلمي الكثير من الوسائل الجديدة التي يمكن للمعلم الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للدارسين حتى يتم إعدادهم بدرجة عالية من الكفاءة (محمد سعد زغلول ، لمياء فوزي محروس).

ويشير "وينتج 1981" إلى أن التعلم ظاهرة يمكن إحساسها ، إلا أنه يصعب وصفها بسهولة ويرجع جزء من هذه الصعوبة إلى حقيقة مؤداها بأن التعلم لا يمكن ملاحظته بصورة مباشرة ، ولكن يمكن الاستدلال عنه من خلال أداء الفرد وسلوكه . وهذا ما نص عليه (بسطويسي، 1996، 47) .

ونقلاً عن محمد سعد زغلول ، ولمياء فوزي محروس ف قد اتفقت آراء كل من بلوم Bengamin Bloom وسنجر Singer (1980) ، عفاف عبد الكريم (1990) على أن هناك العديد من الأساليب والطرق التي تعمل في تكامل لمعالجة المنهج ، ولإثراء العملية التعليمية، وإثارة عقل المتعلم مما يساعد على الانتباه لعملية الشرح، والتركيز ، والاستيعاب ، والاسترجاع ، (محمد سعد زغلول ، لمياء فوزي محروس).

ولذا فإن تكنولوجيا التعليم في الوقت المعاصر أصبحت حيز الزاوية في تطوير العملية التعليمية وتحقيق أهدافها ، وذلك من أجل توظيفها والعمل على الاستفادة منها ومن تقنياتها في بناء مختلف المواقف التعليمية ويشير محمد أحمد فتحي نقلاً عن مصطفى عبد السميع محمد " إلى أن استخدام التقنيات التعليمية في التدريس الجامعي يؤدي إلى تحسين التدريس وزيادة فاعليته مما يؤدي إلى ضرورة اقتناع أعضاء هيئة التدريس بالجامعة باستخدام التقنيات التعليمية وتشكيل اتجاهات إيجابية نحو استخدامها في عملية التدريس ، كذلك يجب تطوير معلوماته، ومهاراته للتعامل مع هذه التكنولوجيا الحديثة كي يظل دائماً على اتصال بأحدث ما يجد في اختصاصه سواء على المستوى البحثي أو التدريسي أو التكنولوجي المعاصر (جزر، 2004، 02) .

ولذا فإن تكنولوجيا التعليم بوسائلها المتنوعة في التعليم بصفة عامة ، وفي الأنشطة الحركية بصفة خاصة يساعد على تركيز انتباه المتعلم وتشجيعه على المشاركة ، وإثارة الرغبة لديه في التعلم ، وتسهيل التذكر والاسترجاع ، وتنمية الخيال ، وتعزيز التعلم السابق ، وتوفير وقت الدرس ، وتنمية الفكر العلمي ، وحل المشكلات ، والقدرة على الاستقصاء لدى المتعلمين ، وتمكين المتعلم من التعلم الذاتي والمستمر .

ويعد أسلوب الوسائط المتعددة من الأساليب الحديثة في التعلم حيث يقدم خدمة هامة إذا ما استخدم بعناية أثناء عملية التعلم حيث أن الشرح اللفظي لا يكفي ، فالمتعلم لا يستطيع أن يفهم بالشرح إلا في حدود معارفه ومعلوماته ولكن يمكن باستخدام الوسائط توفير حدود أكثر وضوح عن الخبرة والنشاط المراد تعلمه (محمد سعد زغلول ، لمياء فوزي محروس).

والوسائط المتعددة ليست مجرد وسيلة تعليمية ، بل هي عبارة عن عدة وسائل في وسيلة واحدة تحوي مزيجاً من النصوص المكتوبة والرسومات والأصوات والموسيقى والرسوم المتحركة والصور الثابتة والمتحركة يمكن تقديمها للمتعلم عن طريق الحاسوب فضلاً عن توافرها لبيئة تعليمية حيوية تفاعلية تجمع بين التقنية العالية المتطورة والتشويق والإثارة، كما تعمل على تعزيز دافعية التعلم وتحفيز الطلبة الضعفاء والمتأخرين دراسياً على تلافي نواحي القصور لديهم، فضلاً عن ذلك يتم الربط بين عمليتي التعليم والتقويم، وهذا يؤدي إلى الإتقان (العفون).

لقد أصبح استخدام الكمبيوتر أمر ضروري في حياتنا المعاصرة ، وما نشاهده من تطوير هائل وسريع في تكنولوجيا المعلومات ما هو إلا دليل على استخدامه ، إذ لم يعد هناك ميدان من ميادين المعرفة إلا والحاسوب يلعب الدور الأكبر والفعال فيه .

فالكمبيوتر أداة تعليمية تتيح التفاعل بين المتعلم موضوع التعلم ، وهذا يعطيه تميزا على بقية الأدوات التعليمية التي سبقته ، كما يمد المتعلم بخبرات حياتية وعقلية وشخصية لا توفرها الأدوات الأخرى . ولذا فقد نال الكمبيوتر حظا وافرا من الاهتمام بين المختصين وغير المختصين ، وبين المنظرين والمطربين الفلاسفات المختلفة وبين المنفذين في مدارس التعليم الرسمي وغير الرسمي . ونظرا لأهميته تسعى سياسة الدولة إلى انتشار الكمبيوتر بين مختلف فئات وطبقات المجتمع وهذا ما يسمى توفير كمبيوتر لكل أسرة " أسرتك " وهذا تحقيقا للتطور التكنولوجي ومحاولة منها للحاق بركب التقدم ومسايرة الدول المتقدمة ، وتحقيق التكوين المعاصر والسريع الذي يسمح للطالب بتلقي المعلومات بشكل وافر خاصة مع النظام الجديد " ل م د " ، ومن هنا جاءت هذه الدراسة التي تبرز أهمية استخدام الوسائط المتعددة في العملية التعليمية لدى طلبة السنة الثانية ل م د في مقياس كرة السلة .

مشكلة البحث :

إن التطور التكنولوجي الحديث والذي مس مختلف الميادين بما فيها القطاع الجامعي والذي يعتبر أرقى المستويات لا يعني استحداث الآلات والمعدات الحديثة ، وملء المخابر والأقسام بما فيها السمعي البصري ، وإنما التطور التكنولوجي يعني تطوير الفكر وتنظيم المعلومات وتوسيع المدارك وتنمية الأداء وتمكين تبادل المعلومات والخبرات ومن ذلك استغلال هذه المعدات والأجهزة الحديثة . وتوفير هذه الأجهزة الحديثة بالقطاع الجامعي يعني محاولة سعي الدولة إلى إحداث عملية لتكوين الطالب تكويناً جيداً وفعالاً يتماشى مع متطلبات العصر ، وتعتمد عملية التكوين الجيد على انتهاج أحسن وأنسب الطرق والأساليب الحديثة باستخدام هذه المعدات التكنولوجية الحديثة والتي من شأنها تسهيل وتفعيل العملية التعليمية .

ويعد أسلوب الوسائط المتعددة من الأساليب الحديثة في التعلم حيث يقدم خدمة هامة إذا ما استخدم بعناية أثناء عملية التعلم حيث أن الشرح اللفظي لا يكفي ، فالمتعلم لا يستطيع أن يفهم بالشرح إلا في حدود معارفه ومعلوماته ولكن يمكن باستخدام الوسائط التعليمية توفير حدود أكثر وضوح عن الخبرة والنشاط المراد تعلمه.

ونظرا لأهمية الوسائط المتعددة في التعلم فقد استخدم كثير من الباحثون هذا الأسلوب بصور مختلفة في مجال مواد العلوم التربوية المتنوعة.

وتعتبر لعبة كرة السلة أحد أنشطة الألعاب الجماعية ذات الصبغة الشعبية وهي غزيرة بمهاراتها الفردية والجماعية ، ورغم صعوبة أدائها إذا ما قورنت بالألعاب الأخرى، فهي متعددة الحركات البسيطة والمركبة إضافة إلى تعدد القواعد التي تنظم وتحدد أداء اللاعبين . كما يعتبر لاعب كرة السلة من أكثر اللاعبين ذكاء نظرا لتعدد الحركات المواقف المختلفة للعب (المحاسنة، 2006).

وهي من الألعاب التي تجعل المتعلم يشعر بالسعادة أثناء تعلم مهاراتها المختلفة، وهي احد المقاييس التطبيقية التي تدرس للطلبة في السنة الثانية من التكوين الجامعي ، وتعتمد لعبة كرة السلة على المهارات الأساسية كقاعدة هامة للتقدم في مستوى الأداء .

وتعتبر مهارة التصويب أحد أهم المهارات الأساسية في كرة السلة و رغم تعدد أنواعها إلا أن له غرض واحد هو إصابة الهدف بطريقة قانونية فهناك التصويب من الثبات وهناك التصويب من الحركة وكلاهما يجب إجادته حتى يستطيع المتعلم أن يتصرف حسبما تقتضيه الظروف . والتصويب من الثبات أحسن من حيث التركيز والاتزان. إلا أن ه ذا يقلل من أهمية التصويب أثناء الحركة إذ لكل منهما ظروفه وفوائده في الوصول إلى درجة متقدمة من المهارة في التصويب.

إن هدف الهجوم في كرة السلة هو التصويب الدقيق و أن جملة معقدة من القدرات تساعد على تصويب الكرة إلى الهدف و من تلك الأساليب التكنيك الصائب والتركيز والتنفيذ (الجواد) . تحدد ظروف المباراة

ومواقفها تنوع مهارات التصويب، فمنها ما يؤدي من الثبات ومنها ما يؤدي من الحركة كذلك قد يؤدي التصويب من مسافات بعيدة (بثلاث نقاط) أو قريبة (بنقطتين) كما قد يتم التصويب على الحلقة مباشرة أو باستخدام اللوحة .

ومن خلال المسح المرجعي للباحث ، من خلال خبرته في تدريس مقياس كرة السلة ، ومن خلال ملاحظاته الميدانية للطلبة أثناء العملية التعليمية لاحظ أن هناك نقص كبير لدى الطلبة في التحصيل المهاري في المهارات الأساسية في كرة السلة وخاصة مهارة التصويب والتي تعتبر محصلة المهارات السابقة والتي يتوقف عليها تحصيل الهدف (السلة) ، وذلك جراء استخدام واقتصار التعليم على العمليات التقليدية دون استعمال الأساليب والطرق والوسائل الحديثة في العملية التعليمية التكوينية . ولذا جاءت فكرة البحث وهي محاولة استخدام إحدى الأساليب الحديثة وهي استعمال الوسائط المتعددة في عملية تكوين الطالب ، وذلك من خلال البرنامج التعليمي (مفردات المقرر) باستخدام كمبيوتر وكاميرا رقمية ومدى التحصيل الناتج عن ذلك في الجانب المهاري إيماناً منا في فعالية هذه الوسائط المتعددة الحديثة في تكوين الطالب جيداً وفعالاً ومن ثم طرح الباحث التساؤل التالي :

هل يؤثر استخدام الوسائط المتعددة على التحصيل المهاري لمهارة التصويب في كرة السلة لدى طلبة السنة الثانية ل م د ؟

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى معرفة تأثير استخدام الوسائط المتعددة على مهارة التصويب في كرة السلة لدى طلبة السنة الثانية ل م د .

فرضيات البحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمهارة التصويب في كرة السلة لكل من العينة التجريبية والعينة الضابطة .

توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية و الضابطة في مهارة التصويب و لصالح المجموعة التجريبية

مصطلحات البحث :

الوسائط المتعددة Multimedia :

وهو مصطلح واسع الانتشار في عالم الحاسوب يرمز إلى استعمال عدة أجهزة إعلام مختلفة لحمل المعلومات مثل النص، الصوت، الرسومات، الصور المتحركة، الفيديو، والتطبيقات التفاعلية. الوسائط المتعددة هو مجرد أشكال متعددة من وسائل الإعلام متكاملة معاً. وسائل الإعلام يمكن أن يكون النص والرسوم البيانية والصوت والصور المتحركة والفيديو والبيانات ... الخ .

عرفها (Hoekema، 1992) بأنها " اعتماد مجموعة من الخبرات التي أحسن اختيارها بدقة ، والتي عندما تقدم للمتعلم عن طريق طرائق التدريس المختارة فإنها ستعزز وتقوي بعضها بعضاً لدرجة تمكن المتعلم من تحقيق الأهداف السلوكية المرغوب فيها" (العفون).

الكمبيوتر (الحاسب الآلي) :

هو آلة لمعالجة المعلومات والبيانات الحاسوبية وفق نظام إلكتروني وباستخدام لغو خاصة يعرف كل من "فرد بيرسفال - هنري إينجتون" الحاسب الآلي بأنه " هو أداة قادرة على نقل المعلومات ، و تنفيذ بعض عمليات المعالجة الإجرائية عليها ، ثم تقديم المعلومات الجديدة الناجحة في شكل ملائم للمستخدم " (جزر، 2004).

المهارات الأساسية في كرة السلة :

كرة السلة نشاط رياضي يعتمد على مهارات أساسية كقاعدة هامة للتقدم ، سواء كان ذلك على مستوى الطلاب أو الفريق .

ولذا فالمهارات الأساسية وهي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين وفق شروط وقواعد لعبة كرة السلة سواء بالكرة أو بدون الكرة .

رياضة كرة السلة : كرة السلة هي الرياضة الفنية والتكتيكية . هذين الجانبين يتطلبان معرفة من قبل المدرب وتحكم من قبل اللاعبين بشكل عميق .

تدريس الحركات الأساسية يجب أن يكون في وقت مبكر .تمكن الشباب من التعبير عن أنفسهم من خلال التحكم الجيد ، إضافة إلى استشعار طعم المتعة والفوز (LEFRERE, 2001) .

التصويب :

التصويب رغم تعدد أنواعه له غرض واحد هو إصابة الهدف بطريقة قانونية فهناك التصويب من الثبات وهناك التصويب من الحركة .والتصويب من الثبات أحسن من حيث التركيز والاتزان. إن هدف الهجوم في كرة السلة هو التصويب الدقيق و أن جملة معقدة من القدرات تساعد على تصويب الكرة إلى الهدف و من تلك الأساليب التكنيك الصائب والتركيز والتنفيذ (حسن عبد الجواد) تحدد ظروف المباراة ومواقفها تنوع مهارات التصويب، فمنها ما يؤدي من الثبات ومنها ما يؤدي من الحركة كذلك قد يؤدي التصويب من مسافات بعيدة (بثلاث نقاط) أو قريبة (بنقطتين) كما قد يتم التصويب على الحلقة مباشرة أو باستخدام اللوحة .

الدراسات السابقة :

* دراسة أسامه بن محمد سلمان الحازمي . 1425هـ/ 2004 م .

"أثر برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة بالحاسب الآلي في تعلم بعض مهارات كرة السلة على طلاب المرحلة الثانوية"

حيث تهدف الدراسة إلى إعداد برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة في الحاسب الآلي لتعلم بعض مهارات كرة السلة لطلاب الصف الأول الثانوي في الجزء التعليمي من الدرس ، والى معرفة أثر استخدام الوسائط المتعددة للمجموعة التجريبية التي تعلمت بالحاسب الآلي ومقارنتها بالمجموعة الضابطة التي تعلمت بالطريقة التقليدية في المهارات ككل .

المنهج : استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي .

العينة : وقد تكونت عينة الدراسة من (56) طالباً من طلاب الصف الأول الثانوي منهم: (28) طالباً في المجموعة التجريبية ، و (28) طالباً في المجموعة الضابطة .

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية : تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج تعليمي من خلال الوسائط المتعددة بالحاسب الآلي في تعلم مهارة المحاوررة على المجموعة الضابطة التي تعلمت بالطريقة التقليدية . تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج تعليمي من خلال الوسائط المتعددة بالحاسب الآلي في تعلم مهارة التمريرة الصدرية على المجموعة الضابطة التي تعلمت بالطريقة التقليدية . تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج تعليمي من خلال الوسائط المتعددة بالحاسب الآلي في تعلم مهارة التصويب من الثبات على المجموعة الضابطة التي تعلمت بالطريقة التقليدية . تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج تعليمي من خلال الوسائط المتعددة بالحاسب الآلي في تعلم المهارات ككل على المجموعة الضابطة التي تعلمت بالطريقة التقليدية .

* دراسة محمد سعد زغلول ، لهياء فوزي محروس مدرس .

"فعالية برنامج تعليمي باستخدام الوسائط التعليمية المتعددة على جوانب التعلم في كرة السلة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي"

حيث يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي مبنى على استخدام الوسائط التعليمية المتعددة، والتعرف على مدى فعاليته في كل من التحصيل المهارى، والمعرفى، والآراء والانطباعات نحو استخدام الوسائط التعليمية المتعددة لدى التلميذات.

منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج التجريبي .

عينة البحث : يمثل مجتمع هذا البحث تلميذات الصف الثاني الاعدادي بمدرسة السيدة عائشة الإعدادية بنات بطنطا للعام الدراسي (2001 / 2002) ، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهن (50) خمسون تلميذة يمثلن نسبة مئوية قدرها (21.7%) من اجمالي مجتمع البحث والبالغ عددهن (230) مائتان وثلاثون تلميذة .

وقد توصلت الدراسة إلى أن أسلوب الوسائط التعليمية المتعددة كان أكثر تأثيراً على تعلم مهارات كرة السلة (قيد البحث) ومستوى التحصيل المعرفي من الأسلوب التقليدي (العرض والشرح) مما يدل على فاعليته وتأثيره .

أسلوب الوسائط التعليمية المتعددة كان ذو فاعلية عالية على آراء وانطباعات أفراد العينة مما ساعد على تحقيق الجانب الوجداني .

* دراسة نصر حسين عبد الأمير .

"تأثير منهج مقترح باستخدام الوسائل المساعدة في تعلم أداء مهاري الطبطبة والتهديف بكرة السلة المصغرة"

أهداف البحث :

- إعداد منهج مقترح باستعمال وسائل مساعدة في تعلم مهاري الطبطبة والتهديف للاعبين كرة السلة (المصغرة

- التعرف على تأثير استعمال الوسائل المساعدة في تعلم مهاري الطبطبة والتهديف للاعبين كرة السلة (لمصغرة

منهج البحث : وقد اعتمد الباحث المنهج التجريبي .

عينة البحث : عينة مكونة من (24) لاعبا من لاعبي النادي البلدي إذ قسمت إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبواقع (12) لاعبا لكل مجموعة .

وقد توصلت الدراسة إلى أن استخدام الوسائل المساعدة (الوسائل الموضوعية للبحث) في العملية التعليمية أثرت وبشكل كبير في اكتساب المهارات المبحوثة لدى المجموعة التجريبية مما جعل تعلمها أفضل من المجموعة الضابطة .

ظهور أفضلية لتأثير المنهج التعليمي المستخدم على المنهج المتبع في مستوى الأداء الفني (التكنيك) ولصالح المجموعة التجريبية .

استخدام الوسائل المساعدة تساعد اللاعبين (الصغار) خاصة على الحضور ولاندفاع في أداء التمرين .

* دراسة عبد الجبار سعيد محسن .

"أثر استخدام الحاسوب في تعليم مهارات كرة السلة لطلاب كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية"

حيث يهدف البحث إلى :

معرفة مدى تأثير استخدام في عملية التعليم للمهارات الأساسية بكرة السلة .

معرفة مدى التطور الحاصل بين استخدام الحاسوب في عملية التعليم وطرائق التدريس الأخرى .

منهج البحث : استخدام الباحث المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة مشكلة البحث .

عينة البحث : اشتملت عينة البحث على طلاب المرحلة الرابعة : كلية التربية الرياضية والبالغ عددهم

20 طالبا تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجموع 120 طالبا تم تقسيم العينة إلى مجموعتين احدهما تجريبية وأخرى ضابطة وكان عدد الطلاب في كل مجموعة 10 طلاب وقد أجريت لهم التجانس والتكافؤ بين عينة المجموعتين بالطول والوزن .

النتائج المتحصل عليها : استنتج الباحث من خلال النتائج التي حصل عليها على ما يلي :

وجود فروق معنوية بين طريقة التعليم باستخدام الحاسوب والتعليم الاعتيادي .

إن التعليم عن طريق الحاسوب كان أكثر انقانا من التعليم الاعتيادي .

* دراسة مازن حسن جاسم .

" أثر استخدام وسيلة مساعدة في تطوير دقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة " حيث يهدف البحث إلى :

التعرف على أثر استخدام وسيلة مساعدة في تطوير دقة التهديد من الرمية الحرة في كرة السلة .
التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في دقة التهديد من الرمية الحرة بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

منهج البحث : اعتمد الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعته وأهداف البحث .

عينة البحث : تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي شباب نادي الكوت الرياضي بأعمار (17-18 سنة) والبالغ عددهم 12 لاعبا .

النتائج المتحصل عليها : استخدام الوسيلة المساعدة في تطوير دقة التهديد من الرمية الحرة له الأثر الايجابي في تطوير تلك الصفة،

وظهور فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

* دراسة محمد احمد فتحي جزر.

"تأثير البرنامج التعليمي باستخدام الحاسب الآلي على مستوى التحصيل المعرفي وأداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة"

هدف البحث : يهدف هذا البحث التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام الحاسب الآلي على مستوى التحصيل المعرفي وأداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة .

منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة .

مجتمع وعينة البحث : تم اختيار مجتمع البحث (بالطريقة العمدية) من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية (فصول دمياط) - جامعة المنصورة للعام الجامعي 2003 م / 2004 م حيث بلغ عددهم (50 طالب) و ذلك بنسبة (77 %) من مجتمع البحث الكلي .

النتائج المتحصل عليها : في حدود أهداف البحث و فروضه و عينة البحث و خصائصها و المنهج المستخدم و من واقع البيانات و المعالجات الإحصائية توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالي :

تفوقت المجموعة التجريبية التي تم التدريس لها باستخدام الحاسب الآلي على المجموعة الضابطة التي تم التدريس لها بالطريقة المتبعة (أسلوب الأوامر) في مستوى التحصيل المعرفي و أداء المهارات الأساسية (قيد البحث) في الكرة الطائرة .

أثرت الطريقة المتبعة (أسلوب الأوامر) تأثيراً إيجابياً على مستوى التحصيل المعرفي و أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (قيد البحث) لدى المجموعة الضابطة .

أثر البرنامج التعليمي باستخدام الحاسب الآلي تأثيراً إيجابياً على مستوى التحصيل المعرفي و أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (قيد البحث) لدى المجموعة التجريبية .

تفوقت المجموعة التجريبية بنسبة تحسن تراوحت ما بين (131.21% - 250%) عن المجموعة الضابطة و التي تراوحت ما بين (77.54% - 156.34%) في مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث .

* دراسة السابعة ناهده عبد زيد الدليمي.

"تأثير استخدام الحاسوب في تعلم الأداء المهاري للإرسال الساحق بالكرة الطائرة"

هدف البحث: أهداف البحث في معرفة تأثير استخدام الحاسوب في الأداء المهاري للإرسال الساحق بالكرة الطائرة. فضلاً عن معرفة الفروقات في تعلم الأداء المهاري للإرسال الساحق بالكرة الطائرة بين

المجموعتين الضابطة والتجريبية.

المنهج : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي .

العينة : على عينة تكونت من طلاب المرحلة الثانية (24) طالبا توزعوا على مجموعتين أحدها ضابطة والأخرى تجريبية وبواقع (12) طالبا لكل مجموعة.
النتائج المتحصل عليها: أن قدرة الحاسوب على تجزئة المراحل الفنية المهارة وعرضها بالسرعة البطيئة والتكرارات عدة أعطى الفرصة للمتعلم في فهم ومعرفة المهارة وإتقانها وبهذا تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة.
التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة والذي أشار معظمها إلى أهمية استخدام وتوظيف الوسائل المتعددة في العملية التعليمية في مختلف الفعاليات الرياضية ، كما اتفقت معظم الدراسات على المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة البحث.
كما اعتمدت الدراسات السابقة في جمع البيانات على الاختبارات والقياسات الخاصة بمتغيرات البحث . كما أجمعت كل الدراسات على أهم استخدام الوسائل المساعدة أو الوسائل المتعددة في عملية التعلم نظرا لما لها من أهمية بالغة أثر كبير في تعليم الأفراد في مختلف الفعاليات الرياضية .
واستفاد الباحث من هذه الدراسات في طريق تحديد الاختبارات المهارية التي تصلح لعينة البحث قيد الدراية وكذا تحديد المنهجية الصحيحة والسليمة للدراسة الحالية وأسلوب اختيار العينة ، وطرق معالجة النتائج وتفسيرها .

إجراءات البحث الميدانية :

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة المشكلة .

عينة البحث مجتمعه الأصلي :

المتغيرات التابعة	المتغير المستقل	المتغيرات المجموعة
التحصيل المهاري (التصويب)	اعتماد الوسائل التعليمية المتعددة + الطريقة الاعتيادية	التجريبية
		الضابطة

يمثل مجتمع البحث طلبة السنة الثانية ل م د نشاط كرة السلة للعام الدراسي 2009 / 2010.

عينة قوامها 28 طالبا مقسمة إلى فوجين :

المجموعة الأولى : عددها 14 طالبا تم تدريس لها مفردات المقرر باستخدام الوسائل التعليمية المتعددة .

المجموعة الثانية : عددها 14 طالبا تم تدريس لها مفردات المقرر بالطريقة التقليدية (المتبعة) .

مجالات البحث : المجال البشري : والذي استهدف المختبرين (28 طالبا).

المجال المكاني : لقد تم إجراء الدراسة بقاعة متعددة الرياضات في المركب الرياضي الرائد فراج 05 جويلية بمستغانم .

المجال الزماني : حيث بدأت الدراسة الميدانية من 04 - 03 - 2010 إلى غاية إلى غاية 31 - 05 - 2010.

الأسس العلمية للاختبار :

معامل الصدق	معامل الثبات	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	حجم العينة	الوسائل الإحصائية الاختبارات
0.80	0.65	0.602	0.05	09	10	التصويب الأمامي (5x3 مرات)
0.84	0.72					التصويب الجانبي (يمين / يسار)
0.81	0.66					التصويب من أسفل السلة 30 ثا

جدول رقم (01) يوضح معامل الثبات وصدق الاختبارات.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن قيمة معامل الثبات المحسوبة للاختبارات المطبقة أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ 0.602 وهذا عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية 09 وهو مما يبين أن الاختبارات تتميز بدرجة عالية من الثبات كما كانت قيم معامل الصدق كذلك أكبر من القيمة الجدولية وهذا عند نفس الدلالة و درجة الحرية . وبالتالي فالاختبارات المطبقة سهلة وصالحة للعينة قيد البحث .
معاملات التجانس والتكافؤ لأفراد العينة :

تجانس أفراد العينة : قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد العينة التجريبية والضابطة في الجوانب التالية معدلات النمو : العمر الزمني (السن) - الطول - الوزن .
المهارات الحركية الخاصة برياضة كرة السلة (مهارة التصويب) .

عرض ومناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	22.04	2.03	22	0.06
الطول	سم	1.75	0.04	1.76	- 0.75
الوزن	كغ	64.04	6.03	64.50	- 0.23
التصويب	التصويب الأمامي	12.18	3.23	11.50	0.63
	التصويب الجانبي	10.29	3.47	10.00	0.25
	التصويب من أسفل السلة	5.43	1.83	5.00	0.70

الجدول رقم (02) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات الأساسية قيد البحث

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (02) تبين أن جميع القياسات تدخل ضمن المنحنى الاعتدالي حيث أن قيم معامل الالتواء المحسوبة جاءت محصورة ضمن المجال (- 3 ، + 3)، حيث أن أدنى قيمة بلغت (- 0.23) بينما بلغت أعلى قيمة (+ 0.06) وهذا عند العينة الكلية (الضابطة والتجريبية معا)، مما يدل على أن هذه البيانات موزعة توزيعاً اعتدالياً. وعليه يمكن تطبيق الاختبارات المقترحة قيد البحث .

دلالة الفروق بين الاختبارات القبليّة للمتغيرات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة .

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		ت" محسوبة	ت" الجدولي	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
السن	سنة	22.50	2.38	21.57	1.55	1.18	2.056	غير دال
الطول	سم	1.75	0.04	1.76	0.05	0.21		غير دال
الوزن	كغ	62.50	4.45	65.57	7.11	1.32		غير دال
التصويب الأمامي (3x 5 مرات) التصويب الجانبي (يمين / يسار) التصويب من أسفل السلة 30 ثا	درجة	12.29	3.20	12.07	3.38	0.17		غير دال
	درجة	10.57	2.79	10.00	4.13	0.41		غير دال
	درجة	5.93	1.82	4.93	1.77	1.42		غير دال

جدول رقم (03) يوضح التجانس بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في نتائج الاختبارات القبليّة باستخدام اختبار الدلالة "ت"

لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج موضحة في الجدول رقم (03) باستخدام اختبار الدلالة "ت" سيودنت أن جميع قيم "ت" المحسوبة تراوحت بين 0.17 كأصغر قيمة إلى 1.42 كأكبر قيمة وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة بـ 2.056 عند درجة الحرية 26 ومستوى الدلالة 0.05 ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات، وبالتالي فإن هذا يؤكد على مدى تجانس عينتي البحث.

تحديد الإستراتيجية المستعملة في التدريس: – من الناحية المثالية هناك ثلاثة أنماط من الاستراتيجيات التي تستعمل في عملية التعلم والتعليم:

- العرض عن طريق المعلم.
 - الدراسة المستقلة (الذاتية) عن طريق المتعلم.
 - التفاعل بين المعلم والمتعلم أو بين الطلبة في المناقشات الجمعية.
- تم تحديد نمط (التفاعل بين المعلم والمتعلم) وربما كان تفاعل المعلم مع المتعلم هو أفضل الطرائق التي تساعد في تحديد الأهداف على نحو كافٍ وفعال .

تحديد نوع الحاسوب مع الوسائط المتعددة:

حاسوب شخصي محمول (LAPTOP) نوع (PENTIUM 4): مع الإمكانيات المادية الآتية:

- نوع الحاسوب LAPTOP HP .
- سرعة المعالج (1.86 GHz) PROCESSOR .
- سعة الذاكرة الالكترونية (512 MB) .
- وحدة التخزين الرئيسية (القرص الصلب) (60 GB) HARD DISK .

مع الوسائط المتعددة الآتية:

جهاز عرض البيانات (DATA SHOW): يعد جهاز عرض الوسائط المتعددة من أحدث أجهزة الاتصال البصرية وأهمها نظراً لما يتوافر فيه من مزايا متعددة تتناسب واحتياجات الخبراء والمشرفين بخاصة والمعلمين والعاملين في مجال التدريب بعامة عن طريق تقديم عروض مبتكرة بالصوت والصورة ذات جودة عالية . وقد تم اعتماد جهاز عرض نوع (EPSON).

ماسح ضوئي (SCANNER) : وهي وحدة إدخال تقوم بعمل تقطيع الصور والنصوص أو قصها وإدخالها إلى جهاز الحاسوب. وهو من نوع EPSON .

كاميرات تصوير من نوع FUJI FILM ذات 10 M PIXEL ، 4 G CARTE MEMOIRE .

جهاز فوري قارئ CARTE MEMOIRE .

تجهيز الصور :

قام الباحث بتحضير الصور الخاصة بمفردات المقرر لكرة السلة لطلبة السنة الثانية تربية بدنية ورياضية وذلك من خلال : صور توضيحية لمختلف المهارات الأساسية لكرة السلة قيد البحث .

- صور تعكس التسلسل الحركي للمهارات قيد البحث.

صور متحركة (ANIMATION) للمهارات الأساسية لكرة السلة قيد البحث .

وتم عمل ذلك بواسطة مسح (SCANNER) بعض الصور من الكتب باللغتين العربية والفرنسية، وتحميلها على جهاز الحاسب الآلي ، والبعض الآخر تم تحميلها من شبكة المعلومات العالمية.

تجهيز لقطات كليب فيديو :

قام الباحث بتحضير لقطات فيديو تم الحصول عليها من عمل الطلبة الجيدين ، والبعض الآخر تم الحصول عليها من شبكة المعلومات العالمية ، والبعض من (CD) ، والبعض الآخر تم تحميلها من القنوات الفضائية بواسطة (DIMEAU STAR SAT 7100 USB) كالمقابلات التي استعملت في جوانب القانون وقواعد اللعب ، وتم معالجة وتعديل هذه الكليبات بواسطة بعض البرامج ليتم قراءتها :

ULEAD 9 – MEDIA CLASSIC 1 2 3 – FLV .

مرحلة التصميم والبناء : شملت هذه المرحلة النقاط التالية :

- كتابة محتوى الحصة (الجزء التعليمي) للوحدة التعليمية بواسطة WORD 2007 .

- تحويل محتوى الحصة النظري ، وكذا بعض الصور التوضيحية ، والصور المتحركة للمهارة قيد التعليم إلى برنامج POWER POINT 2007 ، مع بعض لقطات فيديو للمهارة ، وفي بعض الحالات يتم عرض لقطات الفيديو على برنامج LECTEUR MEDIA PLAYER 11 ، وفي حالات المهارة المركبة أو صعبة يتم عرضها بواسطة برنامج MEDIA CLASSIC 1 2 3 نظرا لسهولة التحكم في حركة الفيديو سواء من حيث التسريع أو البطء .

- الاعتماد على التصوير بواسطة كاميرا رقمية أثناء الحصص التعليمية ، مع تصوير التمرين كاملا ، ثم تصوير بعض أداء بعض الطلبة الجيدين ، وبعض الطلبة الضعفاء . ثم بعض ذلك يتم اخذ وقت مستقطع ويتم عرض أداء الطلبة على جهاز الحاسوب المحمول باعتماد على قارئ CARTE MEMOIRE ، أين يتم عرض أداء الطلبة وتتم عملية مطابقة عملهم مع (المحك) ما تم تعليمه في الجزء التعليمي بواسطة الحاسوب ، وبالتالي يتمكن الطلبة من تشخيص الأخطاء وتصليحها في التمرين الموالي ، أو في نفس التمرين .

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية :
أظهرت نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية (المهاريّة) للعينتين النتائج التالية :
عرض ومناقشة نتائج اختبار التصويب السلمي 30 ثا:

الجدول رقم (04) نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لعينة البحث في اختبار التصويب السلمي 30 ثا.

العمليات الإحصائية									
الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		العينة ن
					ع	س	ع	س	
دال إحصائيا	0.05	13	2.15	5.93	2.87	10.36	1.82	5.93	14
دال إحصائيا				6.58	1.74	8.36	1.77	4.93	
									العينة التجريبية العينة الضابطة

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول (04) في هذا الاختبار يتضح لنا :
بالنسبة للمجموعة التجريبية نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي حيث كانت نتائج المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 5.93 و الانحراف المعياري 1.82 ، أما الاختبار البعدي لهذه المجموعة بلغ متوسطها الحسابي 10.36 وانحرافها المعياري 2.87 ، في حين بلغت قيمة ت المحسوبة 5.93 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية والمقدرة بـ 2.15 ، وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 13 . وهذا يعني أن الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي دال إحصائيا ، وهو لصالح الاختبار البعدي .

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي 4.93 والانحراف المعياري 1.77 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 8.36 والانحراف المعياري 1.74 . في حين بلغت قيمة ت المحسوبة 6.58 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية والمقدرة بـ 2.15 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 13 ، مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية وهي لصالح الاختبار البعدي .

عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار التصويب الأمامي :

الجدول رقم (05) نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار التصويب الأمامي .

العمليات الإحصائية									
الدالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		العينة ن
					ع	س	ع	س	
دال إحصائيا	0.05	13	2.160	6.74	2.95	15.93	3.20	12.29	14
دال إحصائيا				4.17	3.03	15.64	3.38	12.07	

من خلال الجدول رقم (05) يتبين لنا أن :

المجموعة التجريبية قد حققت في الاختبار القبلي متوسط حسابي قدره 12.29 وانحراف معياري قدره 3.20 ، بينما في الاختبار البعدي حققت متوسط حسابي قدره 15.93 وانحراف معياري 2.95 وبلغت قيمة " ت " المحسوبة 6.74 وهي أكبر من " ت " الجدولية 2.16 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 13 ، مما يدل على وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهي لصالح الاختبار البعدي .

أما المجموعة الضابطة فقد حققت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره بـ 12.07 وانحراف معياري قدره بـ 3.38 بينما تحصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره بـ 15.64 وانحراف معياري 3.03 ، في حين بلغت قيمة " ت " المحسوبة 4.17 وهي أكبر من قيمة " ت " الجدولية 2.16 ، وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 13 ، مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار التصويب الجانبي :

الجدول رقم (06) نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار التصويب الجانبي .

العمليات الإحصائية									
الدالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		العينة ن
					ع	س	ع	س	
دال إحصائيا	0.05	13	2.160	4.87	3.29	14.71	2.79	10.57	14
دال إحصائيا				10.20	3.57	14.00	4.13	10.00	

يوضح الجدول رقم (06) نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعتين في اختبار التصويب الجانبي .

فالمجموعة التجريبية خلال هذا الاختبار حققت في المتوسط الحسابي القبلي 10.57 وانحراف معياري 2.79 ، بينما حققت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 14.71 وانحراف معياري 3.29 ، وبلغت قيمة " ت " المحسوبة 4.87 وهي أكبر من قيمة " ت " الجدولية 2.16 ، وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 13. وهذا يبين الفرق بين الاختبارين وهو فرق معنوي دال إحصائيا ولصالح الاختبار البعدي .

أما فيما يخص المجموعة الضابطة فقد حققت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 10.00 وانحراف معياري قدره 4.13 ، بينما حققت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 14.00 وانحراف معياري قدره بـ 3.57 ، وبلغت قيمة " ت " المحسوبة 10.20 وهي أكبر من قيمة " ت "

الجدولية 2.16 ، وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 13 ، مما يبين لنا أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .
دلالة الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة .

دلالة الفروق	"ت" الجدولي	"ت" محسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	التعليق
			ع	س	ع	س			
غير دال	2.056	0.24	3.03	15.64	2.95	15.93	درجة	التصويب الأمامي (3x 5 مرات)	
غير دال		0.53	3.57	14.00	3.29	14.71	درجة	التصويب الجانبي (يمين / يسار)	
دال		2.15	1.74	8.36	2.87	10.36	درجة	التصويب من أسفل السلة 30 ثا	

جدول رقم (07) دلالة الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات الأساسية للمجموعتين

يتبين من خلال نتائج المعالجة الإحصائية للاختبارات البعدية للعينتين ، أن جميع قيم " ت " المحسوبة تراوحت بين 0.24 كادنى قيمة و 2.15 كأعلى قيمة وهي أصغر من قيمة " ت " الجدولية وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 26 مما يدل على عدم وجود فروق معنوية ، ما عدا التصويب السلمي الذي كانت قيمة " ت " المحسوبة 2.15 وهي أكبر من قيمة " ت " الجدولية ، مما يدل على مدى فاعلية الوسائط المتعددة في العملية التعليمية ، وكذا الطريقة المتعمدة في عملية تعليم هذه المهارة ، وهي الطريقة العكسية (BIOMECHANIQUE INVERSE) .

الاستنتاجات :

على ضوء التجربة التي قام بها الباحث والنتائج التي توصل إليها من خلال تطبيق الاختبارات مهارية الخاصة بمهارة التصويب في كرة السلة على طلبة السنة الثانية ل م د وبعد المعالجة الإحصائية توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

- هناك فروق معنوية بين القياسات القبليّة والبعدية وهي لصالح القياس البعدي للعينتين في اختبار مهارة التصويب الأمامي
- هناك فروق معنوية بين القياسات القبليّة والبعدية وهي لصالح القياس البعدي للعينتين في اختبار مهارة التصويب الجانبي .
- هناك فروق معنوية بين القياسات القبليّة والبعدية وهي لصالح القياس البعدي للعينتين في اختبار مهارة التصويب السلمي (من أسفل السلة) .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي للعينتين في جميع الاختبارات وهي لصالح العينة التجريبية .
- إن استخدام الوسائط المتعددة في العملية التعليمية كان له أثر كبير في التحصيل المهاري لمهارة التصويب لدى طلبة السنة الثانية ل م د .
- إن تعلم مهارة التصويب في كرة السلة باستخدام الوسائط المتعددة أكثر فاعلية وإيجابية من الطريقة التقليدية .
- التعلم باستخدام الوسائط المتعددة يوفر الوقت والجهد الكافيين للمعلم والمتعلم في العملية التعليمية .
- عرض المهارات باستخدام الوسائط المتعددة يعطي التصور الحركي أكثر دقة وتوضيحا .

الخلاصة :

إن أسلوب الوسائط المتعددة من الأساليب الحديثة في التعلم حيث يقدم خدمة هامة إذا ما استخدم بعناية أثناء عملية التعلم ، فالمتعلم لا يستطيع أن يفهم بالشرح إلا في حدود معارفه ومعلوماته ولكن يمكن باستخدام الوسائط توفير حدود أكثر وضوح عن الخبرة والنشاط المراد تعلمه ، والوسائط المتعددة ليست مجرد وسيلة تعليمية، بل هي عبارة عن عدة وسائل في وسيلة واحدة .
وأصبح استخدام الكمبيوتر أمر ضروري في حياتنا المعاصرة ، وما نشاهده من خلال التطور الهائل والسريع للتكنولوجيا إذ لم يعد هناك ميدان من ميدان المعرفة إلا والحاسوب يلعب الدور الأكبر والفعال فيه .

ومن هنا جاءت هذه الدراسة والتي تهدف إلى التعرف على فعالية استخدام وتوظيف الوسائط التكنولوجية الحديثة في العملية التعليمية ، والمتمثلة في الكمبيوتر ، وكاميرا رقمية ، وجهاز عرض البيانات (DATASHOW) أثناء عملية التعلم لدى طلبة السنة الثانية ل م د في فعالية كرة السلة ، للوصول في نهاية المطاف إلى تحصيل فعال وجيد في جوانب التعلم .
وقد شملت عينة الدراسة مجموعة من المراجع باللغتين العربية والفرنسية وكذا موقع الانترنت وهذا للإمام بكل ما يتعلق بهذه الفعالية .

أما من الناحية العملية (الميدانية) فقد شملت عينة الدراسة 28 طالبا من طلاب السنة الثانية ل م د كرة السلة منهم 14 طالبا يشكلون مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة . وبعد إجراء الاختبارات المهارية القبليّة والبعدية تبين لنا وجود فروق معنوية بين نتائج القياس القبلي و البعدي للعينتين في جميع الاختبارات المهارية الخاصة بمهارة التصويب وهي لصالح القياس البعدي .
كما حققت كل من العينة الضابطة والتجريبية نتائج أحسن وأفضل في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي ، لكن لصالح العينة التجريبية .

وعلى ضوء هذا كله يتبين لنا أن كلا العينتين قد حققت تحسن من خلال تطبيق مفردات المقرر الخاص بكرة السلة ، إلا أن العينة التجريبية والتي استخدمت الوسائط المتعددة في العملية التعليمية كانت الأفضل والأحسن من حيث التحصيل المهاري ، وهذا وإن دل إنما يدل على مدى فعالية هذه الوسائط التكنولوجية الحديثة في عملية التعلم وهذا ما أشارت إليه الدراسات السابقة على أهمية توظيف هذه الوسائط في جميع مجالات التعلم ، أو التدريس ، أو التدريب لزيادة التحصيل في المتغيرات المقصودة .

التوصيات :

- تصميم برامج لتعليم المهارات الرياضية المختلفة ، وفق منهجية علمية سليمة وفق المقررات الخاصة بالفعاليات الرياضية .
- توظيف الوسائط المتعددة الحديثة في العملية التعليمية، التدريبية .
- إجراء دراسات أخرى باقي المهارات الأخرى في كرة السلة ، ولفئات عمرية مختلفة ، وعلى باقي الفعاليات الرياضية الأخرى الجماعية والفردية .
- توظيف مختلف الوسائط (المتعددة ، الفائقة ، المساعدة) في مختلف أطوار ومراحل العملية التعليمية .

المصادر والمراجع :

1. إبراهيم محمد المحاسنة. (2006 م). تعليم التربية الرياضية. جامعة جرش الأهلية . الأردن: دار جرير للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى.
2. أسامة بن محمد سلمان الحازمي. اثر برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة بالحاسب الآلي في تعلم مهارات كرة السلة على طلاب المرحلة الثانوية الرسالة العلمية، 2004 .
3. بسطويسي أحمد بسطويسي. (1996). أسس ونظريات الحركة ، الطبعة الأولى. القاهرة: دار الفكر العربي .
4. جابر عبد الحميد جابر. (1989). سيكولوجية التعلم ونظريات التعليم. الكويت: دار الكتاب الحديث.
5. حسن عبد الجواد. كرة السلة . دار العلم للملايين ، ط2.
6. دراسة مازن حسن جاسم . أثر استخدام وسيلة مساعدة في تطوير دقة التهديف من الرمية الحرة بكرة السلة .
7. عبد الجبار سعيد محسن . اثر استخدام الحاسوب في تعليم مهارات كرة السلة لطلاب كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية .متطلب تكميلي للحصول على درجة ماجستير في المناهج وطرق التدريس 2004.
8. محمد أحمد فتحي جزر. (2004). تأثير استخدام الحاسب الآلي على مستوى التحصيل المعرفي وأداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة. كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة. رسالة ماجستير .
9. محمد سعد زغلول ، لمياء فوزي محروس. (بلا تاريخ). فعالية برنامج تعليمي باستخدام الوسائط التعليمية المتعددة على جوانب التعلم في كرة السلة لتميزات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
10. محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية ، الطبعة الثانية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
11. نادية حسين العفون. (بلا تاريخ). أثر الوسائط المتعددة في التحصيل وتنمية دافية طالبات الصف الثاني متوسط نحو مادة الكيمياء.
12. ناهده عبد زيد الدليمي. تأثير استخدام الحاسوب في تعلم الأداء المهاري للإرسال الساحق بالكرة الطائرة.
13. نصر حسين عبد الأمير . تأثير منهج مقترح باستخدام الوسائل المساعدة في تعلم أداء مهارتي الطبطبة والتهديف بكرة السلة.

14. LEFRERE, N. (2001). Les fondamentaux du basket. Paris: amphora.

<http://www.mediafire.com/?jwghzeyz2ki>

http://iusst.org/index.php?option=com_rokdownloads&view=file&Itemid=103&id=584:a .1

bd-aljabbar-saeedresearch

<http://www.o0o0najlao0o0.com/download/theses/11.doc>

أهمية حصة التربية البدنية والرياضية للأحداث المنحرفين في مراكز إعادة التربية

-د عتوتي نور الدين

أستاذ محاضر بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم

- ملخص :

إن التربية البدنية والرياضية لها دور رئيسي في المجتمع، بكل مؤسساته وأنظمتها، ولا يستطيع أي نظام آخر أن يقدم هذا الدور الذي يتلخص في التنشئة الاجتماعية للفرد، من خلال الأنشطة الرياضية ومن أجل الرياضة، وبذلك يستفيد المجتمع من الحاصلات الاجتماعية و التربوية للتربية البدنية والرياضية في تكوين الفرد عامة والمراهق خاصة اجتماعيا، والعمل على تنشئته من خلال معطيات الأنشطة الرياضية. وتعتبر التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة للحدث المنحرف، وهي مادة مهمة في البرامج التعليمية والتكوينية للأحداث، وعليه يجب على كل من يقوم بحصة التربية البدنية والرياضية أن يضبط الشروط والمبادئ لهذه الحصة، وأن يكون ملما بخصائص هذه المرحلة من كافة النواحي النفسية والاجتماعية والجسمية، وبالتالي معرفة تقدير وتقديم الكميات المناسبة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وفي الوقت المناسب، والتي لها تأثير على جسم الحدث وصحته وتفكيره، وبالتالي المساهمة في بناء وإصلاح هذه الفئة ومحاولة إدماجها في المجتمع للتعايش معه كباقي الأفراد.

الكلمات المفتاحية: - حصة التربية البدنية والرياضية - الحدث المنحرف- مراكز إعادة التربية

Résumé :

L'éducation physique et sportive a un rôle clé dans la communauté, avec toutes ses institutions et les règlements, ni tout autre système qui fournit ce rôle est à la socialisation de l'individu, à travers des activités sportives et pour le sport, et que la société bénéficie de l'éducation sociale et éducative physique et sportive composition de l'individu en general et les adolescents, en particulier sociales, et de travailler pour l'élever à travers les activités sportives de données. l'éducation physique et sportive sont une partie intégrante de l'enseignement public pour les jeunes délinquants, une substance importante dans les programmes éducatifs et d'événements de formation, et il doit être à la fois la part de l'éducation physique et sportive à contrôler conditions et les principes de cette action, et se familiariser avec les caractéristiques de ce stade de tous les aspects du psychologique, social, physique, et donc connaître l'estimation et de fournir les quantités appropriées tandis que la part de l'éducation physique et sportive en temps opportun, et qui ont un impact sur le corps de l'événement et sa santé et sa pensée, et ainsi contribuer à la construction et la réparation de cette catégorie et d'essayer de intégrés dans la société à vivre avec elle comme tout les autres personne.

Mots-clés: - la part de l'éducation physique et sportive. -événement obliques. -centre de rééducation.

- مقدمة :

إن من الأمور التي جذبت الباحثين في مجال التربية البدنية والرياضية وذلك الاهتمام الواضح الذي يبديه الجانحون، والذي فسر إلى أن الرياضة تعد بالنسبة لهم مظهراً اجتماعياً يميزهم بين طبقات المجتمع وفئاته، ولقد اتضح هذا الاهتمام بعد أن تعددت حالات الجانح المتفوق رياضياً (أيمن انور الخولي 2001 ص 263-264) ويؤكد لوثن أن الاشتراك في الرياضة لا يعني بالضرورة أن ينتسب الفرد إلى الثقافة الفرعية للجانحين ومن زاوية أخرى يشير خبيري التربية البدنية عبد الفتاح لطفي وإبراهيم سلامة إلى أن السبب في السلوك الجانح والانحراف الاجتماعي لدى بعض الأفراد إنما يرجع إلى افتقارهم إلى الفرص المواتية لتعلم الرياضة وممارسة الألعاب بطريقة مقبولة. (إبراهيم و عبد الفتاح، 1986، صفحة 55) ويساعد الاشتراك المنظم في اللعب والألعاب والتمارين في ممارسة كافة أنواع الرياضة في تطوير وتحقيق قدرة الإنسان كشخص متكامل ومن هنا تتبلور شخصية الفرد في الحياة من خلال الاشتراك في اللعب والألعاب (الرملي و شحاتة، 1991، صفحة 159) وتعتبر التربية البدنية والرياضية نظام تربوي له أهداف التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام من خلال الأنشطة الرياضية والترويحية المختارة كوسيط اجتماعي تتميز بالعوامل التربوية والتعليمية الهادفة والمفيدة من خلال حياته مما يساعد على بناء متكامل للتربية العامة وتتنحصر الأهداف التربوية في ممارسة الرياضة بأشكالها المتنوعة ودرجاتها المتباينة في تعديل السلوك للأفراد والارتقاء به وتميزه، هذا التعديل في السلوك هو ناتج عن التعديل الذي يطرأ على الشخصية نتيجة لممارستها الرياضة من جهة واستعدادها الموروث من جهة أخرى (فوزي احمد، صفحة 132)، وإن المؤسسات تلعب دوراً هاماً وجزءاً لا يتجزأ من المجتمع لأنها تعمل على تربية وتعليم النشء إذ لا بد أن تتجه نحو العمل المتكامل الذي يعمل على نمو الفرد النمو الطبيعي من منطلق أن الفرد مكون من عقل وجسم ونفس لكن أي خلل في تلك المؤسسات المتمثلة في الأسرة أو المدرسة أو غيرها من المؤسسات تؤدي إلى انحراف السلوك وتفويض دعائم الحياة الآمنة فمن يلك المشاكل وسلوك الأحداث وتقويمها وتحسين التوتر والضغط والإجهاد عن طريق ممارسة النشاط البدني المنتظم الذي يؤدي إلى التنفيس عن العدوانية والتوترات العصبية. (الرملي و شحاتة، 1991، صفحة 153) التربية البدنية والرياضية نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام ، من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي يتميز بحصائل تربوية وتعليمية هامة ، وتعمل التربية البدنية والرياضية كنظام على اكتساب المهارات الحركية وإتقانها، والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أكثر نشاطاً ،بالإضافة إلى تحصيل المعارف وتنمية اتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني. (أيمن انور الخولي، 2001 ، ص 84). كما أن التربية البدنية والرياضية تشارك في تحقيق الأهداف التربوية في المجتمع ، وهذا من خلال أنشطتها وطرقها الخاصة بها ، كالحد من بعض السلوكيات الغير اللائقة ، وخاصة من طرف فئة المراهقين التي تعتبر الأكثر عرضة للانحراف والجنوح في المجتمع بشكل عام ، وعلى هذا الأساس ، لا يجب أن تتعارض أهداف التربية البدنية والرياضية وأهداف التربية مادام الهدف لهما هو: إعداد الفرد إعداداً شمولياً متكاملًا كمواطن ينفذ نفسه ووطنه (تركي رابح، 2002، ص 76)

-مشكلة البحث:

-إن للتربية البدنية والرياضية فوائد تشمل الجوانب النفسية والصحية والاجتماعية والخلقية، لدى ممارسيها من طرف الصغار والمراهقين في المؤسسات التربوية ، لكن يبقى اختلاف بين صغار ومراهقين موجودين في مؤسسات تربوية ، وبين آخرين موجودين في مؤسسات إعادة التربية والتأهيل ، فتطبيق حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية مرغوب فيها من طرف التلاميذ ، وهي تحقق الفوائد التي سبق ذكرها ، وهذا ما أوضحتها البحوث والدراسات التي أجريت ، أما فيما يخص مراكز إعادة التربية فهي موضوع دراستنا ومنه طرحنا التساؤلات التالية:

1. هل للتربية البدنية والرياضية أهمية في مراكز إعادة التربية؟.
2. هل توجد رغبة في ممارسة الرياضة لدى الأحداث؟.

3- هل يوجد مؤطرين مختصين في المجال الرياضي داخل المراكز؟.

- أهداف البحث:

- 1- معرفة أهمية حصة التربية البدنية والرياضية داخل مراكز إعادة التربية بشكل عام.
- 2- إبراز وجهات النظر نحو ممارسة النشاط الرياضي لدى الأحداث المنحرفين.
- 3- معرفة مستوى المربي الذي يشرف على الأداء الرياضي للأحداث تجاه الرياضة عامة

-الفرضيات:

1. وجود آراء ايجابية نحو أهمية التربية البدنية والرياضية داخل مراكز إعادة التربية.
2. وجود رغبة في ممارسة الرياضة من طرف الأحداث في المركز.
3. لا يوجد مؤطرين مختصين في التربية البدنية والرياضية في المراكز.

- مصطلحات البحث:

- **حصة التربية البدنية والرياضية:** هي الوحدة الصغيرة من البرنامج الدراسي للتربية والرياضة في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية (قاسم حسن حسنين، 1998، ص206).
- **الحدث المنحرف:** يقصد به الشاب ، فان ذكرت السن قلت:حديث السن وغلان حدثان أي أحداث، وهم الذي لم يتجاوزوا سن ثماني عشرة سنة عند وجودهم في إحدى حالات الانحراف.(معوض عبدالنواب 1997، ص20).
- **مراكز إعادة التربية:**هي مراكز عمومية يوجه إليها كل فرد قام بارتكاب عمل ضد القانون.

- الدراسات المشابهة :

- دراسة الطالب مرابط احمد وآخرون:

- " اثر النشاط البدني المكيف في تعديل السلوك العدواني عند جنوح الأحداث"
- حيث توصل الباحثون إلى توجيه الأحداث الجانحون إلى الطريق السليم وهو ممارسة النشاط الرياضي للتخفيف أو التخلص من العدوانية كالقلق والتوتر والإحباط وغير ذلك من السلوكات الغير اللائقة التي تصيب الأحداث.
- السعي إلى تحقيق التنمية الترويحوية للحدث عن طريق برنامج رياضي هادف في وقت الفراغ بشكل بناء. للنشاط البدني المكيف الأثر الايجابي في تعديل السلوك العدواني عند الحدث الجانح.
- المدرس المختص يساعد في الارتقاء بمستوى الأحداث الجانحين إلى المستوى المطلوب.
- قد يتفادى البعض من الطلبة الباحثين التعامل مع الأحداث الجانحين نظراً لتلك النظرة السلبية كون أن هذه الفئة عاجزة عن الحياة السوية لذلك نوصي بمد يد العون إلى هذه الفئة وأخذها بعين الاعتبار وإعطائها الفرصة للاندماج في المجتمع زيادة البحوث العلمية حول هذه الفئة في مراحل عمرية أخرى هذه والمجالات الأخرى.
- القيام بالمنافسات الرياضية داخل مؤسسات إعادة التربية بالتنسيق مع مؤسسات تربوية أخرى وذلك بعدم إشعار هذه الفئة بالإهمال.

ضرورة الرعاية الشاملة للأحداث الجانحين التي تلعب فيها النشاط البدني المكيف دور فعال وذلك لما يوفره من فرص تأهيل العلاج والترويح وإعادة الإدماج في حدود قدراتهم.

- دراسة مخلوفي عبد الصمد ومباركي محمد إسلام:

- " دور التربية البدنية والرياضية في الإدماج الاجتماعي للمراهق الجانح"
- حيث توصل الباحثان إلى أن التربية البدنية والرياضية لها دور فعال في الإدماج الاجتماعي للمراهق الجانح وبهذا فان التربية البدنية والرياضية عامة والممارسة الجماعية للنشاط الرياضي بصفة خاصة لها دور كبير في نسج العلاقات بين الأفراد.

نظرا لأهمية التربية البدنية والرياضية يستوجب على المربين والمسؤولين الاهتمام بهذا النشاط الفعال وإعطائه أهمية كبيرة للتوصل إلى تربية الشباب تربية كاملة من كل الجوانب المذكورة. التشجيع على ممارسة الرياضة كعامل وحافز للإقلال أو الحد من مشكل انحراف الأحداث وذلك بإقامة نوادي ومهرجانات رياضية.

يجب الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية خاصة في مرحلة الشباب لأنها تعتبر الفترة الأكثر حيوية والأكثر فاعلية.

إنقاذ نشاط التربية البدنية والرياضية من مختلف المشاكل التي تعرقل مسيرتها التربوية في مراكز إعادة التربية.

وضع برنامج خاص بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسة وزيادة الحجم الساعي لهذا النشاط خلال الأسبوع.

تنويع النشاطات الرياضية حتى يصبح نشاطها التربوي أوسع وشامل وفعال. تحبيب التربية البدنية والرياضية للمراهق الجانح من قبل الإطارات المختصة في المجال الرياضي بمراكز إعادة التربية.

- إجراءات البحث

نضرا للموضوع المدروس استخدمنا المنهج الوصفي دراسة مسحية

- عينة البحث:

هي مجموعة من الأفراد يبني عليها الباحث عمله، وهي مأخوذة من مجتمع أصلي 560 فردا و 25 مربيا و 4 مدراء وتكون ممثلة تمثيلا صادقا

وفيما يخص عينة الدراسة تتمثل في 60 فردا و 7 مربين متخصصين اختيروا بطريقة عشوائية و 4 مدراء من مراكز إعادة التربية.

- مجالات البحث :

أ - المجال البشري: يمثل المجال البشري المدروس في هذا البحث 60 فردا و 7 مربين مختصين و 4 مدراء من مراكز إعادة التربية لولايات سعيدة ، مستغانم ، وهران، الجلفة.

ب - المجال المكاني: شمل البحث على أربعة ولايات من القطر الجزائري وهي: الجلفة ، سعيدة ، وهران مستغانم ، ومن كل ولاية اخذ مركز واحد بغرض الدراسة.

ج - المجال الزمني: انطلق هذا البحث في 19- 5- 2011 وانتهى في 15- 9- 2011 ، خلال هذه المدة تم مناقشة الإشكالية على الأستاذ المشرف لهذه المذكرة ، وبعدها تم جمع المادة النظرية المساعدة على توضيح مفهوم الإشكالية والجوانب المحيطة بها وبعدها بصياغة الاستمارة الأولية التي تم توزيعها على بعض دكاترة المعهد لمناقشتها وطرح صياغة تتناسب مع موضوع عينة البحث.

خلال هذه الفترة الممتدة من 13- 01- 2011 إلى غاية 20- 2- 2011 تم توزيع الاستمارات واستمرت العملية حوالي شهر ونصف الشهر، وهذا راجع إلى تعدد أماكن الدراسة وتباعد المسافة بين المراكز. أدوات البحث

- طريقة الاستبيان: نعرف الاستبيان بأنه مجموعة من الأسئلة و المواقف التي تتضمن بعض

المواصفات النفسية و الاجتماعية و التربوية أو البيانات الشخصية، و يطبق على مجموعات أو أفراد بهدف الحصول على بيانات خاصة بهم أو بعض المشكلات التي تواجههم ، ولتقديم الاستبيان لإفراد عينة البحث طريقتان هما: مباشرة و غير مباشرة . وقد تم إعداد استمارة استبائية نقي تشمل على:

أسئلة مغلقة : و يكون فيها الجواب بنعم أو لا. أسئلة نصف مفتوحة : و هي أسئلة غير محددة نوعا ما ، وفي نفس الوقت فيها نوعا من الحرية في الإجابة عن الأسئلة.

- الطريقة الإحصائية

من أجل ترجمة النتائج المتحصل عليها بعد الإجابة على الأسئلة المطروحة من قبل العينة

المختارة اعتمدنا على النسبة المئوية.

عرض أهم النتائج وتحليلها:
- التعليق على بعض الأسئلة
- الاستمارة الخاصة بالأحداث:

الأسئلة	نعم	لا
1- أحب التربية البدنية والرياضية	53	7
النسبة%	88.33%	11.66%
2- أحب البذلة الرياضية	56	4
النسبة%	93.33%	6.66%
أحب مربى الرياضة. 3-	52	8
النسبة%	86.66%	13.33%

جدول رقم 1: يبين إجابات الأحداث حول الاسئلة 1،2،4.

تعليق عن السؤال 1: من الجدول نلاحظ أن نسبة 88.33% يحبون حصة التربية البدنية والرياضية، بينما نسبة 11.66% لا يرغبون في الحصة.
تعليق عن السؤال 2: من خلال الجدول يظهر لنا أن نسبة 93.33% يحبون البذلة الرياضية ، في حين أن نسبة 6.66% لا يحبون البذلة الرياضية.
3تعليق عن السؤال:
يظهر لدينا انه يوجد نسبة 86.66% يحبون مربى الرياضة ، بينما ما نسبته 13.33% لا يحبونه.

السؤال : 4-5-6-7-8-9

الأسئلة	نعم	لا
4-أحب اللعب مع الزملاء.	55	5
النسبة%	91.66%	8.33%
5-حصة التربية البدنية والرياضية تعلمني الطاعة	52	8
النسبة%	86.66%	13.33%
6- تساعدني على الانضمام إلى الفوج الذي أمارس معه الرياضة	55	5
النسبة%	91.66%	8.33%
7 حصة التربية البدنية والرياضية تتيح الفرصة لإقامة الصداقة.	53	7
النسبة%	88.33%	11.66%
8أساعد زملائي في تأدية الواجبات الرياضية داخل الحصة	54	6
النسبة%	90%	10%
9حصة التربية البدنية والرياضية تعلمني حسن التعامل مع الآخرين.	54	6
النسبة%	90%	10%
10أجد حرجا عند مساعدة الزملاء أثناء الحصة.	6	54
النسبة%	10%	90%

جدول رقم 2: يمثل إجابات الأحداث حول الأسئلة 4-5-6-7-8-9-10-

تعليق عن السؤال 4: من خلال الجدول نلاحظ أن ما نسبته 91.33% يرغبون في اللعب مع الزملاء ، بينما 8.66% يحبون اللعب لوحدهم.
تعليق عن السؤال 5: من خلال الجدول نرى أن نسبة 86.66% من العينة يتعلمون الطاعة في خلال الحصة ، ونجد في المقابل أن نسبة 13.33% لا يتعلمون الطاعة أثناء الحصة.

تعليق عن السؤال 6: نلاحظ أن معظم الأحداث تساعدهم حصة التربية البدنية والرياضية وهذا بنسبة 91.66% ، بينما نلاحظ أن فئة قليلة من الأحداث والتي بلغت نسبتهم حوالي 8.33% لا تساعدهم الحصة في الانضمام إلى الفوج الذي يمارس معه الرياضة.

تعليق عن السؤال 7: من خلال الجدول رقم نلاحظ أن حصة التربية البدنية والرياضية تتيح الفرصة لإقامة الصداقة وذلك بنسبة 88.33% بين الأحداث .

تعليق عن السؤال 8: نلاحظ أن نسبة 90% من الأحداث يرغبون بمساعدة بعضهم في الحصة ، أما النسبة المتبقية والتي تمثل 10% فلا يرغبون بذلك.

تعليق عن السؤال 9: من الجدول رقم نلاحظ أن أغلبية الأحداث والتي بلغت نسبة 90% يتعلمون حسن التعامل مع الآخرين في حصة التربية البدنية والرياضية .

تعليق عن السؤال 10: معظم عينة البحث لا يجدون حرجا عند مساعدة زملائهم في الحصة وتقدر نسبتهم 90% ، أما باقي العينة والمقدرة بـ 10% يجدون حرجا في ذلك.

-الاستنتاجات العامة

بعد معالجة الاستمارة الموزعة على بعض مراكز إعادة التربية في الجزائر ، و من خلال الإجابات المقدمة من طرف المدراء والمربين المختصين وكذا الأحداث المنحرفون ، وبناء على المناقشة السابقة استطعنا الخروج بالاستنتاجات التالية:

- ❖ هناك اهتمام بالجانب الرياضي من طرف المسؤولين والمربين داخل مراكز إعادة التربية.
- ❖ هناك حرص للتربية البدنية والرياضية تؤدي داخل المراكز من طرف المربين المختصين.
- ❖ لا يوجد برامج خاصة للحرص الرياضية مقدمة من طرف الوزارة المعنية.
- ❖ إن التربية البدنية والرياضية تساهم في إبراز بعض السمات الاجتماعية الحسنة لدى الأحداث ، والتي قد تتطور مستقبلا وتساعدهم في الاندماج اجتماعياً.
- ❖ لا يوجد احتكاك بين المراكز في المجال الرياضي ، أي انه لا توجد مبادرات في المراكز بتنظيم تظاهرات ولقاءات أو بطولات رياضية بينهم.
- ❖ هناك رغبة في ممارسة الأنشطة الرياضية من طرف الأحداث المنحرفين.
- ❖ يوجد أنشطة رياضية متنوعة فردية وجماعية تطبق في ميادين ولكن بدون أهداف إجرائية مدروسة.

التوصيات

- * نظرا لأهمية حصة التربية البدنية والرياضية يستوجب على المسؤولين والمربين الاهتمام بهذا النشاط الفعال وإعطائه أهمية كبير للتوصل إلى تربية الشباب تربية كاملة من كل الجوانب (الاجتماعية التربوية النفسية والصحية).
- * الفهم الصحيح للتربية البدنية والرياضية من جانب المربين وإعطاء الأهمية لمحتوى الحصة أهمية تليق لمجرياتهما.
- * يجب الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية خاصة بمرحلة الشباب (المراهقة) ، لأنها تعتبر الفترة الأكثر حيوية والأكثر فعالية.
- * وضع برنامج خاص بالتربية البدنية والرياضية في مراكز إعادة التربية ، وزيادة حجمها الساعي خلال الأسبوع.
- * عدم حصر التربية البدنية والرياضية على نشاطات محددة وتنويعها حتى يصبح مجالها التربوي اشمول وأوسع * تحبيب التربية البدنية والرياضية للحدث المنحرف من قبل الإطارات المختصة في المجال الرياضي بمراكز إعادة التربية.

* التشجيع على ممارسة الرياضة كعامل وحافز للإقلال أو الحد من مشكلة لانحراف الأحداث وذلك بإقامة البطولات والمهرجانات الرياضية
* تنظيم دورات داخل وبين مراكز إعادة التربية للإدماج الاجتماعي.

المصادر والمراجع

1. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، 2001.
2. أكرم زكي : منهج العصرية الرياضية، دار الفكر العربي، ط1.
3. إبراهيم سلامة، عبد الفتاح لطفي : المدخل في اصول التربية البدنية والرياضية مصر 1986
4. الرملي عباس، شخاتة محمد اللياقة والصحة ط1 القاهرة مصر 1991
5. بومدين بوبكر وآخرون: واقع تدريس التربية البدنية والرياضية في المدارس الابتدائية، مذكرة ليسانس في علم النفس، جامعة مستغانم، 2004.
6. - معوض عبد التواب: شرح قانون الأحداث، دار المطبوعات الجامعية، الإسكندرية، ط3، 1997، ص20.
7. جلال محمد سري: الأمراض النفسية الاجتماعية، عالم الكتاب للنشر، القاهرة.
8. حزام محمد ضياء الفزوني: التربية الترويحية، الدار العربية للطباعة، بغداد، 1978.
9. سعد عبد الرحمان: السلوك الإنساني في تحليل المتغيرات، مكتبة الفلاح، الكويت، ط3، 1983.
10. عبد الحميد الشواربي: جرائم الأحداث، دار المطبوعات الجامعية، مصر، 1991.
- 11- قاسم حسن حسنين: موسوعة التربية الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص206.
- 12- تركي رباح: أصول التربية البدنية والتعليم، دار المعرفة، دمشق 2002.

تقويم أسس انتقاء الموهوبين على ضوء الواقع المحلي لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى

د/بن سي قدور الحبيب

د/بومسجد عبد القادر

د/أحسن أحمد

معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم

ملخص :

يمثل الموهوبين في المجال الرياضي ثروة بشرية هامة يجب اكتشافها، و تتميتها و رعايتها و الحفاظ عليها. و مع التطور الحضاري للإنسان، واتساع مجالات النشاط الإنساني و تقدم العلوم و الفنون و التكنولوجيا، أصبحت الأساليب الغير العلمية محدودة الأثر و الاستعمال في عملية انتقاء الناشئين و توجيههم إلى الرياضات التي تتناسب مع قدراتهم و حلت مكانها الأساليب العلمية المدروسة و التي تستند إلى الأسس النظرية و المناهج العلمية.

ومع التطور الهائل الذي شهدته العاب القوى خلال السنوات الأخيرة و الذي يعكس سرعة تحطيم الأرقام القياسية على المستوى الدولي وارتفاع مستويات الأداء الرياضي من سنة لآخري، أصبحت عملية اكتشاف و انتقاء الناشئين الموهوبين من أولويات المشرفين و المسؤولين في المجال الرياضي ، لكن الواقع يبقى عكس ذلك نظرا للتراجع الملحوظ حاليا في مستوى النتائج الجزائرية بالعاب القوى على الصعيد الدولي و المحلي. لدى ارتأى الباحث إلى دراسة هذه الظاهرة في محاولة تقويم الأسس المنتهجة من قبل مدربي العاب القوى لبعض الأندية الرياضية بالغرب الجزائري لانتقاء الناشئين لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى.

الكلمات الأساسية: التقويم - الانتقاء - الموهوبين - الواقع المحلي -العاب القوى

Summary

Is talented in sports human wealth should be an important discovery, and development and care and preservation. And with the development of human civilization, and the broad areas of human activity and the progress of science, arts, technology, non-scientific methods are limited in their impact and use in the selection process for youth and guiding them to the sports that are commensurate with their abilities and replaced by scientific methods of study and based on the theoretical foundations and science curricula. And with the great development witnessed in athletics in recent years, reflecting a record-breaking speed at the international level and high levels of athletic performance from year to year, the process of discovery and selection of talented young people of the priorities of supervisors and officials in sports, but the reality remains otherwise Given the significant decline in the level of current Algerian athletics results at the international and local levels. With the view to research this phenomenon in an attempt Calendar foundations advocating by athletics coaches of some of sports clubs in west Algeria for the selection of young people for exercising the various activities of athletics.

مشكلة البحث:

لقد أصبح الاهتمام بفرق الموهوبين في مختلف الاختصاصات الرياضية أمرا معتادا و في كل المؤسسات المنظمة، و يرجع ذلك على إيمان المسؤولين بأن هؤلاء هم القاعدة الأساسية لأي نجاح رياضي مستقبلي. و لم يقف الأمر عند حد اهتمام المؤسسات الرياضية بما تحويه من أندية أو مراكز رياضية بالموهوبين بل إن الأمر قد تعدى ذلك بتبني الدول لعدد من مشاريع تضمن لها رعاية هذه الطاقات الشبانية، و على سبيل المثال إنشاء المدارس الرياضية الخاصة كما هو حادث في بعض الدول المتقدمة مثل الصين ، ألمانيا ، روسيا، و كذا الجزائر التي تعد حاليا من الدول التي تنتشد التقدم وتسعى إلى الرقي و تجعل الاهتمام برعاية الطفولة والشباب هدفا أساسيا تسعى إلى تحقيقه من خلال توفير جميع الإمكانيات المالية والإدارية والفنية وحشد كل ما يثرى الجوانب التعليمية ليتم إعدادهم إعدادا تربويا سليما. و من المعروف أن ظاهرة الفروق الفردية ظاهرة عامة بين أفراد الجنس البشري و هي تحدث بين جميع الأفراد في الجانب البدني، المهاري، العقلي و غيرها من الجوانب الأخرى، و يترتب على هذه الظاهرة بعض المشكلات من أهمها كيفية الحكم على استعدادات و قدرات الأفراد و محاولة الاستفادة من هذه الظاهرة في وضع الفرد المناسب في المكان المناسب لاستعدادات ه و قدراته. و في هذا المجال يذكر (ف.جوكاديف) " أن أي فتى حاليا لديه نمو طبيعي فيما يخص عناصر اللياقة البدنية من حقه أن يحصل على فرصة كي يصبح بطلا" (7:299). فلا سبيل للوصول لهذه الأهداف إلا بالعناية البالغة بالأجيال الناشئة و محاولة تزويدهم بالقسط الأكبر من الاهتمام و العمل الجاد، و لا يتم هذا إلا بواسطة العملية التربوية و التي تعتمد بدورها على فهم النشئ و توجيههم وفق موهبتهم في الحياة من قدرات و استعدادات و تنميتها لما فيه خير لهؤلاء النشئ و خير للوطن. و من هنا تظهر أهمية الانتقاء حيث يتم اختيار أفضل الموهوبين في نشاط رياضي معين للوصول إلى المستويات العالية من خلال أسس علمية مع حسن التوجيه نحو النشاط الرياضي الذي يتفق مع استعداداتهم و قدراتهم، و لا شك أن أحد الأهداف الرئيسية لمادة التربية البدنية بالجزائر تكمن في هذا الجانب الأساسي و الحيوي و خاصة أن المدرسة تعد خزان حقيقي للأبطال. و من هذا المنطلق رأى الباحث أن يقوم بدراسة استطلاع رأي مدربين العاب القوى بالغرب الجزائري بغية الكشف عن أهم النظم و الأسس المتبعة ضمن واقعنا المحلي في عملية انتقاء الموهوبين الذين تمكنهم قدراتهم و استعداداتهم من تحقيق أفضل النتائج الرياضية على الصعيد الوطني و الدولي بالعاب القوى . و للمساعدة في حل هذه الإشكالية يتوجب الإجابة على التساؤلات التالية:

1. ما هو نوع التقويم السائد من حيث أسس انتقاء التلاميذ الموهوبين في بعض أنشطة العاب القوى

ضمن

واقعنا المحلي؟.

أهداف البحث:

1. يهدف هذا البحث إلى تقويم أسس انتقاء الموهوبين لممارسة مختلف مسابقات العاب القوى بالغرب الجزائري. و هذا من خلال :

- تحديد أهم النظم و الأسس الفنية المقترحة من أجل انتقاء أفضل الموهوبين لمسابقات العاب القوى

- تحديد المراحل السنوية المناسبة لبدء عملية الانتقاء و الفترات المناسبة لمراحل الانتقاء.

- تحديد السباقات التي يساهم فيها الانتقاء بصورة أكثر فاعلية في تحقيق إنجازات رقمية متميزة.

فروض البحث:

1. إن أسس انتقاء الموهوبين لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى و طبقا للواقع المحلي تتجه نحو التقويم الذاتي.

- أهمية البحث:

يتطلب التقدم العلمي من حولنا مواكبة البحث العلمي لحل المشكلات في مجالات الحياة المختلفة، لتحقيق الأهداف المنشودة للتربية البدنية، و يجب أن نضع في الاعتبار أن الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العالية لا يسمح إلا للمبتدئين الذين تتفق مواهبهم و قدراتهم و استعداداتهم مع الخصائص الفردية المطلوبة لنوع الفعالية الذي يتم تخصص المبتدئ فيها. و منه تكمن أهمية هذا البحث في النقاط التالية:

- التصدي لقضية هامة من قضايا التربية البدنية و هي قضية الفروق الفردية و الانتقاء في اختيار العناصر الصالحة و الموهوبة فقط توفيراً للوقت و الجهد و المال عن طريق وضع الضوابط لممارسة النشاط الرياضي و هذا بناءً على تقويم أسس انتقاء الموهوبين لمسابقات العاب القوى على ضوء واقعها المحلي.

- خلق أرضية خصبة للبحث في مجال التربية البدنية من حيث انتقاء التلاميذ في بعض التخصصات الرياضية في العاب القوى .

- خلق أرضية تعاون و تنسيق بين المدارس و الأندية الرياضية من حيث انتقاء الموهوبين و توجيههم نحو الفرق الرياضية. باعتبار أن المدرسة خزان حقيقي للأبطال.

- بمصطلحات البحث:

حالياً فإن من أهم المصاعب التي يتعرض لها الباحث تداخل للمصطلحات و المفاهيم و في هذا الشأن يذكر الطاهر سعد الله أن "من أخطر الصعوبات التي تواجه الباحثين في ميادين العلوم الإنسانية هي عموميات لغتها" (29:3). و على هذا الأساس سيتطرق الباحث إلى توضيح المصطلحات الأساسية لهذا البحث كوسيلة لضمان سهولة الفهم لمضمون هذا البحث العلمي. و هي كالتالي:

- **التقويم:** هو إصدار أحكام عن قيمة الأشياء أو الأشخاص أو الموضوعات و يمتد إلى مفهوم التحسين أو التعديل

- **أسس انتقاء:** نعني بها إجراءات مجموع مواصفات انتقاء الموهوبين لممارسة مختلف مسابقات العاب القوى على ضوء الواقع، و التي مصدرها عادة و جهات نظر المدربين و خبراتهم العلمية في ميدان التدريب الرياضي.

- **الانتقاء:** "الانتقاء هو الاختيار أو الانتخاب" (82:4). و يعرفه مفتي إبراهيم حماد بأنه "عملية يتم من خلالها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين من خلال عدد كبير منهم طبقاً لمحددات معينة" (309:13). أما حسن علاوي فيرى بأنه "انتقاء أفضل العناصر التي تتميز باستعدادات معينة تسمح التنبؤ بإمكانية الوصول إلى المستويات الرياضية العالية" (110:11)، بينما يعرفه عادل عبد البصير عن زاتسيورسكي (zatsyorski) بأنه عملية يتم من خلالها اختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية مبنية على المراحل المختلفة لإعداد الرياضي (435:5). و يرى الباحث أن الانتقاء هو عملية اختيار الموهوبين ممن يتمتعون باستعدادات و قدرات خاصة تتطلبها طبيعة نشاطهم الرياضي.

- **الموهوبين:** يرى الباحث أن الطفل الناشئ هو من يتميز على أقرانه من الأطفال من ناحية الطاقات و القدرات الكامنة لديه، و هو ذلك الفرد الذي يمكنه تحقيق النجاح في المستقبل إذا ما حضي بالاكشاف المبكر و بالعناية اللازمة و تنحصر أعمارهم من السن 10 المعروف بصنف الكتاكيت إلى غاية السن 15 المعروف بصنف الأشبال، و حسب تصنيف الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى.

- **الواقع المحلي:** يعني إجراءات مسألة تعامل مجتمع البحث (مدربي العاب القوى) مع قضية الفروق الفردية و الأسس المعتمدة في انتقاء الموهوبين لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى.

-العاب القوى: هي مجموعة من الأنشطة الحركية المنظمة ذات الطابع الفردي و التي تنجز في وسط مستقر من مضمار و ميادين و هي تشمل كل من فعاليات العدو و الجري و الرمي و الوثب و تحكمتها قوانين صادرة من قبل الاتحاد الدولي لألعاب القوى (15:17). كما تعتبر أم الرياضيات الأخرى و عروس الألعاب الأولمبية الحديثة و تقاس بها الحضارات و الشعوب فضلا عن ذلك فإنها تخلق في الفرد التكامل البدني و المهاري و النفسي و الأخلاقي.

-الدراسات السابقة:

1. دراسة د. أحمد محمد أحمد عبد الله، د. إسماعيل أحمد حسن (1994): "تقويم بعض المستويات المعيارية لانتقاء الناشئين بمدارس الموهوبين رياضيا". (17:2-38)

تهدف الدراسة إلى وضع و تقويم بعض المستويات المعيارية للقياسات الأنثروبومترية و الفسيولوجية و البدنية و المهارية لانتقاء الناشئين بمدارس الموهوبين رياضيا من خلال النتائج التي حققها الناشئون فعلا و قبلوا على أساسها بمدارس الموهوبين رياضيا. و لأجل الوصول إلى تحقيق هدف البحث استخدم الباحث المنهج المسحي. حيث بلغت عينة البحث 326 ناشئ. و قصد انتقاء الناشئين بمدارس الموهوبين رياضيا استخدم الباحثان الوسائل التالية:- القياسات الأنثروبومترية: قياس الطول و الوزن، طول العضد، محيط الساعد، الوزن النسبي لكتلة الدهن. أما عن أهم الاختبارات فسيولوجية فقد تم قياس المستهلك الأقصى للأكسوجين، النبض، القدرة الاستراتيجية. بينما بالنسبة للجانب البدني و المهاري استخدم الباحثان الاختبارات التالية: العدو 30م، الوثب العمودي، الوثب من الثبات، جري التحمل، الوثب المتعدد، المرونة. و من أهم النتائج المتوصل إليها ما يلي: - يعتبر العمر 10-13 سنة أهم مرحلة التي تسمح بالتعرف على معظم المواصفات المتعلقة بالموهوبين. و منه يوصى باستخدام المستويات المعيارية التي خلصت إليها هذه الدراسة حتى تكون مرجع للعمل الميداني. مع الاعتماد على اختبارات علمية مقننة لتقدير المستوى البدني و المهاري و الفسيولوجي لدى اللاعبين في هذه المرحلة العمرية.

2. دراسة أبو المكارم عبيد أبو الحمد، وسيلة محمد مهران "تقويم أسس انتقاء الناشئين لمسابقات الميدان و المضمار". (16-3:1): و قد هدفت هذه الدراسة إلى تقويم أسس انتقاء الناشئين لمسابقات الميدان و المضمار من خلال: - تحديد أهم النظم المقترحة من أجل انتقاء أفضل للناشئين لمسابقات الميدان و المضمار.

- تحديد المراحل السنوية المناسبة للبدء في عملية الانتقاء، و الفترات الزمنية المناسبة لمراحل الانتقاء.
- تحديد السباقات التي يساهم فيها الانتقاء بصورة أكثر فاعلية في تحقيق إنجازات رقمية متميزة.
- و قد استخدم الباحثان المنهج الوصفي المسحي لملائمته لطبيعة هذه الدراسة. حيث بلغ حجم العينة 120 تجمع بين مدربي ألعاب القوى و مدرسي التربية الرياضية الذين يعملون في مجال مسابقات الميدان و المضمار.

- و من أهم النتائج المتوصل إليها هي ضرورة وجود نظام محدد يتم تقنينه و الإشراف عليه من قبل إتحاد اللعبة المختص للكشف المبكر عن الموهوبين. - أن الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية و القياسات الجسمية تفضل عن الاختبارات المعملية من أجل الاكتشاف المبكر للناشئين.
- أن الحاجة أصبحت ماسة لوجود مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء الناشئين.
- أن مدرسي و مدرسات التربية الرياضية ليس لديهم إمام كاف بوسائل انتقاء الناشئين.
- أن الانتقاء المبكر للناشئين له أهمية كبرى حيث يبدأ الانتقاء التمهيدي من سن 6-8 سنوات.
- و منه يوصي الباحثان بضرورة وضع نظام محدد و مقنن لانتقاء الناشئين لمختلف مسابقات الميدان و المضمار يشرف على تنفيذه الهيئات المعنية. و الاعتماد على الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية و القياسات الجسمية للناشئين مع ضرورة وضع مستويات معيارية للمراحل السنوية المختلفة للكشف عن

-معدلات النمو خلال مراحل الانتقاء المختلفة.مع ضرورة البدء المبكر لانتقاء الناشئين و خاصة السباقات التي تتطلب جوانب فنية أكثر تعقيدا.

3. دراسة جون كلود،فرانك كلوتي(2003):تقويم أسس انتقاء الناشئين في مسابقة العشاري (9-11)سنة (19).و قد هدفت هذه الدراسة إلى تقويم أسس انتقاء الناشئين في مسابقة العشاري ، مع الكشف عن المتميزين في مسابقة العشاري المصغرة (Décapoussins) .و قد أنجزت هذه الدراسة على مجموعة من الأطفال الناشئين قدرت بـ 65 طفلا. و من اهم نتائج البحث المتوصل إليها هي أن نظام التقويم المستمر باستخدام الألوان أعطى للرياضي قدرة على تمييز دقيق لمستويات الإنجاز الرياضي المرغوب تحقيقها. و منه يوصى بالحرص على الكشف المبكر للناشئين في ألعاب القوى و الفعاليات المركبة بشكل خاص لتزاد فرص نجاحهم مستقبلا.و كذا التركيز على انجاز دراسات حول تقويم أسس انتقاء الرياضي للناشئين في مختلف أنشطة ألعاب القوى.

- إجراءات البحث:

- منهج البحث: إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى حقيقة معينة (8:89).و حسب طبيعة و متطلبات البحث استخدم الباحث المنهج المسحي.

-عينة البحث: شملت عينة البحث 60 مدربا و الذين يعملون في حقل التدريب الرياضي بألعاب القوى على مستوى الغرب الجزائري .

- مجالات البحث:

- المجال الزمني: امتدت فترة البحث من 2007/11/12-2008/03/12

- مجال المكاني: تمثل المجال المكاني بمختلف ميادين لأندية ألعاب القوى لبعض ولايات الغرب الجزائري .

- المجال البشري: و قد تمثل في عينة من مدربي ألعاب القوى قدرت بـ 60 مدربا يمارسون نشاطاتهم على مستوى الأندية الرياضية لبعض ولايات الغرب الجزائري (مستغانم،وهران،غليزان،تسمسيلت،تيارت،الشلف، تلمسان،معسكر، سعيدة).

-أدوات البحث: لقد تطلب انجاز هذا البحث العلمي استخدام بعض الأدوات التالية:

- الإلمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة في كل من المصادر والمراجع العربية و الأجنبية، المجالات، المحاضرات و الملتقيات العلمية،و الانترنت.

-الملاحظة الميدانية، و المقابلة الشخصية مع بعض رؤساء رابطة ألعاب القوى

-استمارة لاستطلاع رأي مدربي ألعاب القوى

- الوسائل الإحصائية :

لقد اعتمد الباحث خلال المعالجة الإحصائية للنتائج الخام المتحصل عليها على استخدام كلا من النسبة المئوية،مقياس النزعة المركزية و تمثل في المتوسط الحسابي.مقياس التشتت(الانحراف المعياري).و مقياس العلاقة بين المتغيرات و تمثل في معامل الارتباط البسيط لبيرسون.بما في ذلك معامل الصدق الذاتي.

2. و فيما يلي أهم النتائج التي خلصت إليها هذه الدراسة العلمية: الدراسة الاستطلاعية: (استطلاع رأي مدربي العاب القوى):

- وقد تجلت أغراض التجربة الاستطلاعية فيما يلي:

- إلقاء نظرة حول واقع الأسس العلمية المنتهجة من قبل المدربين في انتقاء الموهوبين لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى.
- الوصول إلى أفضل الطرق لتطبيق أدوات البحث التي تؤدي بدورها إلى الحصول على نتائج صادقة.
- تحديد الصعوبات و المشاكل التي قد تواجه الباحث خلال الدراسة الأساسية.
- قياس صلاحية الاستمارة المراد استعمالها في التجربة الأصلية لمعرفة مدى تمتعها بالشروط العلمية من حيث الصدق،الثبات و الموضوعية حتى يكون لها ثقل علمي.
- اختيار الوسائل الإحصائية المناسبة.

- قام الباحث خلال هذه الخطوة بإعداد استمارة لاستطلاع رأي موجه لمدربي العاب القوى مكونة من عدة أسئلة،حيث تم الاعتماد على طريقة ليكترت "likert technique" في إعدادها كون أنها تمدنا بمعلومات أكثر عن المستجيب نظرا لأنه يستجيب لكل عبارة،كما تقيس درجة من الاتجاه لكل عبارة حيث تم تقويم كل عبارة على أساس ميزان تقدير ثلاثي (3-2-1) أو (أوافق بقوة- أوافق - لا أوافق)، و في هذا الشأن يذكر حسين عبد الحميد رشوان:"أن الاستمارة لاستطلاع الرأي تعد من وسائل جمع البيانات انتشرت في كثير من البحوث الميدانية و يأتي ذلك عن طريق استمارة أو كشف يضم مجموعة من الأسئلة المكتوبة حول موضوع البحث و التي توجه للأفراد بغية الحصول على بيانات موضوعية كمية و كيفية، من جماعات كبيرة الحجم و ذات كثافة عالية، و يقوم المجيب بالبحوث بالإجابة عليها. و غالبا ما تقوم الإجابة على اختيار واحد من عدد الاختيارات"(6: 167). و خلال المعالجة الإحصائية استخدم الباحث أسهل طريقة لوصف الاتجاه و هي توضيح النسبة المئوية للمستجيبين على كل عبارة بمفردها.

وقد قام الباحث باتباع الخطوات التالية لإعداد هذه الاستمارة:

- تحديد المحاور اللازمة لاستطلاع الرأي و ذلك في ضوء الدراسات النظرية و المصادر و المراجع ذات الصلة بالبحث.و بعد إعدادها في شكلها الأولي عرضت على بعض الأساتذة المحكمين (صدق المحكمين: أ.د قصي محمود مهدي القيسي،أ.د رياض علي الراوي،د بن دحمان أ.د سميرة عرابي، د.إيمان شاكر محمود من الأردن .د.بومسجد عبد القادر،د شعلال،بن فلاوز تواتي). و بناء على ملاحظاتهم العلمية أدخلت عدة تعديلات في الاستمارة إلا أن أصبحت في صورتها النهائية حيث وضعت عبارات مناسبة لكل محور بشكل يتصف بالوضوح و لا يحتاج إلى تفسير أو شرح، أما عن ترتيبها فقد تم بطريقة عشوائية.و في هذا الشأن ذكر الأساتذة المحكمون أن الاستمارة بصورتها الراهنة تتضمن مفردات ترتبط ارتباطا جوهريا بالهدف.كما أن مفردات الاستمارة بحالتها الراهنة صحيحة و دقيقة و شاملة.(و هذا ما يصطلح عليه بصدق المحتوى) .

و يشير الباحث أن التعديلات التي تم إدخالها على الاستمارة قد أثرت و أكدت سلامتها و قدرتها على قياس ما وضع لقياسه و بهذا كله تعتبر الاستمارة صادقة، و أنه يمكن تطبيقها على عينة من المجتمع الأصلي.

- و لقد اشتملت هذه الأداة على محورين أساسيين هما:

-**المحور الأول:** نظم انتقاء الموهوبين لمسابقات العاب القوى.

-**المحور الثاني:** الأسس العلمية لانتقاء الموهوبين في العاب القوى.

تم حساب ثبات الاستمارة و ذلك من خلال إعادة تطبيقها بعد أسبوع من الوقت على ستة مدربين في العاب القوى بولاية مستغانم، و هم من نفس المجتمع الأصلي حيث اختيروا بطريقة عشوائية، و قد تم

ذلك خلال الفترة من 07/12/10 إلى 07/12/15. و بعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون تم تقدير قيمة معامل الثبات حسب كل محور، كما هي موضحة في الجدول التالي:

معامل الثبات	محاور الاستمارة
0.88	نظم انتقاء الموهوبين لمسابقات العاب القوى
0.90	الأسس العلمية لانتقاء الموهوبين في العاب القوى

جدول رقم (01) يوضح قيم معامل الثبات لمحوري الاستبيان الموجه لعينة مدربي العاب القوى

لقد تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول (01) أن قيم "ر" المحسوبة بلغت 0,88 بالنسبة للمحور الأول

و 0,90 بالنسبة للمحور الثاني و هي قريبة من القيمة 1 ، مما يشير إلى وجود ارتباط قوي بين النتائج القبلية

و البعدية، و عليه خلص الباحث إلا أن استمارة استطلاع الرأي الموجهة إلى مدربي العاب القوى تتمتع بثبات عالي. و فور ذلك وزعت على عينة من مدربي العاب القوى بلغ حجمها 80 مدرب من بعض ولايات الغرب الجزائري، و خلال عملية التوزيع تم الاعتماد على المقابلة المباشرة و بعض الوسطاء و قد تمت هذه العملية خلال المناسبات الرياضية الجهوية و الوطنية. و قد بلغ عدد الاستمارات المسترجعة 60 من المجموع الكلي أي ما يعادل 75 % ، كما امتدت هذه المرحلة من تاريخ 2008/01/25 إلى 2008/03/19.

-تحليل نتائج استمارة استطلاع رأي موجهة لمدربي العاب القوى :

بعد التفريغ و التحليل للاستمارات المسترجعة حيث تم تقويم كل عبارة على أساس ميزان تقدير ثلاثي (1-2-3) أو (أوافق - أوافق إلى حد ما - لا أوافق) و بذلك أصبحت الدرجة النهائية لكل عبارة 180 درجة مصدرها [60(مدرب)3x(أوافق)]. و بعد عملية تفريغ الإجابات تم الحصول على النتائج التالية:

- المحور الأول: " نظم انتقاء الموهوبين لمسابقات العاب القوى "

النسبة المئوية	الدرجة المقدره	لا أو افق	أوافق	أوافق بقوة	العناصر
90.56	163	3	11	46	- أفضل أن يتم الانتقاء من خلال برنامج الرياضة المدرسية في العاب القوى من خلال متابعة المتأهلين من مرحلة لأخرى (البلدي،الولائي،الجهوي، الوطني)
71.67	129	22	7	31	-أفضل أن يتم الانتقاء من خلال نظام محدد يتم الإشراف عليه من قبل الاتحادية الجزائرية لرياضة العاب القوى.
2.224	76	47	10	3	-الإمكانات الحالية بالمدارس تسمح بتنظيم برامج لانتقاء مبكر للموهوبين في العاب القوى.
35	63	57	3	-	- الرابطة الولائية لألعاب القوى تتولى مهام انتقاء الموهوبين في العاب القوى وفق نظام خاص بها.
37.78	79	52	8	-	-المناهج الحالية في التربية البدنية تسمح باكتشاف الموهوبين لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى.
82.22	148	13	6	41	- لا يوجد نظام محدد حاليا موجه لانتقاء المبكر للموهوبين نحو ممارسة العاب القوى على المستوى الولائي،جهوي،وطني.
75.56	136	15	14	31	-الانتقاء حاليا هو قائم على العفوية أو الخصوصية (عشوائي)
95	171	2	5	53	-أفضل تنظيم عملية الانتقاء المبكر للموهوبين في نوع من فعاليات العاب القوى التالية:- العدو الريفي(مدرسي أو غيره).
98.89	178	-	2	58	-العدو و الجري بأنواعه(الحواجز) داخل المضمار.
76.67	138	13	16	31	-الوثب (طويل، ثلاثي، عالي).
62.22	112	20	28	12	-دفع الجلة، رمي القرص، الرمح.
38.33	69	57	5	02	-المسابقات المركبة(الرباعي:عدو60م،وثب طويل،دفع جلة،1200م)

جدول رقم (02) النسب المئوية لمجموع الدرجات الخاصة بتقويم نظم انتقاء الموهوبين في العاب القوى

يتضح من الجدول أعلاه أن أعلى نسبة من الآراء تتجه نحو تفضيل المدربين عملية الانتقاء من خلال برنامج الرياضة المدرسية في العاب القوى و ذلك من خلال متابعة المتأهلين من مرحلة لأخرى (الدور البلدي،الولائي، الجهوي، الوطني)،حيث بلغت نسبة الموافقة 56,90%، و في نفس الاتجاه كان ترتيب المسابقات التي يسهم الانتقاء بصورة أكثر فاعلية في تحقيق انجازات رقمية متميزة لها حيث سجلت نسب عالية من الموافقة بلغت 95% و هذا حول تنظيم عملية الانتقاء خلال العدو الريفي سواء المدرسي أو غيره،أما العدو و الجري بأنواعه (الحواجز) داخل المضمار فقد كان النظام الأكثر تفضيلا و انتهاجا بالنسبة للمدربين و هذا بنسبة موافقة بلغت 98,89% . أما عن الانتقاء في بقية الفعاليات الأخرى فقد سجل نسب متوسطة و هي كالتالي:

أما عن دور الرابطة " ligue d'athlétisme "في خدمة العاب القوى و المجتمع الأصلي على المستوى المحلي فقد كانت الموافقة بنسبة ضعيفة بلغت 35% و هذا من حيث أنها تتولى مهام انتقاء الموهوبين في العاب القوى وفق نظام خاص بها.

و بخصوص مدى إمكانية وجود نظام متبع قصد الانتقاء الرياضي في العاب القوى، فقد تبين طبقا لرأي عينة المستجوبين أنه لا يوجد نظام محدد حاليا موجه لانتقاء المبكر للموهوبين نحو ممارسة العاب القوى

على المستوى الولائي، جهوي، وطني و هذا نسبة الموافقة 82,22% ، كما أن الانتقاء حاليا هو قائم على الخصوصية أو العشوائية دون مراعاة لمعايير أو محكات متنوعة و هذا بنسبة موافقة بلغت 75.56% . و يشير الباحث أن هذه النتائج جاءت مخالفة لرأي فلاديمير نيكولايفيتش بلاتنوف القائل بأنه "يجب مراعاة خلال عملية الانتقاء الأولي (التمهيدي) مدى تطابق بين الاختيار المرغوب فيه من قبل الطفل و الخصائص، المورفولوجية و الفسيولوجية ، و القدرات البدنية و العقلية" (228:18).

المحور الثاني: الأسس العلمية لانتقاء الموهوبين في ألعاب القوى

العناصر	أوافق	أوافق إلى حد ما	لا أوافق	الدرجة المقدره	النسبة المئوية
- من أجل الانتقاء المبكر للموهوبين لممارسة مختلف فعاليات ألعاب القوى استخدم:- الاختبارات المعملية. - الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية. - بعض المؤشرات المورفولوجية و الفسيولوجية	4	-	-	12	6.67
	45	-	-	135	75
	11	-	-	33	18.33
- اعتمد على الملاحظة الذاتية خلال مسابقات العدو الريفي لانتقاء الموهوبين مبكرا.	47	13	-	167	92.78
- ضرورة وجود محكات، أو درجات معيارية أو مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء الموهوبين في مختلف فعاليات ألعاب القوى.	49	11	-	169	93.89
- لا توجد بطارية اختبار معممة لانتقاء الموهوبين في ألعاب القوى بالجزائر	39	13	8	151	83.89
- يتم الانتقاء التمهيدي للموهوبين لممارسة ألعاب القوى بشكل عام ابتداء من سن: - 4 إلى 5 سنوات. - 6 إلى 8 سنوات. - 9 على 12 سنوات. - 13 على 15 سنة.	5	-	-	15	8.33
	17	-	-	51	28.33
	37	-	-	111	61.67
	3	-	-	9	5
- أفضل أن يتم الانتقاء على مراحل زمنية ذات : - المدى القصير: (من سنة إلى سنتين) - المدى المتوسط: (من ثلاث إلى أربع سنوات) - المدى الطويل: (أكثر من أربع سنوات)	34	-	-	102	56.67
	20	-	-	60	33.33
	6	-	-	18	10
المدرّبون مؤهلون للعمل ميدانيا مع الموهوبين و خاصة في مرحلة الانتقاء التمهيدي المبكر في ألعاب القوى.	-	07	53	85	3722.
- إن بداية إعداد رياضي لمختلف فعاليات ألعاب القوى متوقفة على ممارسة الناشئ للمسابقات المركبة بعد الانتقاء مبكر وفق محددات معينة و هذا خلال مرحلة: - 6- 9 سنوات. - 10- 12 سنة. - 13 سنة فما فوق .	13	-	-	39	21.67
	36	-	-	108	60
	11	-	-	33	18.33

جدول رقم (03) النسب المئوية لمجموع الدرجات الخاصة بتقويم الأسس العلمية لانتقاء الموهوبين في ألعاب القوى

لقد تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه أن غالبية المدربين و بنسبة موافقة عالية بلغت 75% يفضلون الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية عن الاختبارات المعملية المقدره بنسبة 6.67% ،

و إلى الاعتماد على بعض المقاييس (المؤشرات) المرفولوجية و الفسيولوجية بنسبة 18.33%، وهذا التباين في نسب الموافقة راجع لسهولة أداء الاختبارات البدنية ميدانيا و إلى عدم تكلفتها و قلة الإمكانيات التي تتطلبها بالإضافة إلى أنها تعد مؤشرا عن سلامة الأجهزة الوظيفية و يشير الباحث أن هذه النتائج قد اتفقت مع رأي محمد حسن علاوي القائل: "بان صفة التحمل الدوري التنفسي تعبر عن سلامة الجهاز الدوري التنفسي و تعبر صفتي القوة و السرعة عن سلامة الجهاز العضلي و العصبي" (3:12)، كما اتفقت مع رأي ألفورد (1992)alford القائل بأن: "أن الاختبارات المعملية يمكن أن تستخدم كأدوات لضبط و إحكام عملية التدريب الرياضي في ألعاب القوى و لكنها غير منتشرة الاستخدام من أجل انتقاء المواهب" (16).

و عن مدى استخدام الملاحظة كوسيلة ميدانية لأجل الكشف المبكر عن الموهوبين فقد تبين أن هنالك إجماع لعينة المستجوبين بالاعتماد على الملاحظة الذاتية خلال مسابقات العدو الريفي لانتقاء الموهوبين مبكرا و هذا بنسبة موافقة بلغت 92.78%. و يشير الباحث أن هذا النوع من التقويم (ذاتي) هو مبني على الخبرة الرياضية و يبقى محدود نحو الانتقاء المبكر للموهوبين في ألعاب القوى.

و عن مدى استخدام التقويم الموضوعي لنفس الأهداف، تبين أن عينة المدربين و بنسبة موافقة بلغت 93.89% يؤكدون على ضرورة وجود محكات، أو درجات معيارية أو مستويات معيارية محلية يتم من خلالها انتقاء الموهوبين في مختلف فعاليات ألعاب القوى. و في نفس السياق تم التأكيد على عدم وجود بطارية اختبار معممة لانتقاء الموهوبين في ألعاب القوى بالجزائر و هذا بنسبة موافقة بلغت 83.89%. أما عن سن المناسب لبداية انتقاء الموهوبين لممارسة مختلف أنشطة ألعاب القوى من وجهة نظرهم و خبرتهم الميدانية فقد سجل تباين من حيث النسب الموضحة في الجدول أعلاه و هو لصالح تفضيل الأغلبية المرحلة السنوية 9 إلى 12 سنة، و هذا بنسبة موافقة بلغت 61.67%. و يشير الباحث أن النتائج المتحصل عليها في هذه الفقرة تتفق مع ما جاء في تقدير فيناك " أن مسالة انتقاء الموهوبين يجب أن تتم بحرص و عناية و في وقت مبكر من 6-12 سنة و هذا حسب الاختصاصات الرياضية، كون أن مستوى الانجاز الرياضي لا يمكن أن يبلغ ذروته إلا بعد عمل منهجي منظم مبني على أسس علمية و لمدة طويلة و حسب كل اختصاص رياضي (15:92). و في نفس الفقرة اتفقت النتائج مع رأي قاسم المندلاوي و آخران: "على أن مسالة اختيار الموهوبين ينبغي أن تكون في المرحلة العمرية (10-13) سنة، حيث تعتمد هذه العملية على ملاحظة أعداد كبيرة جدا من التلاميذ في المدارس كما تجرى عليهم أيضا اختبارات بسيطة لتقويم انجازاتهم من جميع النواحي. فالاختبارات المختارة ينبغي أن تكون بسيطة و لا تحتاج إلى أدوات معقدة، كما و أنها لا تتطلب اختصاصيين لتنفيذها" (9:71).

بينما السن المفضل لبداية إعداد رياضي لمختلف فعاليات ألعاب القوى مستقبلا فهو منحصر ضمن المرحلة العمرية 10-12 سنة التي يتم خلالها انتقاء أفضل الموهوبين وفق محددات معينة لممارسة مسابقة الرباعي و هذا بنسبة موافقة بلغت 60%. و قد اتفقت هذه النتائج مع رأي زاتسيوركي القائل: " أن عملية الانتقاء في المجال الرياضي يتم من خلالها اختيار أفضل العناصر من الرياضيين في فترات زمنية معينة وفقا لمراحل الإعداد الرياضي المختلفة" (14:37).

و فيما يخص طول كل مرحلة من مراحل الانتقاء و المسابقات التي يسهم فيها عملية الانتقاء بشكل أكثر فاعلية في تحقيق الإنجاز الرياضي (الرقمي)، فقد تبين أن المدربين يفضلون أن يتم الانتقاء على المدى القصير و هذا بنسبة موافقة بلغت 56.67%. أما عن المستوى التأهيلي فقد تبين أن المدربون مؤهلون للعمل ميدانيا مع الموهوبين و خاصة في مرحلة الانتقاء التمهيدي المبكر في ألعاب القوى و هذا بنسبة ضعيفة بلغت 37.22% .

- المقابلة المباشرة :

و يشير الباحث أنه قصد تعزيز و تدعيم ما خلصت إليه عملية استطلاع رأي مدربي ألعاب القوى من أحكام سابقة حول الظاهرة موضوع البحث، تم استخدام و تبعا لمنهجية البحث وسيلة أخرى من ضمن وسائل جمع المعلومات و هي المقابلة شخصية حيث تعرف حسب محمد حسن علاوى وأسامة كامل راتب "بالاستبيان الشفهي موجهة إلى شخص أو لعدة أشخاص بهدف الحصول على أنواع معينة من البيانات أو المعلومات المفيدة في البحث العلمي" (10:175). وفي هذا السياق اعتمد الباحث على المقابلة المقننة كون المستوجب فيها اعتمد على توجيهات محددة من طرف الباحث و التي تمحورت حول معرفة واقع استخدام الاختبارات والقياسات لانتقاء الموهوبين من الوسط المدرسي لممارسة الفعاليات ألعاب القوى. ولقد شملت المقابلة مسؤولي ألعاب القوى لبعض ولايات الغرب الجزائري. و بعد الأخذ والعطاء، الحوار والتفاعل في جو من الصداقة والأخوة وعلاقة الود إضافة إلى مراعاة الباحث لبعض الاعتبارات كإعطاء المستوجب الوقت الكافي للإجابة. و عدم توجيه أكثر من سؤال في وقت واحد حتى لا يحدث الخلط في الإجابة، كما تم مراعاة المستوى الثقافي للمستوجب حيث عمل الباحث على تبسيط الأسئلة للمستوجب لتفاديه الإحراج و لضمان إجابات واضحة تخدم موضوع البحث. وعليه خلص الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- أفضل سن لممارسة ألعاب القوى يكون ابتداء من 10 سنوات .
- نقص التكوين للمدربين والإمكانيات والوسائل.
- هناك نقص من حيث التواصل و التعاون بين المدارس و الأندية الرياضية في الكشف عن الطاقات الشبانية و توجيهها حسب قدراتها إلى الأندية الرياضية .
- ضعف في إتباع و مساندة الموهوبين منذ تكوينهم والعناية بهم .
- يوجد سلم تنقيطي واحدا على المستوى الوطني معتمد و مطبق على فئة البراعم (12-13) سنة و لكن يخدم المسابقات المركبة لأكثر.
- على الرغم من تطور وسائل القياس الحديثة إلا أن مسألة الانتقاء لا زالت تخضع للخبرة الشخصية و الصدفة،
- و الملاحظة الميدانية خلال المسابقات داخل المضمار و في العدو الريفي خاصة، وفي بعض الأحيان ينعدم الانتقاء
- بحيث كل من جاء ينخرط و يمضي وقت من التدريبات العشوائية التي تحدث تطور سرعان ما ينحصر .
- المدرسة خزان حقيقي للأبطال و لها دور كبير فيما إذا حضيت بالاهتمام اللازم و الضروري كما هو الشأن لدى بعض الدول المتطورة .
- ضرورة تعليم مختلف فعاليات ألعاب القوى بدرس التربية البدنية و الحرص دمجها ضمن برنامج المسابقة المدرسية المحلية ، الجهوية و الوطنية و ذلك لأجل الكشف المبكر للموهوبين و رعايتهم لضمان أبطال في المستقبل و في مختلف الاختصاصات بألعاب القوى.
- انتقاء العدائين لأبد أن يخضع إلى مقاييس ومعايير علمية وموضوعية من ضمنها المستويات المعيارية حسب كل اختصاص رياضي و التي هي في الواقع و بالإجماع غير متوفرة بالنسبة لمدربي ألعاب القوى، كما أصبحت اليوم هذه الوسائل مطلبا أساسيا لأي تطور رياضي .

الاستنتاجات:

- (أ) في حدود آراء عينة البحث و من خلال عرض و مناقشة النتائج تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:
- بالنسبة لنظم الانتقاء تم استنتاج ما يلي:
- تفضيل المدربين عملية الانتقاء من خلال برنامج الرياضة المدرسية في العاب القوى و ذلك من خلال متابعة المتأهلين من مرحلة لأخرى (الدور البلدي، الولائي، الجهوي، الوطني).
 - تفضيل المدربين تنظيم عملية الانتقاء بصورة أكثر فاعلية فقط خلال منافسات الجري و العدو داخل و خارج مضمار العاب القوى، أما في فعاليات الوثب و الرمي فهو بشكل متوسط، بينما على مستوى المسابقات المركبة و بشكل خاص الرباعي المناسب لمستوى الناشئين هو بشكل ضعيف.
 - لا يوجد نظام محدد حاليا موجه لانتقاء المبكر للموهوبين نحو ممارسة العاب القوى على المستوى الولائي، جهوي، وطني، كما أن الانتقاء حاليا هو قائم على العفوية و الخصوصية (ذاتي).
 - نقص الإمكانيات أو تجهيزات الرياضة بالمدارس التي تسمح بتنظيم برامج لانتقاء مبكر للموهوبين في العاب القوى.
- كما أن المناهج الحالية في التربية البدنية تساعد بنسبة ضعيفة على انتقاء الموهوبين في العاب القوى
- إن دور الرابطة الولائية لألعاب القوى يبقى ضعيف من حيث الإشراف على انتقاء الموهوبين في العاب القوى وفق نظام خاص بها.
- ضرورة وجود نظام محدد لانتقاء الموهوبين مبكرا يتم تقنينه و الإشراف عليه من قبل الاتحادية الجزائرية لرياضة العاب القوى، و تشرف على تنفيذه الربطات المحلية (الولائية).
- (ب) أما بالنسبة للأسس العلمية لانتقاء الموهوبين فقد تم استنتاج ما يلي:
- إن الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية و القياسات الجسمية تفضل عن الاختبارات المعملية من أجل الكشف المبكر عن الموهوبين.
 - اعتماد المدربين على الملاحظة الذاتية خلال مسابقات العدو الريفي لانتقاء الموهوبين مبكرا.
 - أن الحاجة أصبحت ماسة لوجود مستويات معيارية أو محكات يتم من خلالها انتقاء الموهوبين في العاب القوى.
 - لا يوجد بطارية اختبار معممة لانتقاء الموهوبين في العاب القوى بالجزائر.
 - إن السن المناسب لبداية انتقاء المبكر للموهوبين لممارسة مختلف أنشطة العاب القوى هو من 9 إلى 12 سنة.
 - إن المستوى التأهيلي للمدربين للعمل ميدانيا مع الموهوبين و خاصة في مرحلة الانتقاء التمهيدي المبكر في العاب القوى هو في حدود الضعيف.

الخلاصة:

مع التطور المذهل في تحطيم الأرقام القياسية لمسابقات العاب القوى و ارتفاع مستوى الأداء الرياضي و ما يتطلبه ذلك الارتفاع بالأحمال التدريبية بصورة دائمة فقد أصبحت عملية انتقاء الموهوبين الذين تمكنهم قدراتهم و استعداداتهم من تحقيق هذه المستويات و الأرقام من أهم المشكلات التي تواجه الأساتذة و المدربين و المسؤولين على مستوى رياضة العاب القوى بالجزائر ، حيث و مما سبق خلص الباحث إلا أن آلية الانتقاء حاليا و ضمن الواقع المحلي أصبحت تؤول نحو العمل الذاتي أو الاجتهاد الشخصي المبني على الخبرة و في ظل ضعف إمام المدربين بالأسس العلمية الحديثة لانتقاء الموهوبين في العاب القوى .و هذا النوع من الانتقاء لا يعتمد على معايير و المستويات بالمعنى الإحصائي المفهوم لذا فهو نوع اقرب إلى الانتقاء الذاتي. كما سجل الباحث غياب نظام محدد حاليا موجه لانتقاء الموهوبين نحو ممارسة العاب القوى، و كذلك إلا غياب بطارية اختبار معممة لانتقاء الموهوبين في مختلف فعاليات العاب القوى بالجزائر.

التوصيات:

- في ضوء مناقشة النتائج و الاستنتاجات يوصي الباحث بما يلي:
- وضع خطط و برامج من قبل مختصين في هذا المجال، تصب نحو تأهيل المدربين تأهيلا فنيا و علميا و خاصة في مجال الانتقاء الرياضي في العاب القوى.
- الاعتماد على الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية و المهارية و القياسات الجسمية لانتقاء الموهوبين لممارسة مختلف فعاليات العاب القوى.
- الحرص على الانتقاء المبكر للموهوبين لممارسة مختلف أنشطة العاب القوى .
- ضرورة انتقاء العدائين من خلال تحديد مستويات معيارية أو محكات مضبوطة حسب كل فعالية رياضية.
- ضرورة وجود نظام محدد لانتقاء الموهوبين مبكرا يتم تقنينه و الإشراف عليه من قبل الاتحادية الجزائرية لرياضة العاب القوى، و تشرف على تنفيذه الربطات المحلية (الولائية).

المصادر و المراجع باللغة العربية:

1. أبو المكارم عبيد أبو الحمد، وسيلة محمد مهران تقويم أسس انتقاء الناشئين لمسابقات الميدان و المضمار، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية.كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم،جامعة حلوان،العدد الخامس و العشرون،أبريل1996
2. أحمد محمد أحمد عبد الله ، د. إسماعيل أحمد حسن : "بعض المستويات المعيارية لانتقاء الناشئين بمدارس الموهوبين رياضيا .المؤتمر العلمي"التربية البدنية و الرياضية بين النظرية و التطبيق".كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة.جامعة حلوان:1994
3. الطاهر سعد الله .علاقة القدرة على التفكير الإبتكاري بالتحصيل الدراسي .ديوان المطبوعات الجامعية . الجزائر. 1991.
4. القاموس المدرسي: دار الشمال، طرابلس، لبنان، طبعة 2001،
5. بسطويسي احمد:أسس و نظريات التدريب الرياضي،دار الفكر العربي ،القاهرة،1999
6. حسين عبد الحميد رشوان، أصول البحث العلمي(الإسكندرية:مؤسسة شباب الجامعة، 2003م)
7. رسيان خريبط مجيد:النظريات العامة في التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة،ط1،دار الشروق للنشر و التوزيع،عمان،الأردن،1998،
8. عمار بوحوش، محمد الدنبيات:منهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث،ديوان المطبوعات الجامعية،الجزائر،1995.
9. قاسم المنديلاوي،محمد إبراهيم المدافعة،محمد عبد الحسن حسن:الأسس التدريبية لفعاليات العاب القوى،كلية التربية الرياضية،جامعة بغداد1990.
10. محمد حسن علاوى وأسامة كامل راتب ، البحث العلمي في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987 .
11. محمد حسن علاوي . سكولوجيا النمو المربي الرياضي . مركز الكتاب ،النشر، ط19981 .
12. محمد حسن علاوي:فسيولوجيا التدريب الرياضي،دار الفكر العربي،القاهرة،1984.
13. مفني إبراهيم حماد.التدريب الرياضي للجنسين (من الطفولة إلى المراهقة). ط1. دار الفكر العربي
14. يحي السيد الحاوي: المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، المركز العربي للنشر 2002.

المصادر و المراجع باللغة الأجنبية:

15. Jürgen weineck: Manuel d'entraînement, physiologie de la performance sportive de son développement dans l'entraînement de l'enfant et de l'adolescent, 4^{em}ed : traduit de l'allemand par Michel portman et robert handschuh, édition vigot, France, 2003.
16. N,S,A, Round table, topic talent identification , the iaaf quarterly magazine vol (7-3), London,1992,
17. Patrick (s.), l'athlétisme en eps (didacthlétisme 2), Edition Vigot, Paris, 1996,
18. Vladimir nicolaievitch Platonov : l'entraînement sportif, théorie et méthodologie, traduit du russe par n.jonco et d,wattez, en collaboration avec j.r,lacour professeur de physiologie à la faculté de médecine de saint-etienne, édition revue eps, 1984, France, .
19. <http://perso.wanadoo.fr/gilles.follereau/divers/dpoussin.htm> (par :Jean-Claude ARMAND-Franck CLOTET)

أثر برنامج تدريبي مقترح للفترة الإعدادية لتطوير الجانب البدني و المهاري لدى لاعبات كرة القدم بفريق وهران (الجزائر)

د. بن قوة علي

د.بن قاصد علي الحاج محمد

د. بن برنو عثمان

أستاذ محاضر-أ- معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم

-ملخص :

-لقد أجمع الكثير من العلماء الباحثين في مجال التدريب الرياضي على الإعتماد على أسس علمية، وهذا للرفع من مستوى الإنجاز الرياضي و هذا تحت إشراف إطارات مؤهلة علميا و عمليا و إعداد الرياضي تحت عمل مخطط و منهجية علمية مرسومة إعدادا هادفا و متزنا، و هذا عن طريق استخدام الطرق و الوسائل الحديثة في عملية التدريب و هذا ما يظهر لنا من خلال النتائج المحصل عليها ، لأن تطبيق وحدات تدريبية في كرة القدم خاصة النسوية يتطلب معلومات و أسس علمية صحيحة و إلمام بخصائص الجنس و مراعاة الفروق بينهم و بين الرجال .

-و من تم جاء موضوع بحثنا الذي يهدف إلى تحديد أهم أسباب تدني المستوى في هذه اللعبة ،و إيجاد الحلول لها للخروج بصياغة وحدات تدريبية مقترحة تسمح بتطوير الصفات البدنية و المهاريّة للاعبات كرة القدم .

-فمن الناحية العملية فقد شملت عينة البحث في الدراسة المسحية 11 مدربا ،ولقد أثبتت نتائج هذه الدراسة أن هناك نسبة كبيرة من المدربين لا يمتلكون من المؤهلات العلمية ما يساعدهم في التدريب ،في حين عينة البحث شملت 26 لاعبة مقسمة على مجموعتين إحداهما تجريبية طبقت عليها الوحدات التدريبية، و الثانية ضابطة .

الكلمات المفتاحية: برنامج تدريبي، فترة اعدادية، جانب بدني ، جانب مهاري .

-مقدمة وإشكالية البحث:

التدريب في كرة القدم عملية طويلة و صعبة و مبنية على أسس علمية صحيحة ،هدفها تدريب و تهذيب لاعبات كرة القدم باستخدام الوسائل الخاصة و المتاحة للحصول على حالة التدريب القصوى لكل لاعبة على أساس التطوير الشامل لشخصيتها ، و لتحقيق هذا الهدف كان على المدرب تخطيط التدريب للوصول بلاعباته إلى أعلى مستوى رياضي ،و بالتالي تحقيق الهدف الذي يصبوا إليه الفريق. و لضمان رقي أفضل لرياضة كرة القدم النسوية ،كان لابد من الإهتمام بتخطيط برامج تدريبية ناجحة و فعالة ، مراعين في ذلك أحسن و أنجح الطرق و الإلمام بالمبادئ الأساسية لعلوم التدريب، و معرفة الخصائص و دراسة المراحل العمرية و الاعتناء بصفاتهن البدنية و المهاريّة و النفسية بأسلوب علمي صحيح لرفع مستوى كرة القدم النسوية .

و يرجع نجاح معظم مدربي كرة القدم النسوية في الدول الرائدة في مجال علم التدريب الحديث إلى حسن توجيه الأداء الحركي للاعبات خلال المباراة،و ذلك بالإهتمام بضرورة إتقان مهارتهن الحركية ، وثبات أدائهن لها،إضافة إلى درجة عالية في نمو الصفات البدنية مع قدرات أخرى تتعلق بالنواحي النفسية و لقد أصبح اليوم التخطيط في مجال التدريب الحديث ضروريا و هاما في إعداد اللاعبات إعدادا متزنا و متكاملا في جميع النواحي البدنية و المهاريّة ،و في هذا الصدد يقول weineck : " إن القدرة على الإنتصار و تحقيق النتائج يتوقف على الحصول على أعلى مستوى ممكن للقدرات البدنية ، المهاريّة، الخطئية و الفكرية ، لذلك و جب أن يكون هناك تخطيط منهجي منظم في التدريب الرياضي . "

و من هذا المنطلق جاءت الأهمية و التركيز على وضع وحدات تدريبية للفنيات في المرحلة الإعدادية ، و التي تعتبر من أهم و أخرج المراحل في الخطة السنوية ، و التي من خلال الإهتمام بها يمكن رفع المستوى في هذه اللعبة ، و عليه فقد جاء موضوع بحثنا تحت عنوان : " أثر برنامج تدريبي مقترح في الفترة الإعدادية لتطوير الجانب البدني و المهاري عند لاعبات كرة القدم صنف كبريات . "

لقد أصبح من الجدير التركيز على الإعداد المتكامل للاعبات كرة القدم ، كون هذه اللعبة تفرض على لاعباتها بصفة خاصة واجبات و مهمات حركية ، إضافة إلى جهد بدني كبير و خاص بهن .

و لا يتم هذا إلا من خلال إعداد خطط تدريبية متكاملة ، تحتل فيها الفترة الإعدادية جانبا مهما و أساسيا في إعداد اللاعبات ، من خلال رفع قدراتهن البدنية، المهارية ، الخططية و النفسية قبل الدخول في فترة المنافسة ، و الحصول على النتائج الجيدة إذ تعتبر هذه الفترة (الفترة الإعدادية) أهم و أخرج فترة في الخطة السنوية .

والمأمل و المتتبع لمستوى كرة القدم النسوية يرى منذ الوهلة الأولى التذبذب في مستوى الفرق لجميع المراحل العمرية على الرغم من المساعدات و التدعيمات التي تتلقاها هذه الفرق ، إضافة إلى نقص مثل هذه البحوث العلمية في مجال التدريب النسوي ، من بين الأسباب المدعمة لتناول هذه الظاهرة و الذي أعطانا زحما قويا لدراستها.

- و لدراسة هذه المشكلة و معالجتها يستوجب علينا الإجابة على التساؤلات التالية:

1- هل أن تدني مستوى الفرق راجع إلى افتراق المدربين للكفاءة العلمية في مجال التدريب الرياضي النسوي الخاص بكرة القدم .

2- نقص وجود برامج مختصة في تطوير الصفات البدنية و المهارية للاعبات كرة القدم من أسباب تدني مستوى كرة القدم النسوية.

-أهداف البحث :

1-تسليط الضوء على أسباب ضعف المستوى الإعدادي للاعبات .

2-إعداد وحدات تدريبية مقترحة لتطوير الجانب البدني والمهاري لعينة البحث التجريبية.

3-التعرف على مدى تأثير الوحدات التدريبية المقترحة في تطوير الجانب البدني و المهاري لعينة البحث التجريبية .

-فرضيات البحث:

1-نقص الاعتماد على أسس علمية من طرف المدربين في مجال التدريب الرياضي من أسباب تدني مستوى لاعبات كرة القدم.

2-الاختبارات البعدية لعينتي البحث تظهر أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تطوير الصفات البدنية و المهارية لصالح المجموعة التجريبية .

3-الوحدات التدريبية المقترحة الخاصة بالفترة الإعدادية تأثر إيجابا في تطوير الصفات البدنية و المهارية لعينة البحث التجريبية .

-التعريف الإجرائية لمصطلحات البحث :

البرنامج التدريبي: هو الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من الواجب القيم بها لتحقيق الهدف ، كذلك يعتبر مجموعة الخبرات التعليمية المقترحة التي تتبع من المنهج ، و كل ما يتعلق بتنفيذه و يشمل : الزمن ، المدرب ، اللاعب ، الطريقة ، الإمكانيات ، المحتوى و التنظيم و غيرها من الأمور التي تزيد من إمكانيات تنفيذ المنهج .

الفترة الإعدادية: حسب MATVEIV أهم فترة من فترات المنهاج السنوي بأهدافها الخاصة و التي تحاول أن تحققها خلال فترة زمنية معينة.

- و تعرف أيضا أنها الفترة التي يصل من خلالها اللاعبين إلى مستوى عال ثابت في الجوانب البدنية ، المهارية ، النفسية و الخططية .

- و في هذه الفترة يعمل المدرب على الرفع من الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية و تطوير الصفات البدنية ، المهارات الأساسية و الكفاءة الخططية و تثبيت صفاتهم الإرادية .

الصفات البدنية: يطلق علماء التربية البدنية و الرياضية في الاتحاد السوفياتي سابقا مصطلح الصفات البدنية أو الحركية للتعبير عن القدرات الحركية و البدنية للإنسان ، بينما يطلق علماء التربية البدنية الو.م.أ عليها اسم مكونات اللياقة البدنية باعتبارها أحد مكونات اللياقة الشاملة للإنسان ، والتي تشمل على مكونات اجتماعية ، نفسية ، عاطفية.

لكن كلتا المدرستين اتفقتا على أن لها مكونات وان اختلفتا حول بعض العناصر.

- و تعرف أيضا على أنها مجموعة من الخصائص و القدرات الجسمية الأساسية للفرد و التي لها التأثير في حياته و نموه و اتزان ، و التي تتكون من الصفات التالية : التحمل ، السرعة ، القوة ، المرونة ، الرشاقة أما المدرسة الأمريكية فتسميها عناصر اللياقة البدنية.

الصفات المهارية : تعرف على أنها كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون اللعبة . سواء كانت هذه اللعبة بالكرة أو بدونها .

- و تشمل المهارات الحركية الهجومية و الدفاعية و تعتبر هذه المهارات بمثابة العمود الفقري للعبة ، و حقيقة أن للعبة 3 أركان هامة بجانب الناحية النفسية و الإعداد الذهني تراعى عند وضع مادة التدريب من خلال المواسم التدريبية و هي الإعداد البدني و المهارات الحركية و خطط اللاعب .

- و هي الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بفرد معين في إطار قانون اللعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها ، كما أنها وسيلة لتنفيذ خطط اللعب .

- **منهج البحث :** استخدمنا المنهج التجريبي

- **عينة البحث :** شملت عينة البحث ما يلي : -عينة البحث التجريبي شملت 26 لاعبة :تم إختيارهم بطريقة مقصودة موزعين كما يلي : *العينة التجريبية فريق وهران . *العينة الضابطة فريق أفاق غليزان .

- **مجالات البحث :**

أ- **المجال البشري :** شملت عينة البحث التجريبية 26 لاعبة .

ب- **المجال الزمني :** *تم إجراء الاختبارات التجريبية في الفترة الزمنية الواقعة ما بين أواخر سبتمبر و بداية شهر جانفي و الجدول يوضح المجال الزمني لإجرائها .

الإختبارات البعيدة	الإختبارات القبلية	التوقيت	عينة البحث
2/1/2009 16/1/2009	20/9/2008 26/9/2008	14 ساعة : 16 ساعة	المجموعة التجريبية
1/9/2009 23/1/2009	19/9/2008 30/9/2008	14 ساعة : 16 ساعة	المجموعة الضابطة

ج- **المجال المكاني :**

*وزعت الاستمارة الإستبائية على المدربين البعض في أماكن تدريباتهم و البعض الآخر في أماكن العمل

*أجريت جميع الاختبارات البدنية و المهارية و طبقت الوحدات التدريبية بالملاعب التالية:
-ملعب الشهيد زبانة بوهران .

-ملعب الشهيد زوقاري الطاهر بغيليزان .

-أدوات البحث : تتمثل في الطريقة أو الوسيلة التي يستطيع بها الباحث (أدوات-عينات و أجهزة) و المشكلة المطروحة هي التي تحدد للباحث وسائل بحثه، بحيث تتناسب الوسيلة مع المشكلة لهذا كان علينا في هذا البحث استخدام:

*مصادر باللغتين العربية و الفرنسية ، الإستمارة الخاصة بمفردات الإختبارات التي تم تصحيحها و اختيار ما يناسب الموضوع من طرف مجموعة من الأساتذة من معهد التربية البدنية و الرياضية ، إضافة إلى متخصصين في مجال التدريب.

-الأسس العلمية للإختبار :

ثبات الإختبار :يقصد به أن يعطي الإختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد و في نفس الظروف قامنا بإجراء ثبت الإختبار حيث طبق على عينة تتكون من 13 لاعبة من نفس الفريق ، و تم استبعادهن عن التجربة الرئيسية و بعد 10 أيام أعيد الإختبار على نفس العينة و تحت نفس الظروف ، ثم قمنا بإستخدام معامل الارتباط البسيط "بيرسون PERSSON" و بعد الكشف في جدول دلالات معامل الارتباط البسيط لمعرفة مدى ثبات الإختبار عند درجة الحرية 12 (ن-1) و مستوى الدلالة 0,05 وجد أن القيمة المحسوبة لكل إختبار أكبر من القيمة الجدولية مما يؤكد أن الإختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية صدق الإختبار :من أجل التأكد من صدق الإختبارات ،إستخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره أصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها و الذي يقاس بالجذر التربيعي لمعامل ثبات الإختبار و قد تبين أن الإختبارات تتمتع بدرجة صدق عالية.

موضوعية الإختبار :إن الإختبارات المستخدمة بعيدة عن الشك و التأويل حيث نجد مفردات الإختبارات ضمن أهداف الوحدات التدريبية كإختبار السرعة مثلا، و لهذا نعتبر مفردات الإختبارات ذات موضوعية جيدة .

جدول يبين معامل الثبات و الصدق لمجموعة الإختبارات البدنية .

معامل صدق الإختبار	معامل ثبات الإختبار	معامل الارتباط برسون الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الاحصائية الإختبارات البدنية
0,98	0,98					1-مرونة عضلات البطن
0,99	0,99	0,53	0,05	ن-1	13	2-إختبار السرعة 30 م
0,94	0,89			12		3-إختبار كوبر 12 د

جدول يبين معامل الثبات و الصدق لمجموعة الإختبارات المهارية

معامل صدق الإختبار	معامل ثبات الإختبار	معامل الارتباط برسون الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الاحصائية الإختبارات البدنية
0,98	0,98					1-تنطيط الكرة
0,99	0,99	0,53	0,05	ن-1	13	2-الجري المتعرج بالكرة
0,78	0,62			12		3-الجري بالكرة 30م
0,99	0,99					4-ضرب الكرة لأبعد مسافة

- الوسائل الإحصائية :
- المتوسط الحسابي
- التباين
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط برسون
- إختبار T ستيودنت
- صدق الإختبار - ثبات الإختبار

عرض و مناقشة نتائج الإختبار القبلي للعينتين باستعمال T ستيودنت :

جدول يوضح قيمة T المحسوبة للإختبارات في الإختبار القبلي لمعرفة مدى التجانس في عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,01 .

الإختبارات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
1- مرونة عضلات البطن	2-2	0,01	2,49	0,85	غير دال إحصائيا
2- إختبار السرعة 30م				0,57	غير دال إحصائيا
3- إختبار كوبر 12 دقيقة				1,90	غير دال إحصائيا
4 -تنطيط الكرة				0,04	غير دال إحصائيا
5- الجري المتعرج بالكرة				0,31	غير دال إحصائيا
6- الجري بالكرة مسافة 30م				1,36	غير دال إحصائيا
7- ضرب الكرة لأبعد مسافة				0,14	غير دال إحصائيا

- بعد إجراء الإختبارات القبلية البدنية و المهارية و ذلك قبل تطبيق الوحدات التدريبية تم معالجة هذه النتائج إحصائيا ، وذلك باستخدام ستيودنت المحسوبة T .

- نلاحظ أن قيم T المحسوبة في الإختبار القبلي للإختبارات البدنية (مرونة عضلات البطن ، إختبار السرعة 30م ، إختبار كوبر 12 دقيقة) و المهارية (تنطيط الكرة ، الجري المتعرج بالكرة ، الجري بالكرة مسافة 30 م ، ضرب الكرة لأبعد مسافة) هي على الترتيب (0,85 - 0,57 - 1,90 - 0,04 - 0,31 - 1,36 - 0,14) أصغر من قيمة T الجدولية 2,49 عند مستوى الدلالة 0,01 و درجة الحرية 2-2 . و عليه فهي قيم غير دال إحصائيا عند T الجدولية 2,49 و مستوى الدلالة 0,01 و درجة الحرية 2-2 ، هذا دال على وجود تجانس في عينة البحث ، و أنه لا توجد فروق معنوية بين مجموعتي البحث

- عرض و تحليل الإختبارات البدنية و المهارية :

جدول يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في إختبار مرونة عضلات البطن .

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	2,73	6,92	24,38	6,14	17,07	13	المجموعة التجريبية
دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	2,52	6,37	21,61	6,20	14,92	13	المجموعة الضابطة

جدول يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في إختبار السرعة 30 م .

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	4,25	0,34	4,78	0,37	5 ,40	13	المجموعة التجريبية
دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	5,20	0,42	5,36	0,55	5,51	13	المجموعة الضابطة

جدول يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في إختبار كوبر 12 دقيقة.

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	2,82	1012,73	2430,76	545,37	1692 ,30	13	المجموعة التجريبية
دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	2,61	499,74	1815,38	471,01	1296,15	13	المجموعة الضابطة

جدول يوضح مقارنة بين نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في إختبار تنطيط الكرة .

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	0,01	2-ن2	2,49	3,43	13,56	26,15	13,59	17,46	13	المجموعة التجريبية
غير دال	0,01	2-ن2	2,49	0,54	10,55	13,07	8,07	10,23	13	المجموعة الضابطة

جدول يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في إختبار الجري المتعرج بالكرة

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	0,01	2-ن2	2,49	3,54	2,38	21,71	2,44	26,21	13	المجموعة التجريبية
دال إحصائيا	0,01	2-ن2	2,49	3,16	2,66	22,07	3,11	23,71	13	المجموعة الضابطة

جدول يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في إختبار الجري بالكرة مسافة 30م .

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	0,01	2-ن2	2,49	3,33	0,74	27,70	0,73	29,28	13	المجموعة التجريبية
دال إحصائيا	0,01	2-ن2	2,49	2,62	0,84	27,91	0,78	29,70	13	المجموعة الضابطة

جدول يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي للعينتي في إختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة .

العمليات الإحصائية										
الدالة الإحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		ن	
					ع	س	ع	س		
المجموعة التجريبية	دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	3,08	13,24	10,86	12,52	10 ,03	13
المجموعة الضابطة	دال إحصائيا	0,01	2-2	2,49	2,82	12,54	10,05	11,22	9,29	13

عرض و مناقشة نتائج الإختبار البعدي للعينتين باستعمال T ستودنت .

جدول يبين قيمة T للإختبارات في الإختبار البعدي لمعرفة مدى التجانس في عينة البحث

عند مستوى الدالة 0,01 .

الدالة الإحصائية	T المحسوبة	T الجدولية	مستوى الدالة	درجة الحرية	الإختبارات
دال إحصائيا	3,13	2,49	0,01	2-2	1- مرونة عضلات البطن
دال إحصائيا	3,71				2- إختبار السرعة 30م
دال إحصائيا	2,95				3- إختبار كوبر 12 دقيقة
دال إحصائيا	2,90				4-تنطيط الكرة
دال إحصائيا	2,87				5-الجري المتعرج بالكرة
دال إحصائيا	3,00				6-الجري بالكرة مسافة 30م
دال إحصائيا	2,60				7-ضرب الكرة لأبعد مسافة

-بعد إجراء الإختبارات البدنية و المهارية البعدية و ذلك بعد تطبيق الوحدات التدريبية المقترحة على العينة التجريبية، تم معالجة تلك النتائج إحصائيا و ذلك باستعمال T المحسوبة .

- نلاحظ أن T المحسوبة في الإختبار البعدي للإختبارات البدنية (مرونة عضلات البطن، إختبار السرعة 30م ، إختبار كوبر 12 دقيقة) و المهارية (تنطيط الكرة ، الجري المتعرج بالكرة ، الجري بالكرة مسافة 30م ، ضرب الكرة لأبعد مسافة) هي على التوالي (3,13-3,71-2,95-2,90 - 2,87 - 3,00-2,60) و هي أكبر من قيمة T الجدولية 2,49 عند مستوى الدالة 0,01 و عليه فهي قيمة ذات دلالة إحصائية، هذا دليل على عدم وجود تجانس في عينة البحث و أن هناك فروق معنوية بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة التجريبية .

-الاستنتاجات:

بعد تحليل ،عرض و مناقشة النتائج توصلنا إلى :

أولا : كانت أعلى نسبة من المدربين في الدراسة المسحية من اللاعبين السابقين ، بعدها العاملين على الدرجة الأولى في التدريب ، هذا ما يعكس النقص في المستوى العلمي و التأهيلي في مجال التدريب الرياضي .

ثانيا: اتضح من خلال إجابات المدربين النقص في تطلعهم و معرفتهم للطرق التدريبية التي يجب تطبيقها في التدريب على الصفات البدنية و المهارات الأساسية.

ثالثا : أغلب المدربين لا يعتمدون على برامج تدريبية خلال الموسم التدريبي و لا يتوفر لديهم برنامج خاص بالفترة الإعدادية .

رابعا : أغلبية المدربين ليس لهم تطلعات على جملة من المصادر في مجال التدريب النسوي .

خامسا : معظم المدربين لم يقوموا بترجمات خاصة بمجال التدريب النسوي .

سادسا : معظم المدربين لا يقومون بالإختبارات البدنية و المهارية قبل بداية الموسم التدريبي .

سابعا : هناك فروق ذات دلالة إحصائية لجميع الإختبارات البدنية و المهارية ، مما يدل على تحقيق العينة التجريبية لأفضل النتائج لهذه الإختبارات ذلك بالمقارنة مع النتائج التي سجلتها العينة الضابطة

ثامنا : نتائج الإختبارات البدنية و المهارية تعكس مدى التأثير الإيجابي للوحدات التدريبية المقترحة

تاسعا : البرنامج التدريبي المقترح للفترة الإعدادية ذو تأثير فعال في تطوير الصفات البدنية و المهارية للعينة التجريبية مقارنة بالبرنامج الخاص بالعينة الضابطة .

- التوصيات :

1-الإهتمام بالعنصر النسوي في كرة القدم و مراعاة الخصائص الفسيولوجية لهذا الجنس عن طريق توفير الوحدات تدريبية خاصة بهذه الفئة .

2-ضرورة الرفع من القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي الحديث،عن طريق إشراكهم في الدورات التكوينية و الملتقيات العلمية في مجال التدريب النسوي .

3-التركيز على إستخدام برامج تدريبية للفرق النسوية و الخاصة بالفترة الإعدادية نظرا لأهميتها إضافة إلى الإلتزام بمدتها .

4-ضرورة التركيز و العمل على تكوين مدربات في كرة القدم النسوية ،نظرا للعلاقة المتينة و الصلة القريبة بين اللاعب و مدربتها .

5-ضرورة إجراء بحوث و دراسات مشابهة و مماثلة لبقية الأعمار للرفع من مستوى كرة القدم النسوية.

المصادر والمراجع باللغة العربية:

-أبو العلا عبد الفتاح ،إبراهيم شعلان : فسيولوجي التدريب في كرة القدم مصر دار الفكر

العربي 1994.

-أبو العلا عبد الفتاح: التدريب الرياضي ،الأسس الفسيولوجية ط1 1994.

- بن قوة علي : تحدي مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم رسالة

دكتوراه في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية الجزائر 2004

-حنفي محمود مختار :الإختبارات و القياسات للاعبين كرة القدم-دار الفكر العربي القاهرة 1993

-عماد الدين عباس أبو زيد :التخطيط و الأسس العلمية لبناء و إعداد الفريق في الألعاب الجماعية ط1

- قاسم المندلأوي ، غسان محمد صادق :الأسس الحديثة للتربية الرياضية النسوية -كلية التربية الرياضية 1990
- محمد حازم ،محمد أبو يوسف ك أسس اختيار الناشئين في كرة القدم-دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ط1 2005.
- محمد كشك،أمر الله البساطي: أسس الإعداد المهاري و الخططي في كرة القدم(ناشئين-كبار)2000.

المصادر والمراجع باللغة الأجنبية:

- CADISLAR KACANI – LADISLAR HORSKY : ETRAINEMENT DE FOOT-BALL .EDITION BROODCOORNES. BRAKEL 1986.
- CORBEAU JOEL : FOOT-BALL DE L'ECOLE ... AUX ASSOCIATION EDITION REVUE E.P.S PARIS 1988.
- DEKKAR NOUREDINE ET AUT : TECHNIQUE D'EVALUATION PHYSIQUE DES ATHLETES IMPRIMERIE DU PAIN SPORTIF ALGERIEN – ALGER 1990.
- DORNHORFF MARTIN HABIL : L'EDUCATION PHISIQUE ET SPORTIVES-OFFICE DES PUBLICATION UNIVERSITAIRE- ALGER 1993.
- EDGAR THIL: MANUEL DE L'EDUCATION SPORTIF. HUITIEME EDITION .EDITION VEGOT PARIS 1977.
- Taelman RENE : FOOT-BALL TECHNIQUE -NOUVELLES D'ENTRAINEMENT.EDITION AMPHORA –PARIS 1990.
- TURPIN PERNARD : PREPARATION ET ENTRAINEMENT DU FOOTBALLEUR.EDITION AMPHORA.PARIS 1990 .
- WENECK- JURGAIN : MANUEL D'ENTRAIMENT- EDITION VIGOT PARIS 1986
- WRSOS JERRY – ATLA DES EXERCICES SP2CIFIQUE DE FOOT-BALL I.N.S.E.P – PARIS 1980.

المحددات الأساسية المميزة لسمات شخصية لاعبي الجيدو دراسة متمحورة حول فئة الأوزان و مستويات الإنجاز

د. بن صايبي يوسف

أستاذ محاضر بمعهد التربية البدنية و الرياضية بسيد عبد الله جامعة الجزائر 3

الملخص :

تعتبر رياضة الجيدو نشاط رياضي محدد له نوعية خاصة من الأفراد الرياضيين لممارسة هذا النشاط، فبالرغم من اختلاف أدائهم في الوجبات الحركية و الخطئية و الفنية أثناء المنافسة إلا أنهم قد يتشابهون في معظم السمات النفسية و التي قد تميزهم عن غيرهم من الرياضيين نتيجة متطلبات هذا النشاط، و من خلال هذا لا بد وأن تكون هناك سمات خاصة للاعب الجيدو التي يتسم بها و تميزه عن غيره من زملائه داخل الفريق الواحد.

Les Déterminant Principaux Caractérisant Des Traits De La Personnalité Des Judokas Etude sur les catégories de poids et les niveaux d'exécution

Le Judo est considéré comme étant une activité sportive bien définie, qui dispose d'une qualité spécifique d'individus sportifs pour la pratiquer. Cependant, malgré les divergences qui existent dans l'exécution des obligations gestuelles, tactiques et artistiques durant la compétition, les judokas se ressemblent dans la majorité des traits psychologiques qui pourraient, d'une part, les caractérisés des autres sportifs selon les demandes de l'activité. De ce fait, il est évident qu'il existe des traits spécifiques au judoka qui peuvent le distingués et le différencier de ses camarades, et dans l'équipe elle-même.

مقدمة مشكلة الدراسة:

بدأ الاهتمام بالظواهر النفسية في المجال الرياضي واضحا في السنوات الأخيرة، حيث كثرة الأبحاث و تنوعت مما أدى إلى توجيه أفضل الجهود الرياضية، و في هذه الأثناء ظهرت بعض النظريات و الأفكار التي تعد بمثابة نقط ارتكاز هامة أفادت فروع العلوم المختلفة، وانعكس أثرها واضحا على دراسة الشخصية. (سيد محمد غنيم، 1978، ص11)

وقد تناولت العديد من الدراسات، دراسة سمات الشخصية واستخدمت في ذلك مقاييس موضوعية بغرض الوصول إلى نتائج تساعد على فهم الشخصية الإنسانية في مجالات مختلفة منها المجال الرياضي. ويعتبر الجانب النفسي ركيزة هامة للتقدم في مختلف الأنشطة الرياضية لذي يتطلب أي نشاط رياضي ضرورة تحلي اللاعب ببعض السمات النفسية المحددة لطبيعة النشاط الممارس، حتى يستطيع التحكم في سلوكه و إخضاعه لسيطرته و يظهر ذلك بوضوح في تصرفاته في مختلف المواقف التي تواجهه أثناء المنافسة، و الذي ينعكس بدوره في تصرفاته العامة لمواقف الحياة اليومية المختلفة. (سامية إسماعيل أحمد مهران، 2007، ص2)

وتمثل السمات النفسية أهمية كبيرة لارتباطها الوثيق بالمنافسة الرياضية، الأمر الذي يؤكد ضرورة أن يتسم الرياضي ببعض السمات النفسية و الانفعالية الإيجابية التي تتناسب في مظهرها مع نوع النشاط الممارس، حتى يستطيع التحكم في انفعالاته أو توجيهها الوجهة اللاتمة وفقا لطبيعة الأداء الرياضي (محمد حسن علاوي، 1987، ص111)

يرى أسامة كامل راتب (2000) أن كل نشاط من الأنشطة الرياضية له متطلبات خاصة في بناء شخصية الرياضي، و أن النشاط الرياضي في مجموعه له خصائص و سمات مميزة تختلف باختلاف نوع النشاط الرياضي الممارس، وبناء على هذه السمات يتم انتقاء الممارسين المناسبين لكل نشاط. (أسامة كامل راتب 2000، ص89)

ويرى محمد حسن علاوي (1987) أن لكل نشاط رياضي له خصائصه النفسية التي ينفرد و يتميز بها عن غيره من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى سواء بالنسبة لطبيعة أو مكونات أو محتويات نوع النشاط أو بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية أو القدرات الخطئية، أو بالنسبة لما ينبغي أن يتميز به اللاعب من سمات نفسية معينة. (محمد حسن علاوي، 1987، ص134)

ويتفق العديد من المهتمين بالدراسات النفسية للرياضيين أمثال ليولين وبلوكر (Liewellyn & Blucker) (1982)، و دونالد و روبرت (Donald & Robert) (1982)، و علاوي (1979)، و ريان (Ryan) (1976)، و كراتي (Cratty) (1973)، على أن هناك بعض السمات النفسية التي تميز الرياضيين عن غير الرياضيين، كما تميز الرياضيين تبعاً لنوع الرياضة الممارسة، كما يتفقون على أن السمات النفسية تعتبر من أهم الموضوعات في مجال علم النفس الرياضي، وأن معرفتنا لطبيعة السمات النفسية للرياضيين تساعد على انتقاء الرياضيين و توجيههم إلى الرياضة التي تناسب استعدادهم، فضلاً على تطوير السمات النفسية التي تلائم طبيعة المنافسة و نوع النشاط الرياضي الممارس. (أسامة كامل راتب، 1992، ص41)

وقد أظهرت الدراسات التي أجريت في هذا المجال أهمية دراسة السمات النفسية، فقد أثبتت دراسة محمود عبد الفتاح عنان (1976) عنونها بعض سمات الشخصية لسباحي المنافسات، أن سباحي المنافسات يتميزون بسمات فارقة عن غيرهم ممن هم يجيدون السباحة و ممن لا يعرفوا السباحة، كما أن سباحات المنافسات يتميزون بسمات فارقة عن غيرهن ممن هن يجدن السباحة و ممن لا يعرفن السباحة كما يختلف سباحو المنافسات في بعض سمات الشخصية عن سباحات المنافسات.

توصلت أيضاً دراسة أحمد السنتريسي (1976) عنونها دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية للاعبين المنافسات الفردية، عن وجود سمات فارقة تميز كل من رياضة الجيدو و المصارعة و المبارزة ببعض السمات عن الأخرى مع اشتراكهم في بعض السمات.

تحتل المنافسة أهمية متميزة ضمن خصائص النشاط الرياضي، باعتبار أن عملية التدريب بمفردها تفقد قيمتها إذا لم تتوج باختبارات تنافسية لتقييم حاصل الأداء البدني و الحركي و المهاري و الخططي، وتشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام بالتنافس في الرياضة على المستوى الوطني و العالمي، و ممن المتوقع أن يتأثر الأداء في المنافسة بالعديد من العوامل منها خصائص المنافسة ذاتها، طبيعة النشاط الرياضي، مستوى المنافس، البيئة التي يتم فيها التنافس، و هو ما يطلق عليه الموقف التنافسي الموضوعي، و منها ما يتأثر بالعوامل الشخصية و استعدادات و اتجاهات و قدرات الرياضي، كيف يدرك و يفسر الموقف الموضوعي للمنافسة، و هو ما يطلق عليه الموقف التنافسي الذاتي. (أسامة كامل راتب، 1997، ص33)

وتعتبر رياضة الجيدو نشاط رياضي محدد له نوعية خاصة من الأفراد الرياضيين لممارسة هذا النشاط، فبالرغم من اختلاف أدائهم في الوجبات الحركية و الخطئية و الفنية أثناء المنافسة إلا أنهم قد يتشابهون في معظم السمات النفسية و التي قد تميزهم عن غيرهم من الرياضيين نتيجة متطلبات هذا النشاط، و ممن خلال هذا لابد و أن تكون هناك سمات خاصة للاعب الجيدو التي يتسم بها و تميزه عن غيره من زملائه داخل الفريق الواحد.

ويرى الباحث أن رياضة الجيدو تتميز بالطابع التنافسي، و تمارس في حدود قواعد و قوانين دولية و نظم يتحدد بمقتضاها زمن اللعب، و مساحة الملعب... إلخ، كما تتميز بخصائص سيكولوجية معينة تميزها عن غيرها من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى، و ذلك لأنها تتميز بالكفاح الإيجابي المباشر و وجهها لوجه

بين منافسين، ومحاولة كل منهم التغلب على الآخر، كما تتطلب أداء المهارات المختلفة و المناسبة في إطار قواعد وقوانين.

وبما أن السمات النفسية تختلف حسب نوع الرياضة الممارسة من جهة و مستوى المنافسة من جهة أخرى، فذلك الأمر بالنسبة للاعبين الجيدو الذين يختلفون في المتطلبات البدنية و المهارية و الخطئية و التركيب الجسمي حسب فئة الأوزان ، هنا جاءت أهمية دراسة السمات النفسية للاعب الجيدو حسب فئة الأوزان (خفيف – متوسط – ثقيل) و مستوى المنافسة (جهوي، وطني)، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة الإشكالية التالية: هل توجد فروق في السمات النفسية للاعبين الجيدو حسب متغيري مستوى المنافسة و الفئة الوزنية ؟ وعليه يتفرع هذا التساؤل العام إلى تساؤلات فرعية التالية:

هل توجد فروق في السمات النفسية بين مستويات إنجاز لاعبي الجيدو المستوى الوطني و المستوى الجهوي ؟

- هل توجد فروق في السمات النفسية بين فئات أوزان لاعبي الجيدو (خفيف، متوسط، ثقيل)؟

- ماهي السمة الطاغية لمختلف مستويات إنجاز لاعبي الجيدو؟ و هل تأخذ السمات نفس الترتيب بين المستويين؟

- ماهي السمة الطاغية لمختلف فئات أوزان لاعبي الجيدو؟ و هل تأخذ السمات نفس الترتيب بين فئات الأوزان؟

. فروض الدراسة:

-توجد فروق في بعض السمات النفسية للاعبين الجيدو المستوى الوطني و لاعبي الجيدو المستوى الجهوي لصالح لاعبي الجيدو المستوى الوطني.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض السمات النفسية بين لاعبي الجيدو حسب متغير الفئة الوزنية (خفيف، متوسط، ثقيل) لصالح لاعبي الجيدو فئة الأوزان الخفيفة .

-سمة دافعية الإنجاز الرياضي هي السمة الطاغية في المستوى الوطني و المستوى الجهوي، وترتيب السمات يختلف من مستوى لآخر.

-سمة التصميم هي السمة الطاغية في فئة الأوزان الخفيفة، و سمة الثقة بالنفس هي السمة الطاغية في فئة الأوزان المتوسطة، سمة العدوان الرياضي هي السمة الطاغية في فئة الأوزان الثقيلة و ترتيب السمات يختلف من فئة لأخرى.

. أهداف الدراسة:

في ضوء الإطار المرجعي لمشكلة البحث و أهميته وضع الباحث مجموعة من الأهداف التي يسعى لتحقيقها وهي التعرف على:

الفروق في بعض السمات النفسية للاعبين الجيدو المستوى الوطني و لاعبي الجيدو المستوى الجهوي .
الفروق في بعض السمات النفسية بين لاعبي الجيدو حسب متغير الفئة الوزنية (خفيف، متوسط، ثقيل).

السمة الطاغية في مستويي الإنجاز، و السمة الطاغية في فئات الأوزان
ترتيب السمات في كل من مستويي الإنجاز و فئات الأوزان

المفاهيم و المصطلحات الإجرائية للدراسة:

السمات النفسية: السمة هي الميزة أو الصفة التي يختلف بها شخص معين عن شخص آخر بطريقة ثابتة و متناسقة نسبيا، وتأتي عادة من ملاحظة السلوك، أي أن هناك فروقا فردية فيها

المنافسة : هي صراع بين أفراد أو مجموعة أفراد للوصول إلى هدف مشترك أو الحصول على نتيجة معينة

الجيدو: رياضة اولمبية تستخدم للدفاع عن النفس بجانب استخدامها كرياضة هادفة ,عرفها مؤسسها الأستاذ (جيغورو كانوا) بأنها الطريقة الشاملة و الأكثر فعالية لاستخدام الفكر والجسد في الهجوم و في الدفاع بشكل دقيق و فعال

. الدراسات السابقة:

1. قام أحمد السنتريسي (1976) بدراسة عنوانها " دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية للاعبى المنازلات الفردية " ، هدف الدراسة هو معرفة السمات الشخصية للاعبى المنازلات الفردية ، ودراسة الفروق في هذه السمات بين لاعبي المنزلات الفردية في كل منازلة على حدة وبين الأفراد العاديين غير الرياضيين وتحديد بروفيل الشخصية للاعبى المنازلات الفردية، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، واشتملت عينة الدراسة على 245 شخصا مقسمين على مجموعتين رئيسيتين : المجموعة الأولى : اشتملت لاعبي المنازلات الفردية وعددهم 167 لاعبا مقسمين على النحو التالي : 64 لاعبا لرياضة المصارعة ، 39 لاعبا لرياضة الجيدو ، 31 لاعبا لرياضة الملاكمة ، 23 لاعبا لرياضة المبارزة. المجموعة الثانية : اشتملت 78 فردا من الأفراد العاديين غير الممارسين للأنشطة الرياضية وأسفرت أهم النتائج عند:

- مقارنة لاعبي المنازلات الفردية فيما بينهم ظهرت سبع فروق ذات دلالة إحصائية في مابين لاعبي المنازلات الفردية (الجيدو ، المصارعة ، الملاكمة ، المبارزة) في سمات (الحيوية ، السيطرة ، العصبية ، المسؤولية ، الاتزان الانفعالي ، الاجتماعية ، بينما لاعبو المنازلات الفردية يشتركون في سمات الحرص ، التفكير الأصيل ، والعلاقات الشخصية ، و الانبساط ، ومن ثم فهي سمات مشتركة بينهم .
- مقارنة لاعبي رياضة المصارعة بغير الرياضيين ظهرت أربعة فروق ذات دلالة إحصائية لصالح لاعبي المصارعة في سمات الحيوية و السيطرة و الاتزان الانفعالي و الانبساط
- مقارنة لاعبي رياضة الملاكمة بغير الرياضيين ظهرت ثلاث فروق ذات دلالة إحصائية لصالح لاعبي الملاكمة في سمات الحيوية و السيطرة و الانبساط.
- مقارنة لاعبي رياضة المبارزة بغير الرياضيين ظهرت فرقان دالان إحصائيا لصالح لاعبي المبارزة في سمات و السيطرة و الاجتماعية.
- مقارنة لاعبي رياضة الجيدو بغير الرياضيين ظهرت خمس فروق ذات دلالة إحصائية لصالح لاعبي الجيدو في سمات الحيوية و السيطرة و الاتزان الانفعالي و المسؤولي و الاجتماعية.

2. قام محمود عبد الفتاح حسن عنان (1976) بدراسة عنوانها " بعض سمات الشخصية لسباحي المنافسات " ، تهدف الدراسة لمعرفة بعض سمات الشخصية لسباحي المنافسات ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ، واشتملت عينة الدراسة على 300 طالبا و طالبة من جميع مراكز الشباب و الأندية وقسمت إلى ثلاث مجموعات : مجموعة أولى : منافسات ، مجموعة ثانية : يجيدون السباحة ، مجموعة ثالثة : لا يعرفون السباحة و تشتمل جميع المجموعات الثلاثة السابقة على مجموعتين فرعيتين (أولاد وبنات)، وقد توصل الباحث إلى أن سباحي المنافسات يتميزون بسمات فارقة عن غيرهم ممن هم يجيدون السباحة ومن لا يعرفوا السباحة ، كما أن سباحات المنافسات يتميزن بسمات فارقة عن غيرهن ممن هن يجدن السباحة ومن لا يعرفن السباحة ، كما أن يختلف سباحو المنافسات في بعض سمات الشخصية عن سباحات المنافسات.

3. قام سليمان إبراهيم (1981) بدراسة عنوانها " دراسة مقارنة للسمات الشخصية لدى المصارعين و بعض الرياضات الأخرى " ، وكان الهدف منها التعرف إن كان هناك فروق بين المصارعين وبعض الرياضات الأخرى ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، واشتملت عينة الدراسة 10 أندية من القاهرة للاعبين في المستويات العالية شملت الأنشطة التالية : كرة (الطائرة ، اليد ، القدم ، المضرب) ، المصارعة ، الملاكمة ، السباحة ، ألعاب القوى ، بواقع 20 لاعب لكل لعبة ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة لاعبي الكرة الطائرة ومجموعات لاعبي كل من المصارعة و السباحة و ألعاب القوى و كرة اليد لصالح لاعبي كرة الطائرة .

4. قام علي محمد مطاوع (1981) بدراسة عنوانها " دراسة تحليلية للسمات الشخصية للاعبى المستويات الرياضية العليا " ، و كان الهدف من الدراسة هو التعرف على السمات الشخصية للاعبى المستويات

العليا، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وشملت عينة الدراسة على 172 لاعبا في الهوكي، و112 لاعبا في الكرة الطائرة، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن لاعبي المستويات الرياضية العالية في الكرة الطائرة تتطلب توافر سمتي الثقة بالنفس و الفاعلية للتدريب و في المستويات الرياضية العالية في رياضة الهوكي تتطلب سمة الثقة بالنفس.

5. قام أسامة كامل راتب (1992) بدراسة عنوانها "دراسة تحليلية للبروفيل النفسي بين رياضي المستوى العالي، وهذا بهدف التعرف على أوجه الاختلاف في البروفيل بين رياضي الأنشطة الجماعية و رياضي الأنشطة الفردية، واستخدم المنهج الوصفي واتباع الأسلوب المسحي وتضمنت عينة بحثه على 188 رياضيا تم اختيارهم بالطريقة العمدية من رياضي الدرجة الأولى و الممتازة المسجلين بالاتحادات السعودية لرياضات كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة اليد، السباحة، الجمباز، الجودو، الكاراتي، التنس، الدرجات، ومن أهم النتائج التي توصل إليها تميز رياضيو الأنشطة الفردية بارتفاع قلق سمة المنافسة الرياضية و الاستثارة الانفعالية لديهم مقارنة برياضي الأنشطة الجماعية .

6. قام عصام سيد أحمد إسماعيل (1992) بدراسة عنوانها " بعض سمات الشخصية لدى لاعبي الجودو وعلاقتها بنتائج المباريات" ، وتهدف الدراسة إلى تحديد العلاقة بين درجات سمات الشخصية ونتائج المباريات لدى لاعبي الجودو ، وكذلك تحديد الفروق بين درجات سمات الشخصية لدى لاعبي الجودو ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وكان قوام عينة الدراسة 58 لاعب جودو ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا بين نتائج المباريات و السمات الشخصية للاعبين الفائزين ، وكذلك وجود علاقة طردية بين نتائج المباريات و السمات الشخصية للفائزين في الجودو و بعض السمات و كذلك وجود علاقة عكسية بين نتائج المباريات و السمات الشخصية للاعبين المهزومين وكذلك عدم وجود علاقات بين نتائج المباريات ودرجات السمات الشخصية لدى اللاعبين الفائزين والمهزومين في كل سمة السيطرة و العنف ، وكذلك فروق في السمات الشخصية و الخبرة لصالح الفائزين.

7. أجرى شعلان محمد (2001) دراسة بعنوان " سمات شخصية عدائي المستوى العالي الجزائري العاصمة"، كان الهدف من الدراسة التعرف على سمات الشخصية المميزة لعدائي المستوى العالي، وكذا التعرف على سمات الشخصية المميزة لدى عدائي المسافات النصف الطويلة و عدائي سباق السرعة، استخدم الباحث المنهج الوصفي، اشتملت عينة الدراسة 33 عداء سباق السرعة، 40 عداء المسافات النصف طويلة، أصفرت أهم النتائج أن عدائي المسافات النصف الطويلة و عدائي سباق السرعة يشتركون في سمة (الاتزان الانفعالي، التحكم و السيطرة الرغبة في الفوز، التفاتح، الحيوية) . إجراءات الدراسة
منهج الدراسة

- طبقا لطبيعة الدراسة وانطلاقا من أهداف و فروض البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي. مجتمع وعينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة الأساسية على (84) لاعب جودو أكبر من أصل (336) (مجتمع الدراسة) موزعين على مجموعتين بالتساوي حسب مستوى المنافسة، (42) لاعب جودو ذوي المستوى الوطني (المحصلين على المراتب الستة الأولى وطنيا) و (42) لاعب جودو ذوي المستوى الجهوي (المقصيين في الدور الجهوي)، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وجميعهم من لاعبي الجودو الأكبر الذين شاركوا في البطولة الجهوية و الوطنية للموسم الرياضي 2009-2010. أدوات الدراسة:

بدأت بالدراسة الاستطلاعية الأولى وهذا بالتحديد السمات النفسية الأساسية ، حيث تم ترشيح 12 سمة و عرضها على بعض الخبراء و بعد الفرز تم استبعاد 03 سمات هي سمة القيم الأخلاقية وسمة تقدير الذات و سمة تحمل المسؤولية لتصبح (09) سمات هي (سمة الثقة بالنفس - ضبط النفس - العدوان

الرياضي - دافعية الإنجاز الرياضي - التصميم - التركيز - المبادأة - الشجاعة - عدم التردد)، ثم بعدها تم صياغة العبارات الخاصة. بكل مقياس من مقاييس السمات النفسية بلغة بسيطة و مفهومة، و قد راعى الباحث عند صياغة العبارات مايلي:

أن تكون العبارة واضحة و مفهومة و قصيرة بقدر الإمكان و مألوفة لدى جميع لاعبي الجيدو حتى لا يختلفوا في تفسير مفهومها.

أن تتناسب العبارة مع المستوى التعليمي و الثقافي للاعب الجيدو.
أن تقيس العبارة السمة من جميع جوانبها كلما أمكن ذلك.

وقام الباحث بعرض عبارات كل مقياس من مقاييس السمات النفسية المميزة للاعب الجيدو في صورتها المبدئية على عشرة خبراء، و طلب من الخبراء إبداء آرائهم حول كل عبارة بوضع علامة (√) أمام كل عبارة بـ (موافق - غير موافق - رأي آخر)، وذلك لتوضيح مدى صلاحيتها و مناسبتها لتمثيل مقياس كل سمة ، مع إضافة أو تعديل أو تغيير ما يرويه مناسباً.

وقد اعتمد الباحث على 80% كحد أدنى لنسبة موافقة المحكمين على صحة العبارة في قياس ما وضعت لأجله لإدراجها في الصورة النهائية للمقياس.

وبعد الموافقة على السمات المختارة و العبارات الخاصة بها في الدراسة الاستطلاعية الأولى جاء دور الدراسة الاستطلاعية الثانية، حيث قام الباحث بتطبيق المقاييس في صورتها النهائية على عينة مكونة من (15) لاعب جيدو من غير العينة الأساسية و يحملون نفس خصائصها، بمعدل مقياس واحد في بداية الحصص التدريبية، و بعدها تم حساب المعاملات العلمية للمقاييس التسعة و هذا بحساب صدق المقياس عن طريق أسلوب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة و الدرجة الكلية للمقياس، و حساب ثبات المقياس عن طريقة التجزئة النصفية وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات العبارات الزوجية و درجات العبارات الفردية.

جدول (01) معاملات الارتباط و معاملات الثبات للمقاييس النفسية

الرقم	مقاييس السمات	معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة و الدرجة الكلية للمقاييس السمات	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقاييس السمات
01	سمة الثقة بالنفس	(0.91 - 0.67)	0.90
02	سمة ضبط النفس	(0.97 - 0.67)	0.94
03	سمة العدوان الرياضي	(0.93 - 0.71)	0.77
04	سمة دافعية الإنجاز الرياضي	(0.92 - 0.68)	0.86
05	سمة التركيز	(0.90 - 0.69)	0.68
06	سمة المبادأة	(0.89 - 0.68)	0.71
07	سمة التصميم	(0.98 - 0.71)	0.91
08	سمة الشجاعة	(0.88 - 0.67)	0.84
09	سمة عدم التردد	(0.91 - 0.67)	0.73

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية (13)، و مستوى دلالة $0.01 = 0.641$

يتضح من الجدول (01) بان معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقاييس السمات و الدرجة الكلية لكل مقياس تراوحت ما بين (0.98 - 0.67) وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 مما يشير إلى صدق كل مقياس من مقاييس السمات النفسية.

أما قيمة معاملات الثبات تراوحت ما بين (0.94 - 0.68) وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 ويعني ذلك ثبات المقاييس المستخدمة.

. عرض وتحليل النتائج

. عرض وتحليل الفرضية الأولى:

توجد فروق في بعض السمات النفسية للاعبين الجيدو المستوى الوطني و لاعبي الجيدو المستوى الجهوي لصالح لاعبي الجيدو المستوى الوطني.

قام الباحث بتطبيق اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين فئتي مستوى المنافسة للاعبين الجيدو، ومن خلال الجدول و الشكل التاليين يتضح ذلك.

الجدول (02) دلالة الفروق في السمات النفسية للاعبين الجيدو حسب متغير مستوى الانجاز ن= 84

السمات النفسية	المستوى الوطني ن= 42		المستوى الجهوي ن= 42		اختبار(ت)
	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري (ع)	
الثقة بالنفس	56	08.11	54	06.32	03.36
ضبط النفس	65.81	4.92	58	08.72	05.91
العدوان الرياضي	28.11	4.54	31.21	07.85	03.61
دافعية الانجاز الرياضي	42.60	08.43	37.43	03.63	06.34
التركيز	27.91	06.98	23.10	02.18	06.68
المبادأة	26.12	08.93	23.39	06.12	04.60
التصميم	58.11	07.66	55.94	03.14	05.03
الشجاعة	42.91	10.16	38.29	04.67	04.75
عدم التردد	38.62	06.96	34.42	02.67	06.02

قيمة (ت) الجدولية = 1.65 عند مستوى الدلالة (0.05)

يتضح من الجدول (02) أن المتوسطات الحسابية للسمات النفسية لدى لاعبي الجيدو ذوي المستوى الوطني تتحصر ما بين (26.12 - 65.81) و بانحراف معياري ينحصر ما بين (10.16 - 04.54)، أما المتوسطات الحسابية للسمات النفسية لدى لاعبي الجيدو ذوي المستوى الجهوي تتحصر ما بين (23.10 - 58) و بانحراف معياري ينحصر ما بين (02.67 - 08.76)

و بمقارنة المتوسط الحسابي لكل سمة نفسية للاعبين الجيدو ذوي المستوى الوطني و المستوى الجهوي و المستوى العام للدرجة الكلية لمقياس كل سمة نجد أن هناك ارتفاع و بقدر ملحوظ بالنسبة لدرجة هذه السمات و الدرجة الكلية. وهذا يدل على أهمية هذه السمات بالنسبة لمجموع لاعبي الجيدو ذوي المستوى الوطني و الجهوي .

يتضح من الجدول (02) أن قيم اختبار (ت) قد تراوحت بين (03.36 - 06.68) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق جوهرية بين لاعبي الجيدو ذوي المستوى الوطني و لاعبي الجيدو ذوي المستوى الجهوي في السمات النفسية، وهذا ما تؤكد المتوسطات في الجدول (02) مما يدل على أن أي زيادة في مستوى المنافسة لدى لاعبي الجيدو يصاحبه زيادة في السمات النفسية عدا سمة العدوان الرياضي و من هنا يمكن اتخاذ قرار قبول الفرضية و التأكيد على وجود فروق جوهرية في كل مقاييس السمات.

ومن خلال النتائج المحصل عليها يمكن التأكيد بأن الفرضية الأولى تحققت و التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض السمات النفسية للاعبين الجيدو ذوي المستوى الوطني و لاعبي الجيدو ذوي المستوى الجهوي لصالح لاعبي الجيدو ذوي المستوى الوطني ما عدا سمة العدوان الرياضي فهي لصالح لاعبي المستوى الجهوي .

عرض وتحليل الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض السمات النفسية بين لاعبي الجيدو حسب متغير الفئة الوزنية (خفيف، متوسط، ثقيل) لصالح لاعبي الجيدو فئة الأوزان الخفيفة .
قام الباحث بتطبيق تحليل التباين بين فئات الأوزان المختلفة (خفيف، متوسط، ثقيل) للاعبين الجيدو في السمات النفسية والجدول (03) يوضح ذلك.

الجدول(03)تحليل التباين بين فئات الأوزان المختلفة (خفيف، متوسط، ثقيل) للاعبين الجيدو في السمات النفسية ن = 84

السمات النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	قيمة ف شيفيه
الثقة بالنفس	- بين المجموعات - داخل المجموعات	18669 175992	2 81	9334.5 2172.74	04.29	2.86
ضبط النفس	- بين المجموعات - داخل المجموعات	343803 3652452	2 81	171901.5 45092	3.81	2.54
العدوان الرياضي	- بين المجموعات - داخل المجموعات	38400 405286	2 81	19200 5003.53	3.83	2.55
دافعية الانجاز الرياضي	- بين المجموعات - داخل المجموعات	90192 950826	2 81	45096 11738	3.84	2.56
التركيز	- بين المجموعات - داخل المجموعات	302512 3279231	2 81	151256 40484.33	3.73	2.49
المبادأة	- بين المجموعات - داخل المجموعات	298241 3147239	2 81	149120.5 38854.8	3.83	2.55
التصميم	- بين المجموعات - داخل المجموعات	20537 182492	2 81	10268.5 2252.98	4.55	3.03
الشجاعة	- بين المجموعات - داخل المجموعات	92731 941626	2 81	46365.5 11625.01	3.98	2.65
عدم التردد	- بين المجموعات - داخل المجموعات	36942 381442	2 81	18471 4651.73	3.97	2.64

قيمة "ف" الجدولية = 3,07 عند مستوى دلالة 0,05

جدول (04) تحليل التباين و دلالة الفروق بين لاعبي الجيدو حسب فئات الأوزان المختلفة (خفيف، متوسط، ثقيل) في السمات النفسية

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعات في السمات النفسية.			قيمة شيفيه المحسوبة	الأوزان الثقيلة		الأوزان المتوسطة		الأوزان الخفيفة		السمات النفسية
دلالة الفروق بين فئة الأوزان المتوسطة - وفئة الأوزان الثقيلة	دلالة الفروق بين فئة الأوزان الخفيفة - وفئة الأوزان الثقيلة	دلالة الفروق بين فئة الأوزان الخفيفة - وفئة الأوزان المتوسطة		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
2.96	7.60	4.94	2.86	2.79	55.76	04.56	58.42	7.32	63.36	الثقة بالنفس
14.17	17.62	3.45	2.54	3.22	58.49	05.16	72.66	08.53	76.11	ضبط النفس
4.24	8.50	4.26	2.55	8.91	30.66	06.24	26.42	03.81	22.16	العنوان الرياضي
4.57	9.10	4.53	2.56	1.96	36.72	04.93	41.29	7.76	45.82	دافعية الانجاز الرياضي
3.94	7.86	3.92	2.49	2.63	19.22	05.41	23.16	09.18	27.08	سمة التركيز
4.37	8.72	4.35	2.55	1.94	18.36	04.24	22.73	07.16	27.56	سمة المبادأة
4.25	10.21	5.96	3.03	2.87	45.11	05.39	49.63	09.36	55.32	سمة التصميم
6.07	12.07	6.00	2.65	3.91	29.76	06.24	35.83	09.56	41.83	سمة الشجاعة
4.70	9.36	4.66	2.64	2.91	21.83	05.66	26.53	08.83	31.19	سمة عدم التردد

يتضح من الجدول (04) أن المتوسطات الحسابية للسمات النفسية لدى لاعبي الجيدو الأوزان الخفيفة تتحصر ما بين (22.16 - 76.11) و بانحراف معياري ينحصر ما بين (3.81 - 09.56)، و المتوسطات الحسابية للسمات النفسية لدى لاعبي الجيدو الأوزان المتوسطة تتحصر ما بين (22.73 - 72.66) و بانحراف معياري ينحصر ما بين (04.24 - 06.24)، أما المتوسطات الحسابية للسمات النفسية لدى لاعبي الجيدو الأوزان الثقيلة تتحصر ما بين (18.36 - 58.49) و بانحراف معياري ينحصر ما بين (1.94 - 8.91) و بمقارنة المتوسط الحسابي لكل سمة نفسية للاعبين الجيدو الأوزان الخفيفة و المتوسطة و الثقيلة و المستوى العام للدرجة الكلية للسمة نجد أن هناك ارتفاع و بقدر ملحوظ بالنسبة لدرجة هذه السمة و الدرجة الكلية. وهذا يدل على أهمية هذه السمات بالنسبة لمجموع هذه الأوزان . أما بمقارنة درجات السمات النفسية للدرجة الكلية للمستوى العام للمقياس نجد أن هناك ارتفاع أيضا في المستوى العام للدرجة الكلية وهذا ما توضحه السمات النفسية للاعبين الجيدو فئة الأوزان الخفيفة و المتوسطة و الثقيلة.

ومن خلال النتائج المحصل عليها يمكن التأكيد بأن الفرضية الثانية تحققت و التي مفادها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض السمات النفسية بين لاعبي الجيدو حسب متغير الفئة الوزنية (خفيف، متوسط، ثقيل) لصالح لاعبي الجيدو ذوي الفئة الوزنية الخفيفة .
تحليل الفرضية الثالثة:

سمة دافعية الإنجاز الرياضي هي السمة الطاغية في المستوى الوطني و المستوى الجهوي، وترتيب السمات يختلف من مستوى لآخر.

ترتيب السمات التسع حسب مستويات الإنجاز كما هو موضح في الجدول (02) كما حددته درجات كل سمة تأخذ نفس الترتيب لدى لاعبي الجيدو في كل من مستوى الإنجاز الوطني و مستوى الإنجاز الجهوي و السمة الطاغية هي سمة ضبط النفس، وعليه يمكن القول أن الفرضية لم تتحقق.
تحليل الفرضية الرابعة:

سمة التصميم هي السمة الطاغية في فئة الأوزان الخفيفة، و سمة الثقة بالنفس هي السمة الطاغية في فئة الأوزان المتوسطة، سمة العدوان الرياضي هي السمة الطاغية في فئة الأوزان الثقيلة وترتيب السمات يختلف من فئة لأخرى.

ترتيب السمات التسع حسب فئة الأوزان كما هو موضح في الجدول (04) كما حددته درجات كل سمة يختلف الترتيب لدى لاعبي الجيدو من فئة وزنية لأخرى و السمة الطاغية في فئة الأوزان (خفيف - متوسط - ثقيل) هي سمة ضبط النفس، وعليه يمكن القول أن الفرضية الرابعة لم تتحقق.
الاستنتاج العام:

في ضوء حدود عينة و النتائج المستخلصة من خلال المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى :
وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض السمات النفسية للاعبين الجيدو ذوي المستوى الوطني و لاعبي الجيدو ذوي المستوى الجهوي لصالح لاعبي الجيدو ذوي المستوى الوطني ما عدا سمة العدوان الرياضي فهي لصالح لاعبي الجيدو ذوي المستوى الجهوي.
كلما زاد مستوى المنافسة كلما زادت درجة السمات النفسية، وهذا ظهر من خلال ارتفاع مستوى درجات السمات لدى لاعبي المستوى الوطني و انخفاض درجات السمات لدى لاعبي المستوى الجهوي ما عدا سمة العدوان الرياضي التي ظهرت زيادتها لدى لاعبي الجيدو المستوى الجهوي.
ترتيب السمات التسع حسب مستوى المنافسة يأخذ نفس الترتيب لدى لاعبي الجيدو في كل من المستوى الوطني و المستوى الجهوي ما عدا سمة التركيز و المبادأة، فسمت التركيز لدى لاعبي الجيدو ذوي المستوى الوطني تسبق سمة المبادأة، و سمة المبادأة لدى لاعبي الجيدو ذوي المستوى الجهوي تسبق سمة التركيز.

السمات النفسية المحددة و المميزة للاعبين الجيدو ذوي المستوى الوطني تأخذ الترتيب التالي: سمة(ضبط النفس - التصميم - الثقة بالنفس - الشجاعة - دافعية الإنجاز الرياضي - عدم التردد - العدوان الرياضي - التركيز - المبادأة) .

السمات النفسية المحددة و المميزة للاعبين الجيدو ذوي المستوى الجهوي تأخذ الترتيب التالي: سمة(ضبط النفس - التصميم - الثقة بالنفس - الشجاعة - دافعية الإنجاز الرياضي - عدم التردد - العدوان الرياضي - المبادأة - التركيز)

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض السمات النفسية للاعبين الجيدو حسب متغير الفئة الوزنية (خفيف، متوسط، ثقيل) لصالح لاعبي الجيدو فئة الأوزان الخفيفة.

السمات النفسية المحددة و المميزة للاعبين الجيدو ذو الوزن الخفيف تأخذ الترتيب التالي: سمة(ضبط النفس - الثقة بالنفس - التصميم - دافعية الإنجاز الرياضي - الشجاعة - عدم التردد - المبادأة التركيز - العدوان الرياضي -)

السمات النفسية المحددة و الممييزة للاعبى الجيدو ذو الوزن المتوسط تأخذ الترتيب التالى: سمة(ضبط النفس- الثقة بالنفس- التصميم - دافعية الإنجاز الرياضي- الشجاعة- عدم التردد- العدوان الرياضي - التركيز- المبادأة)
توصيات واقتراحات :

- فى ضوء أهداف وفروض الدراسة وما توصل إليه من نتائج يوصى الباحث بمايلى:
 - ضرورة وجود الأخصائى النفسانى ضمن الطاقم الفنى للفريق من أجل مساعدة المدرب و الوقوف على المشاكل النفسية التى تواجه لاعبى الجيدو و التى قد يعجز المدرب على التصرف فيها دون وجود المتخصص.
 - اهتمام المدرب والأخصائى النفسانى بالتقويم المستمر للاعبين لإظهار مدى التفوق و التطور فى تنمية السمات النفسية .
 - اهتمام المدرب و الأخصائى النفسانى بتوفير عدد من الساعات التدريبية لتنمية شخصية اللاعبى من الجانب النفسى وهذا ضمن برامج التدريب قبل و أثناء وبعد المنافسة.
 - ضرورة اهتمام المدرب و الأخصائى النفسانى بشحن شخصية اللاعبى بخبرات النجاح و الفوز و الأداء الجيد.
 - استعانة المدرب و الأخصائى النفسانى بمقاييس السمات النفسية للاعبى الجيدو لتحديد أهم السمات النفسية الممييزة للاعبى الجيدو و التى يمكن من خلالها انتقاء المبتدئين و المواهب الشابة.
- قائمة المراجع:

1. أحمد محمد عبد المعز السنتريسى (1976): دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية للاعبى المنازلات الفردية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة
2. أسامة كامل راتب (1992): دراسة تحليلية للبروفيل النفسى بين رياضى المستوى العالى، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين، العدد 23-24 جامعة حلوان، القاهرة.
3. أسامة كامل راتب (1997):المنافسة الرياضية والنمو النفسى للناشئ الرياضى، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى، الإصدار 1، القاهرة.
4. أسامة كامل راتب (2000): علم النفس الرياضى المفاهيم والتطبيقات، ط3، دار الفكر العربى، القاهرة.
5. سامية إسماعيل أحمد مهران (2007): بناء مقياس البروفيل النفسى للاعبات كرة السلة، هدفها بناء مقياس البروفيل النفسى للاعبات كرة السلة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة
6. سليمان إبراهيم (1981): دراسة مقارنة للسمات الشخصية لدى المصارعين و بعض الرياضات الأخرى، مجلة دراسات وبحوث، العدد 4 ، جامعة حلوان، القاهرة.
7. سيد محمد غنيم(1978): سيكولوجية الشخصية محدداتها، قياسها، نظرياتها، دار النهضة العربية، القاهرة.
8. عصام سيد أحمد إسماعيل (1992): بعض سمات الشخصية لدى لاعبى الجودو وعلاقتها بنتائج المباريات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة
9. علي محمد مطاوع (1981): دراسة تحليلية للسمات الشخصية للاعبى المستويات الرياضية العليا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة
10. محمد حسن علاوي (1987): سيكولوجية التدريب والمنافسة، دار المعارف، ط6، القاهرة.
11. محمود عبد الفتاح حسن عنان (1976): بعض سمات الشخصية لسباحى المنافسات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة

12.Challal Mohamed (2001) : Traits de personnalité et pratique de la course de haut niveau (cas d'Alger) ; thèse de magistère, département d'éducation physique et sportive ; Delly Ibrahim ; université d'Alger

أثر تدريبات القوة والسرعة بتمرينات الأثقال والبليومترك على كل من القدرة العضلية ومستوى أداء قوة ودقة مهارة التصويب لناشئي كرة القدم.

أ/ كتشوك سيدي محمد
معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير استخدام تمرينات الأثقال والبليومترك على كل من تنمية القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) وقوة ودقة مهارة التصويب لدى ناشئي كرة القدم، حيث أجريت الدراسة على عينة البحث قوامها 28 لاعبا موزعين على مجموعتين (تجريبية وضابطة) لناشئي وداد مستغانم (أ) و(ب) تحت 18 سنة ينشطون في البطولة الوطنية الدرجة الأولى. تم إجراء الإختبارات القبلية وبعدها طبق البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية بواقع 3 حصص تدريبية في الأسبوع حصتين بالأثقال تتوسطهما حصة تدريبية بليومترية في الفترة الإعدادية وقد خصص وقت لكل وحدة تدريبية قدره (30-40 دقيقة) وبعدها تم إجراء الإختبارات البعدية بما فيها إختبارات لقياس قوة ودقة مهارة التصويب. فأشارت النتائج إلى أن البرنامج المقترح بتدريبات الأثقال والبليومترية أدى إلى تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) وإلى تحسين قوة ودقة مهارة التصويب لناشئي كرة القدم.

الكلمات المفتاحية: التدريب بالأثقال - التمرينات البليومترية- القوة الانفجارية- القوة المميزة بالسرعة- القدرة العضلية- مهارة التصويب.

مقدمة:

التدريب في كرة القدم هو عملية صعبة مبنية على أسس علمية صحيحة هدفها الحصول على لاعب جاهز بدنيا ومهاريا ونفسيا وذلك باستخدام الوسائل المتاحة بدون تقصير. ومع تطور الوقت تطورت البحوث حول طرق جديدة تجعل من مردود اللاعبين عاليا في المنافسة حيث لم تعد طرق التدريب تعتمد على الجانب البدني والمهاري فقط بل شملت جميع التمرينات التي من شأنها الرفع من كفاءة اللاعب خاصة الحركات التي تتطلب تقنيات أساسية باستخدام القوة والسرعة وكمثال على ذلك التصويب في كرة القدم الذي أصبح الوسيلة الفعالة والسلاح القوي الذي يستخدمه اللاعب لإحراز الأهداف مستغلا قابليته البدنية، النفسية، والفنية، والذهنية (بترس، 15، 1992)، ويأخذ التصويب على المرمى حاليا حيزا كبيرا من اهتمام المدربين وتخصيص أوقات للتدريب عليه سواء داخل الوحدة التدريبية اليومية أو من خلال الواجبات والتدريبات الفردية الإضافية. ظل التدريب بالأثقال لفترة طويلة من الوقت موضع جدل بين المتخصصين في إعداد وتدريب اللاعبين ، فمنهم من عارض التدريب بالأثقال بشدة بحجة انه يؤدي إلى تقليل السرعة الحركية وينقص المدى الحركي للمفاصل ويزود درجة التصلب في العضلات وتضخمها ، ومنهم من حيد التدريب بالأثقال كوسيلة موضوعية لتنمية الأنواع المختلفة للقوة العضلية التي يحتاجها أي لاعب بشدة وتلعب دورا أساسيا في رفع فعالية الأداء المهاري بصفة عامة وتقوية مهارات التصويب والقفز بصفة خاصة . ويذكر عادل عبد البصير 2004 انه لا توجد طريقة لتنمية القدرة العضلية لجميع الأنشطة الرياضية تتغلب على التدريب بالأثقال ، وان الدراسات العلمية في هذا الشأن جعلت معظم الممارسين مقتنعون بان هناك أنواعا مختلفة من تمرينات الأثقال التي بها يمكن تنمية السرعة الحركية فهي عنصر حيوي للنجاح في أي نشاط رياضي وذلك ببرامج مقننة بسرعة رفع الثقل ذات الأوزان الخفيفة (عبد البصير، 101، 2004) .

وباعتبار أن التصويب وغيره من مهارات كرة القدم يستدعي قوة عضلية سريعة بمعنى الوصول إلى أقصى قوة في فترة زمنية قصيرة أثناء التنفيذ، يظهر عنصر القوة العضلية السريعة. "القوة الانفجارية" من العناصر التي يكثر لاعبو كرة القدم استخدامها ويظهر ذلك جليا في أداء الرمية الجانبية البعيدة وفي الضربات القوية المسددة إلى المرمى الخصم وكذلك في التمريرات الطويلة وفي ضربات الرأس والقفز للحصول على الكرات العالية وهذا النوع من القوة هو الأكثر استخداما في لعبة كرة القدم على الإطلاق ولهذا وجب تدعيمه بتمرينات بليومترية مناسبة. (حسنين، 2004، 71)، إن تدريب البليومترية هو عبارة عن تدريبات تؤدي بغرض تنمية القدرة اللاهوائية بمدى واسع في كرة القدم وهو أسلوب يعتمد على تمرينات الوثب العميق والوثب فوق الصناديق وبينها، والعدو، والحجل فوق المدرجات، والتداخل بين الوثبات و الحجلات. (درويش، 1998، 69).

فالتدريب البليومتري يعد من أشهر الأساليب حالياً في تنمية القوة والسرعة معاً وهناك أنشطة عديدة تستخدم البليومترية لتحسين الأداء به، إذ يزيد القوة والسرعة بدرجة أكبر من الأساليب المعتادة مع الاحتفاظ بدرجة عالية من السرعة. (حسنين، 2004، 81).

الإشكالية:

يؤدي التخطيط العلمي الجيد لبرامج تدريب القوة العضلية للاعب كرة القدم إلى تنمية القوة والسرعة معا بواسطة زيادة الحمل على العضلات مع النقل المناسب للسماح بتنمية القوة إلى الحدود المرغوبة، ولكن ليس بمثل ما هو مطلوب من العضلة بعدم قدرتها على أداء الانقباض الناجح والأمن لعنصر السرعة، إن السرعة الحركية تكون في أفضل حالاتها عندما يتم التدريب لها بتمرينات سريعة. (علاوي، 2000، 44).

مما سبق يتضح لنا أن القوة الانفجارية هي التي تأثر على مردود اللاعب خلال التمارين القوة العضلية التي يتم توظيفها لأداء المهارات الحركية ولكن يجب أن تصاحب هاته القوة بسرعة في الأداء لكي تكون ذات قيمة وفعالية لذا فإن التمرينات الأثقال و البليومترية هي أساس الحصول على القوة والسرعة. لكن من خلال معابنتنا لتدريب ناشئ كرة القدم لاحظنا إهمال كبير في هذا الجانب من التمرينات بل انعدامها كليا بالإضافة إلى ضعف مهارة ودقة التسديد، ومن خلال المقابلات المباشرة مع بعض المدربين استطعنا تأكيد عدم معرفة هؤلاء المدربين عن طبيعة هذا النوع من التمرينات ومن خلال بعض الحوارات التي قمنا بها توصلنا إلى تضارب أفكارهم بين المؤيد والمعارض حول إمكانية التدريب بالأثقال للاعب كرة القدم وخاصة الناشئين بحجة أنه يؤدي للتضخم العضلي وإلى تقليل المدى الحركي وتأثيره على بعض الصفات البدنية الأخرى، كالسرعة والرشاقة والمرونة والتوافق، ويؤثر سلبيا على المهارة الحركية. كما فيهم من وجدوا في برنامج تدريبي خاص للقوة عامل إيجابي ويحبذون استخدام الأثقال وما شابهها في تدريباتهم ومع ذلك يعزفون عن استخدامها وأن مشكلتهم ليست في تدريبات الأثقال وإنما في التمرينات المختارة والمناسبة المتخصصة في اتجاه العمل العضلي لرياضة كرة القدم، وإلى نوع القوة التي يجب تنميتها بالأثقال وكمية الأثقال التي يتم التدريب عليها ونوع الانقباضات العضلية التي يجب التركيز عليها. وذلك في رأي الباحث الخاص أنهم يفتقرون إلى البرنامج الخاص للقوة العضلية وإلى المنهجية العلمية في علوم التدريب الرياضي وفي كيفية تخطيطها خلال فترات التدريب وتطبيقها خلال الحصص التدريبية.

أهداف البحث:

- التعرف على مدى تأثير استخدام تمرينات الأثقال و البليومترية على تنمية القدرة العضلية لدى ناشئ كرة القدم .

- التعرف على مدى تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية القدرة العضلية على قوة ودقة مهارة التصويب .

فرضيات البحث:

- البرنامج التدريبي المقترح بتمرينات الأثقال والبليومترتي لها تأثير ايجابي على القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) لدى ناشئي كرة القدم.
- البرنامج التدريبي لتنمية القدرة العضلية يؤثر ايجابيا على قوة ودقة مهارة التصويب لناشئي كرة القدم .

مصطلحات الإجرائية للبحث:

التدريب بالأثقال: هو طريقة إعداد اللاعب باستخدام مقاومات متدرجة لزيادة القدرة على إنتاج القوة أو مواجهتها لجعل الفرد أقوى وأكثر مقدرة وفعالية ولزيادة حجم العضلات وتحسين الأداء الحركي، بالإضافة إلى التغيرات في مكونات الجسم. (عبد العزيز النمر، نريمان الخطيب، 1996، 91)

التمرينات البليومترية: هي عبارة عن مجموعة من التمرينات التي من خلالها يقع العبء على العضلات وإجبارها على المطاطية قبل أن يقع الانقباض الخاص بالحركة، وهو أسلوب يعتمد على تمرينات الوثب العميق والوثب فوق الصناديق وبينها، والعدو، والحجل فوق المدرجات ... (درويش، 1998، 31).

القوة الانفجارية: هي المقدرة على بذل أعلى قوة وأقصى سرعة ولمرة واحدة. وتعرف بأعلى قوة ديناميكية يمكن للعضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها لمرة واحدة. (عبد المقصود، 36).

القوة المميزة بالسرعة: هي قدرة الفرد في التغلب على مقاومات باستخدام سرعة حركية مرتفعة إلى أعلى تردد في أقل زمن ممكن. وهي عنصر مركب من القوة العضلية والسرعة. (عبد العزيز النمر، نريمان الخطيب، 1998، 19).

القدرة العضلية:

وجد الباحث في مصطلحات القدرة العضلية أن بعض العلماء في هذا المجال عرفها بالقوة المميزة بالسرعة أو القوة السريعة والبعض الآخر عرفها بالقوة المتفجرة. واستخلص الباحث من عدة مراجع علمية أن كل هذه التعريفات تتفق على أن هذا الارتباط بين صفتي القوة والسرعة إذا كان في أعلى شدته أي بأقصى قوة وسرعة ممكنة ينتج عن ذلك عنصر في غاية الأهمية في مجال التدريب ويلعب دورا كبيرا في أداء المهارات الحركية الوحيدة وهو ما يعرف بالقوة الانفجارية حيث يظهر أهمية هذا العنصر في رياضة كرة القدم مثل الارتقاء، التصويب، وبمعنى آخر يعرف عن تزاوج القوة العضلية والسرعة بمصطلح "القدرة العضلية" وهذا ما يتفق عليه في العديد من المراجع. (علاوي، 2000، 110).

الدراسات المشابهة:

دراسة محمد أبو النصر محمود 2000 بعنوان: " اثر تنمية القوة المميزة بالسرعة بنسب مختلفة على عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم تحت 17 سنة". (محمود، 2000، 78).

هدفت الدراسة إلى التعرف على حساب القوة العضلية (القوة العظمى، القوة المميزة بالسرعة، تحمل القوة)، اثر زيادة نسب تنمية القوة المميزة بالسرعة على عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم تحت 17 سنة الإجراءات: أستخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين (مجموعة تجريبية، مجموعة ضابطة). عينة البحث: 22 لاعب كرة قدم تحت 17 سنة، مدة البرنامج 5 أسابيع، بثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع.

أهم النتائج:

تنمية القوة الموازية للسرعة بالنسب المقترحة اثر في عناصر اللياقة البدنية الخاصة الأخرى (التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة)

دراسة عجمي محمد عجمي 1998 بعنوان: " برنامج تدريبي بالأثقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة وتأثيره على قوة ودقة التصويب لناشئين في كرة القدم". (عجمي، 1998، 134).

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير التدريب بالإتقال على القوة المميزة بالسرعة وعلى قوة ودقة التصويب. الإجراءات: استخدم المنهج التدريبي بتصميم المجموعة الواحدة مع (قياس قبلي، بعدي) وشملت عينة البحث 30 لاعب من لاعبي كرة القدم تحت 16 سنة. مدة البرنامج 8 أسابيع ، 3 وحدات تدريبية في الأسبوع.

أهم النتائج: التدريبات المقاومات المختلفة لتنمية وتطوير القوة المميزة بالسرعة يطور الطاقة الهوائية واللاهوائية. التدريب بالإتقال يؤدي إلى تنمية القوة المميزة بالسرعة وإلى قوة ودقة التصويب دراسة بلال أحمد الشدقان (2001): تحت عنوان "تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة العضلية وعلاقته بمستوى أداء بعض مهارات المختارة لدى ناشئي كرة القدم". (الشدقان، 196، 2001). هدفت الدراسة: التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح على تنمية القوة العضلية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين وعلاقته بالأداء المهاري. وأختيرت عينة الدراسة بالطريقة العمدية وتكونت من 36 لاعبا من مدارس كرة القدم الأردنية (13-15 سنة)، قسموا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة. الإجراءات : تم إجراء الإختبارات القبليّة، وبعدها طبق البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية والمتضمن تدريب دائري لتنمية القوة العضلية، بينما تلقى أفراد المجموعة الضابطة تدريب كرة القدم لمدة 8 أسابيع بواقع ثلاثة وحدات تدريبية أسبوعيا وبمعدل (50-70 دقيقة) لكل وحدة تدريبية، وبعدها تم إجراء الإختبارات البعديّة،

نتائج الدراسة: أشارت إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات القوة العضلية لصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية، فيما لم يظهر هذا لدى أفراد الضابطة، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي على متغيرات الأداء المهاري لدى أفراد المجموعة التجريبية باستثناء اختبار الجري المتعرج المرتد بالكرة لمسافة 25 متر. وقد أوصى الباحث بضرورة استخدام برنامج تطوير القوة العضلية للناشئين لما له من تأثير إيجابي في تحسين القوة العضلية لديهم، إضافة إلى أثره الإيجابي في تطوير أدائهم المهاري.

-إجراءات البحث الميدانية:

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين (تجريبية وضابطة) مع قياس قبلي وبعدي.

عينة البحث: نظرا لطبيعة البحث والمنهج المستخدم فيه تم إختيار عينة البحث بطريقة عمدية من ناشئي كرة القدم تحت 18 سنة التي بلغ عددهم 28 لاعبا موزعين إلى مجموعتين فريق وداد مستغانم(أ) كمجموعة تجريبية ب 14 لاعبا وفريق وداد مستغانم(ب) كمجموعة ضابطة وكلتا الفريقين ينشطون في البطولة الوطنية الدرجة الأولى.

ملاحظة: في البداية تم التعامل مع كافة لاعبي الفريقين البالغ عددهم 20 لاعب، ومع مرور مدة تطبيق البرنامج ونظرا لإصابات بعض اللاعبين وعدم مواظبة الآخرين لجميع وحدات البرنامج لأسباب خاصة تم التعامل مع 14 لاعبا في كل فريق.

مجالات البحث:

المجال البشري:

شملت التجربة الأساسية 28 لاعبا تحت 18 سنة موزعين إلى عينتين:

- العينة التجريبية: 14 لاعب وهي العينة التي طبقت عليها برنامج الأتقال والبليومتری كوحدة التدريب المقترحة لتنمية القدرة العضلية.

- العينة الضابطة: 14 لاعب تمثل العينة التي تركت تمارس التحضير البدني لكرة القدم العادي.

المجال الزمني:

لقد امتدت فترة العمل التجريبي على مرحلتين أساسيتين هما:

المرحلة الأولى:- تمثلت في إنجاز التجربة الإستطلاعية والتي امتدت من 2009/09/15 إلى 2009/10/20. وتضمنت هذه المرحلة الخطوات التالية:
فترة البحث في الإختبارات حسب الأغراض المراد قياسها.
فترة إنجاز الإختبارات القبلية والبعديّة للتجربة الإستطلاعية.
المرحلة الثانية:- تمثلت في تطبيق التجربة الأساسية حيث امتدت من 2009/10/25 إلى 2010/02/30. خلال هذه الفترة الزمنية أنجزت الإختبارات القبلية ثم البرنامج التدريبي المقترح بواقع 3 وحدات تدريبية في الأسبوع ثم الإختبارات البعديّة.

المجال المكاني:

أنجز البحث في المركب الرياضي رائد فراج بمستغانم لإحتوائه على ملعبين للتدريب معشوشبين عشيا اصطناعيا بالإضافة إلى الملعب الرئيسي المعشوشب طبيعيا. كما يحتوي المركب الرياضي على قاعة التقوية العضلية مجهزة بأجهزة الأثقال الحديثة، حيث تمت جميع متطلبات هذه الدراسة على مستوى هذا المركب الرياضي.

- أدوات البحث:

-لقد استخدم الباحث لأجل انجاز بحثه عن النحو الأفضل وتحقيقا لأهدافه المنشودة مجموعة من الأدوات التالية:

-المصادر والمراجع العربية والأجنبية
-الإستبيان-المقابلات الشخصية المباشرة-الإختبارات البدنية(القدرة العضلية)والمهارية-البرنامج التدريبي المقترح.
التجربة الاستطلاعية : لضمان السير الحسن لتجربة البحث قام الباحث بهذه التجربة الاستطلاعية واستخدم فيها الخطوات التالية:

الاستبيان :اقتضت طبيعة هذا البحث إعداد مجموعة من الاستبيانات الخاصة بجمع المعلومات المختلفة التي يمكن الاستفادة منها، حيث قام الباحث بإعداد الاستمارات التالية :
- استبيان يضم في محتواه مجموعة من الإختبارات المقننة عرضت على المدربين و الأساتذة و المحكمين لأخذ آرائهم حول أنسب الإختبارات التي تقيس بصدق وثبات و موضوعية اختبارات القوة و القدرة العضلية (قدرة مركبة من القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة) للمجاميع العضلية الأساسية(الأطراف العلوية، السفلية، الجذع)
- الاستبيان يضم في محتواه مجموعة من الإختبارات المهارية عرضت على الأساتذة لقياس الأداء المهاري و المتمثل في مهارة التسديد .

- استبيان موجه إلى المختصين في رياضة كرة القدم لتحكيم البرنامج التدريبي المقترح بالأثقال و التمرينات البليومترية، كما عرض على بعض المشرفين على بعض مدربي الفرق الوطنية لرياضة كرة القدم.

-الأسس العلمية للإختبارات: خلال هذه الخطوة تناول الباحث هذه الإختبارات المنتقاة البدنية(القوة العضلية)والمهارية بالتجريب للتأكد من ثقلها العلمي حيث تم اختيار عينة أخرى بطريقة عشوائية من لاعبي كرة القدم التابعين لنادي ترجي مستغانم والتي بلغ عددهم 08 لاعبين تحت 18 سنة من نفس مواصفات العينة التجريبية.فبعد المعالجة الإحصائية تأكد أن جميع الإختبارات ذات صدق وثبات وموضوعية.

الإختبارات المستخدمة: لقد ركز الباحث في إختبارات القدرة العضلية على الأطراف السفلية كمجاميع عضلية أكثر تركيزا في لعبة كرة القدم بالإضافة إلى تأثيرها المباشر على مهارات التسديد. حيث تمثلت هذه الإختبارات الخاصة بالقدرة العضلية كالتالي:
إختبارات القدرة العضلية:

إختبار الوثب العمودي من الثبات: قياس القدرة العضلية للأطراف السفلية. (عبد الفتاح،101،1994).

- إختبار الوثب الثلاثي: قياس مستوى تقدم القوة الانفجارية لعضلات الرجلين. (درويش، 1998، 78).
- إختبار العدو لمسافة 40 م: قياس السرعة. (حسنين، 2004، 88).
- ثني الركبتين كاملا خلال 20 ثا: قياس القوة المميزة بالسرعة للأطراف السفلية. (حسنين، 2004، 83).
- إختبار البطن: قياس قوة وتحمل عضلات البطن حتى التعب. (عبد عزيز نمر، نريمان الخطيب، 1998، 65).
- إختبارات قوة ودقة التصويب .
- إختبار ضرب الكرة الثابتة لأبعد مسافة: قياس قوة ضرب الكرة بالقدم إلى أبعد مسافة. (علاوي، 2000، 213).
- إختبار تسديد الكرة نحو المرمى: قياس قوة ودقة مهارة التصويب. (علاوي، 2000، 215).

خطوات ومراحل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بالأثقال والبليوم تري:

- أسس وضع البرنامج: رعى الباحث قبل تصميم البرنامج بعض الأسس الهامة وهي:
- الإهتمام بالتشكيل السليم والصحيح للحمل، وعدد مرات التكرار، وأيضا فترات الراحة بين كل تمرين وكذلك بين كل تكرار وتكرار آخر.
- الإهتمام باختيار التمرينات المناسبة لكل مرحلة من مراحل البرنامج والتي تشمل جميع أجزاء الجسم (الذراعين- الجذع- الرجلين) وذلك لتنمية القوة القسوى والقوة المميزة بالسرعة.
- استخدام أسلوب التدريب الدائري وطريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة لمناسبتها لطبيعة البحث. (عبد المقصود، 53).

- استخدام 3 حصص تدريبية في الأسبوع حصتين بالأثقال تتوسطهما حصة تدريبية بليوم تريية.
- تم تطبيق البرنامج الأثقال والبليوم تري كأحد مكونات البرنامج التدريبي العام للفريق، بواقع 3 وحدات تدريبية في الأسبوع، حصتين بالأثقال تتوسطهما حصة تدريبية بليوم تريية تتمثل في الوثب فوق الصناديق والحجل فوق المدرجات. وقد تم تقسيم البرنامج إلى ثلاث دورات متوسطة (شهرية) وهي فترة التأسيس، وفترة الإعداد، وفترة ما قبل المنافسة، حيث تستغرق كل فترة تدريبي مدة 5 أسابيع (Mesocycle). وكل دورة متوسطة تتكون من 4 دورات صغيرة (Microcycle) + دورة تكميلية صغيرة لاستعادة الاستشفاء، كما خصصت أيضا اختبارات الحد أقصى ثقل لتحديد وزن (ثقل) للتدريب به في الدورة المقبلة. حيث تزداد شدة التدريب وتتنخفض عدد مرات التكرارات كلما تقدم البرنامج، وقد خصص وقت لكل وحدة تدريبية قدره (30-40 دقيقة).
- ويعتقد الكثير من العلماء أن التدريب بشدة قدرها 85% لعدد ست تكرارات يعد حد أدنى ملائما للحصول على أفضل تنمية لكل من القوة القسوى والقدرة العضلية في نفس الوقت (عبد البصير، 2004، 96).
- فترة الإعداد:

- اشتملت هذه الفترة على 12 وحدة تدريبية بالأثقال باستخدام 12 تمرينا، يؤدي منها 10 تمرينات في الوحدة التدريبية الأولى و6 تمرينات بليوم تريية في الوحدة الثانية، و8 تمرينات بالأثقال في الوحدة التدريبية الثالثة خلال الأسبوع، و يؤدي كل تمرين من 3 مجموعات كل مجموعة بشدة (60-75%) من الحد الأقصى، بحيث تكون هذه التمرينات في نفس اتجاه العمل العضلي الذي يستخدمه لاعب كرة القدم أثناء المنافسة، وكل هذه التمرينات تستخدم بأجهزة الحديثة المتعددة الأغراض والمتمثلة في تمرينات السحب وال جذب والرفع بسرعة أداء عالية وبأقصى مجهود متفجر ممكن في كل التكرارات مع ثبات لحظي في كل تمرين حوالي 03-05 ثا.

- بالنسبة لتنمية القوة القسوى تبدأ شدة التمرينات من (70-80%) من أقصى ثقل يمكن للاعب أداء التمرين المحدد به وبتكرار من (5 إلى 10) تكرارات، ومجموعات من (2 إلى 3) مجموعات لكل تمرين

وتكون فترة الراحة بين المجموعات حتى إستعادة مكونات الطاقة من (2 إلى 3 دقيقة) وبين كل تمرين وآخر (1 دقيقة).
-بالنسبة لتنمية القوة المميزة بالسرعة تبدأ شدة التمرينات من (50-70%) من أقصى ثقل يمكن للاعب أداء التمرين المحدد به وبتكرار من (6 إلى 15) تكرارات، و3مجموعات لكل تمرين وتكون فترة الراحة بين المجموعات 3 دقائق وبين كل تمرين وآخر (1 دقيقة).
اختبار الحد الأقصى للقوة العضلية (1-RM)
هو رفع أكبر ثقل ممكن لتكرار واحد ويسمى واحد أقصى تكرار وذلك لكل تمرين من تمرينات المختارة للمجموعة العضلية لتحديد شدة التدريب أو مقدار المقاومة(وزن الثقل)الذي يجب أن يتدرب به اللاعب،وهو تقدير يساعد في تحديد نقطة البداية للبرنامج كما يعتبر هذا القياس من أهم المعايير التي يتأسس عليها تقنين وضبط الأحمال التدريبية عند تطبيق برامج التدريب بالأثقال لتطوير القوة العضلية بأنواعها(عبد عزيز نمر، نريمان الخطيب،1998،112).حسب المعادلة التالية:

أقصى ثقل لمقدرة اللاعب x الشدة المختارة

100

-عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرة العضلية ومهارة التصويب القبلية لعينتي البحث:
بعد إجراء الاختبارات البدنية والمهارية لقبلية لعينة البحث (التجريبية والضابطة) ، وعلى إثر النتائج المحصل عليها قام الباحث بدراسة مدى تجانس هذه العينة مستخدماً اختبار (t) "ستيويدنت" وأفرزت هذه العملية على النتائج التالية:

الدراسة الإحصائية	عدد العينة	درجة الحرية (2ن-2)	مستوى الدلالة الإحصائية	القيمة الجدولية	القيمة المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الاختبارات						
1- إختبار الوثب العمودي من الثبات	28	26	0.05	1.68	0.69	غير دال
2- إختبار الوثب الثلاثي					0.63	غير دال
3- إختبار العدو 40 متر					0.42	غير دال
4- إختبار البطن					0.45	غير دال
5- إختبار ثني الركبتين 20ثا					1.34	غير دال
6- إختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة					0.50	غير دال
7- تسديد الكرة نحو المرمى					1.22	غير دال

الجدول رقم(1) يبين قيمة (t) "ستيويدنت" المحسوبة في الاختبارات

القدرة العضلية ومهارة التصويب القبلية لعينتي البحث.

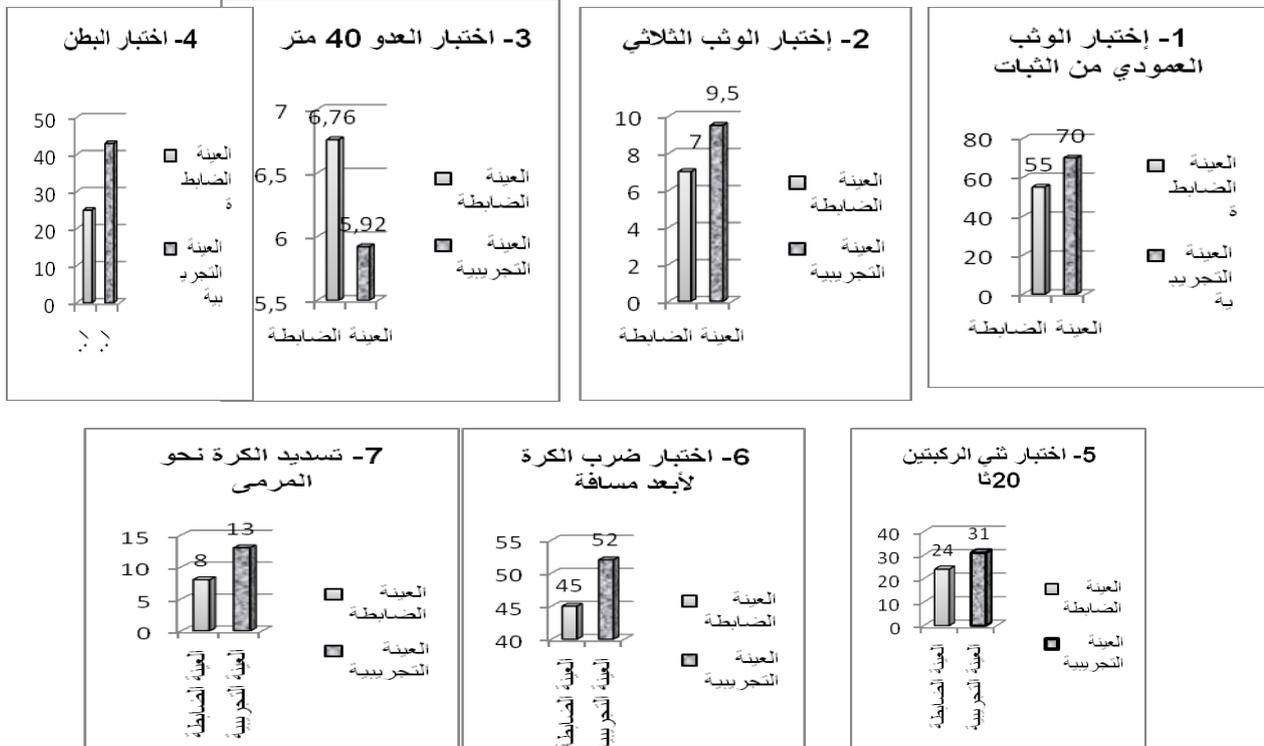
لقد تبين من خلال الجدول أن جميع القيم "ت" المحسوبة و التي تأرجحت بين 0,42 كأصغر قيمة و 1,34 كأكبر قيمة و هي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1,68 عند درجة الحرية 26 ومستوى الدلالة 0,05 مما تؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات أي أن الفروق الحاصلة بين المتوسطات ليس لها دلالة إحصائية و هذا يدل على مدى التجانس القائم بين عينتي البحث في هذه الإختبارات(القدرة العضلية والمهارية).

- مقارنة نتائج اختبارات القدرة العضلية ومهارة التسديد لعينتي البحث في الاختبار البعدي:

الدراسة الإحصائية	عدد العينة	درجة الحرية (2ن-2)	مستوى الدلالة الإحصائية	القيمة الجدولية	القيمة المحسوبة	الدلالة الإحصائية
1- إختبار الوثب العمودي من الثبات	28	26	0.05	1.68	4.54	دال إحصائيا
2- إختبار الوثب الثلاثي					3.61	دال إحصائيا
3- إختبار العدو 40 متر					4.23	دال إحصائيا
4- إختبار البطن					6.88	دال إحصائيا
5- إختبار ثني الركبتين 20 ثا					7.24	دال إحصائيا
6- إختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة					4.03	دال إحصائيا
7- تسديد الكرة نحو المرمى					6.13	دال إحصائيا

الجدول رقم (2) يبين قيمة (t) "ستيويدنت" المحسوبة في الاختبارات القدرة العضلية ومهارة التصويب البعدية لعينة البحث.

من خلال الجدول رقم (2) الذي يوضح قيم " t " المحسوبة في الاختبارات البدنية البعدية تبين وجود فروق معنوية بين نتائج المجموعتين هي لصالح المجموعة التجريبية في قياسات القوة والقدرة العضلية، حيث أن جميع القيم "ت" المحسوبة و التي تأرجحت بين 3,61 كأصغر قيمة و 6,88 كأكبر قيمة و هي اكبر قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.68 عن درجة حرية 26 و مستوى الدلالة 0.05 مما تؤكد على وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات أي أن الفروق الحاصلة بين المتوسطات لها دلالة إحصائية و هذا مما يبين الأثر الإيجابي لبرنامج الأتقال والبيومترى المقترح في زيادة القوة وتحسين القدرة للمجموعات العضلية المختلفة في تنمية القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة



ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتفق مع ما أشارت إليه نتائج الدراسات السابقة بالإضافة إلى الملاحظات الشخصية أن برنامج تدريب القوة المصمم جيدا يؤدي إلى تنمية القوة والقدرة ، وخاصة الدراسات التي تناولت تأثير تدريب القوة بالانتقال لدى الناشئين وأن الأبحاث العلمية التي أجريت في مجال التدريب بالانتقال أشارت معظم نتائجها أن التدريب بالانتقال قد أصبح من الوسائل الفعالية لتنمية الأنواع المختلفة للقوة العضلية في مختلف الأنشطة الرياضية. (عبد العزيز النمر، نريمان الخطيب، 1996، 74).

أن تدريبات البليومترك قد طورت زمن الأداء لان تدريبات البليومترك تعتمد على السرعة الفائقة في تقلص العضلات المركزي و اللامركزي وصولاً إلى أفضل ترابط وعلاقة بين الفعل ورد الفعل السريع، ويؤكد علماء التدريب أن تدريبات البليومترك تؤثر في استجابة العضلة بصورة سريعة وتسرع من تردد الحركات المهارية مما يعكس بشكل مباشر على سرعة وآلية الحركة. (حسنين، 2004، 110).

أما بالنسبة لإختبارات التسديد تبين وجود فروق معنوية بين نتائج المجموعتين هي لصالح المجموعة التجريبية في ضرب الكرة لأبعد مسافة وقياس قوة ودقة مهارة التصويب، حيث أن قِيَمِي "ت" المحسوبة 4,03 و 6,36 كقيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.68 عن درجة حرية 26 و مستوى الدلالة 0.05 مما تؤكد على وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات مما يبين الأثر الإيجابي لبرنامج الانتقال والبليومترك المقترح في زيادة القوة وتحسين القدرة للمجموعات العضلية المختلفة في تنمية القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة أدى إلى تحسين قوة ودقة مهارة التصويب ويعزي الباحث أن مهارة التصويب تحتاج إلى انقباضات سريعة وقوية في العضلات في أثناء الأداء وهذا ما تمتاز به تدريبات البليومترك، ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتفق مع ما أشارت إليه نتائج الدراسات السابقة أن هناك ارتباطاً وثيقاً ومباشراً بين القوة والمهارة وأن برنامج تدريب القوة المصمم جيداً بتمرينات الانتقال والبليومترك من أفضل وأسرع الوسائل وأكثرها فاعلية في تنمية وتطوير القوة والقدرة العضلية وتحقيق التناسق والتحكم في أجزاء الجسم وجعل العضلات أكثر استجابة لإتقان المهارات الحركية الأساسية وارتفاع مستواها (علاوي، 2000، 120).

استنتاجات عامة:

بعد المعالجة الإحصائية تبين أن كلا عينتي البحث التجريبية والضابطة متجانستين في الاختبارات البدنية (القدرة العضلية) والاختبارات المهارية (مهارة التصويب)، وهذا التجانس سجل في بداية التجربة الأساسية. أما عن برنامج تدريب القوة العضلية لمجموعة التجريبية فإن نتائج القياسات التتبعية والقياس البعدي لنسبة تقدم القوة العضلية (معدل زيادة القوة العضلية) بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح أظهرت تطوراً إيجابياً واضحاً في القوة العضلية وأن هذا التطور حدث في كل مجموعة عضلية التي تم قياسها .

وعلى مستوى المقارنة في النتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في هذه الاختبارات تبين أن كل الفروق الحاصلة بين متوسطات النتائج الاختبارات القدرة العضلية ومهارة قوة ودقة التصويب لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية المطبق عليها برنامج الانتقال والبليومترك المقترح .

فقد تبين لنا مدى التطور الذي حققته المجموعة التجريبية في تطوير القوة وتحسين القدرة العضلية وزيادة فعالية أداء مهارة التصويب وهذا ما يدفعنا بالقول أن البرنامج التدريبي المقترح بتمرينات الانتقال والبليومترك كان أكثر فاعلية في تنمية القدرة العضلية وتحسين فعالية الأداء المهاري مقارنة مع المجموعة الضابطة التي طبق عليها التدريب بالطريقة التقليدية .

- مناقشة فرضيات البحث:

- بالنسبة للفرضية الأولى:

ان النتائج التي توصلت إليها الدراسة تثبت صحة فرضية البحث الأولى، حيث توضح الدلالة الإحصائية للفروقات الحاصلة بين متوسطات نتائج اختبارات القدرة العضلية القبيلة والبعدي لعينتي البحث أن البرنامج التدريبي التخصصي بالانتقال المقترح والبليومترك الذي طبق على المجموعة التجريبية أدى

إلى تنمية القدرة العضلية للأطراف السفلية والجذع، وأن استخدام برامج القوة بتمرينات الأثقال للناشئين (الأواسط تحت 18 سنة) قد أدى إلى زيادة القوة ، ويرى الباحث أن هذا التحصيل الإحصائي يتطابق مع نتائج الأبحاث السابقة في تأكيد الحقائق الهامة التالية :

- إن الناشئين في هذه المرحلة يمكنهم اكتساب قوة وقدرة عضلية نتيجة برامج القوة المتدرجة والمصممة جيدا وأن جميع نتائج هذه الأبحاث أكدت حدوث زيادة معنوية في القوة العضلية للناشئين الذين استخدموا برامج للتدريب بالأثقال.

- رفض الاعتقاد السائد أنه لا فائدة من تدريب القوة بالأثقال للناشئين في مختلف المراحل ، حيث يذكر كرامر وفليك أن التدريب بالأثقال للناشئين يبدأ بعد سن 16 سنة بطريقة أكثر خصوصية للنشاط الممارس ، وأن مرحلة البلوغ والمراهقة تؤدي إلى زيادة تعادل 20 ضعفا في إنتاج هرمون "التستسترون" الذي يساعد على الانقباضات العضلية وحجم العضلات والقوة العضلية ووزن الجسم بمعدلات عالية فتصبح حينئذ هدف التدريب (سلامة، 2000، 43).

- التدريب البليومتري هام وأساسي في تنمية بعض الصفات البدنية كالسرعة والرشاقة والمرونة ، فيذكر موران وماجلين أنه كان من المعتقد أن التدريب بالأثقال يؤدي إلى التقليل المدى الحركي والسرعة والتوافق لدى الرياضيين ، حيث أكدوا أن التدريب بالأثقال ليس له تأثير ضار على الرشاقة والمرونة وذلك عندما يؤدي مع التمرينات البليومترية بطريقة مناسبة وخلال المدى الكامل للحركة (درويش، 1998، 136).

- بالنسبة لفرضية البحث الثانية:

توضح الدلالة الإحصائية للفروقات الحاصلة بين متوسطات نتائج الاختبارات المهارية القبيلة والبعديّة لعينتي البحث أن البرنامج التدريبي التخصصي بالأثقال المقترح والبليومتري الذي طبق على المجموعة التجريبية أدى إلى تحسين قوة ودقة أداء مهارة التصويب لناشئي كرة القدم. ويتفق الباحث أن هذا التحصيل الإحصائي يتطابق مع نتائج الأبحاث والدراسات السابقة في تأكيد حقائق هامة أن برامج تدريب القوة بالأثقال والبليومتري المصممة جيدا تؤدي إلى تطوير الأداء الفني وتحسين التوافق الحركي المهارى وتحسين التوافق بين المجموعات العضلية العاملة . الحقيقة العلمية تؤكد أن الارتقاء بمستوى القوة العضلية سوف يتبعه بالضرورة الارتقاء بالمستوى المهارى ، إذ أن تحسين الأداء الرياضي والمقدرة على تنفيذ المهارات الحركية المختلفة يعد أحد المتطلبات المنتظرة من برنامج تدريب القوة للناشئين وإلى الزيادة المنتظرة في الوقاية من الإصابات. كما يرى الباحث أن هذه النتيجة أيضا تتفق مع عدد محدود من الدراسات الأخرى التي أشارت أن هناك ارتباطا وثيقا ومباشرا بين القوة والمهارة وأن برنامج تدريب القوة المصمم جيدا بتمرينات الأثقال والبليومتري هي من أفضل وأسرع الوسائل وأكثرها فاعلية في تنمية وتطوير القوة والقدرة العضلية وتحقيق التناسق والالتزام والتحكم في أجزاء الجسم وجعل العضلات أكثر استجابة لإتقان المهارات الحركية الأساسية (حسنين، 2004، 38).

-التوصيات:

في حدود الإجراءات المستخدمة والنتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بما يلي :

- يوصي الباحث بتعميم استخدام برنامج الأثقال للاعبين كرة على كل الفئات الصغرى.

- كما يوصي الباحث بدراسة تأثير برنامج الأثقال تحت ظروف زمنية أطول من التي أجريت في الدراسة الراهنة .

- إجراء مزيد من الدراسات التي تتناول تأثير التدريب بالأثقال والبليومتري على تنمية عناصر اللياقة البدنية المختلفة (التحمل العضلي، السرعة ..) بالإضافة إلى تأثيرها على بعض المتغيرات الفسيولوجية للاعبين كرة القدم.

- كما يوصي الباحث بإجراء دراسات تهدف إلى وضع برنامج الأثقال التخصصي بطريقة فردية للاعبين لتحقيق مبدأ الخصوصية الفردية ، وأن يكون البرنامج حسب الخصائص الفردية (الفسيولوجية ، المرفولوجية ، العوامل الوراثية ، العمر التدريبي...).

قائمة المصادر والمراجع:

- 1- أبو العلا عبد الفتاح، ابراهيم شعلان : فسيولوجيا التدريب في كرة القدم. دار الفكر العربي .مصر 1994.
- 2- السيد عبد المقصود: "نظريات التدريب الرياضي، تدريب و فسيولوجيا القوة"، مركز الكتاب للنشر، مصر الجديدة، القاهرة، بدون سنة.
- 3- بلال أحمد الشدفان: "تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة العضلية وعلاقته بمستوى أداء بعض مهارات المختارة لدى ناشئي كرة القدم" رسالة ماجستير كلية الدراسات العليا التربوية الرياضية الجامعة الأردنية. 2001.
- 4- بهاد الدين إبراهيم سلامة : "فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني (لاكتات الدم)" ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000
- 5- بطرس رزق الله: "متطلبات لاعب كرة القدم البدنية و المهارة"، جامعة الإسكندرية، دار المعارف، سنة 1992.
- 6- ثامر محسن، سامي الصفار: أصول التدريب في كرة القدم .دار الكتاب للطباعة والنشر .بغداد 1988.
- 7- حنفي محمود مختار: "الأسس العلمية في تدريب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مدينة نصر.
- 8- درويش زكي: "التدريب البليومتري تطوره، مفهومه، استخدامه مع الناشئين"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- 9- زكي محمد حسنين: "من أجل قدرة عضلية أفضل لتدريب البليومتريك"، المكتبة المصرية، 2004.
- 10- طه اسماعيل وآخرون : كرة القدم بين النظرية والتطبيق - الاعداد البدني في كرة القدم .دار الفكر العربي. القاهرة. 1989.
- 11- عادل عبد البصير علي: تدريب القوة العضلية التكامل بين النظرية والتطبيق، ط 1 ، المكتبة المصرية، القاهرة. 2004.
- 12- عبد العزيز النمر، نريمان الخطيب: تدريب الأثقال - تصميم برامج القوة وتخطيط الموسم التدريبي. ط1. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 1996
- 13- عبد عزيز نمر، نريمان الخطيب: "التدريب الرياضي (تدريب و تصميم و تخطيط الموسم الرياضي)"، القاهرة، ط1، مركز الكتاب، السنة 1998.
- 14- عجمي محمد عجمي: " برنامج تدريبي بالأثقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة وتأثيره على قوة ودقة التصويب للناشئين في كرة القدم" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق. 1998
- 15- محمد أبو النصر محمود: " اثر تنمية القوة المميزة بالسرعة بنسب مختلفة على عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم تحت 17 سنة" رسالة دكتوراه ،كلية التربية الرياضية بالقاهرة، جامعة حلوان. 2000.
- 16- محمد حسن العلاوي، أبو علاء أحمد عبد الفتاح: "فزيولوجيا التدريب الرياضي"، دار الفكر العربي القاهرة، سنة 2000.
- 17- مفتي إبراهيم: "الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم"، دار الفكر العربي، القاهرة سنة 1994.
- 18- موفق أحمد مسعود: "التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم"، مرجع سابق، 2009.

R. Talmen : « football, techniques nouvelles d'entraînement », édition 20-

AMPHORAS, Paris, 1990,

16-WWW. .com/muscu.htm:test de force maximale21

مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة على أساتذة التربية البدنية و الرياضية و علاقتها بالرضا الوظيفي
بحث مسحي اجري على اساتذة التربية البدنية و الرياضية للطور الثانوي لولاية مستغانم

د: أحمد بن قلاوز تواتي

د: بن قناب الحاج

د: بلكبش قادة.

معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم

ملخص:

هدفت هذه الدراسة الى معرفة مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة على أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية مستغانم وعلاقتها بالرضا الوظيفي لديهم ، ولحل هذه المشكلة استعمل الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية على عينة قوامها 50 أستاذا للتربية البدنية والرياضة لولاية مستغانم، مستعملا الأدوات متمثلة في مقياس الجودة الشاملة و مقياس الرضا الوظيفي من اعداد الباحث وتحكيمه من مجموعة من دكاترة اختصاص علم النفس والتدريس، وبعد المعالجة الاحصائية وذلك لاستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة تم التوصل الى أهم النتائج التالية:

أساتذة التربية البدنية والرياضية بعض معايير الجودة الشاملة بدرجات متفاوتة.
أساتذة التربية البدنية والرياضية راضون عن عملهم من خلال درجة التقييم في مقياس الرضا الوظيفي.
هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين معايير الجودة الشاملة والرضا الوظيفي.
الكلمات الأساسية: الجودة الشاملة- الرضا الوظيفي- مدرس التربية البدنية والرياضية

Résumé:

Cette étude visait à déterminer l'application de normes de qualité globale pour les enseignants de l'éducation physique et sportive du mandat de Mostaganem et leur relation à la satisfaction au travail pour eux, et pour résoudre ce problème, utiliser l'approche descriptive de l'Enquête sur la manière d'un échantillon 50-professeur d'éducation physique et du Sport du mandat de Mostaganem, en utilisant les outils représentés sur l'échelle de qualité globale et mesure de la satisfaction au travail effectué par le chercheur et d'arbitrage d'un groupe docteurs de la compétence de la psychologie et de l'enseignement, et après le traitement statistique afin de pouvoir utiliser des méthodes statistiques appropriées pour le plus important a été atteint les résultats suivants:

Les professeurs d'éducation physique et sportive certaines des normes de qualité globale à des degrés divers.

Professeurs d'éducation physique et le sport sont satisfaits de leur travail lors de l'évaluation degré dans l'échelle de la satisfaction au travail.

Il existe une corrélation statistiquement significative entre les normes de qualité et de satisfaction globale de l'emploi.

Mots-clés: TQM - la satisfaction au travail - un enseignant de l'éducation physique et sportive

-مقدمة ومشكلة البحث:

إن التغير الكبير الذي يشهده العالم اليوم في مجالات الحياة المختلفة أضاف إلى المعلم واجبات ومسؤوليات جديدة ومتعددة لمسايرة العصر، والتعامل مع تحديات المستقبل، فالأدوار الجديدة لم يصبح معها الأستاذ ملقنا بل قائدا لتلاميذه لبلوغ ذرى الإبداع والابتكار، مرشدا إلى مصادر المعرفة، منسقا لعمليات التعليم، ومقوما لنتائج التعلم...فتكاثرت أدواره فبات يفترض أن يكون معلما، ومربيا ومرشدا، وملاحظا سيكولوجيا، ورائدا اجتماعيا، ومنظما إداريا، ومهندسا تقنيا، وباحثا علميا، ويعتمد النجاح في المنظومة التربوية عامة وفي المجال التعليمي لمادة التربية البدنية خاصة على البرمجة والتخطيط من جهة ونظرة المسؤولين من جهة وبفعالية تكوين وتأطير الأساتذة والمختصين (سوسن، 2008).

وأصبح من أدواره الجديدة أيضا تشخيص التعلم، تحفيز الطلبة، إدارة بيئة التعلم، تنظيم خبرات التعلم، هذا وأكدت بعض الدراسات الأخرى " على أن الأدوار الجديدة هذه تتطلب الإعداد الأكاديمي، الثقافة في ميدان التخصص، الأداء المهني، وتحت كل مجال من هذه المجالات نجد معايير ومؤشرات " (عبيد، 2005) وتدخل هذه الواجبات والمسؤوليات الجديدة في إطار فلسفة الجودة الشاملة في العملية التدريسية إن من وظائف النظام التعليمي الحديث إعداد أفراد يملكون أدوات البحث عن المعرفة واشتقاقها من مصادرها وكيفية التعامل مع ما تحويه من معلومات وكيفية فهمها ونقدها من خلال ما يملكون من مهارات التعلم الذاتي والتعلم المستمر والتعليم التعاوني والتفكير العلمي والقدرة على الإبداع والابتكار، ولكي تتحقق مثل هذه الوظيفة أصبح مبدأ تطبيق الجودة الشاملة في النظام التعليمي من أهم التحديات التي تواجه دول العالم النامي بما فيها الدول العربية .

وقد حظيت عمليات إصلاح التعليم اهتمام في معظم دول العالم وحظيت الجودة الشاملة بجانب كبير من هذا الاهتمام إلى الحد الذي جعل المفكرين يطلقون على هذا العصر عصر الجودة، فأصبح المجتمع العالمي ينظر إلى الجودة الشاملة والإصلاح التربوي باعتبارهما وجهين لعملة واحدة، بحيث يمكن القول أن الجودة الشاملة هي التحدي الحقيقي الذي ستواجهه الأمم في العقود القادمة (غنيم، 2005 : 27)

ويعتبر الرضا الوظيفي عند أستاذ التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم الثانوي الأساس الأول في تحقيق الأمن النفسي والوظيفي، وينعكس إيجابيا على مرد وديته في العمل من الناحيتين الكمية والنوعية . كما يرى علماء النفس الصناعي والتنظيمي فإن المر دودية أو الإنتاجية ليست وحدها محك النجاح الوظيفي؛ لأن العنصر البشري من أهم العناصر المؤثرة في إنتاجية العامل، وهو العنصر الوحيد الذي لا يتغاضى عنه بسهولة، كما يستغرق إعداد ونشأته وقتا طويلا. ويتأثر الرضا الوظيفي بكثير من العوامل، يتعلق جزء منها بالعمل ومتطلباته ومسؤولياته، ويتعلق الجزء الآخر بالفرد نفسه وشخصيته ودوافعه وانفعالاته ورغباته. في حين أن جزءا آخر من هذه العوامل يتعلق بالجوانب الاجتماعية للوظيفة أو المهنة. ومن خلال الزيارات الميدانية التي أجرتها الطالبة الباحثة في بعض ثانويات ولاية مستغانم و من خلال تربصنا في ثانويات ولاية مستغانم، لاحظت الطالبة الباحثة أن هناك بعض معايير الجودة الشاملة مطبقة لدى البعض و غير مطبقة لدى الأخرين، و بما أن هناك علاقة ما بين العمل و ظروفه و الرضا المهني لما له تأثير مباشر على الحياة المهنية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية (المشعان والعنزي، 1999)

و بعد استعراض بعض الدراسات المشابهة التي أجريت حول الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي، سواء كانت الأجنبية أو المحلية فوجد الباحث دراسات تناولت الجودة الشاملة لوحدها منها دراسة داود بمعهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم تحت عنوان متطلبات مدرس التربية البدنية و الرياضية في ضوء معايير الجودة الشاملة، و دراسات تناولت الرضا الوظيفي و من بينها دراسة بطاهر احمد و بوفرة مختار 2003م "الرضا المهني لمدرسي التعليم الثانوي" دراسة ميدانية بالثانوية متعددة التخصصات - غريس- معسكر و لكن لم تجرى دراسة تتضمن الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي مع بعض وقد بينت الدراسات أن الرضا الوظيفي يتأثر بعوامل عديدة منها: الأجور، زملاء العمل، الترقيات، الإشراف الجيد،

الالتزام بالعمل، سياسة المنظمة، الوظيفة التي يقوم بها، الفرد نفسه، المكانة الوظيفية، ظروف العمل (أنظر، التويجري 1995 ، العتيبي 1999 . (أحمد ، 2003م:175) ولمعرفة نقاط الضعف من أجل تداركها ونقاط القوة من أجل تدعيمها وهذا بالاعتماد على معايير متفق عليها هي الشخصية، التخطيط، صياغة الأهداف، العلاقات الإنسانية وإدارة الفصل، الرقابة والتقييم، تسمح لنا بمعرفة جودة التعليم وعليه

اتجه الباحث إلى دراسة هذا الموضوع و المتمثل في مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم و علاقتها بالرضا الوظيفي .

و مما سبق تتلخص مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

1. ما مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة على أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم؟
2. هل أساتذة التربية البدنية و الرياضية راضون عن عملهم في ظل معايير الجودة الشاملة؟
3. هل هناك علاقة ارتباطية بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي ؟

-أهداف البحث :

1. معرفة مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم .
2. معرفة درجة الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم .
3. معرفة طبيعة العلاقة بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم .

- الفرضيات:

1. يتميز أساتذة التربية البدنية و الرياضية بدرجة عالية في مقاييس الجودة الشاملة .
2. ان أساتذة التربية البدنية و الرياضية راضون وظيفيا عن عملهم في ظل معايير الجودة الشاملة .
3. هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي

- مصطلحات البحث:

- **الجودة الشاملة:** يطلق على الجودة الشاملة total qualities اختصارا (T.Q). ويعرف مفهوم الجودة الشاملة بأنه " أسلوب متكامل يطبق في جميع فروع ومستويات المنطقة التعليمية ليوفر للعاملين وفرق العمل الفرصة لإشباع حاجات الطلاب والمستفيدين من عملية التعلم، أو هي فعالية تحقيق أفضل خدمات تعليمية بحثية واستشارية بأكفاً أساليب وأقل تكاليف وأعلى جودة ممكنة. (فريد راغب، 1999) (الخطيب 2003م:14).

- **مدرس التربية البدنية والرياضية :** يقول "بولديرو" انه قائد، فهو المنظم والمبادر لوحدة العمل والنشاط في جماعة الفصل، فهو يعمل ليس فقط لإكساب التلاميذ المعلومات والمعارف والمهارات وتقويمهم في النواحي المعرفية والمهارية فحسب، بل يتضمن عمله أيضا تنظيم جماعة الفصل أو العمل على تنميتها تنمية إجتماعية. (زكي، 122)

- **المعايير Standard:** جاء في معجم الوجيز أن المعيار هو ما أتخذ أساسا للمقارنة والتقدير.

وتعني مستوى من التحصيل، أو من الجودة يفترض أن يكون مقبولا. (cobuild، 1992) ويعرف المعيار أيضا على أنه حكم، أو قاعدة، أو مستوى معين نسعى للوصول إليه على أنه غاية يجب تحقيقها بهدف قياس الواقع في ضوءه للتعرف على مدى اقتراب هذا الواقع من المستوى المطلوب. (عبدالجواد، 1933)

الرضا الوظيفي: يعرف الرضا الوظيفي في هذه الدراسة بأنه " مجموعة مشاعر أعضاء هيئة التدريس نحو مجالات الرضا (صفات ومميزات العمل وخصائص بيئة العمل والسياسات والممارسات الإدارية والعلاقات الإنسانية) وإجرائياً بأنه محصلة الدرجة التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس من خلال إجابته على فقرات الاستبيان المعد في هذه الدراسة لتحديد مستوى الرضا الوظيفي له.

- الدراسات السابقة:

لدراسات التي تناولت الجودة الشاملة:

- دراسة عمر عيسى عمور (دراسة منشورة) تحت عنوان: المستويات المعيارية العالمية لأداء معلم التربية الرياضية في ظل الجودة الشاملة .

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة المستويات المعيارية العالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة من وجهة نظر معلمي التربية الرياضية بالأردن، وكذا التعرف فيما إذا كانت هناك فروق بين المعلمين والمعلمات.

وتكونت العينة البحث من (140) معلماً ومعلمة بمدينة عمان خلال الفصل الأول من الموسم الدراسي: 2008 - 2009م.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية، واستخدم الباحث استبيان ضم (50) فقرة موزعة بالتساوي على خمس مستويات معيارية عالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة، وباستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكل من اختبار(ت)، وتحليل التباين الأحادي، واختبار شيفه للقياسات البعدية توصلنا إلى الآتي:

- رتب معلموا التربية الرياضية بالأردن المستويات المعيارية العالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة بناء على وجهة نظرهم.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية بالأردن حول المستويات المعيارية العالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الرياضية بالأردن حول المستويات المعيارية العالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة تعزى إلى اختلاف المرحلة التدريسية التي ينتسبون إليها.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الرياضية بالأردن حول المستويات المعيارية العالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة تعزى إلى اختلاف خبرتهم التدريسية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الرياضية بالأردن حول المستويات المعيارية العالمية للأداء في ظل الجودة الشاملة تعزى إلى اختلاف المؤسسات التعليمية التي يعملون بها.

- دراسة عصام عبد الله محمد عبد الله تحت عنوان (دراسة منشورة): متطلبات تطبيق إدارة الجودة الشاملة في إدارة الرياضية المدرسية في المرحلة الثانوية بمملكة البحرين. هدفت إلى معرفة مدي تطبيق متطلبات تطبيق إدارة الجودة الشاملة في إدارة الرياضية المدرسية في المرحلة الثانوية بمملكة البحرين. وطبقت على عينة من 85 فرداً 10 اختصاصيين 85 معلم في 30 مدرسة. أفضت إلى قلت الإمكانيات والوقت والميزانية والحوافز لتسمح بتطبيق إدارة الجودة الشاملة في الإدارة المدرسية. وكذلك إلى القصور في فهم مصطلح إدارة الجودة الشاملة داخل المجتمع أدي إلى ضعف استخدامها.

- دراسة ريزير (دراسة منشورة): هدفت هذه الدراسة إلى تطوير مخطط للتقويم يساعد العاملين في تقويم إدارة الجودة الشاملة ، وقد اعتمدت اللجنة على تطوير نموذج التقويم مهياً وتقويم أدوات البحث ومراجعة العاملين لهذا المخطط، وهدفت الدراسة إلى السعي لتحسين ممارسة التقويم والتأكيد على قيم ومفاهيم وأدوات التقويم للبرامج التربوية، وتوصلت الدراسة إلى وضع مخطط تقويم يمكن من خلاله تحسين بعد المساءلة والمنفعة والمهنية في تقويم وتدريب، وكذلك الوصول إلى مخطط محدد واضح تم تطويره واختباره، وكذلك فإن مخطط التقويم يعتبر مناسباً وملائماً لجميع العاملين. (علوانة، 2004).

- دراسة مها جويلي (2002) بعنوان المتطلبات التربوية لتحقيق الجودة التعليمية وهدفت الدراسة إلى الكشف عن متطلبات تطبيق الجودة الشاملة في مجال التعليم ومعرفة المبررات التي تستدعي تطبيق الجودة في النظام التعليمي ومن أجل تحقيق ذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الميداني وأشارت نتائج الدراسة إلى أن أهم متطلبات تحقيق الجودة تحديد الأهداف والأفكار وإشراك جميع الأطراف المستفيدة والتركيز على المناخ التعليمي والإدارة الواعية والتركيز على المخرجات و التأكيد على التحسين المستمر والتغذية الراجعة. (علوانة، 2004)

- الدراسات التي تناولت الرضا الوظيفي:

-دراسة بطاهر احمد و بوفرة مختار 2003م:

"الرضا المهني لمدرسي التعليم الثانوي" دراسة ميدانية بالثانوية متعددة التخصصات -غريس- معسكر هدف البحث: التعرف على مستوى الرضا المهني و علاقته بالخبرة المهنية و العلاقات المهنية و الامتيازات المادية لدى مدرس الطور الثانوي. استخدم الباحث المنهج الوصفي بغرض استقصاء الرضا الوظيفي لمدرسي التعليم الثانوي.

شملت عينة البحث 40مدرس من الجنسين بالطور الثانوي بين فئة عمرية 24-45.

أدوات البحث: مقياس الرضا عن العمل و استبيان العلاقات المهنية.

نتائج البحث:

يوجد فروق دال إحصائيا في الرضا المهني بين الجنسين و بين ذوي الدخل المختلف و ذوي الأعمار المختلفة و أصحاب الخبرات المختلفة و العلاقات المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي. لا يوجد فرق دال إحصائيا في الرضا المهني بين القريبيين و البعيدين في مكان العمل من أساتذة التعليم الثانوي.

-دراسة نايب عبد القادر و كعبيش رشيد2009م:

أثر التدريس بالمقاربة بالكفاءات على الرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم.

هدف البحث: معرفة مدى اثر التدريس بالمقاربة بالكفاءات على الرضا الوظيفي.

تم استخدام المنهج الوصفي حيث تم دراسة ظاهرة تربوية نفسية

عينة البحث: شملت أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم البالغ عددهم 60 أستاذًا، كما أن اختيارهم شامل وغير مقصود.

نتائج البحث: معظم الأساتذة الذين يدرسون مادة التربية البدنية و الرياضية بمستغانم حاصلين على شهادة ليسانس.

إن معظم أساتذة التربية البدنية و الرياضية لديهم سنوات خبرة أكثر من 5 سنوات.

إن أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم مجبرون على التدريس بالطريقة الجديدة (المقاربة بالكفاءات).

- إجراءات الدراسة:

-منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته و إجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيق أهدافه

-عينة البحث: شملت عينة البحث على 50استاذ من اساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم

- أدوات الدراسة:

وفيما يلي الخطوات التي اتبعها الباحث لإعداد وتقنين الاستمارة الخاصة بمقياس الجودة الشاملة حتى تكون صالحة للتطبيق

1- مقياس الجودة الشاملة

تحديد محاور مقياس الجودة الشاملة وذلك بعد الرجوع للمراجع العلمية والأبحاث والدراسات المرتبطة بمجال الدراسة وقد حدد الباحث محاور الدراسة في ثمانية محاور وهي: **المحور الأول** : تخطيط و تصميم المواقف التعليمية- **المحور الثاني** : توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به و الحفاظ عليه- **المحور الثالث** : التمكن من المادة العلمية و فهم طبيعتها و تكاملها مع المواد الأخرى- **المحور الرابع** : استخدام الاستراتيجيات و التقنيات التعليمية -**المحور الخامس**: تقويم التلاميذ ومتابعة النتائج التعلم- **المحور السادس**: التقويم الذاتي- **المحور السابع**: التعاون مع رؤسائه و زملائه و التلاميذ و أولياء أمورهم- **المحور الثامن**: التنمية المهنية

بعد أن حدد الباحث محاور الدراسة في خمسة محاور قام الباحث بوضع عدة عبارات تتناسب مع كل محور من المحاور ، وقد كان ميزان التقدير رباعي في الإجابات على أسئلة المقياس.

جدول يوضح محاور مقياس الجودة الشاملة وعدد العبارات بعد حذف العبارات الغير مناسبة

المحور	اسم المحاور	نسبة موافقة الخبراء على المحاور	عدد العبارات
الأول	تخطيط و تصميم المواقف التعليمية	93.33 %	06
الثاني	توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به و الحفاظ عليه	95.71 %	06
الثالث	التمكن من المادة العلمية و فهم طبيعتها و تكاملها مع المواد الأخرى	90 %	08
الرابع	استخدام الاستراتيجيات و التقنيات التعليمية	88.33 %	06
الخامس	تقويم التلاميذ ومتابعة النتائج التعلم	94 %	05
السادس	التقويم الذاتي	100 %	04
السابع	التعاون مع رؤسائه و زملائه و التلاميذ و أولياء أمورهم	96 %	05
الثامن	التنمية المهنية	96.66 %	03
	الإجمالي	94.25 %	43

2 استمارة الرضا الوظيفي :

تتكون من 25 فقرة وقد كان ميزان التقدير رباعي في الإجابات على أسئلة المقياس. باوافق ، اوافق بشدة، اعارض، اعارض بشدة ، وكانت نسبة القبول للمحكمن 100 %

6- **النتائج** : استخدم الباحث طريقة تطبيق استمارة الاستبيان وإعادة التطبيق على عينة استطلاعية من المسؤولين عن السياحة بوزارة السياحة والهيئة الإقليمية لتنشيط السياحة بالإسكندرية وبلغ عددهم 10 مسئولين وذلك لاختبار ثبات استمارة الاستبيان ، وتم ذلك بفواصل زمني 10 أيام حيث تم التطبيق الأول في 12 - 15 / 5 / 2005م والتطبيق الثاني في 22 - 25 / 5 / 2005م ، كما هو موضح بجدول

جدول: معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمحاور استمارة الاستبيان ن=15

المحور	اسم المحاور	التطبيق الأول	التطبيقي الثاني	معامل ارتباط
الأول	تخطيط و تصميم المواقف التعليمية			*0.71
الثاني	توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به و الحفاظ عليه			*0.73
الثالث	التمكن من المادة العلمية و فهم طبيعتها و تكاملها مع المواد الأخرى			*0.73
الرابع	استخدام الاستراتيجيات و التقنيات التعليمية			*0.66
الخامس	تقويم التلاميذ و متابعة النتائج التعلم			*0.63
السادس	التقويم الذاتي			*0.69
السابع	التعاون مع رؤسائه و زملائه و التلاميذ و أولياء أمورهم			*0.67
الثامن	التنمية المهنية			*0.73
قيمة ر الجدولية عند $0.05 = 0.49$ * دال إحصائياً				

ويتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني لعينة الدراسة الاستطلاعية لمحاور استمارة لمقياس الجودة الشاملة مما يدل على ثبات الاستمارة ومحاورها .

-الاستمارة الرضا الوظيفي: لقد ملغ معامل ارتباط بين الاختبار القبلي والبعدي للدراسة الاستطلاعية 0.88 عند درجة حرية 14 و مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يدل على ثبات الاستمارة .

-مجالات البحث:
- المجال البشري: أجري البحث على 50 اساتذ التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي الذين يدرسون في ثانويات ولاية مستغانم .

-المجال المكاني: يشمل هذا المجال على بعض ثانويات ولاية مستغانم منها ثانوية ولد قابلية صليحة، متقنة ماسرى، زروقي شيخ بن الدين، ثانوية العربي عبد القادر

-المجال الزمني: تم إجراء الاختبار تقديم الاستمارات و استرجاعها في الفترة الممتدة ما بين: 2011/04/05 إلى غاية 2011/05/28م

-الوسائل الإحصائية المستخدمة:

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، النسبة المئوية، معامل ارتباط

- عرض ومناقشة النتائج:

1- عرض نتائج مقياس الجودة الشاملة :

من خلال النتائج المدونة في الجدول الآتي لمعايير الجودة الشاملة طبقا للنقاط المتحصل عليها وفقا لمفتاح تصحيح الأسئلة.

معايير الجودة الشاملة	متوسط حسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	نسبة التقييم العالي
تخطيط و تصميم المواقف التعليمية	16,36	1,37	17	-1,51	%68.16
توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به و الحفاظ عليه	23,24	1,52	24	-0,49	72.62%
التمكن من المادة العلمية و فهم طبيعتها و تكاملها مع المواد الأخرى	23,04	1,25	24	-2,28	%72
استخدام الاستراتيجيات و التقنيات التعليمية	17	1,04	17	0	%70.83
تقويم التلاميذ و متابعة نتائج التعلم	13,40	2,09	14	-0,84	%67
التقويم الذاتي	8,32	0,71	8	1,36	%69.33
التعاون مع رؤسائه و زملائه و التلاميذ و أولياء أمورهم	13,89	10	14	-0,30	%69.45
التنمية المهنية	8,79	0,40	90	-1,50	%73.25

من خلال النتائج المدونة في الجدول اعلاه يمكن عرضها على النحو التالي :

تخطيط و تصميم المواقف التعليمية:

بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في معيار تخطيط و تصميم المواقف التعليمية (16.36) وانحراف معياري (1.37) ، كما بلغ معامل الالتواء (- 1.51) ، مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة . و لمعرفة درجة التقييم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 68.16% مرتكزين على الوسيط للمعيار المذكور اعلاه و الذي بلغ 12 و منه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتميزون بدرجة عالية في معيار التخطيط و تصميم المواقف التعليمية .

توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به و الحفاظ عليه :

بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في هذا معيار 23,04 وانحراف معياري (1.25±) ، كما بلغ معامل الالتواء (- 2.28) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة لأن قيمة معامل الإلتواء جاءت محصورة بين (- 3،3) . و بلغت درجة التقييم 72.62% مرتكزين على الوسيط للمعيار المذكور اعلاه و الذي بلغ 16، وتنتهي هذه النسبة الى التقييم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتميزون بدرجة عالية في هذا معيار .

التمكن من المادة العلمية و فهم طبيعتها و تكاملها مع المواد الأخرى بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في هذا المعيار 23,24 و بانحراف معياري ($1.52 \pm$) و هذا ما يبين تمركز النتائج حول متوسطها الحسابي، كما بلغ معامل الالتواء (0.00) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة. و لمعرفة درجة التقويم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 72% مرتكزين على الوسيط للمعيار المذكور اعلاه و الذي بلغ 16، و تنتمي هذه النسبة الى التقويم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتميزون بدرجة عالية في هذا معيار و متمكنين من المادة العلمية و انهم يفهمون طبيعتها و تكامل هذه المادة مع المواد الأكاديمية الأخرى.

استخدام الاستراتيجيات و التقنيات التعليمية : بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في معيار استخدام الإستراتيجيات و التقنيات التعليمية 17 و بانحراف معياري ($1.04 \pm$) ، كما بلغ معامل الالتواء (-0.49) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة. و لمعرفة درجة التقويم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 70.83% مرتكزين على الوسيط للمعيار المذكور اعلاه و الذي بلغ 12، و تنتمي هذه النسبة الى التقويم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتميزون بدرجة عالية في هذا معيار و يستخدمون استراتيجيات و تقنيات مناسبة للعملية التعليمية.

تقويم التلاميذ و متابعة نتائج التعلم: بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في معيار تقويم التلاميذ و متابعة نتائج التعلم (13,4) و بانحراف معياري ($2,09 \pm$) ، كما بلغ معامل الالتواء (-0,84) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة و لمعرفة درجة التقويم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 67% مرتكزين على الوسيط للمعيار المذكور اعلاه و الذي بلغ 10، و تنتمي هذه النسبة الى التقويم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتميزون بدرجة عالية في هذا معيار و يقومون بتقويم التلاميذ و متابعة نتائج تعلمهم.

التقويم الذاتي: بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في هذا المعيار (8,32) و بانحراف معياري ($0,71 \pm$) ، كما بلغ معامل الالتواء (1,36) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة و لمعرفة درجة التقويم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 69.33% مرتكزين على الوسيط للمعيار و الذي بلغ 6، و تنتمي هذه النسبة الى التقويم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتميزون بدرجة عالية في هذا معيار و يقومون بالتقويم الذاتي.

التعاون مع رؤسائه و زملائه و التلاميذ و أولياء أمورهم: بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في هذا المعيار (13,89) و بانحراف معياري ($01 \pm$) ، كما بلغ معامل الالتواء (-0,30) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة. و لمعرفة درجة التقويم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 69,45% مرتكزين على الوسيط للمعيار الذي بلغ 10، و تنتمي هذه النسبة الى التقويم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يتعاونون مع رؤسائهم المتمثلين في المدراء و زملائهم و التلاميذ و أوليائهم.

التنمية المهنية: بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية المعيار (8,79) و بانحراف معياري ($0,40 \pm$) ، كما بلغ معامل الالتواء (-1,50) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و ان العينة متجانسة. و لمعرفة درجة التقويم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية في هذا المعيار و التي بلغت 73.25% مرتكزين على الوسيط الذي بلغ 6، و تنتمي هذه النسبة الى التقويم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية يقومون بالتنمية المهنية.

- عرض نتائج الرضا الوظيفي :

متوسط حسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	نسبة التقييم العالي
82,34	11,52	82	0,08	65.87

بعد المعالجة الإحصائية المناسبة لمتغيرات البحث عرضنا النتائج في جداول و
ينكن عرضها كما يلي:

مقياس الرضا الوظيفي : بلغ المتوسط الحسابي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية في الرضا الوظيفي (82.34) وانحراف معياري ($11.52 \pm$) ، كما بلغ معامل الالتواء (0.08) مما يبين ان هناك اعتدالية في توزيع النتائج و لمعرفة درجة التقييم لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية استعمل الباحث النسبة المئوية الرضا الوظيفي و التي بلغت 65.87% مرتكزين على الوسيط للمقياس الذي بلغ 62.5، وتنتمي هذه النسبة الى التقييم العالي و عليه نستطيع القول ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية لديهم درجة عالية في الرضا الوظيفي، اي انهم راضون عن عملهم .

جدول رقم(19) يبين معامل الارتباط بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي

المقاييس	معامل الارتباط بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي	نوع العلاقة	درجة الحرية	ر الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
تخطيط وتصميم المواقف التعليمية	0.45	موجبة	49	0.27	0.05	دال
توفير المناخ التعليمي الملائم والتقيد به والحفاظ عليه	0.41	موجبة				دال
التمكن من المادة العلمية وفهم طبيعتها وتكاملها مع المواد الأخرى	0.31	موجبة				دال
استخدام الاستراتيجيات والتقنيات	0.39	موجبة				دال
تقويم الطلاب ومتابعة نتائج التعلم	0.28	موجبة				دال
التقويم الذاتي	0.40	موجبة				دال
تعاون المعلم مع رؤسائه وزملائه والطلاب وأوليا أمورهم	0.33	موجبة				دال
التنمية المهنية	0.38	موجبة				دال

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه الذي يبين العلاقة الارتباطية بين مقياس الجودة الشاملة و مقياس الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية مستغانم فجاءت النتائج على النحو التالي :

1. العلاقة ما بين معيار تخطيط وتصميم المواقف التعليمية و الرضا الوظيفي:

لقد بلغ معامل الارتباط بين معيار تخطيط وتصميم المواقف التعليمية و الرضا الوظيفي 0.45 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الثقة 95 % و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه تستنتج الباحث أن الفرضية

الثالثة قد تحققت جزئياً إحصائياً.

العلاقة بين معيار توفير المناخ التعليمي الملائم والتقدير به والحفاظ عليه و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط بين توفير المناخ التعليمي الملائم والتقدير به والحفاظ عليه و الرضا الوظيفي 0.41 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الثقة 95 % و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه يستنتج الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت جزئياً إحصائياً .

العلاقة بين معيار التمكن من المادة العلمية وفهم طبيعتها وتكاملها مع المواد الأخرى و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط بين معيار التمكن من المادة العلمية وفهم طبيعتها وتكاملها مع المواد الأخرى و الرضا الوظيفي 0.31 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الثقة 95 % و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه يستنتج الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت إحصائياً .

العلاقة بين معيار استخدام الاستراتيجيات والتقنيات و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط بين معيار استخدام الاستراتيجيات والتقنيات و الرضا الوظيفي 0.39 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه تستنتج الباحثة أن الفرضية الثالثة قد تحققت إحصائياً

العلاقة بين معيار تقويم الطلاب ومتابعة نتائج التعلم و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط بين معيار تقويم الطلاب ومتابعة نتائج التعلم و الرضا الوظيفي 0.28 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه يستنتج الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت إحصائياً .

العلاقة بين معيار التقويم الذاتي و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط التقويم الذاتي و الرضا الوظيفي 0.40 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه يستنتج الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت إحصائياً .

العلاقة بين معيار تعاون المعلم مع رؤسائه وزملائه والطلاب وأوليا أمورهم و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط تعاون المعلم مع رؤسائه وزملائه والطلاب وأوليا أمورهم و الرضا الوظيفي 0.33 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه يستنتج الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت إحصائياً .

العلاقة بين معيار التنمية المهنية و الرضا الوظيفي : لقد بلغ معامل الارتباط بين معيار التنمية المهنية و الرضا الوظيفي 0.38 و هي قيمة اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الثقة 95 % و هذا ما يدل أن هناك علاقة ارتباطية بين هذا المعيار و الرضا الوظيفي . و منه يستنتج الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت إحصائياً .

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الفرض و فروضه ووفقا لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي في ضوء مناقشة النتائج ، و في حدود عينة البحث، أمكنت الطالبة الباحثة التوصل إلى استنتاجات و الخروج في النهاية بمجموعة من التوصيات نأمل الأخذ بها مستقبلا :

1 يتميز أساتذة التربية البدنية و الرياضية بدرجة عالية في معايير الجودة الشاملة .

- 2- أن أعلى درجة في تقييم معايير الجودة الشاملة لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم كانت في معيار التنمية المهنية بنسبة 73.25 %
- 3- إن أدنى درجة في معايير الجودة الشاملة لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم كانت في معيار تقويم التلاميذ و متابعة نتائج التعلم بنسبة 67%
- 4- إن أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية مستغانم راضون عن عملهم و يتجلى ذلك من خلال درجة عالية في مقياس الرضا الوظيفي .
- 5- هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم .

-مناقشة فرضيات البحث :

على ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة الميدانية و بعد المعالجة الإحصائية توصلنا إلى نتائج و عليه يمكن مناقشة فرضيات البحث كما يلي :

- مناقشة الفرضية الأولى :

يتميز أساتذة التربية البدنية و الرياضية بدرجة عالية في مقاييس الجودة الشاملة . من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (17) فجاءت نسبة التنمية المهنية 73.25 % توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به و الحفاظ عليه 72.62% ، ثم بعد ذلك التمكن من المادة العلمية و فهم طبيعتها و تكاملها مع المواد الأخرى 72% ثم بعد ذلك استخدام الاستراتيجيات و التقنيات التعليمية 70.83 % و تليها التعاون مع رؤسائه و زملائه 69.45 % وبعدها التقويم الذاتي 69.33 % ثم تليها تخطيط و تصميم المواقف التعليمية 68.16 % ثم بعد ذلك تقويم التلاميذ و متابعة نتائج التعلم 67 % .

و من خلال هذه النتائج يتبين لنا أن أساتذة التربية البدنية و الرياضية يطبقون معايير الجودة الشاملة من خلال تدريسهم للتربية البدنية و الرياضية و يتجلى ذلك من النسب المئوية المذكورة أعلاه بحيث جاءت كلها أكثر من 50 % ، مما يدل أنها كلها تنتمي إلى التقييم العالي . و هذه النتائج تتماشى مع ما توصل إليها الباحثة مريم الشرفاوي 2003 في دراستها التي تحمل عنوان إدارة المدارس بالجودة الشاملة في مجال التعليم بحيث توصلت إلى أن المدارس الثانوية تتميز بارتفاع إدارة الجودة الشاملة . و مما سبق يمكن الباحث أن تقول أن الفرضية الأولى القائلة يتميز أساتذة التربية البدنية و الرياضية بدرجة عالية في مقاييس الجودة الشاملة قد تحققت كليا .

- مناقشة الفرضية الثانية :

إن أساتذة التربية البدنية و الرياضية راضون وظيفيا عن عملهم في ظل معايير الجودة الشاملة . من خلال المعالجة الإحصائية الموضحة في الجدول رقم (18) ص و التي أسفرت على النتائج التالية : لقد بلغ المتوسط الحسابي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية في مقياس الرضا الوظيفي 82.34 و هذه القيمة تمثل نسبة 65.87 % و هي قيمة تنتمي إلى التقييم العالي مما يدل أنهم يتميزون بدرجة عالية من الرضا الوظيفي و أنهم راضون عن عملهم في ظل معايير الجودة الشاملة المذكورة سافا في مقياس معايير الجودة الشاملة. ارجع إلى الملحق لمعايير الجودة الشاملة . و مما سبق يستنتج الباحث أن الفرضية الثانية القائلة أن أساتذة التربية البدنية و الرياضية راضون وظيفيا عن عملهم في ظل معايير الجودة الشاملة قد تحققت .

- مناقشة الفرضية الثالثة :

هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي .

بعد تصفح نتائج المدونة في الجدول رقم (19) الخاص بالعلاقة ما بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية مستغانم جاءت بالترتيب على النحو التالي معيار تخطيط و تصميم المواقف التعليمية 0.45 و يليه معيار توفير المناخ التعليمي الملائم و التقيد به

والحفاظ عليه 0.41 ثم معيار التقويم الذاتي 0.40 و بعده معيار استخدام الاستراتيجيات والتقنيات 0.39 ثم معيار التنمية المهنية 0.38 و يأتي بعده معيار تعاون المعلم مع رؤسائه وزملائه والطلاب وأوليا أمورهم 0.33 و معيار التمكن من المادة العلمية وفهم طبيعتها وتكاملها مع المواد الأخرى 0.31 و في الاخير معيار تقويم الطلاب ومتابعة نتائج التعلم 0.28 و هذه القيم لمعامل الارتباط جاءت كلها دالة إحصائيا لان "ر" المحسوبة جاءت كلها اكبر من قيمة "ر" الجدولية التي بلغت 0.27 عند مستوى الدلالة 0.05 . و يستنتج الباحثة أن أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية مستغانم مطبقة عليهم معايير الجودة الشاملة ، و انعكست عليهم ايجابيا على الرضا الوظيفي

- الخلاصة العامة :

حظيت الجودة الشاملة بجانب كبير من هذا الاهتمام إلى الحد الذي جعل المفكرين يطلقون على هذا العصر عصر الجودة ، فأصبح المجتمع العالمي ينظر إلى الجودة الشاملة والإصلاح التربوي باعتبارهما وجهين لعملة واحدة ، بحيث يمكن القول أن الجودة الشاملة هي التحدي الحقيقي الذي ستواجهه الأمم في العقود القادمة فالجودة الشاملة هي الشيء المفقود من أجل تحسين التعليم ، حيث يعمل التعليم جاهداً من أجل تحقيق مستوى معيشي مرتفع للأفراد والمجتمعات من خلال استخدام معايير الجودة الشاملة في التعليم ، وما لم تبذل جهود من أجل تحقيق ذلك فإن المسألة سوف تصبح صعبة للغاية ، والمطلوب ليس ثورة بقدر ما هو إعادة تقويم لما هو موجود في المدارس من خلال معايير الجودة الشاملة و كل ذلك يرجع الى الأساتذة و يعتبر الرضا الوظيفي للأساتذة الأول في تحقيق الإرتقاء بالعملية الأمن النفسي والوظيفي للإرتقاء بالعملية التعليمية ، وينعكس ايجابياً على مردوديته في العمل من الناحيتين الكمية والنوعية . كما يرى علماء النفس الصناعي والتنظيمي فإن المردودية أو الإنتاجية ليست وحدها محك النجاح الوظيفي؛ لأن العنصر البشري من أهم العناصر المؤثرة في إنتاجية العامل ، ان معايير الجودة الشاملة لم تتبناها وزارة التربية الوطنية و لكن مطبقة لدى البعض و غير مطبقة لدى الآخرين في معظم مؤسسات الوطنية على غرار ثانويات و بالأخص لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية .

و بما ان هناك علاقة ما بين العمل و ظروفه و الرضا المهني لما له من تأثير مباشر على الحياة المهنية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية و على هذا الأساس ارتأت الطالبة الباحثة الى التطرق الى هذا الموضوع و المتمثل في مدى تطبيق معايير الجودة الشاملة لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم و علاقتها بالرضا الوظيفي و اتبعت الطالبة الباحثة طريقة البابين ، الباب الأول خاص بالدراسة النظرية و تطرقت في الفصل الأول الى معايير الجودة الشاملة اما الفصل الثاني فقد خصص للرضا الوظيفي و الفصل الثالث فقد شمل استاذ التربية البدنية و الرياضية اما الباب الثاني فكان مخصص للدراسة الميدانية بادئين بمنهج البحث و العينة و المجالات و الأدوات المستعملة في هذا البحث الى جانب الدراسة الأساسية و فيه تم التطرق الى الأسس العلمية للإختبار من صدق و ثبات و موضوعية ثم الى الدراسة الأساسية و طريقة اجرائها على اساتذة التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم و بعد المعالجة الإحصائية تم التوصل الى نتائج ، تم عرضها في جداول تم عرضها في مدرجات تكرارية فقد تم التوصل الى ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية مستغانم مطبقين لمعايير الجودة الشاملة . كما ان اساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لولاية مستغانم يتمتعون بدرجة عالية من الرضا الوظيفي .

توجد علاقة ارتباطية بين معايير الجودة الشاملة و الرضا الوظيفي .

المصادر والمراجع:

1. سوسن مجيد، محمد الزيادات، الجودة في التعليم "دراسات تطبيقية"، دار صفاء.عمان،2008 .
2. نجار فريد راغب: إدارة الجامعات بالجودة الشاملة، أميرال للنشر والتوزيع، القاهرة، 1999م.
3. غنيم ، أحمد علي . تطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة وعلاقتها بالكفايات المهنية لدى المعلمين في المدارس الثانوية الحكومية للبنين بالمدينة المنورة . مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية ، مج 17 ، ع 2 ، 2005م .
4. المشعان عويد؛ العنزي عوض، :.(1999) الرضا الوظيفي لدى المدراء ورؤساء الأقسام والموظفين في القطاعين الحكومي والخاص، دراسات نفسية، مج 24، 9 أفريل.
5. أحمد ، إبراهيم أحمد (2003م) : "الجودة الشاملة في الإدارة التعليمية والمدرسية" ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية .
6. وارين شميث وجيروم فانجا، مدير الجودة الشاملة، ترجمة محمود عبد الحميد مرسي، دار آفاق للإبداع العالمية للنشر والإعلام، الرياض، 1997م.
7. نجار فريد راغب: إدارة الجامعات بالجودة الشاملة، أميرال للنشر والتوزيع، القاهرة، 1999م.
8. نخلة وهبة، الجودة في التربية، مجلة علوم التربية (6)، الرباط. المغرب، 2005.
9. مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية،1994.
10. منصور حسين، محمد مصطفى زيدان، سيكولوجية الادارة المدرسية و الاشراف التربوي.
11. محمود عبد الفتاح عنان، التربية الرياضية المدرسية، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة ،سنة1998.
12. مصطفى فهمي، علم النفس التربوي و الرياضي، ج1، دار المعارف، القاهرة ، سنة 1986.
13. محمد منير مرسي، الإدارة المدرسية الحديثة، عالم الكتب، طبعة معدلة و منقحة سنة 1995.
14. ليلى فرحات السيد فرحات، القياس و الاختبار في التربية الرياضية ط2 مركز الكتب للنشر، القاهرة، 2003.
15. محمد صبحي، محمد حسنين: القياس والتقييم في ت.ب.ر، الجزء الأول، القاهرة ، سنة 1995.
16. فيليب انكستون، ترجمة عبد الفتاح السيد النعمان، التغيير الثقافي في الأساس الصحيح لإدارة الجودة الشاملة، 1995م.
17. عمار بوحوش، نظريات الادارة الحديثة في القرن الواحد و العشرين، دار النصر، الجزائر، 2006.
18. عمار بوحوش، احمد دينان، منهج البحث العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
19. عطاء الله واخرون، تدريس ت.ب.ر.في ضوء الأهداف الإجرائية، ديوان المطبوعات الجامعية، 2009.
20. عبد الرحمن الراشد: جودة التعليم الجامعي ، جريدة الشرق الأوسط ، العدد9410 ، سبتمبر 2004م.
21. سوسن مجيد، محمد الزيادات، الجودة في التعليم "دراسات تطبيقية"، دار صفاء.عمان،2008 .

التربية البدنية و الرياضية و دورها في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي "
د. حرشاي يوسف معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم
أ. يحيى اوي احمد معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة وهران

ملخص:

تحسين القدرات البدنية و الفكرية و النفسية للفرد تتطلب ضرورة استخدام هذا الأخير لمهاراته البدنية و النفسية لأقصى درجة و ذلك للحصول على أحسن النتائج الممكنة و عليه أصبح اليوم الإعداد النفسي للرياضيين يلعب دورا هاما في تطوير الأداء. لذا كان من الضروري على المدرب و المدرس في مجال التربية البدنية و الرياضة التخطيط لتنمية المهارات النفسية لدى التلاميذ حتى يمكنهم من إحراز أفضل النتائج الرياضية.

بينت الدراسة تميز التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضة ذكورا و إناثا بالمهارات التالية مهارة دفاعية الانجاز الرياضي و مهارة الثقة بالنفس و مهارة القدرة على الاسترخاء و مهارة القدرة على مواجهة القلق مقارنة بغير الممارسين.

عدم وجود اختلاف أو فروق بين التلاميذ الذكور الممارسين و الإناث الممارسات في أبعاد المهارات النفسية التالية القدرة على التصور الذهني - القدرة على تركيز الانتباه - القدرة على مواجهة القلق - و الثقة بالنفس.

المصطلحات الأساسية: التربية البدنية، المهارات النفسية

Résumé:

Améliorer les capacités physiques, intellectuelles et les besoins psychologiques de l'individu nécessite l'utilisation de ce dernier aux aptitudes physiques et mentales dans la mesure maximale et d'obtenir les meilleurs résultats possible et qu'elle est devenue aujourd'hui la préparation psychologique des athlètes joue un rôle important dans le développement de la performance. Il était donc nécessaire de l'entraîneur et enseignant en éducation physique et du sport pour la planification du développement des compétences psychologiques chez les élèves afin qu'ils puissent obtenir les meilleurs résultats de sport.

. L'étude a montré aux élèves la distinction des praticiens de l'éducation physique et les habiletés sportives masculins et féminins motivation à la réussite qui suit la acquisition d'une compétence et l'habileté de la confiance en soi et la compétence de la capacité à se détendre et de la capacité des compétences pour faire face à l'anxiété par rapport aux non-pratiquants. Il n'ya pas de différence entre les élèves de sexe masculin est féminin praticiens dans les dimensions suivantes de compétences psychologiques, la capacité de perception mentale - la capacité à attirer l'attention - la capacité de composer avec l'anxiété - et la confiance en soi.

مقدمة ومشكلة البحث:

إن دور التربية البدنية و الرياضية لا يكمن في ذلك الجانب البدني و إنما يتعداه إلى الجانب النفسي التربوي، فهي تلعب الدور الحاسم و المهم في العملية التربوية و التي تنمي للمتمدرسين جوانب عدة منها الجانب البدني، الجانب المهاري، و الجانب النفسي الاجتماعي.

و مع الحاجة الماسة اليوم إلى الاهتمام بالنواحي النفسية و الاجتماعية، أضحت من الضروري و المهم التركيز أكثر على صقل الجوانب النفسية التي توجه سلوك الفرد في الحياة العامة، إذ يكتمل نمو الفرد باكتمال نموه النفسي و الوجداني .

و من المعتقدات الرئيسية في علم النفس الرياضة أن المهارات النفسية تعتبر محددات مهمة للأداء الرياضي ، لذا تم لفت الانتباه للتعرف على المهارات المناسبة و إرشاد المدربين و الرياضيين و خبراء الرياضة حول كيفية تعليم و تطبيق تلك المهارات "اورليك"(1990م)، "ندفر"(1992م)، "وليامز"(1993م) ، و الأكثر من ذلك أن هناك دليلا على أن المهارات النفسية ترتبط بعدد من المتغيرات مثل الأداء "جولد و آخرين"(1981م)، "جربنسبان و فلتز"(1989م) ، "ماهوني"(1989م) ، "سمث و كرستنزن"(1995م) (حسن حسن عبده،2000،125).

و يشير محمد حسن أبو عبية (1986م) أن الفرد الرياضي الذي يفترق إلى السمات النفسية لن يستطيع مهما بلغت قدراته و مستوياته البدنية و الفنية من تحقيق أعلى المستويات نظرا لان هذه السمات تؤثر مباشرة في مستوى الشخصية (نبيلة أحمد محمود)

و يضيف محمد العربي شمعون (1996م) أن تنمية المهارات النفسية و التي تتمثل في الاسترخاء - تركيز الانتباه - التصور العقلي - الاسترجاع العقلي - يجب أن تسير جنبا إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية، من خلال البرامج الطويلة المدى و يجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة (محمد العربي شمعون، 1996، 27).

و تشير نبيلة احمد محمود نقلا عن أسامة راتب (2000م) إلى أن التصور العقلي يمثل إحدى الطرق التي تعمل على تدعيم الممرات العصبية ، فاللاعب من خلال استحضار الصورة الذهنية للمهارة بشكل منظم يؤدي إلى الاشتراك الفعلي لعضلات الجسم في أداء هذه المهارة ، كما تشير إلى أن دافعية الانجاز تعتبر من القوى التي تكمن خلف كل نجاح أو تفوق في الأداء الرياضي (نبيلة أحمد محمود). و أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين و أن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدرا ايجابيا هاما لتحقيق الطاقة النفسية الايجابية (صدقي نور الدين، 20، 2004).

إن تنمية المهارات النفسية للتلاميذ المتمدرسين يعمل على ضبط مختلف السلوكات وكذا إعطاء أكثر استقلالية في التفكير و بثقة أكبر.

من خلال ما تقدم جاءت ضرورة دراسة المهارات النفسية لدى التلاميذ المتمدرسين للطور الثانوي بقصد الإجابة عن التساؤلات التالية:

1- هل تؤثر التربية البدنية و الرياضة على تنمية المهارات النفسية لدى التلاميذ المتمدرسين للطور الثانوي الممارسين و غير الممارسين؟

2- هل هناك فروق جوهرية بين الذكور و الإناث الممارسين فيما بينهم في أبعاد المهارات النفسية؟

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى :

1- معرفة ما مدى مساهمة التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي (15-18 سنة) الممارسين و غير الممارسين.

2 - دراسة الفروق في أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين و الإناث الممارسات فيما بينهم.

فرضيات البحث :

- 1- التربية البدنية و الرياضية المجسمة عمليا تؤثر في تنمية المهارات النفسية لدى التلاميذ المتدربين في الطور الثانوي الممارسين و غير الممارسين.
- 2- لا توجد فروق معنوية في أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين و الإناث الممارسات.

المصطلحات الأساسية للبحث:

1. التربية البدنية و الرياضية :
جزء متكامل من التربية العامة، تهدف إلى إعداد المواطن اللائق من الجوانب البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية و ذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختارة بغرض تحقيق هذه الحصائل (محمد الحماحي و أمين الخولي، 18، 1990)
2. المهارات النفسية :
حصر محمد حسن علاوي المهارات النفسية في :
- مهارة الاسترخاء - مهارة التصور الذهني. - مهارة تركيز الانتباه. - مهارة مواجهة القلق.
- الثقة بالنفس. - مهارة دافعية الإنجاز الرياضي.
- 1- الاسترخاء: - Relaxation
يقصد به انسحاب الشخص مؤقتا و متعمدا من النشاط بما يسمح له الإعادة و الاستفادة الكاملة من الطاقات الكامنة سواء البدنية أو العقلية أو الانفعالية (أسامة كامل راتب، 123، 2004)
يعرف الاسترخاء بأنه « خاصة تتحدد بغياب النشاط و الانتباه سواء كان بدنيا، عقليا، أو انفعاليا» (عبد العزيز عبد المجيد محمود، 109، 2005).
- 2- التصور الذهني: هو مهارة نفسية أو مهارة عقلية يمكن تعلمها و اكتسابها، و ينظر إليه على أنه وسيلة عقلية أو أداء عقلي يمكن من خلاله برمجة عقل اللاعب الرياضي لكي يستجيب طبقا لهذه البرمجة.
- 3- الانتباه: يعرف الانتباه بأنه « حالة ذهنية يوجه فيها الشخص نشاطه المعرفي و العملي و يركزه على موضوع محدد» (سمير كرم، 55)
و يعرفه " بلوك-Block " « النباهة تعني الاستمرار في حالة اليقظة للعمليات العقلية». (العربي شمعون، 1996، 254)

- 4- **القلق:** هو الذي يخيره الشخص في الأحوال الطبيعية كرد فعل للضغط النفسي أو الخطر، أي عندما يستطيع الفرد أن يميز بوضوح شيئاً يهدد أمنه أو سلامته، و هو ما يطلق عليه بالقلق "خارجي المنشأ"، أما القلق "داخلي المنشأ" فهو خوف مزمن من دون مبرر موضوعي، مع توافر أعراض نفسية و جسمية شتى دائمة إلى حد كبير» (حسين فايد، 2005، 222)
- 5- **الثقة بالنفس:** عرفت الثقة (Confiance en Soi) بأنها «درجة التأكد أو الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة» (صدقي نور الدين محمد، 2004، 31) و تعرف أيضا بأنها «خاصية ثابتة نسبياً و مكونة من درجة مرتفعة من التفكير الإيجابي، و التفاؤل، و الاعتقاد بأنك في تحكم و سيطرة، و تحكم مدرك مع امتلاك المهارات و القدرات للنجاح، و كفاءة مدركة» (Richard H.COX، 2005، 29)
- 6- **دافعية الإنجاز الرياضي:** تعرف الدافعية بأنها «استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين» (أسامة كامل راتب، 1990، 16)
- و الدافعية تتضمن الدوافع و الحوافز و الاتجاهات و الميول و هي عبارة عن قوى تثير الفرد و توجهه نحو تحقيق هدف معين (محمد حسن علاوي، 1988، 42)، و يعتبر التفوق الرياضي حصيلة كل من التعلم و الدافعية و هذا يعني أن الدافعية بدون تعلم تؤدي إلى نشاط غير موجه بينما التعلم بدون دافعية يؤدي إلى التوقف عن ممارسة النشاط الرياضي.

منهج البحث و إجراءاته الميدانية :

- * **منهج البحث:** استخدم المنهج الوصفي بالطريقة المسحية
- * **عينة البحث:** تتألف عينة البحث من 150 تلميذ و 120 تلميذة من الممارسين و تم اختيارها بالطريقة العشوائية، و تمثلت في تلاميذ الطور الثانوي للمستويات الثلاثة (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة) كما شملت العينة أيضا على 25 تلميذ و 25 تلميذة من غير الممارسين

أدوات البحث:

اختبار المهارات العقلية (النفسية) الذي صممه كل من "ستيفن بل" و "جون البنسون" و "كريستوفر شامبروك" (1996) لقياس بعض الجوانب النفسية الهامة للأداء الرياضي، وقد قام بترجمته و تعديله للبيئة العربية محمد حسن علاوي. (محمد حسن علاوي، 1988، 42)،

الأبعاد التي يقيسها:

- 1- القدرة على التصور الذهني
- 2- القدرة على تركيز الانتباه
- 3- القدرة على الاسترخاء
- 4- الثقة بالنفس
- 5- القدرة على مواجهة القلق
- 6- دافعية الإنجاز الرياضي

ويتضمن الاختبار 24 عبارة تقدم الإجابة على عبارات الاختبار على مقياس سداسي الدرجات (تطبق على بدرجة كبيرا جدا - تطبق على بدرجة كبيرة - درجة متوسطة - بدرجة قليلة - بدرجة قليلة جدا - لا تطبق على تماما)

* المعاملات العلمية:

الثبات: تم إيجاد معاملات ثبات الاختبار عن طريق "معامل ألفا" عن طريق تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه بعد ثلاثة أسابيع وتراوحت هذه المعاملات بين 0,65 و 0,91 عند تطبيقه على عينات متعددة من اللاعبين والرياضيين في أنشطة رياضية متعددة .
الصدق : تم التأكد من الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق الاختبار بالتلازم مع بعض المقاييس التي تقيس بعض الأبعاد المتشابهة .

جدول رقم (1) يوضح توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس

المجموع	أرقام العبارات السلبية	أرقام العبارات الايجابية	الأبعاد
4	13	19 - 7 - 1	1- القدرة على التصور الذهني
4	8	20 - 14 - 2	2- القدرة على الاسترخاء
4	21 - 15 - 9 - 3	—————	3- القدرة على تركيز الانتباه
4	23 - 11	17 - 5	4- الثقة بالنفس
4	22 - 16 - 10 - 4	—————	5- القدرة على مواجهة القلق
4	—————	24 - 18 - 12 - 6	6- دافعية الانجاز الرياضي

جدول رقم (2) يوضح درجات العبارات الموجهة و السالبة:

العبارات السالبة	العبارات الموجبة	الأداء
1	6	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا
2	5	تنطبق علي بدرجة كبيرة
3	4	تنطبق علي بدرجة متوسطة
4	3	تنطبق علي بدرجة قليلة
5	2	تنطبق علي بدرجة قليلة جدا
6	1	لا تنطبق علي تماما

ويتم جمع درجات كل بعد على حدة ، وكلما اقتربت درجة اللاعب من الدرجة العظمى و قدرها 24 درجة لكل بعد ، كلما دل ذلك على تميزه بالخاصية التي يقيسها هذا البعد، و كلما قلت درجات اللاعب كلما دل ذلك على حاجته لاكتساب المزيد من التدريب على المهارة العقلية التي يقيسها هذا البعد .

الدراسة الاستطلاعية :

لغرض التأكد من مصداقية مقياس المهارات العقلية (النفسية)، قمنا بإجراء تجربة استطلاعية على عينة مقدارها 20 تلميذ من ثانوية صايم حداش قادة بمدينة حمام بوحجر ولاية عين تموشنت وكان ذلك في 2009/01/13 كمرحلة أولى ، وبعد أسبوعين و بتاريخ 2009/01/27 أعدنا تطبيق مقياس المهارات النفسية على نفس أفراد العينة الأولى ، وكان هدف الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- معرفة مدى تناسب مقياس المهارات النفسية لعينة البحث.
- معرفة الصعوبات التي يمكن مواجهتها ميدانيا لتفاديها و تجنبها

- إبراز الأسس العلمية للاختبار و مدى صلاحيته (الصدق، الثبات، الموضوعية)
الأسس العلمية للاختبار :

جدول رقم (3) يوضح صدق و ثبات اختبار المهارات النفسية

معامل الثبات	معامل الصدق	حجم العينة	الأبعاد
0.74	0.86	20	1- القدرة على التصور الذهني
0.81	0.90	20	2- القدرة على الاسترخاء
0.89	0.94	20	3- القدرة على تركيز الانتباه
0.94	0.96	20	4- الثقة بالنفس
0.86	0.88	20	5- القدرة على مواجهة القلق
0.90	0.94	20	6- دافعية الانجاز الرياضي

المعالجات الإحصائية المستعملة :

تضمنت خطة المعالجات الإحصائية مايلي :

1 -المتوسط الحسابي : (P.Parlebas et B.Cyffers، 1992، 221)

2 -الإنحراف المعياري :

3 -اختبار ت ستيودنت "T.test de student"

عرض و تحليل النتائج :

- عرض و تحليل أبعاد المهارات :

جدول رقم (1) يوضح دلالة الفروق لدى الذكور و الإناث الممارسين و غير الممارسين في أبعاد المهارات النفسية

الأبعاد	العينة			
	ذكور ممارسين	ذكور غير ممارسين	إناث ممارسات	إناث غير ممارسات
القدرة على التصور الذهني	س	17.84	16.76	16.28
	ع	3.20	3.07	3.14
	ت. المحسوبة	1.56	1.25	
القدرة على الاسترخاء	س	16.48	13.56	13.56
	ع	3.45	2.92	2.92
	ت. المحسوبة	4.20	2.89	
القدرة على تركيز الانتباه	س	14.06	13.88	14
	ع	4.37	5.11	4.98
	ت. المحسوبة	0.18	0.2	
القدرة على مواجهة القلق	س	13.65	11.8	11.24
	ع	4.30	4.28	3.86
	ت. المحسوبة	1.98	3.04	
الثقة بالنفس	س	17.46	15.16	15.16
	ع	3.98	4.28	3.86
	ت. المحسوبة	1.98	3.04	
دافعية الانجاز الرياضي	س	20.04	16.92	16.92
	ع	3.10	5.79	5.12
	ت. المحسوبة	3.97	2.77	
	ت. الجدولية	1.96		
	مستوى الدلالة	0.05		

يبين الجدول رقم (1) الموضح أعلاه ، ما يلي :

في مهارة القدرة على التصور الذهني : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و غير الممارسين : 1.56 ، و عند الإناث الممارسات و غير الممارسات : 1.25 ، و هذه القيم أصغر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 عند الذكور و الإناث ، و هذا عند درجة حرية (173) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أنه لا يوجد فروق بين العينتين من الجنسين و هذا يعزیه الباحث إلى أن الحضور المستمر للتلاميذ غير الممارسين و انتباههم لزملائهم أثر إيجابيا على التصور عندهم و بالتالي تساوت درجة التصور الذهني عند الممارسين و غير الممارسين .

في مهارة القدرة على الاسترخاء : بلغت قيمة ت. المحسوبية عند الذكور الممارسين و غير الممارسين : 4.20 ، و عند الإناث الممارسات و غير الممارسات : 2.89 ، و هذه القيم أكبر من قيمة ت الجدولية المقدره عند الذكور و الإناث بـ : 1.96 و هذا ما يبرز لنا أن هناك فرق دالة إحصائية بين العينتين الممارسة و غير الممارسة لصالح العينة الأولى أي الممارسين و هذا ما يعزیه الباحث إلى أن ممارسة التربية البدنية تعمل على تنمية القدرة على الاسترخاء و هذا ما ذهبت إليه جل الدراسات الحديثة. مهارة تركيز الانتباه : قد بلغت قيمة ت. المحسوبة : 0.18 عند الذكور الممارسين و غير الممارسين ، و بلغت : 0.20 عند الإناث الممارسات و غير الممارسات ، و هذه القيم أصغر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ 1.96 ، بالتالي لا يوجد فروق بين الممارسين و غير الممارسين من الجنسين في هذا البعد، و هذا نظرا لأن الحضور المستمر لغير الممارسين (المعفين) لحصة التربية البدنية اثر إيجابا على انتباههم بحيث أصبحوا في نفس الدرجة مع الممارسين و ذلك لانتباههم المستمر و حضورهم في الحصة لأن مهارة تركيز الانتباه ليست بدنية و إنما فكرية فقد يتساوى فيها الممارسين و غير الممارسين.

مهارة مواجهة القلق : بلغت قيمة ت. : 1.98 عند الذكور الممارسين و غير الممارسين ، و بلغت : 3.04 عند الإناث الممارسات و غير الممارسات ، و هذه القيم أكبر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 و هذا ما يبرز لنا أن هناك فروق دالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لصالح التلاميذ الممارسين من الجنسين ، و هذا نظرا لأن ممارسة التربية البدنية و المواقف التي يتعرض لها الممارسين في اللعب و التدريب و المنافسات أثرت إيجابا على القدرة على مواجهة القلق.

مهارة الثقة بالنفس : بلغت قيمة ت : 2.64 عند الذكور الممارسين و غير الممارسين و بلغت عند الإناث الممارسات و غير الممارسات : 2.12 و هذه القيم أكبر من قيمة ت. الدولية المقدره بـ : 1.96 ، و هذا ما يبرز لنا أن هناك فروق دالة إحصائية بين العينتين لصالح التلاميذ الممارسين من الجنسين و هذا ما يوضح أن لممارسة التربية البدنية دورا فعالا في تنمية مهارة الثقة بالنفس ، بحيث مواقف اللعب المختلفة و المنافسات و النجاح و الفوز في المباريات زادت في ثقة التلاميذ الممارسين في أنفسهم .

في دافعية الإنجاز الرياضي : بلغت قيمة ت : 3.97 عند الذكور الممارسين و غير الممارسين و بلغت عند الإناث الممارسات و غير الممارسات : 2.77 و هذه القيم أكبر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 ، و هذا ما يبرز لنا أن هناك فروق دالة إحصائية بين العينتين لصالح التلاميذ الممارسين من الجنسين و هذا ما يوضح أن لممارسة التربية البدنية دورا فعالا في تنمية دافعية الإنجاز ، بحيث مواقف اللعب المختلفة و المنافسات و النجاح و الفوز في المباريات تنمي الدوافع و الميول الموجودة عند التلاميذ.

جدول رقم 2 يوضح دلالة الفروق لدى الذكور الممارسين و الإناث الممارسات
في أبعاد المهارات النفسية

إناث ممارسات	ذكور ممارسين	العينة	
		الأبعاد	ن
120	150	القدرة على التصور الذهني	ن
17.26	17.84		س
3.63	3.20		ع
1.38			ت. المحسوبة
15.61	16.48	القدرة على الاسترخاء	س
3.26	3.45		ع
2.10			ت. المحسوبة
13.80	14.06	القدرة على تركيز الانتباه	س
4.37	4.37		ع
0.48			ت. المحسوبة
14.25	13.65	القدرة على مواجهة القلق	س
4.61	4.30		ع
1.09			ت. المحسوبة
16.95	17.46	الثقة بالنفس	س
3.75	3.98		ع
1.08			ت. المحسوبة
19.14	20.04	دافعية الانجاز الرياضي	س
3.23	3.10		ع
2.31			ت. المحسوبة
1.96		ت. الجدولية	
0.05		مستوى الدلالة	

يتضح من الجدول رقم (2) الموضح أعلاه ما يلي :

في مهارة القدرة على التصور الذهني : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و الإناث الممارسات : 1.38 ، و هذه أصغر من قيمة ت. الجدولية المقدره ب : 1.96 عند درجة حرية (268) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أنه لا يوجد فروق بين العينتين في بعد القدرة على التصور الذهني و هذا ما يعزیه الباحث أن الاختلاف بين الجنسين يكون عادة في القدرات المهارات البدنية و التساوي يكون عادة في القدرات و المهارات الذهنية .

في مهارة القدرة على الاسترخاء : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و الإناث الممارسات : 2.10 ، و هذه أكبر من قيمة ت. الجدولية المقدره ب : 1.96 و هذا عند درجة حرية (268) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أن هناك فروق دالة إحصائية في بعد القدرة على الاسترخاء لصالح الذكور الممارسين .

في مهارة القدرة على تركيز الانتباه : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و الإناث الممارسات : 0.48، و هذه أصغر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 و هذا عند درجة حرية (268) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أنه لا يوجد فروق في بعد القدرة على تركيز الانتباه بين الذكور الممارسين و الإناث الممارسات ، و هذا ما يعزیه الباحث إلى أن الاختلاف بين الجنسين لا يؤثر على درجة تركيز الانتباه.

في مهارة القدرة على مواجهة القلق : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و الإناث الممارسات : 1.09 ، و هذه أصغر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 و هذا عند درجة حرية (268) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أنه لا يوجد فروق بين العينتين في بعد القدرة على مواجهة القلق .

في مهارة الثقة بالنفس : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و الإناث الممارسات : 1.06 ، و هذه أصغر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 و هذا عند درجة حرية (268) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أنه لا يوجد فروق بين العينتين في بعد الثقة بالنفس و هذا ما يعزیه الباحث إلى أن ممارسة التربية البدنية تنمي الثقة بالنفس عند الجنسين.

في مهارة دافعية الإنجاز : بلغت قيمة ت المحسوبة عند الذكور الممارسين و الإناث الممارسات : 2.31 ، و هذه أكبر من قيمة ت. الجدولية المقدره بـ : 1.96 و هذا عند درجة حرية (268) و مستوى الدلالة 0.05 ، و هذا ما يبرز لنا أن هناك فروق دالة إحصائية في بعد دافعية الإنجاز الرياضي لصالح الذكور الممارسين مقارنة بالإناث الممارسات ، و هذا نظرا لأن الذكور أكثر ميولا للعب و الحركة و بالتالي الممارسة أثرت أكثر على قدراتهم البدنية و بالتالي على ميولهم و دوافع الإنجاز لديهم.

مناقشة النتائج و مقابلتها بالفرضيات:

أولا فيما يتعلق بالفرضية الأولى والتي توقع الباحث من خلالها أن التربية البدنية والرياضة المجسمة عمليا تؤثر في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ المستويات الثلاثة (1-2-3 ثانوي) للطور الثانوي.

ومن خلال نتائج البحث التي تؤكد على وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين من الجنسين في المهارات النفسية لصالح التلاميذ الممارسين من الجنسين. نستنتج أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضة في الطور الثانوي يتميزون بدرجة عالية في أبعاد المهارات النفسية التالية دافعية الإنجاز الرياضي و الثقة بالنفس و القدرة على الاسترخاء و القدرة على مواجهة القلق على التوالي.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسة التي أجرتها بثينة محمد فاضل (1999) على ناشئات كرة اليد حيث توصلت إلى تميزهن بدافعية الإنجاز و الثقة بالنفس و القدرة على مواجهة القلق. (بثينة محمد فاضل، 1999)

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكرته نبيلة احمد محمود نقلا عن محمد الحماحي (1983) والذي يشير إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد على تحقيق التوازن النفسي وتقلل من التوتر حيث يترتب عن الاشتراك في هذه الأنشطة إشباع الميول و الاتجاهات والحاجات النفسية و التعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة. (نبيلة احمد محمود)

وتتفق هذه النتائج كذلك مع نتائج دراسات أجنبية قام بها كل من "كوبر" (1967م) و"كان (1976م) و "ستشر" (1977م) و "مورغان" (1980م) و التي من أهم نتائجها أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسماة التالية الثقة بالنفس -المنافسة- انخفاض القلق - الانبساطية و الاستقرار) شريط محمد حسن المأمون، 2006، 148)

ومن خلال نتائج البحث نستنتج أن التلاميذ الممارسين وغير الممارسين يتساوون في بعد القدرة على التصور الذهني و القدرة على تركيز الانتباه وهذا بالرغم من أن جل الدراسات أثبتت عكس ذلك خاصة دراسة حرشاي يوسف التي تشير إلى أن ممارسة التربية البدنية من قبل الجنسين تؤدي إلى تطوير مستوى تركيز الانتباه (حرشاي يوسف، 1995) ودراسة حنفي شعلان التي تشير إلى أن وضع درس التربية البدنية في بداية اليوم الدراسي أو في نهايته تزيد من قوة التركيز الذهني و شدة الانتباه عند التلاميذ (إبراهيم حنفي شعلان، 17)

ويشير كل من شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين (2001) في دراستهما الخاصة بالعوامل النفسية المسهمة في الانجاز الرياضي إلى أن ممارسة كرة السلة بانتظام و لسنوات طويلة تؤدي إلى تنمية وتطوير العوامل النفسية مثل طموح الانجاز و التحمل النفسي (شعبان إبراهيم و طارق بدر الدين) وتتفق أيضا نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة إبراهيم حنفي شعلان التي تشير إلى أن درس التربية الرياضية له تأثير ايجابي على قوة التركيز وشدة الانتباه و القدرة على التحصيل (1986) و التي تشير إلى أن Platonov" الدراسي . وهذا ما أثبتته دراسات "بلاتونوف-

ممارسة النشاط الرياضي تؤدي إلى تنشيط الدورة الدموية بصفة خاصة مما ينشط الجسم بصفة عامة و يزيد من حيويته و يقاوم التعب الذهني الذي ينشأ عن الملل و الحصوص النظرية المتتالية. (إبراهيم حنفي شعلان)

و من خلال المناقشة السابقة يتضح لنا تفسير الفرضية الأولى للبحث و التي تنص على أن التربية البدنية و الرياضة المجسمة عمليا تؤثر في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي ثانيا فيما يتعلق بالفرضية التي توقع من خلالها الباحث انه لا يوجد فروق معنوية في أبعاد المهارات النفسية بين الذكور الممارسين و إناث الممارسات

نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية نستنتج انه لا يوجد فروق معنوية بين الذكور الممارسين و الإناث الممارسات في الأبعاد التالية القدرة على التصور الذهني و القدرة على تركيز الانتباه و القدرة على مواجهة القلق و الثقة بالنفس وان التلاميذ من الجنسين يتمتعون ويتميزون بنفس مستوى الدرجات في الأبعاد السالفة الذكر. وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه دراسة حسن عبده و التي يشير فيها إلى عدم وجود فروق دالة بين الذكور و الإناث الممارسين في كل من بعد تركيز الانتباه و بعد وضع الهدف و الإعداد العقلي و بعد مسابرة الشدائد و بعد القابلية للتدريب.

وتتفق هذه النتائج جزئيا مع نتائج دراسة" سميث وآخرون (1995) فيما يتعلق بعدم وجود فروق دالة بين الرياضيين الذكور و الإناث في كل من بعد التحرر من القلق و بعد مسابرة الشدائد و بعد القابلية للتدريب (حسن حسن عبده، 2000، 33)

و تتعارض نتائج البحث من جانب آخر مع ما توصل إليه حسن عبده في دراسته حول أبعاد قائمة مهارات المواكبة النفسية حيث يشير إلى وجود فروق بين الذكور و الإناث في بعد الثقة بالنفس و بعد دافعية الانجاز لصالح الإناث . وفي بعد الوصول إلى القمة تحت الضغط و بعد التحرر من القلق لصالح الذكور.

ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين الممارسين من الجنسين في بعد القدرة على الاسترخاء و بعد دافعية الانجاز الرياضي لصالح الذكور الممارسين .

الاستنتاجات :

- في حدود ما أمكن التوصل إليه من نتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية
- 1- هناك فروق دالة إحصائياً بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين من الجنسين في أبعاد المهارات النفسية لصالح التلاميذ الممارسين. وهذا يتضح من خلال تفوق التلاميذ المتمدرسين الممارسين للتربية البدنية و الرياضة (من الجنسين) على التلاميذ غير الممارسين في بعد دافعية الانجاز الرياضي و في بعد الثقة بالنفس و في بعد القدرة على الاسترخاء و في بعد القدرة على مواجهة القلق .
 - 2- لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين التلاميذ الممارسين و التلاميذ غير الممارسين من الجنسين في بعد القدرة على التصور الذهني و بعد القدرة على تركيز الانتباه
 - 3 - لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين تلاميذ الطور الثانوي الذكور الممارسين و الإناث الممارسات في أبعاد المهارات النفسية التالية: بعد القدرة على التصور الذهني، بعد القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على مواجهة القلق، و الثقة بالنفس، و هذا ما يدل على أن هذه الأبعاد تتمتع بنفس مستوى الاعتدال عند تلاميذ الطور الثانوي الذكور و الإناث الممارسين نظراً لعدم وجود فروق دالة فيما بينهم .
 - 4 - يوجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور و الإناث الممارسين في بعد القدرة على الاسترخاء و بعد دافعية الإنجاز الرياضي لصالح الذكور، و هذا ما يدل على أن بعد دافعية الإنجاز الرياضي و بعد القدرة على الاسترخاء قد حضيا بأهمية كبيرة لدى تلاميذ الطور الثانوي الذكور مقارنة بالإناث.

الخلاصة :

لقد تعددت أشكال الممارسة الرياضية و أصبحت أكثر اتساعاً من حيث المفهوم و الأهمية و هذا راجع للخبرات المكتسبة من التطبيق العلمي في التدريب و المنافسات الرياضية. و لقد أوضحت الدراسات أن الممارسة الرياضية تؤدي دوراً كبيراً و هاماً في تكوين شخصية الفرد .

و تعتبر التربية البدنية و الرياضة شكلاً من أشكال الممارسة الرياضية . حيث أن لها تأثيراً كبيراً في تكوين الفرد من الناحية البدنية و الصحية و الاجتماعية و النفسية . و ذلك ليساعد نفسه و يخدم مجتمعه و يحسن من قدراته الفكرية و النفسية و الوجدانية و يزود نفسه بالمعارف الضرورية.

و إن تحسين القدرات البدنية و الفكرية و النفسية للفرد تتطلب ضرورة استخدام هذا الأخير لمهاراته البدنية و النفسية لأقصى درجة و ذلك للحصول على أحسن النتائج الممكنة . ولقد أصبح اليوم الإعداد النفسي للرياضيين يلعب دوراً هاماً في تطوير الأداء. لذا كان من الضروري على المدرب و المدرس في مجال التربية البدنية و الرياضة التخطيط لتنمية المهارات النفسية لدى التلاميذ حتى يمكنهم من إحراز أفضل النتائج الرياضية .

و استناداً إلى هذه الدراسة تم توصل إلى كشف حقيقة تأثير التربية البدنية و الرياضية على المهارات النفسية لدى العينة قيد الدراسة و هذا يتضح من خلال تميز التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضة ذكورا و إناثاً بالمهارات التالية مهارة دافعية الانجاز الرياضي و مهارة الثقة بالنفس و مهارة القدرة على الاسترخاء و مهارة القدرة على مواجهة القلق مقارنة بغير الممارسين و هذا ما يؤكد أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية تؤثر إيجاباً في تنمية المهارات النفسية و كلما زادت سنوات الممارسة زادت عملية التحكم في هذه المهارات . كما تبين أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية يتساوون مع التلاميذ غير الممارسين إناثاً و ذكورا في بعد القدرة على التصور الذهني و بعد القدرة على تركيز الانتباه .

كما توصلنا إلى عدم وجود اختلاف أو فروق بين التلاميذ الذكور الممارسين و الإناث الممارسات في أبعاد المهارات النفسية التالية القدرة على التصور الذهني - القدرة على تركيز الانتباه - القدرة على مواجهة القلق - و الثقة بالنفس. أي أن هذه الأبعاد تتميز بنفس مستوى الاعتدال عند تلاميذ الطور الثانوي

الممارسين للتربية البدنية ذكورا و إناثا . و قد تميز التلاميذ الذكور الممارسين ببعد دافعية الانجاز الرياضي و بعد القدرة على الاسترخاء مقارنة بالإناث وهذا يدل على أن دوافع الذكور نحو الممارسة و الانجاز و الأداء اكبر من دوافع الإناث بحكم الجنس لأن الذكور يميلون أكثر للحركة و النشاط الدائم و المستمر و هذا ما أعطاهم قدرة اكبر على الاسترخاء و التحكم في عضلاتهم.

التوصيات:

- في حدود ما أمكن التوصل إليه من استنتاجات يمكن التوصية بما يلي :
- 1- زيادة اهتمام الباحثين و الأساتذة بدراسة المهارات النفسية و أهمية التأكيد انه كلما أمكن تدريب المهارات النفسية كلما كان ذلك أفضل.
 - 2- اعتماد "استخبار المهارات النفسية " لقياس الجوانب النفسية في المجال الرياضي .
 - 3- زيادة اهتمام المسؤولين في الثانويات بالممارسة الرياضية و خاصة عند الإناث .
 - 4- ضرورة الاهتمام بالمهارات النفسية أثناء تسطير برامج التربية البدنية و الرياضية.
 - 5- ضرورة قيام مدرس التربية البدنية بتنمية و تطوير المهارات النفسية عند تلاميذ الطور الثانوي بما يتناسب مع أعمارهم و مستوياتهم لاعتبارها احد عوامل النجاح و تحقيق أفضل النتائج الرياضية .
 - 6- ضرورة تعميم تدريس مادة التربية البدنية و الرياضة في الأطوار التعليمية الأخرى.
 - 7- إجراء دراسات أخرى مشابهة لدى تلاميذ الأطوار التعليمية الأخرى.
 - 8- ضرورة نشر و عي ثقافي يخص الممارسة الرياضية في القطاع التربوي.

قائمة المراجع باللغة العربية

1. احمد محمد العقاد و ممدوح محمد بيه : " تأثير برنامج التدريب العقلي على تطوير بعض الخصائص النفسية و المهارات الأساسية للاعب كرة القدم -2000-
2. إخلاص محمد الحفيظ و آخرون : " علم النفس الرياضي - مبادئ و تطبيقات " الدار العالمية للنشر و التوزيع-القاهرة-2004
3. أسامة كامل راتب: " النشاط البدني و الاسترخاء " دار الفكر العربي ، القاهرة 2004م
4. حسن محمد منسي :- الصحة النفسية - دار الكندي -2001-
5. حسين فايد : " علم النفس العام " رؤية معاصرة- مؤسسة طيبة للنشر- مصر- 2005م-
6. حمد نصر الدين رضوان : " الإحصاء الوصفي في التربية البدنية و الرياضة " الطبعة 1 - دار الفكر العربي - القاهرة 2002 م
7. سمير كرم : " الموسوعة الفلسفية "
8. صبره محمد علي و اشرف محمد شريت : - الصحة النفسية والتوافق النفسي - دار المعرفة الجامعية - مصر 2004
9. صدقي نور الدين محمد : " علم نفس الرياضة " المفاهيم النظرية- التوجيه و الإرشاد- المقياس " الطبعة 1- المكتب الجامعي الحديث- الإسكندرية- 2004م.
10. عبد الرحمن عدس : "مبادئ الإحصاء في التربية و علم النفس"
11. عبد العزيز عبد المجيد محمود : " سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي " دار الفكر العربي القاهرة، 2005م
12. فاروق السيد عثمان : - القلق وإدارة الضغوط النفسية - دار الفكر العربي - 2001
13. فاروق عبد الفتاح : "دراسة تعليمات اختبار دافع الانجاز للأطفال و الراشدين". مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة، 1991،
14. فايز مهنا : " التربية الرياضية الحديثة " دار طلاس للدراسات و الترجمة و النشر- الطبعة 2- سوريا- 1987
15. فيصل محمد خير الزراد : " الأمراض العصبية و الذهنية و الاضطرابات السلوكية " دار النهضة - بيروت - 1984
16. قاسم المندلوي و اخرون : " أصول التربية البدنية و الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة " ، جامعة بغداد 1989
17. ليلى عبد العزيز زهران : "المناهج و البرامج في التربية الرياضية " دار زهران للطباعة و النشر ، الطبعة الرابعة ، القاهرة 2003
18. محمد الحماحي و أمين الخولي : " أسس بناء برامج التربية الرياضية " دار الفكر العربي- القاهرة- 1990- ص 18
19. محمد الدريج : " تحليل العملية التعليمية " قصر الكتاب- البلدة- 2000م
20. محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل : "اللاعب و التدريب العقلي ط ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001
21. محمد حسن علاوي : - مدخل في علم النفس الرياضي - مركز الكتاب للنشر - القاهرة -2002
22. محمد حسن علاوي : " القياس في التربية و علم النفس الرياضي " دار الفكر العربي- القاهرة- 1988
23. محمد حسن علاوي : " علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية " دار الفكر العربي- القاهرة- 2007م-

24. محمد عبد الرحيم حلمي : "تدني الانجاز المدرسي ، أسبابه وعلاجه" ط 1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع 1999
25. مصطفى فريد : "علاقة مستويات دافعية الإنجاز بالمستوى الرقمي لمتسابقى الميدان و المضمار" - المجلد الثاني لبحوث المؤتمر العلمي للرياضة و تنمية المجتمع العربي و متطلبات القرن 21-7-9 أكتوبر-1998م
26. مكارم حلمي هرجه و آخرون : "مدخل التربية الرياضية " الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر 2002
27. هالة مصطفى إبراهيم : " فسيولوجية قلق المنافسة الرياضية" - دار الوفاء- الإسكندرية- الطبعة 1-2008
28. وجيه محجوب حاسم : « طرق البحث العلمي و مناهجه »
29. يوسف مراد: "مبادئ علم النفس العام"، دار المعارف ، الطبعة السادسة ، القاهرة 1969
- 30.

المجلات

1. أحمد محمد العقاد و ممدوح محمد بيه : "تأثير برنامج التدريب العقلي على تطوير بعض الخصائص النفسية و المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم". المجلة العلمية للتربية البدنية- كلية التربية البدنية و الرياضة للبنين- القاهرة
2. بثينة محمد فاضل : "الفروق في المهارات العقلية لدى ناشئات كرة اليد طبقا لنتائج المباريات" مجلة كلية التربية - جامعة طنطة - العدد 27 1999.
3. حسن حسن عبده : " تقنين قائمة المهارات النفسية للرياضيين" المجلة العلمية- كلية التربية البدنية للبنين جامعة حلوان- القاهرة-2000-العدد 33
4. ستيفن : " تأثير التدريب العقلي و المعرفة بالنتائج على تطوير المهارة الحركية" كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة حلوان - المجلة العلمية للتربية البدنية- 1997 م- العدد: 29
5. شعبان إبراهيم و طارق بدر الدين : "العوامل النفسية المساهمة في الإنجاز الرياضي للاعبى كرة السلة". كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة حلوان - المجلة العلمية للتربية البدنية- 1997 م- العدد: 28
6. صدقي نورالدين محمد: "المشاركة الرياضية و النمو النفسى للأطفال"، دار الفكر العربى، سلسلة الفكر العربى في التربية البدنية و الرياضية، العدد 17، القاهرة، 1994
7. محمد حسن علاوي : "الإعداد النفسى للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين لأولياء الأمور"، سلسلة مراجع في التربية و علم النفس ، العدد 15 ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 2001 م

المذكرات و الرسائل:

1. أحمد بن قلاوز التواتي : "السمات الدافعية لدى عدائي المسافات الطويلة و النصف الطويلة و علاقتها بدافعية الإنجاز لألعاب القوى" رسالة دكتوراه غير منشورة -2007/2008 جامعة مستغانم
2. إيهاب عزت أحمد عبد اللطيف : "تأثير برنامج تدريبي لبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة على دافعية الإنجاز لدى الملاكمين". رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2003
3. جهاد نبيه محمود عبد المحسن : "السمات الإرادية المميزة لمتسابقى المستويات العليا في مسابقات الحواجز و علاقتها بالإنجاز الرقمي"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 2002
4. حرشاي يوسف : "الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي" رسالة دكتوراه غير منشورة- جامعة مستغانم 2005
5. حرشاي يوسف : "دور التربية البدنية و الرياضة في تنمية القدرة على تركيز الانتباه و علاقته بالميل و الدافع" رسالة ماجستير 1995م- جامعة مستغانم

6. شريط محمد حسن المأمون : "تحديد السمات الشخصية للاعب الدفاعي الحر في الكرة الطائرة و مقارنته باللاعبين رسالة ماجستير غير منشورة- جامعة مستغانم -2006م
7. محمد إبراهيم محمد أحمد خليل: "توجهات دافعية الانجاز لدى الناشئين في بعض الأنشطة " ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، 2001.
8. منى مختار المرسي عبد العزي : "بناء مقياس دافعية الانجاز لدى الناشئين الرياضيين". رسالة دكتوراه غير المنشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية، القاهرة، 1999، قائمة المراجع باللغة الفرنسية

1. Bruce ogilvie et thomas Tut ko «Les athlètes a problèmes –relation entraîneur-entraîné» Edit .Vigot –Paris-1981 Traduit de l'anglais par M.Jossen.
2. C. le Scanff et F.legrand «Psychologie-l'essentiel en sciences du sport » Ellipses Edition .2004 .Paris
3. Christine le Scanff «Manuel de psychologie du Sport» tome2. L'intervention auprès du Sportif - Edit Revue EPS Paris-2003.
4. Domart le petit Larousse de médecine Edition 1976
5. Edith Perreaut-pierre «la gestion mentale du stress pour la performance Sportive »Edition Amphora -2000-Paris-
6. Gill, D.L & Deeter, T.E 1988: " Development of sport orientation questionnaire " Research quarterly for exercise and sport, Vol 5m
7. Henri Pierrou- vocabulaire de psychologie .Edit .Puf- Paris -1988-
8. P.Parlebas et B.Cyffers « statistiques appliquées aux activités physiques et sportives » publication INSEP .1992. Paris
9. Richard H.cox-"Psychologie du Sport –Sciences et pratiques du Sport -1^{er} Edition –Edit deboeck université-Bruxelles-2005-
- 10.Thomas Missoum"la psychologie du sport de haut niveau" - France – 1987 –
- 11.Yves Bohain « Initiation à la course du 100 m au 100 km » Edition vigot- 1985.
- 12.Martin J. J. Gill , DI : relation ship self – Efficacy goal important filiping marathones international – Journal of sport psychology -1995 .

**Revue des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives**

Institut d'éducation Physiques et Sportives

Université Abdelhamid-Ibn-Badis- Mostaganem

Directeur de la Revue : Pr . Seddiki M'Hamed Mohamed Salah Eddine Recteur de L'Université

Directeur de la Publication : Dr . Benkazd ali hadj Mohamed Directeur de l'IEPS

Rédacteur principale : Pr . Ahmed Atallah

Comité de la revue :

- Pr. Ryad Ali El Raoui
- Pr. Ahmed Atallah
- Pr. Med Nasreddine Bendahmane
- Pr. Mohamed Remaoun
- Dr . Benkazd ali hadj Mohamed
- Dr. Ali Bengoua
- Dr. Abdelmadjid Challal
- Dr. Abdelkader. Boumesdjed
- Dr. Hadj benganab
- Dr. Othmane Benbernou
- Dr. Youcef Harchaoui
- Dr. SaidA aissa Khelifa
- Dr. Mohamed sebbane
- Dr. Abdelkader Nasseur

Comité scientifique de la revue :

Science de la vie :

Pr. Rachid Hanifi	HCMS Alger
Pr Bruno Sesboue	Université de Caen -France
Pr youcef Dahab	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Ryad Ali El Raoui	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Pr . Nabila Mimouni	Institut des Sciences et Technologies du Sport- Alger
Pr. Adel Roschdi	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Said Hamaidi	Université Amiens France
Pr. Addel Rochdi	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Taoutaou Zohra	Université Alger 03
Pr. Hassane Mohamed Naouisra	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Merghat Ibrahim rida	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Didier rey	Université de Corse Pascale paoli France
Pr. Abdrahmane Rahmani	Université Maine France
Dr. SaidA aissa Khelifa	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Madani Mohamed	ENS de Casablanca Université Hassan 2 Maroc
Dr. Lotfi said	ENS de Casablanca Université Hassan 2 Maroc
Dr. Bolofa boudjemaa	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Belkacem Khiat	Université des Sciences et Technologies –ORAN

Sciences Humaines :

Pr. Mohamed Akli Benaki	Université Alger 03
Pr. Nasreddine .Bentoumi	Université Alger 03
Pr. Mohamed Sabri Omar	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Kamil Taha wais	Université Tikrīt Iraq

Pr. Amr Mohamed Ibrahim	Université Assiout Egypte
Pr. Gleyse Jacques	Université Montpellier 2
Pr. Antala Bratislav.	Université de slovaque- Slovénie (Président de l'AIEP)
Pr. Ahmed Atallah	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Pr. Hafsi bedouifi	Université de Tunis- Tunisie
Pr. Zohra. Abbasi	Université Alger 03
Pr. Sadek El hayek	Université de Jordanie- Jordanie
Dr. Abdelmadjid Challal	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Youcef Harchaoui	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Abdelkader. Boumesdjed	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr Hadj Benganab	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benali. Gourari	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Fatima. Bouras	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Kouider Hadj Cherif	Université Assiba Ben Bouali- Chlef
Dr. Abdelkader Nasseur	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Amor Amar	Université M'SILA
Dr. Bensikadour habib	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benklaouz Ahmed Touati	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem

Science de l'intervention:

Pr. Khaled. Hamouda	Université Alexandrie-Egypte
Pr. Serge Zimmermann	Université de Reims- France
Pr. Med Nasreddine Bendahmane	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Pr. Mohamed Remaoun	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benkazd ali hadj Mohamed	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Hacene Nabli .	Université de Dubai. Emirats Arabe-Unis
Dr. Ali Bengoua	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Chirifi Ali	Université Alger 03
Dr. Mechihe Ali	Université Mentouri Constantine
Dr. Benlakhel Mansour	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr. Benbernou Othmane	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem
Dr Mohamed Sebbane	Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem

Objectifs de la revue :

La revue ISTAPS a pour particularité de publier tous les travaux de recherche dans le domaine des activités physiques et sportives permettant un éclairage scientifique des pratiques ou des interventions en vue d'interpeller les intervenants dans le domaine des Sciences du Sport et des activités physiques.

La revue ISTAPS émane de l'Institut des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives, Université Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem et ses orientations générales sont définies par les membres du comité de pilotage. Elles sont mises en oeuvre par le conseil de ce comité qui en délègue la responsabilité scientifique au directeur de la publication.

Orientations scientifiques de la revue :

ISTAPS est une revue scientifique spécialisée dans le domaine des sciences du sport et de l'exercice physique.

La revue STAPS est pluridisciplinaire et toutes les approches scientifiques peuvent y trouver leur place. Pour un meilleur fonctionnement, la rédaction et les expertises sont organisées en quatre sections fonctionnelles, ayant chacune son comité international de lecture placé sous la responsabilité d'un rédacteur principal. Chacune d'entre elles est susceptible de recevoir des réflexions philosophiques ou épistémologiques.

- La section « Sciences de la Vie » concerne les textes se référant à la biologie, à la physiologie, à la biomécanique, aux sciences de la matière, etc.

- La section « Sciences Humaines » concerne les textes se référant à l'anthropologie, à l'ethnologie, à la sociologie, à la psychologie, à l'histoire, aux sciences économiques, aux sciences juridiques, etc.

- La section « Sciences de l'Intervention » concerne les textes se référant à la didactique, au management, au marketing, à l'entraînement, etc

La revue ISTAPS est une publication scientifique s'adressant aux lecteurs du monde entier. Elle se situe au niveau des revues les plus exigeantes en matière de publication de connaissances nouvelles en matière de recherche. Son objectif est de rassembler tous les auteurs et lecteurs du large domaine des « activités physiques et sportives » et notamment tous les travaux qui permettent un éclairage des activités physique ou de l'intervention en matière d'activités physiques, quelles que soient leurs orientations scientifiques en vue d'interpeller les intervenants dans ce domaine. De ce principe, découlent des exigences.

Le texte, transmis par les auteurs, doit être rigoureux dans sa démarche et respecter les usages des publications scientifiques : références récentes, argumentation précise, rejet des affirmations non fondées, présentations d'une problématique claire (quelle « question » précise va être abordée), exposé de la démarche utilisée (anthropologique, ethnologique, expérimentale, clinique, historiographique...) et des outils (analyse de contenu, observations, statistiques descriptives, fonds d'archives, matériel expérimental, logiciels...).

Des textes exposant une « idée » peuvent être recevables, dans la mesure où ils s'appuient sur les méthodes habituelles de discussion de la philosophie ou de l'épistémologie.

Des textes, proposant des mesures rigoureuses de paramètres ne suffisent pas à « démontrer une vérité », s'ils ne sont pas introduits par une problématique précise et pertinente (évaluer, à l'aide d'un test, un groupe de cinq compétiteurs n'est pas obligatoirement une « recherche »).

Le texte proposé doit être compris par les lecteurs d'un autre pays et d'une autre culture que celle de l'auteur. Dans ce sens, un exposé construit avec l'utilisation de « concepts inexpliqués », de « références non explicites », de « données hyperspécialisées », de « statistiques exagérées »... n'est pas souhaité. De même l'utilisation de « jargon », de sigles et de références tacites à une culture locale est à éviter. Les auteurs doivent être compris par des lecteurs du monde entier et de n'importe quel domaine de référence.

INSTRUCTIONS AUX AUTEURS :

1. Les textes proposés à la revue STAPS doivent être des articles inédits, n'ayant jamais été présentés à une autre revue nationale ou internationale, conformes à ses orientations et relevant d'une de ses rubriques. Ils peuvent être soumis en Arabe, Français et Anglais. Ils doivent être adressés en trois exemplaires + support numérique (CD), au directeur de la rédaction de la revue. Ils peuvent être envoyés par courrier électronique.

E-mail : istaps@univ-mosta.dz

2. La première page comprendra seulement les nom(s), prénom(s) et adresse de l'auteur ou de chacun des auteurs, avec, si possible, un numéro de fax ou de téléphone, l'adresse électronique du premier auteur et la date précise de soumission de l'article. Les auteurs donnant l'adresse d'un laboratoire doivent s'assurer qu'ils ont la possibilité de l'utiliser tant d'un point de vue institutionnel que scientifique.

3. Sur une page séparée figureront, successivement :

- le titre (concis et comportant les termes significatifs),

- un résumé de 200 mots (en deux, au maximum, présentant l'objectif du travail, la méthode, les principaux résultats et l'interprétation qui en est fait

- cinq mots-clés, au maximum (mots exploitables dans les banques de données), e.

4. Le texte sera saisi en caractères Times New Roman, taille 12, en double interligne, non justifié, paginé en bas à droite ; il n'excèdera pas 15 pages de format A4. Les titres des subdivisions seront présentés en caractères gras et leur numérotation se fera selon la règle suivante : 1., 1.1., 1.2., 1.2.1., 1.2.2., ...2., 2.1., 2.2., ...

L'ensemble de l'article doit être réalisé selon les Normes A.P.A. 5ème édition,

Après expertise, si l'article est accepté, l'auteur fournira des originaux ou des photographies de grand format et de bonne qualité, prêts à être reproduits.

5. Lorsqu'un article est soumis à modification, l'auteur doit répondre point par point systématiquement, à l'expert, même s'il rejette certaines modifications proposées, notamment dans les domaines des sciences de la vie et des sciences de l'Homme.

6. Lorsque la procédure d'expertise aboutit à l'acceptation de l'article, signifiée par le responsable de la section concernée, l'auteur fera parvenir au directeur de la revue la version finale, conforme aux modifications

demandées par les experts et aux normes formelles de la revue (notamment aux points 2., 3., 4. et 5. ci-dessus). Cette version sera saisie avec un traitement de texte sur PC ou sur Macintosh, Word, et sauvegardé sous Word sur disquette ou CD (50 000 signes, au maximum). Celle-ci sera envoyée, accompagnée d'un exemplaire imprimé, sur format A4 avec les originaux des photos ou tableaux et un CD.

Règles générales :

- 1- Les droits de publication sont la propriété de la revue.
- 2- Chaque auteur reçoit une copie de la revue après acceptation de son article
- 3- Après expertise, chaque auteur reçoit une lettre d'acceptation de la part du directeur de la revue et président de la rédaction
- 4- Les articles représentent des points de vues de leurs auteurs et non pas de la revue.
- 5- Les articles doivent être envoyés à l'adresse suivante :

Président du comité de rédaction de la revue ISTAPS
Institut des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives
BP 002 Mostaganem -27000 Algérie
Site Kherrouba, Université Abdelhamid Ibn Badis, Mostaganem, 27000
Tél : +213 45 30 10 33 / 36 / 35 Fax : +213 45 30 10 28
Email : istaps@univ-mosta.dz / www.univ-mosta.dz/staps

Invitation à publier :

La revue ISTAPS a le plaisir de vous inviter à soumettre vos travaux scientifiques selon une démarche scientifique rigoureuse et inédite en langue arabe, français et anglais n'ayant pas été publiés auparavant.

SOMMAIRE

N°	Nom de chercheur / Titre de sujet	Page
01	Etude de la morphologie chez les étudiants sportifs algériens S BOUNEMRI – ZAKI^{1,2}, N MIMOUNI^{1,2}, S. MIMOUNI¹, R MASSARELLI² Laboratoire des Adaptations et de la Performance Motrice, INFS/STS. BP. 71 El Biar Alger CRIS. Université Claude Bernard, Lyon1. 27 Bd du 11 Novembre, Villeurbanne, 69100	01-12
02	CONTRIBUTION A L'ELABORATION D'UNE NOUVELLE METHODE DE PREDICTION ET DE DETECTION DES JEUNES FOTBALLEURS (Jeunes âgés de 12 a 17 ans) ETUDE REALISEE AUPRES DES ENTRAINEURS Mr: benchhida abdelkader Institute d'éducation physique et sportive université de Mostaganem.	13-23
03	Dynamique de la charge d'entraînement au cours d'un macrocycle (semi – annuel) chez des judokas féminins juniors/ seniors. Dynamic of training a macro cycle (semester) in female judoistes juniors. MAHDAD. AZZOUZ Dalila Lycée Sportif National de DRARIA, BP 71. ENS/STS de Delly – Ibrahim El – Biar, Alger	24-32
04	Caractéristiques morphologiques et physiologiques d'enfants Scolarisés âgés de (7-11) ans de la région d'Alger N. Slifi Halem¹, N. Mimouni Touabti,¹ A. Halem¹. 1 Laboratoire des Adaptations et de la Performance Motrice, INFS/STS BP 71 El Biar Alger	33-46
05	Profil (Biométrique, Physique et Hydrodynamique) Prédicatif, Pour la Détection de jeunes talents en Natation Cas du 25m crawl. Dr MAHIDDINE Djamel Salim. Maître de conférence « B ». Institut d'éducation Physiques et Sportives Université de Mostaganem	47-59
06	Effets de l'entraînement sur le niveau de développement des qualités physico – techniques et des indices anthropométriques des jeunes footballeurs algériens. Aradji A. ENS/STS de Dély-Ibrahim, BP. 71, El Biar Alger	60-63
07	La Planification De La Préparation Physique En Football Moderne Dr. Mohamed Kabouya. Maître Conférence (B) à Université de M'sila	64-75
08	Quand le football devient un spectacle théâtral ? Dr : DAHOU Malika Maître de conférences B, option littérature francophone et comparée. Faculté des sciences sociales et humaines, université de Mostaganem, Algérie.	76-79

SOMMAIRE

N°	Nom de chercheur / Titre de sujet	Page
01	Etude de la morphologie chez les étudiants sportifs algériens S BOUNEMRI – ZAKI^{1,2}, N MIMOUNI^{1,2}, S. MIMOUNI¹, R MASSARELLI² Laboratoire des Adaptations et de la Performance Motrice, INFS/STS. BP. 71 El Biar Alger CRIS. Université Claude Bernard, Lyon1. 27 Bd du 11 Novembre, Villeurbanne, 69100	01-12
02	CONTRIBUTION A L'ELABORATION D'UNE NOUVELLE METHODE DE PREDICTION ET DE DETECTION DES JEUNES FOTBALLEURS (Jeunes âgés de 12 a 17 ans) ETUDE REALISEE AUPRES DES ENTRAINEURS Mr: benchhida abdelkader Institute d'éducation physique et sportive université de Mostaganem.	13-23
03	Dynamique de la charge d'entraînement au cours d'un macrocycle (semi – annuel) chez des judokas féminins juniors/ seniors. Dynamic of training a macro cycle (semester) in female judoistes juniors. MAHDAD. AZZOUZ Dalila Lycée Sportif National de DRARIA, BP 71. ENS/STS de Delly – Ibrahim El – Biar, Alger	24-32
04	Caractéristiques morphologiques et physiologiques d'enfants Scolarisés âgés de (7-11) ans de la région d'Alger N. Slifi Halem¹, N. Mimouni Touabti,¹ A. Halem¹. 1 Laboratoire des Adaptations et de la Performance Motrice, INFS/STS BP 71 El Biar Alger	33-46
05	Profil (Biométrique, Physique et Hydrodynamique) Prédicatif, Pour la Détection de jeunes talents en Natation Cas du 25m crawl. Dr MAHIDDINE Djamel Salim. Maître de conférence « B ». Institut d'éducation Physiques et Sportives Université de Mostaganem	47-59
06	Effets de l'entraînement sur le niveau de développement des qualités physico – techniques et des indices anthropométriques des jeunes footballeurs algériens. Aradji A. ENS/STS de Dély-Ibrahim, BP. 71, El Biar Alger	60-75
08	Quand le football devient un spectacle théâtral ? Dr : DAHOU Malika Maître de conférences B, option littérature francophone et comparée. Faculté des sciences sociales et humaines, université de Mostaganem, Algérie.	76-79

Etude de la morphologie chez les étudiants sportifs algériens

S BOUNEMRI – ZAKI^{1,2}, N MIMOUNI^{1,2}, S. MIMOUNI¹, R MASSARELLI²

1. Laboratoire des Adaptations et de la Performance Motrice, INFS/STS. BP. 71 El Biar Alger
2. CRIS. Université Claude Bernard, Lyon1. 27 Bd du 11 Novembre, Villeurbanne, 69100

Résumé :

Notre étude porte sur la détermination du profil morphologique de l'étudiant en sport algérien. Cette population est au nombre de 104 sujets ; répartis en groupe de sportifs (77) et de non sportifs (27) qualifiés comme tel par rapport à leur expérience dans la pratique sportive qui n'excède pas trois années; arbitrairement représente la population sédentaire.

L'intérêt de cette étude émane du déficit en matière de données nationales référentielles morphologiques de la population Algérienne en général et sportive en particulier dans toutes ces franges et à tous les niveaux de qualification. Après avoir défini les concepts relatifs à la biométrie, somatotypie, le profil ; nous avons mis en exergue certains travaux universels relatifs à des études comparatives entre les étudiants et les athlètes de haute qualification afin de mieux comprendre la dynamique de l'évolution physique et de mieux cerner les caractéristiques morphologiques indexant chacune des deux catégories de pratiquants. A l'issue de l'étude de l'ensemble des caractères et indices morphologiques de la population estudiantine en sport, nous avons procédé à une comparaison de nos résultats à ceux de la référence universelle relatifs aux homologues étrangers et à ceux des athlètes d'élite Algériens.

Par cette approche, nous avons abouti à des résultats qui incitent à pousser des investigations plus poussées dans cet axe.

Mots clés : étudiants, sportif, non sportif, athlètes, Profil, morphologie

Abstract : Our survey is about the determination of the student's morphological profile in Algerian sport. This population is to the number of 104 topics; distribute in group of sportsmen (77) and of non sporty (27) qualified like such of their experience in the sporty practice that doesn't exceed three years; represent the sedentary population arbitrarily.

The interest of this survey emanates the deficit in general concerning morphological referential national data of the Algerian population and sportsmen in particular in all these fringes and to all levels of qualification.

After having defined the relative concepts to the somatotype, the profile, we have put in exergue certain relative universal works to the study comparative between students and athletes of high qualification in order to better to understand the dynamics of the physical evolution and to surround the morphological features indexing each of the two category of churchgoers category better.

To the exit of the survey of the set of characters and morphological indications of the student population in sport, we have proceeding to a comparison of our results to those of references universal relative to the foreign counterparts and those of athletes elite Algerians.

.By this approach we succeeded to results that incite to push some more advanced investigating in this axis.

Key words: students, sporty, sedentary, athletes, Profile, morphology

Introduction:

Au cours des dernières décennies, le sport est devenu une activité humaine qui a acquis une très grande importance et qui s'impose progressivement, tout en renforçant sa position et son impact dans la vie sociale. L'évolution constante du phénomène sportif et des activités physiques en général, montre des progrès dans différentes disciplines soutenus par l'apport des sciences humaines et sociales ainsi que par les récentes découvertes en sciences du Vivant. Selon plusieurs auteurs (BOUCHARD, 1973 ; ASTRAND et RODHAL, 1980 ; MATVEEV, 1983 ; WEINECK, 1983 et 2002) la performance ne peut être accomplie que lorsqu'elle met en jeu l'intégralité totale de l'homme. Le concept lié à l'idée du meilleur, du champion, de l'excellent dépend ainsi de la résultante des facteurs génétiques, psychologiques, fonctionnels et morphologiques. A cela il faut bien entendu ajouter la participation des sciences humaines et sociales qui organisent la structure autour de la performance. En Algérie, peu de travaux sur l'évaluation biométrique des sportifs ont paru dans la littérature. Ainsi, compte tenu des travaux cités précédemment, nous avons abordé l'étude de la morphologie des étudiants en sport de l'INFS/STS d'Alger. L'analyse comparative du profil morphologique entre les étudiants sportifs et non sportifs algériens, sur la base des valeurs numériques des caractères observables et mesurés, nous permettra de mettre en exergue une éventuelle particularité des caractères morphologiques des groupes étudiés. Elle nous permettra aussi de voir s'il existe une hétérogénéité dans le profil morphologique entre la population étudiée et l'élite nationale.

BUT DE L'ETUDE

Le but de cette étude est la détermination des caractères morphologiques et les indices du développement physique qui caractérisent l'échantillon étudiant algérien (population sportive et population non sportive). Il s'agira d'établir des références morphologiques spécifiques de l'étudiant algérien en sport afin de mieux le positionner par rapport à l'étudiants étranger et à l'athlète d'élite algérien.

PRESENTATION DE L'ECHANTILLON

La population expérimentale est composée au total de 104 algériens adultes de sexe masculin (âgés de 19 à 27 ans). Vingt sept d'entre eux sont considérés comme non sportifs en raison de leur années de pratique (entre 3 ans ou moins) alors que 77 autres sportifs pratiquent, au sein de leur club, des différentes spécialités sportives ainsi réparties **Tableau I.**

Tableau I : Répartition de la population estudiantine algérienne par spécialité

Spécialités	Effectif	Indice stat	Age (ans)	Durée (ans)	Poids (Kg)	Stature (cm)
FB	15	M	20,7	5,8	66,2	174,5
		δ	±1,9	±11,5	±48,7	±38,4
BB	10	M	22,3	8,0	70,7	182,3
		δ	±3,4	±5,6	±25,5	±34,6
HB	15	M	21,0	5,5	71,7	179,8
		δ	±1,9	±14,1	±59,9	±20,0
VB	15	M	21,1	5,8	68,3	178,9
		δ	±0,7	±10,3	±90,6	±44,3
ATH	07	M	21,2	4,8	64,7	174,1
		δ	±2,1	±11,0	±23,7	±22,6
Sports Combat	05	M	21,7	9,7	69,6	173,1
		δ	±1,9	±17,0	±48,4	±30,4
Sports Aquatique	05	M	22,4	10,6	74,4	176,6
		δ	±1,4	±24,0	±46,2	±21,0
Autres	05	M	20,8	5,6	61,4	171,9
		δ	±0,2	±17,8	±33,0	±35,9

FB : Football ; BB : Basketball ; HB : Handball ; VB : Volleyball ; ATH : Athlétisme .

METHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

Des mesures anthropométriques ont été effectuées sur chaque sujet de notre population. La technique utilisée est celle de la mensuration directe du corps et de ses segments, selon les techniques anthropométriques de base. Les points de repères osseux et les mensurations ont été standardisés par MARTIN (1928), VALLOIS (1948) puis par ROSS et MAEFELL-JONES (1988). Les mesures sur l'ensemble des sujets ont été effectuées par le même groupe d'investigateurs, à la même heure à savoir de 9h00 à 12h00 et ce durant tout le mois d'octobre 2008 (première série d'expériences) pour les étudiants de deuxième année et durant janvier 2009 (deuxième série d'expériences) pour les élèves de première année d'étude à l'institut. Nous avons choisi pour la réalisation de notre expérimentation, l'utilisation des méthodes anthropométriques, simples à utiliser et non invasives. Pour cela nous avons utilisé une trousse anthropométrique du type GPM (Siber Hegner) contenant l'*anthropomètre* du système MARTIN, destiné à mesurer les dimensions linéaires (longitudinales) et transversales du corps ; un compas d'épaisseur à bouts olivaires pour mesurer les dimensions transversales ; un mètre – ruban pour mesurer les périmètres du corps (circonférences) et de ses segments.

Nous avons également utilisé une pince à plis du type HARPENDEN, pour la mesure des panicules adipeux avec une précision de 10g/mm² et une balance médicale utilisée pour la pesée du poids avec une précision de 50 g.

Nous avons procédé au calcul de certains indices du développement physique à savoir :

- **La surface du corps** est calculée selon la formule de DUBOIS et DUBOIS (1916) :

$$S = 0.0007184 * T^{0.725} * P^{0.425} \text{ (poids du corps en Kg, Taille en cm) ;}$$

et les indices relatifs :

- **L'indice de SCHREIDER** (cité par VANDERVAEL, 1980), qui nous renseigne sur l'état de robustesse d'un individu dont la formule est : **P/S** (Poids/Surface, exprimés en Kg/m²) ;

- **L'indice de dépense énergétique** plus cet indice est petit, meilleure est la robustesse de l'athlète dont la formule correspond au rapport de la surface corporelle en cm² sur le poids exprimé en Kg (S/P) ;
 - **L'indice de QUETELET (1869)** exprimé par P/T (g/cm), selon la littérature les valeurs de cet indice sont pour les sédentaires de 350 g/cm et pour les sportifs de haut niveau de plus de 400 g/cm
- **Indice de RÖRHER (1908)** exprimé par $100 \times P/T^3$ (g/cm²). Généralement les sujets de grande taille ont une faible valeur de cet indice.
- **Indice de SHELDON** exprimé en $T / \sqrt[3]{P}$, indice qui détermine un individu longiligne.
- **Indice de LIVI (1897)** exprimé en $P / \sqrt[3]{T}$. c'est l'indice inverse de SHELDON.
 - **Indice de KAUP [1921]** exprimé par P/T^2 (g/cm²) appelé aussi « Body build index » de DAVENPORT. Pour cet indice, l'interprétation des résultats s'appuie sur le barème élaboré par DAVENPORT (in VANDERVAEL, 1980) (**Tableau II**).

1.4 à 1.80	Très maigre
1.81 à 2.14	Maigre
2.15 à 256	Moyen
2.57 à 3.05	Corpulent

Tableau II : Evaluation de l'indice de KAUP selon le barème de DAVENPORT

Suite au calcul des indices, nous avons également calculé les différents composants du poids du corps selon la méthode de Mateigka[1921] :

- **Composante Graisse**

$$D = d * S * k$$

D = quantité de graisse (Kg).

d = l'épaisseur moyenne du pli cutané avec l'épaisseur de la peau (mm) qui est égale à la demi-somme des sept plis cutanés.

S = surface de la peau (m²).

k = constante déterminée par voie expérimentale, égale à 1,3.

Composant Musculaire (MM) $M = L * R^2 * K$

M = quantité absolue du tissu musculaire (kg) ; L = longueur du corps en cm ; R = la grandeur moyenne des rayons du bras, avant-bras, de la cuisse et de la jambe aux endroits où le volume des muscles est le plus développé, sans compter la couche cutanée ; K = constante égale à 6,5

$R = \sum [\text{circonférences (bras, av-bras, cuisse, jambe)} / 2\pi r \cdot 4] - \sum [\text{plis cutanés (bras, av-bras, cuisse, jambe)} / 2 \cdot 4 \cdot 10]$.

Composant Osseux (MOs)

Pour définir la masse absolue du tissu osseux, il existe la formule appliquée suivante :

$$MOs = L * o^2 * K \text{ où}$$

$o^2 = \square [\text{diamètres (bras, av-bras, cuisse, et de la jambe)} / 4]^2$

Où : Os = masse absolue du tissu osseux (Kg) ; L = longueur du corps en cm ; K = constante égale à 1,2.

Résultats :

Dans un premier temps, nous allons procéder à l'analyse descriptive de la population étudiée en vue de mieux caractériser la morphologie des sportifs, étudiants de l'Institut National de Formation Supérieure en Sciences et Technologie du Sport d'Alger. Nous procéderons, par le biais d'une analyse de la composante principale (ACP), à la sélection des caractères morphologiques les plus appropriées et qui nous permettront avec une économie de mesures, de tracer le profil morphologique de notre population.

Pour se faire nous procédons, dans un premier temps à la comparaison du groupe représentant la population sportive à celle non sportive de l'INFS/STS¹ (avec une durée de pratique n'excédant pas 3 ans).

I. ANALYSE DESCRIPTIVE DE LA POPULATION D'INFS/STS:

L'analyse descriptive de la population, composée de 121 sujets toutes disciplines sportives confondues, est la suivante :

1. Les Paramètres totaux (âge, durée de pratique, poids, taille). La taille présente un coefficient de variation (**Tableau III**) de 3,65%, l'âge de 6,80 %, ce qui dénote une bonne homogénéité de groupe. Le poids présente une valeur moyenne de 11,31% et la durée de pratique de 61,38 %, reflétant ainsi une forte hétérogénéité dans la pratique sportive.

Tableau III: Représentation des caractères totaux

Valeurs	Age (ans)	Durée de pratique (ans)	Poids (Kg)	Taille (cm)
maximum	27	17	87	194,8
moyenne	21,32	6,66	68,27	176,38
minimum	19	0	52	162
δ	1,45	4,09	7,72	6,44
δ^2	2,10	16,73	59,66	41,42
C.V	6,80	61,38	11,31	3,65

2. Les indices de développement physique

Les valeurs des coefficients de variation de la surface corporelle, de la corpulence et les indices de SCHREIDER QUETELET , KAUP, SHELDON (**Tableau IV**), sont inférieures à 10%, dénotant une homogénéité du groupe. La valeur du coefficient de variation de ROHER et LIVI est légèrement supérieure à 10% et l'indice de la dépense énergétique (IDE) est égal à 14,13%

Tableau IV : Représentation des indices de développement physique de la population estudiantine de l'INFS/STS

Valeurs	Dubois	Schreider	IDE	Quetelet	Kaup	Sheldon	Rohrer	Livi
maximum	2,14	42,12	309,30	484,41	2,78	47,28	1,64	15,42
moyenne	1,84	37,06	243,39	386,68	2,19	43,24	1,25	12,17
minimum	1,54	32,33	193,61	305,90	1,70	39,34	0,95	9,54
δ	0,12	2,01	34,38	37,59	0,20	1,45	0,13	1,30
δ^2	0,02	4,04	1182,16	1413,04	0,04	2,10	0,02	1,69
CV %	6,68	5,42	14,13	9,72	9,29	3,35	10,15	10,68

¹ Parmi la population de l'INFS/STS on trouve des étudiants qui sortent de l'école et qui n'ont pas fait de sport auparavant.

3. La composition corporelle

L'ensemble des composants corporels (**Tableau XIV**), présente des coefficients de variation oscillant entre les valeurs absolues de 13.52% à 33.49% et les valeurs relatives de 10.64% à 27.77%. Les valeurs maximale et minimale de la masse adipeuse amènent à une forte hétérogénéité imputable à la pratique continue du sport.

Tableau XIV : Représentation les indices absolus et relatifs de la composition corporelle.

Valeurs	MMus .Abs	MMus %	MOs Abs	MOs %	MG Abs	MG %
maximum	34,45	43,61	26,09	41,67	19,27	25,69
moyenne	24,43	35,76	19,06	28,01	9,07	13,18
minimum	14,53	22,71	12,85	22,36	5,03	7,77
δ	3,88	3,81	2,58	3,12	3,04	3,66
δ^2	15,09	14,49	6,64	9,71	9,22	13,40
CV	15,90	10,64	13,52	11,13	33,49	27,77

MMus : masse musculaire ; Os : osseuse ; Ad : adipeuse ; Abs : valeurs absolus ; % : valeurs relatifs en pour cent.

II. ANALYSE COMPARATIVE ENTRE SPORTIFS ET NON SPORTIFS

Nous avons comparé la cohorte de la population sportive (PS, 77 étudiants toutes disciplines confondues) avec la population non sportive (PNS, 27 étudiants), dont le vécu sportif n'excède pas trois ans (choix arbitraire) de pratique d'une discipline sportive.

- **Comparaison entre PS et PNS (âge, stature, poids et durée de pratique) :** La différence entre les deux populations (**Tableau XV**) n'est statistiquement significative que dans la durée de pratique ($p < 0.001$). D'autant plus que la différence entre les moyennes des deux populations est de l'ordre de 7.05 ans.

Tableau XV : Représentation des paramètres totaux des deux populations PNS et PS

	Stat	Age (ans)	Stature (cm)	Poids (kg)	Durée de pratique (ans)
PNS	Moy	21,19	175,90	65,91	1,44
	δ	1,44	5,36	7,35	1,28
	δ^2	2,00	27,63	51,96	1,58
	CV %	6,81	3,05	11,15	88,69
PS	Moy	21,36	176,54	69,10	8,49
	δ	1,46	6,80	7,73	3,01
	δ^2	2,10	45,61	58,93	8,93
	CV %	6,83	3,85	11,18	35,40
	t	NS	NS	NS	S***

PNS : population non sportive ; PS : population sportive ; S*** : différence significative au seuil de tolérance $p < 0.001$; NS : non significatif.

Tableau XVIII : Récapitulatif des différences significatives entre population sportive et non sportive de l'INFS/STS.

Paramètres		t	P	Observations
caractères totaux	Durée de pratique	11,782	<,0001	S***
Longueurs	Jbe	2,18	0,0316	S*
Diamètres	Dbd	3,629	0,0004	S***
	DTT	4,414	<,0001	S***
	DBic	2,953	0,0039	S**
	DSil	2,041	0,0439	S*
	DBTr	2,736	0,0073	S**
Circonférences	CTR	2,766	0,0067	S**
	CTins	2,175	0,0319	S*
	CTexp	2,517	0,0134	S*
	CTinf	2,551	0,0122	S*
	CAbd	1,988	0,0494	S*
	CAvb	2,105	0,0378	S*
	CCui	2,718	0,0077	S**
	CJbe	2,309	0,023	S*

DTT: Diamètre thorax transversal ; Bic: bicrétal ; Sil: suprailiaque ; BTr: bitrochantérien ; TR: thorax au repos; Ins: inspiration; Exp: expiration; Abd: abdomen; Avb: avant bras; Cui: cuisse; Jbe: jambe; S* : différence significative au seuil de tolérance $p < 0.05$; ** : différence significative au seuil de tolérance $p < 0.01$; *** : différence significative au seuil de tolérance $p < 0.001$.

Comparatif des indices de développement physique. Parmi ceux-ci, la surface absolue (m^2) est inférieure à $2 m^2$, dans les deux populations (sportive et non sportive), ce qui est la norme chez un athlète d'élite (**Figure 2**). Aucune significativité n'a été remarquée.

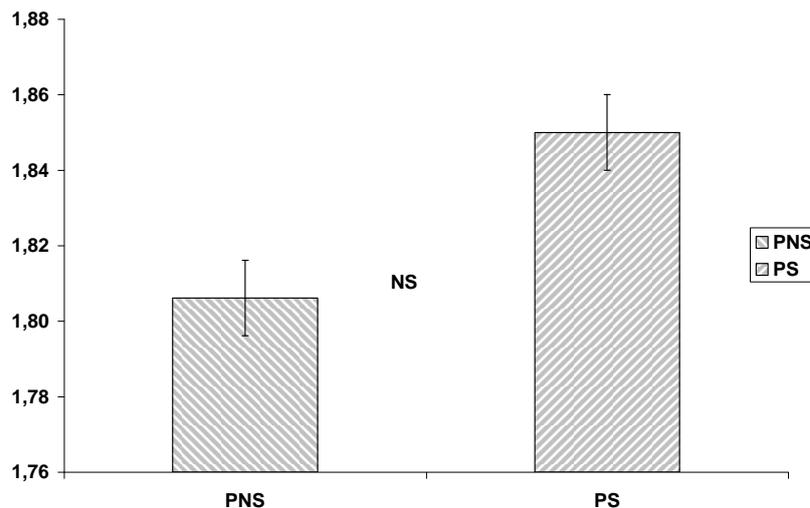


Figure 2 : Comparaison de la surface absolue (m^2) chez les non sportifs (PNS) et les sportifs (PS). La surface est calculée selon DUBOIS et DUBOIS (1916) en m^2 .

Indice de SCHREIDER (P/S ; kg/m^2): Cet indice exprime la robustesse d'un sujet. La population sportive est légèrement plus robuste par rapport à celle non sportive mais de manière non significative (**Figure3**).

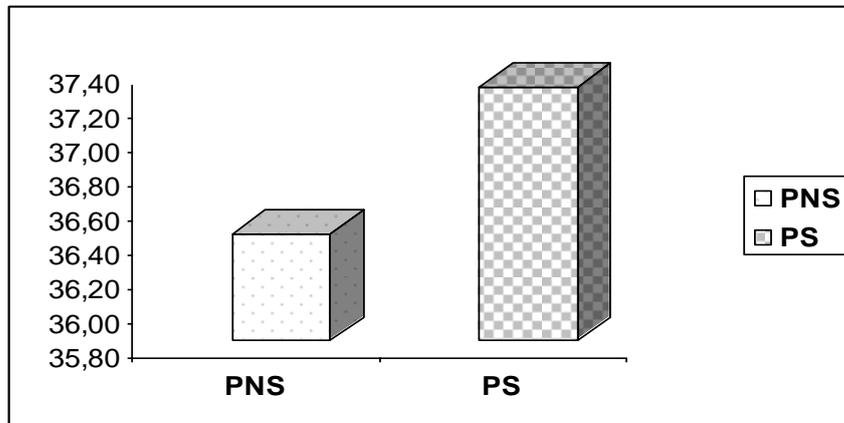


Figure3: Comparaison de l'indice de SCHREIDER (Kg/m^2).

Indice de la dépense énergétique (S/P ; cm^2/Kg): Cet indice est inversement proportionnel à la robustesse. Plus il est grand, plus il exprime le manque d'adaptation aux charges. Nous relevons que la valeur de cet indice est au profit de la population non sportive (**Figure4**). La différence entre les deux populations n'est pas significative.

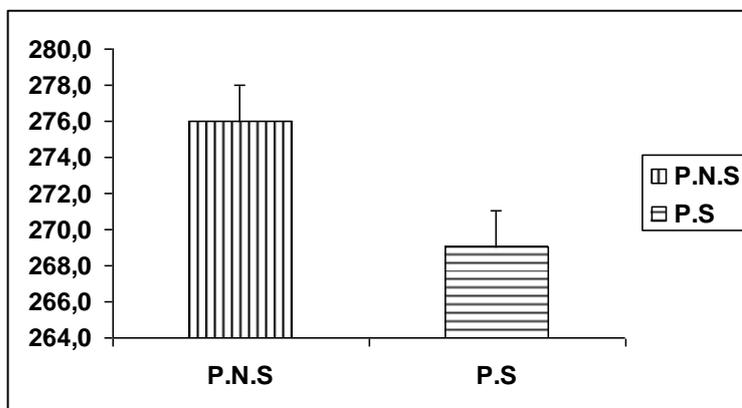


Figure4: Comparaison de l'indice de la dépense énergétique (cm^2/Kg)

Indice de QUETELET (P/T ; g/cm): Cet indice exprime la densité et le bon développement physique d'un sujet. Chez l'élite il a une valeur $\geq 400\text{g/cm}$. Nous constatons que les valeurs des deux populations (PNS et PS) sont inférieures à 400g/cm , avec un léger avantage pour la population sportive, mais sans différence significative (**Figure5**).

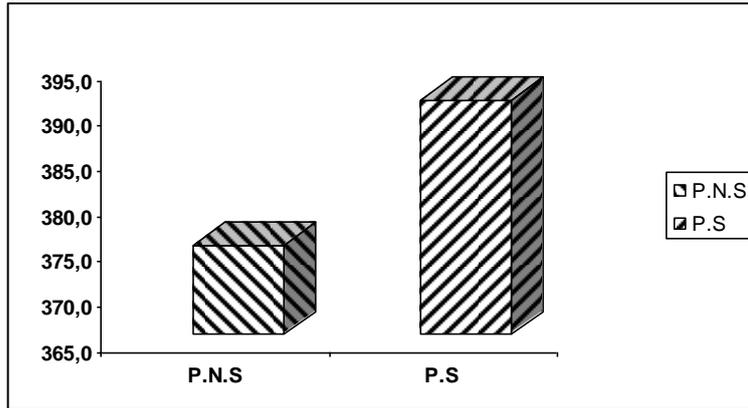


Figure 5 : Comparaison de l'indice de QUETELET (g/cm).

Indice de KAUP (P/T^2 ; kg/m^2) : Cet indice exprime la corpulence d'un sujet avec une valeur variant de 2,57 à 3,05 kg/m^2 . Ces valeurs sont inférieures à la fourchette de norme citée précédemment (voir **Tableau XIX**). Selon ce barème d'évaluation les valeurs des PNS et PS se situent dans une corpulence moyenne, sans une différence significative entre eux (**Figure 6**).

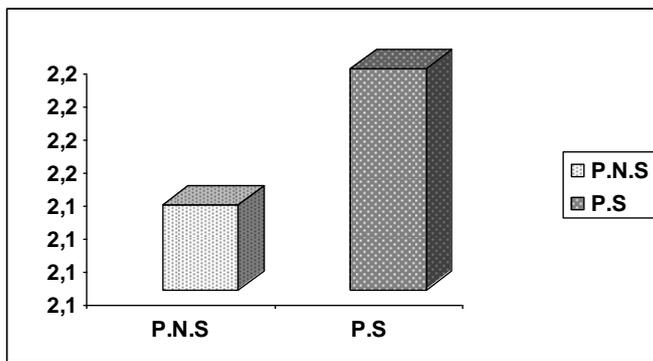


Figure 6 Comparaison de l'indice de KAUP (Kg/m^2).

Indice de SHELDON ($P/\sqrt[3]{T}$) : Cet indice nous renseigne sur le degré d'allongement de la taille du sujet. Plus l'indice est élevé, plus le sujet est grand et mince. Les résultats ne montrent aucune différence entre les deux groupes (**Figure 7**).

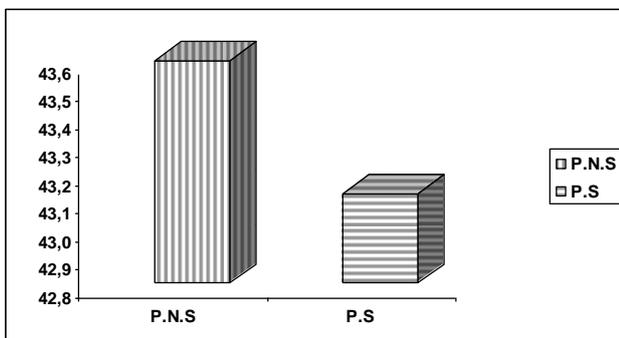


Figure 7 : Comparaison de l'indice de SHELDON ($P/\sqrt[3]{T}$)

Comparaison des indices de la composition corporelle

Les deux populations présentent les mêmes proportions corporelles dont les valeurs rapprochées n'indiquent aucune différence statistique ce qui implique que ces deux groupes sont homogènes au plan de la composition corporelle

V. CONCLUSION

Ce travail s'inscrit dans un vaste projet du Laboratoire de l'Adaptation et Performances Motrices, concernant l'élaboration d'un fichier anthropométrique national de la population algérienne. Il n'a pas l'ambition de proposer des solutions immédiates aux déficits d'informations relatives aux données d'un fichier référentiel sur le développement physique de notre population, mais, néanmoins, il se propose de contribuer à la mise en application de la méthode anthropométrique classique, sur une échelle restreinte de la population sportive, les étudiants de l'Institut National de Formation Supérieure en Sciences et Technologie du Sport.

Nous rappelons que le but de ces études était de relever les caractères morphologiques mesurables et les indices du développement physique les plus importants qui caractérisent l'échantillon étudiant de l'INFS/STS (population sportive et population non sportive).

Les hypothèses de travail supposaient que la détermination du profil morphotypologique de la population étudiante en sport mettrait en exergue : **a.** une différence de ces caractères entre les deux groupes, toutes disciplines confondues ; **b.** une différence chez les étudiants par rapport aux athlètes de l'élite nationale ; **c.** une différence de leur morphotypologie avec leurs homologues étrangers

Dans cette optique et pour aborder le sujet de la détermination du profil morphologique, à partir de caractères mesurés, chiffrés et facilement utilisables nous avons réalisé une investigation qui nous a permis de présenter les conclusions suivantes :

- L'évolution du niveau de développement physique entre la population sportive et la population non sportive qui composent la population de notre étude met en évidence une homogénéité équivalente entre les deux populations.
- Le niveau de développement physique de notre population étudiante par rapport à celui des athlètes d'élite met en exergue un niveau moyen, donc une évolution qui n'excède pas la valeur estimative $M \pm 0.5 \sigma$, révélant par là, la faible homogénéité morphologique des athlètes d'élite.
- Le niveau de développement physique de la population étudiante par rapport à celui des données des étudiants canadiens, français et belges est estimé bas par rapport à l'échelle d'évaluation utilisée.

Nous concluons que cette approche, nous a permis de répondre qu'il existe une homogénéité chez les sportifs algériens, entre eux et par rapport aux athlètes d'élite, mais qui montre des différences avec la population homologue étrangère. Partant de là, la perspective est laissée pour d'autres investigations horizontales et verticales, plus poussées pour une meilleure prise en charge de la détermination du morphotype de l'étudiant en Sport Algérien, ainsi qu'à l'athlète d'élite en fonction des niveaux de qualification.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- BEHNKE A. (1959). The estimation of lean body weight from « Skeletal » measurements. *Human Biol*, 31: pages-pages.
- BEHNKE A.R., WILMORE J. H. (1974). Evaluation and regulation of body build and composition. Englewood Cliffs, Prentice Hall.
- BOUCHARD C., BRUNELLE J., GODBOUT P. (1973). La préparation d'un champion, Pelican, Canada.
- BOUNACK V.V. (1931). Les méthodes de recherches anthropométriques. IZD, Moscou.
- BOULGAKOVA N.J. (1990). La sélection et la préparation des jeunes nageurs. Vigot, Paris.
- BRODIE D.A. (1988). Techniques of measurement of body composition, part I ». *Sports Medicine*. 5: 11-40.
- CARTER J.E.L (1982). Body composition of Montréal Olympic athletes. In: Physical structure of Olympic athletes, (Carter J.E.L. ed). Part I: the Montréal Olympic Games Anthropological Project, Karger Basel, pp.107-116.
- DUBOIS D., DUBOIS E.F. (1916). A formula to estimate the approximate surface area in height and weight bekown, *Arch Intern Med*, 17: 863-871.
- FEREMBACH D., SUSANNEC., CHAMLA M.C. (1986). L'homme son évolution, sa diversité. Manuel d'anthropologie physique, Doin, Paris.
- GLADISHEVA A.A., NIKITUK (1977). Les bases de la morphologie du sport. *Fiscultura i sport*, Moscou.
- HEYTERS C. (1984). Evolution de la morphologie et de la composition corporelle d'étudiants universitaires pratiquants des activités physiques pendant plusieurs années. *Med Sport (Paris)* 53 : 12-18.
- HEYTERS C., (1984). Etude comparative de la morphologie des étudiants en éducation physique avec celle des sportifs de niveau olympique. *Cahier d'anthropologie et biométrie humaine*, Tome II, pp. 11-27
- HEYTERS C., (1987). Validité de l'évaluation de la graisse corporelle totale d'un individu par l'utilisation d'équations anthropométriques existantes. *Sci Sports*, 2 : 109-117.
- KOZLOV V.I., GLADISHEVA A.A (1977). Osnovii sportivnoi morfologii (Les bases de la morphologie du sport). *Fiskultura i sport*, Moscou.
- LIVI R. (1897). L'indice ponderale o il rapporto tra la statura e il peso. *Atti della Societa Romana di Antropologia* 5: 125-153
- LÖHMAN T.G. (1984). Research progress in validation of laboratory methods of assessing body composition. *Med Sci Sports Exercise* 16: 596-603.
- LÖHMAN T.G. (1991). Anthropometric assessment of fat free body mass, Anthropometric assesement of nutritional status, pp. 173-183; ed.Wiley-Liss, Inc.
- MALINA R.M., MELESKI B.W., SHOUP R.F (1982). Anthropometric, body composition and maturity characteristics of selected school-age athletes. *Pediatric Clin. North Am.* Dec, 29 ; pp. 1305-1323
- MARTIN R. (1928). *Lehrbuch der anthropologie*, Jena Verlag Von Gustav Fisher, Stuttgart.
- MARTIN A.D., DRINKWATER D.T, CLARYS J.P. (1984). Human body surface area: Validation of formulae based on cadaver study. *Human Biol*, 56; 475-488
- MARTIROSSOV E.G., KOCHETKOVA N., KORZOVA O. (1982). Particularités du somatotype des athlètes spécialisés dans les courses de différentes distances. Particularités morpho - fonctionnelles sportifs de haute qualification. VNIIFK, Moscou pp. 3-43.
- MARTIROSSOV E.G. (1982). Les méthodes de recherches en anthropologie sportive. *Fiscultura i sport*, Moscou.

- MATEIGKA J. (1921). The testing of physical efficiency. *Am J Physical Anthropol*, ~~n°4~~ : 223-230
- MINAEVA, LIASSOTVITCH (1978). Etude de la corrélation des particularités morpho-fonctionnelles et de la préparation des jeunes gymnastes. *Revue gymnastica, Fiscultura i sport*, Moscou.
- MIMOUNI N. (1996). Contribution des méthodes biométriques à l'analyse de la morphotypologie des sportifs. Thèse de Doctorat, Université Claude Bernard Lyon1
- MIMOUNI N, PONTIER J. (2007). Les indices de poids et de taille dans les études morphologiques. *Revue Scientifique Spécialisée Sci Sport*, 1 :
- OLIVIER G. (1971). Morphologie et types humains. Vigot, Paris
- PINEAU J.C., (1987). Interprétation biométrique de données objectives concernant les sportifs. L'avenir des performances envisagées dans un concept général d'évolution. Thèse de Doctorat d'Etat. Paris VII, Jussieu.
- QUETELET A. (1870). Anthropométrie ou mesures des différentes facultés de l'homme. Editions Bruxelles.
- RÖHRER F. (1908). Eine neue sormel zur bestimmung der korperfullne. *Deutschen Gesellsch Anthropol, Ethnol Urgeschichte*. 39: 5-9.
- ROSS W.D, DRINKWATER D.J, BAILEY D.A (1979). Kinanthropometry traditions and new perspectives. *Proceedings of the International Seminar on Kinanthropometry*, Leuven, Belgium, Kinanthropometry II. University Park Press, Baltimore.
- SHELDON W.H (1940). The varieties of human physique, Harper, New York.
- VALLOIS H. (1948). Technique anthropométrique. *Semaine Hospitalière*, 24 : 373-383.
- VANDERVAEL F. (1980). Biométrie Humaine, Masson, Paris

CONTRIBUTION A L'ELABORATION D'UNE NOUVELLE METHODE DE PREDICTION ET DE DETECTION DES JEUNES FOTBALLEURS

(Jeunes âgés de 12 a 17 ans)

ETUDE REALISEE AUPRES DES ENTRAINEURS

Mr: benchhida abdelkader

Institute d'éducation physique et sportive université de Mostaganem.

RESUME

« Il semble donc difficile de prédire longtemps à l'avance la performance sportive future d'un jeune pratiquant en se fondant uniquement sur ses résultats précoces. » (J.P.Famose, 1990). Par conséquent, cette étude, a pour but de savoir comment est menée la sélection des jeunes footballeurs et elle porte sur une population de sportifs, de 30 entraîneurs sur 120, avec deux critères d'inclusion (expérience de joueur, et entraîneur des jeunes catégories) et l'utilisation d'un questionnaire simple.

L'analyse des résultats, démontrent que Les entraîneurs, préfèrent l'observation des joueurs (75%), agissent seuls, et ciblent les jeunes talents (75%). Les qualités techniques et tactiques (75%) sont les principaux déterminants de la réussite et leur choix est influence par leur propre expérience (75%). Les joueurs de clubs sont les plus visés (75%) et enfin pour être un bon sélectionneur il faut avoir une solide formation, et 'un savoir faire lie a l'évaluation (75%).

Cette première étude semble accréditer la présence d'un modèle de détection et de sélection des jeunes footballeurs base sur l'empirisme et sans fondements scientifiques, ancrés sur des logiques archaïques et sur des acteurs influents issus des groupes dominants (anciens joueurs, entraîneurs non formes ...) « Devant ces difficultés de prédiction sur la performance précoce, s'impose la nécessité d'analyser les déterminants de l'efficacité (en sport) et la mesure de ces déterminants : c'est le propre de la démarche évaluative.

Mots clés : prédiction, détection, aptitudes, jeunes footballeurs, évaluation.

إسهام في بناء طريقة جديدة للتنبؤ و إكتشاف صغار لاعبي كرة القدم
(فئة شباب من 12 إلى 17 سنة) دراسة لدى المدربين

ملخص:

" يظهر صعبا في هذه الحالة تنبأ مستقبل النتيجة الرياضية للشباب الممارس و ذلك بالإرتكاز على النتائج المبكرة "، و لدى هدف هذه الدراسة هو معرفة كيفية إنتقاء صغار لاعبي كرة القدم و هذا بواسطة عملية إختبار مجتمع رياضي يتكون من 30 مدرب على مجموع 120 و ذلك بإتخاذ معيارين للتأهيل (التجربة كلاعب سابق و تدريب الفئات الصغرى) و إستعمال إستفتاء.

دراسة النتائج تبين أن المدربين يفضلون الملاحظة (75 %) و يعملون على أفراد و يختارون المواهب الصغار (75 %) المهارة التقنية و الخططية (75 %) هم المحددات الأساسية للنجاح و الإختيار يتأثر بتجربتهم الخاصة (75 %).

إن لاعبي الفرق هم الأكثر إختيار (85 %) و في الأخير يستلزم على الناخب أن يكون لديه تكوين جيد و معرفة التقييم (62 %).

هذه الدراسة الأولى تظهر تواجد نموذج للإختيار و الإنتقاء مركز على التجربة و بدون قواعد علمية ، مربوط بعقلية قديمة و فاعلين ذو مكانة منحدرين من طائفة مهيمنة (قدماء اللاعبين و مدربين غير متكونين). " إزاء هذه الصعوبة لإنتقاء النتيجة المبكرة ، يستلزم ضرورة دراسة المحددات الفاعلية و قياس هذه المحددات و هذه هي ميزة السيرة التقويمية".

المصطلحات: التنبؤ، الإكتشاف، الكفاءات، صغار لاعبي كرة القدم، التقييم

1. INTRODUCTION

« Le football est la première religion dans le monde du sport. » (J.Blatter, 2004) et à ce titre, nul n'est censé ignorer son importance tant sur le plan social, économique ou politique. En effet, « le football n'est plus un simple loisir, ou simple spectacle, il est devenu un "enjeu" économique et un "enjeu" politique. » (S. Haddouche, 2010.) « Lors du match France-Algérie du 06 octobre 2001, les champions s'appellent, Zidane, Djorkaeff, Viera... Zidane constituait alors, l'icône parfaite de cette représentation. » (STAPS 2 /2010, n° 88, p43-60)
« Ce sport a ensuite constitué un moyen de résistance. » (Dine, 2002 ; Fates, 2004) ainsi, « en 1958, Mekhloufi et neuf autres joueurs d'origine algérienne, membres de la sélection française, constituent l'équipe du FLN, qui devient le symbole du mouvement algérien de libération. » (Lafranchi, 1994); ils demeurent, pour toute une jeunesse, un modèle à suivre. Le football est aussi « un facteur de structuration qui agit autant sur l'espace réel qu'imaginaire... par les foules drainées, par les territoires créés ou renforcés autour des équipes. Le football apporte sa contribution à la permanence, à la pérennité des identités locales qui se revendiquent et s'extériorisent à travers les succès sportifs. » (L.Ravenel, 1997)

Selon B.Drissi,(2004) « mises a part quelques performances singulières (comme la coupe du monde 1982, ou les cas de Morcelli et Boulmerka) imputées plutôt a des situations exceptionnelles et non systématisées, le sport a toujours connu un "marasme endémique" qui selon Rouibi,(1993) est attribuable a l'incohérence du cadre législatif. » Et hormis les quelques résultats sur le plan régional, et international qui se sont soldées par des participations de l'équipe d'Algérie, en coupe d'Afrique des nations (1990, 1996, 2002 et 2009) et en coupe du monde (1982, 1986, et 2010) le football national n'a jamais atteint sa vitesse de croisière et percer, a l'instar des autres sélections africaines qui, elles, jouissent d'une aura et d'un prestige particulier. La domination des joueurs africains sur le marché Européen est significative a ce titre. Il serait fastidieux d'évoquer, à ce moment précis, le sujet des jeunes catégories, tant les problèmes inhérents a cette tranche de la société sont importants.

2. PROBLEMATIQUE

D'après H. Oussedik « Comment prétendre a une évolution positive du football national lorsque l'on constate la déplorable situation des jeunes catégories et l'absence de centre de regroupement et de formation dans la majeure partie des clubs, et des sélections nationales ? »

(OUSSEDIK, H., 2006) Plusieurs études consacrées au football ont aboutit a des conclusions divergentes mais reflétant une réalité observable, et « il est légitime de se poser des questions quant aux causes de ces échecs, Ce serait la non utilisation, des apports de la science et de la technologie dans le domaine du football qui serait la principale cause. » (B.Drissi .2004)

En premier lieu, un lien s'est établi entre les phénomènes évoqués plus haut et les opérations de sélections des équipes nationales. Et nous nous sommes posés de nombreuses questions en ce sens et notamment :

Pour quelles raisons le niveau de la pratique en football est en relative régression ? Et à quoi sont dus les faibles résultats de nos équipes nationales ?

Est-ce que le travail, de formation et par là, de détection et de sélections des jeunes footballeurs est mené de manière efficace ? Plusieurs études consacrées a la détection et a la prédiction des jeunes talents en sport (Leveque, N.2005 Famose, J.P. ,1991 , Goussard, J.P. 2000, ...) ont abouti a des conclusions divergentes voir même contradictoires dans certains cas, et le problème pose demeure l'efficacité des méthodes et l'exactitude des prédictions.

3. LES OBJECTIFS

Et pour mieux aborder ces problèmes, nous avons défini le contexte et les sujets à étudier, en menant une enquête auprès des entraîneurs dans la région Ouest du pays, en optant pour un questionnaire simple portant sur la détection en vue de sélectionner les meilleurs joueurs, et nous nous sommes demandés comment s'opère cette tâche au niveau des jeunes catégories.

Cette investigation se voulait être un premier pas ou étude préliminaire, où il nous importait surtout de connaître le mode de fonctionnement de ces opérations menées par les entraîneurs. Et notre objectif était de déterminer les causes des échecs constatés afin de concevoir plus tard de nouveaux outils de travail qui permettraient de mieux évaluer les chances de réussite sportive d'un jeune pratiquant.

4. LES HYPOTHESES

En entraînement sportif, la question de savoir comment sont menés des choix pose souvent problème, en raison de la subjectivité des méthodes. En effet chaque entraîneur, a un point de vue différent et exerce ses activités seul et d'après son expérience et son savoir faire. Après avoir, soulevés un certain nombre de questions il importe à nos yeux d'énoncer les hypothèses suivantes :

Si le niveau de jeu et les résultats de nos élites sont en de ça de la valeur réelle du football algérien, cela a une relation avec les choix opérés au sein des différentes sélections.

Et ni la détection, ni la sélection des joueurs et a plus forte raisons celles relatives aux jeunes catégories ne sont, à notre avis, complètes et efficaces. Elles sont réalisées de manière intuitive reposant sur l'expérience et le "coup d'œil" de l'entraîneur.

Ainsi, on peut affirmer que les méthodes utilisées par les entraîneurs ont un lien direct avec les résultats évoqués plus haut et la responsabilité des experts est pleinement engagée. Néanmoins, « l'expérience pratique et les recherches scientifiques ont montré que même les conditions idéales de préparation assurée par les entraîneurs les plus qualifiés ne permettent pas d'atteindre le plus haut niveau à chaque pratiquant s'il n'a pas les prédispositions nécessaires et les potentialités requises, au départ. » (A.Sfar, et M. Hosni, 1995!).

5. LA REVUE DE LITTERATURE

Dans son ouvrage sur la détection des jeunes talents GARNERONNE, A., explique que « La tâche des sélectionneurs est de choisir parmi les enfants ceux qui ont un potentiel susceptible d'atteindre celui des meilleurs. La prédiction des jeunes talents est faite de manière intuitive essentiellement sur les performances des jeunes. L'inconvénient est que cette prédiction repose sur l'expérience des entraîneurs, elle est donc difficilement transmissible », et dans la mesure où il s'agira de déterminer l'unité d'analyse que nous projetons d'étudier, il peut y avoir, selon le cas, plusieurs sortes d'individus dont il faudra parfois qualifier ou préciser les caractéristiques ; dès lors, se pose la question de savoir d'une part, qui sont ces jeunes footballeurs ? De bons joueurs, ou de simples prétendants doués, présentant des prédispositions ; sujets précoces, ou bien de jeunes enfants normaux et ordinaires qu'il faudra observer et détecter ? Mais « Le Problème pose par la détection est de pouvoir identifier chez un jeune pratiquant, les possibilités de réussite dans une activité sportive dès le tout début de son expérience. » (J.P.Famose, 1988.) Ainsi, « l'approche théorique fondée sur le développement du « talent » génétiquement transmis a suscité de nombreuses critiques (Ericsson *et al.* 1993 ; Howe, Davidson et Sloboda, 1998) et s'est vue progressivement remplacer par une approche basée sur un développement de « l'expertise », soulignant l'importance de l'environnement (Côté, Macdonald, Baker et Abernethy, 2006 ; Côté et Fraser-Thomas, 2007 ; Salmela, 1997 ; Salmela et Durand-Bush, 1994).

En effet, Ericsson *et al.* (1993), en référence à la règle des dix ans de Chase et Simon (1973), montrent qu'un sportif atteint la performance experte après dix ans minimum de pratique délibérée, c'est-à-dire après dix ans d'une « activité hautement structurée dont le but est d'améliorer la performance. » « On dit par exemple, qu'il faut plus de dix ans pour former un champion en tennis. » (J.P.Famose, 1988.)

Mais (d'après Macquet, A.C. et Fleurance, P.), il est cependant « difficile de définir l'expertise » « car l'enfant ne peut pas être considéré comme expert, en référence à la règle des dix ans » (Chase & Simon, 1973) certains spécialistes, ont tendance à privilégier le concept de talent pour évaluer les possibilités et les chances de réussite sportive chez l'enfant. Ainsi, des études récentes dans les domaines de la psychologie et de l'éducation on démontre que les enfants ont en général, des besoins et des orientations identiques, cependant, certaines observations « font état de caractéristiques communes aux enfants à haut potentiel, bien qu'on ne les retrouve pas forcément toutes à la fois chez le même individu » (D.Jachet, 2003 J.C.Terrassier, 2006.)

La formation en général, permet à chaque jeune joueur de s'épanouir quelque soit ses capacités et ses prédispositions, sauf que les jeunes footballeurs n'ont pas les mêmes prédispositions, et que par conséquent, les résultats et la réussite ne peuvent pas être identiques pour tous ses jeunes prétendants. Et, « un athlète peut posséder un certain talent pour son âge mais ne plus faire preuve d'aptitude spéciale quelques années plus tard. » (A.Garnerone, d'après, Durand, 1987 et Hahn, 1991.) Cela dit, ayons à l'esprit que la titularisation (voir la sélection) concerne tous les joueurs de football (quel que soit leur niveau), et constitue un objectif majeur voire « vital » (Leveque, 2005). « La détection des jeunes talents, permet d'évaluer a long terme les chances de réussite d'un jeune pratiquant, elle diffère de la sélection qui est quant à elle, une prédiction à court terme ».

(J.P.Goussard et Z.Labsy. Janvier, 2000)

La sélection sur la base du « regard de l'entraîneur » est sujette à critiques. On peut en effet lui reprocher d'être subjective et basée sur l'instinct, d'être une évaluation erronée ou, dans le pire des cas, de faire la part belle aux traitements de faveur. (Zahner, L. et Babst H., 2003)

D'autant plus qu'il est par ailleurs admis que certains joueurs soient directement sélectionnés sur recommandation d'un entraîneur, d'un dirigeant ou d'après les éloges d'un journaliste. Toutefois, « Si pour certaines disciplines individuelles, comme l'athlétisme ou la natation, il est plus pratique d'évaluer les différentes qualités techniques et les capacités physiques, grâce aux tests spécifiques, facilement mesurables, il s'avère par contre, très difficile pour un entraîneur en sport collectifs de les mesurer avec beaucoup d'objectivité ... les sports collectifs posent plus de problèmes que les sports individuels, et ne proposent de ce fait pas de solutions rapides et ne permettent pas une élimination directe. » (J.P.Goussard et Z.Labsy, janvier 2000).

En ce qui concerne les jeunes joueurs le travail effectué par les entraîneurs, demeure aléatoire et ne revêt pas de caractère scientifique, car se basant sur des considérations à la fois personnelles et subjectives. Les personnes chargées d'exécuter ces tâches, représentent notre seconde unité d'observation et qu'il va falloir déterminer avec précision : ce sont les experts (techniciens, entraîneurs, spécialistes du football) à qui on reproche, à tort ou à raison, les choix effectués, la manière de faire et souvent leur qualification et leur compétences

Dans son approche expérimentale, BORIS VALLEE, observe que, « les conduites sociales d'évaluation, procédures « obligées » dans toute forme d'organisation (Beauvois, 1976 ; Pansu Beauvois, 2004), contribuent à l'élaboration d'un jugement sur la valeur d'un individu dans un contexte donné. » s'agissant de l'évaluation des jeunes talents en sport, Rosnet (2005) remarque « que les sportifs invités à répondre à des questionnaires dans le cadre de sélections sportives auraient tendance à se montrer sous un jour favorable. »

et dans sa démarche il précise que « dans notre esprit, la sélection par titularisation doit être différenciée d'une sélection par intégration et de la détection (voir Wolff & Grosgeorge, 1998). La première est une situation de composition d'équipe, la deuxième une constitution de groupe (à l'entrée d'une section sportive par exemple), la troisième une procédure visant à repérer les joueurs présentant des aptitudes à la pratique du football de haut niveau. Donc, la prédiction de la performance à partir des résultats précoces, à ce niveau, s'avère très difficile. Elle n'est possible « avec un risque convenable d'erreurs que si le pronostic se base sur une performance réalisée dans un âge proche de sa maturité d'athlète. » En sport, « l'évaluation est la mesure de l'état dans lequel se trouve un sujet à un moment de sa vie », mesure qui rapportée à des grands standards nationaux ou internationaux permet de déceler les déficiences ou les points forts de chacun. »(G.Cazorla, 1980.) Ainsi, l'opération visant à évaluer et à juger un jeune dans une situation bien déterminée ne peut être réalisée par un novice, elle implique une connaissance parfaite du sujet et du contexte dans lequel elle se déroule ; elle « renvoie à des compétences particulières, préalablement mises à jour. » Ainsi, « L'expert est celui qui réalise des actions acceptables pour lui et adaptées à l'environnement. » D'autre part « Les études sur l'évaluation des bases de connaissances des experts (e.g. Williams & David (1995) ont montré l'importance des connaissances et des raisonnements tacites dans la résolution de problèmes, des performances très élevées dans un domaine donné. », on peut dire également, que « L'expert "recruteur", c'est à dire quelqu'un dépositaire d'une expérience et d'un savoir faire dans l'activité, doit faire face à d'autres logiques internes de l'activité autre que les aptitudes et capacités du jeune praticien comme la lecture du jeu, l'esprit d'équipe, l'habileté technique et tactique, etc. »(J.P.Goussard,2000.)

Enfin, « le choix de l'entraîneur peut être guidé par des motifs *a priori* objectifs et rationnels. Afin de constituer leur équipe, les entraîneurs peuvent s'appuyer sur des éléments directement liés aux compétences et aptitudes du joueur. Des exigences « *de terrain* » sont ainsi évaluées et améliorées à l'aide de « *tests standardisés* » et scientifiquement élaborés. » (par exemple, le Vam- eval, Cazorla Léger, 1993). Parallèlement, les joueurs de football doivent posséder ou se doter d'une « aisance Technique » qui peut, elle aussi, faire l'objet d'une évaluation (jonglage, parcours à réaliser en un minimum de temps, techniques défensives et/ou offensives). Ces épreuves sont très largement employées dans le milieu du football (lors des sélections de la Fédération Française de Football, dans les clubs, ou encore « à l'entrée » des structures type section-sportive ou centre de formation)).(V allée ,B.2008)

Dans ces travaux sur le football algérien , DRISSI ,B. confirme ce qui précède en affirmant que « La performance en football étant la résultante des facteurs physique, technique, tactique et psychosociologique, la satisfaction aux normes actuelles du football moderne de chacun de ces facteurs est une exigence, avec, toutefois le respect des spécificités inhérentes à chacun des pays, des régions, des continents » il poursuit en indiquant dans son hypothèse que « le football algérien n'est en conformité avec les pré requis de la pratique du football moderne, ni au niveau de l'élite (adultes), ni au niveau des jeunes. »

D'autres études, consacrent une importance significative aux problèmes relationnels et notamment à la relation entraîneur –entraîne, « Être non sélectionné s'apparente à « une véritable mise à mort des joueurs non élus (Lévêque, 2005, p. 159). Au-delà de cette mort symbolique, il suffit également de constater les conséquences négative que supporte la relation entraîneur-joueur lorsque ce dernier ne fait pas régulièrement partie de la composition d'équipe (Crevoisier, 1995 ; Munroe, Albinson & Hall, 1999 .)

6. MOYENS ET METHODES

6-1 Echantillon

Notre choix découle d'un certains nombre de paramètres parmi lesquels, notre vécu d'ancien athlète et surtout notre parcours d'entraîneur de football, ainsi, notre étude a porté sur une population de sportifs (30 entraîneurs de football sur les 120 cibles) dont la majorité a une expérience à la fois de joueur et d'entraîneur, et Cette recherche a été menée auprès d'un échantillon (25%) de la population initiale en tenant compte de critères d'inclusion liés à notre thème de recherche, le premier critère étant l'expérience de joueur et d'entraîneur, le second critère relatif à l'encadrement, des jeunes catégories : des minimes aux juniors.

Nombre d'entraîneurs	Diplômes et titres en entraînement sportif					
	Doctorat Magistère	conseiller licence Technicien	Entraîneurs			
			3° degré	2° degré	1° degré	Non diplômé
24	02	02	01	03	08	08

Tableau n°1

Tableau de répartition des entraîneurs en fonction des diplômes.

Le tableau n°1 nous informe sur le niveau de formation des entraîneurs sollicités :

- un premier groupe (15%) ont suivi des études supérieures dans le domaine de l'entraînement sportif.
- un second groupe (45%) ont une formation d'entraîneur.
- enfin (30%) ne sont pas formés.

	ANNEES D'ANCIENNETE EN TANT QUE JOUEUR ET ENTRAINEUR				
	De 0 à 5ans	De 05 à 10ans	De 10 à 15ans	De 15 à 20ans	20ans et plus
Nb d'entraîneurs 24					
En tant que joueur	02	04	04	06	08
En tant qu'entraîneur	01	03	02	06	12

Tableau n°2

Répartition des entraîneurs en fonction de leur ancienneté

Le tableau n°2 nous informe sur l'expérience de l'échantillon :

- (75%) des entraîneurs ont une grande expérience en tant qu'entraîneur (+de 15ans)
- plus de la moitié (55%) ont pratiqué le football plus de 15 années.

6-2 Outils de recueil de données

Nous avons utilisé un questionnaire écrit comprenant 16 questions avec des réponses précises que l'entraîneur choisira. Le déroulement de l'opération s'est effectuée durant une période de 15 jours, sous forme de discussion en tête à tête, sur les lieux de travail et après les explications d'usage, chaque entraîneur, a répondu aux questions et sur les 30 seuls 24 questionnaires ont été récupérés et exploités.

Notre matériel d'investigation est constitué par le questionnaire ainsi que par des notes prises lors des contacts avec les personnes ciblées ; En complément, nous avons aussi exploité les documents trouvés sur Internet.

Les questions ont portées sur les moyens et méthodes utilisés pour effectuer le choix des joueurs ; Le mode d'action, les objectifs, la durée de l'opération ; les références, et la qualité du travail accompli et enfin le profil du sélectionneur et le degré de réussite ont été les principaux éléments de ce questionnaire. La garantie de confidentialité

(Nom, fonction et lieu d'exercice) a favorisé l'expression de propos libres, pour preuve les documents remis à l'enquêteur. Les questionnaires ont été réceptionnés pour être saisis et traités.

7. RESULTATS

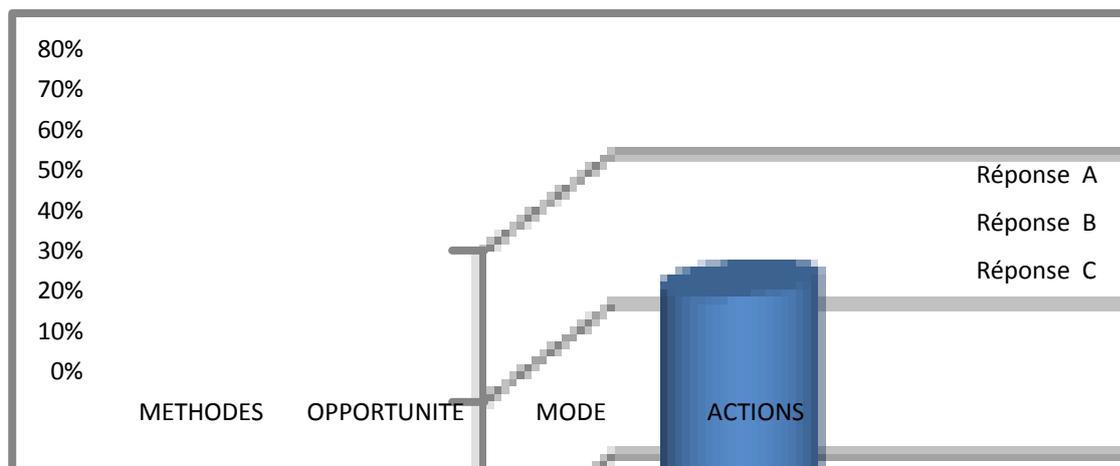


Figure n° 1.

Représentation graphique des réponses aux questions n°1 à 6

Réponse 1 : METHODES

Les réponses obtenues indiquent que le choix des experts repose sur l'observation (75%) Mais aussi sur l'avis des entraîneurs (50%) et des coéquipiers et des journaux (25%)

Réponse 2 : OPPORTUNITE

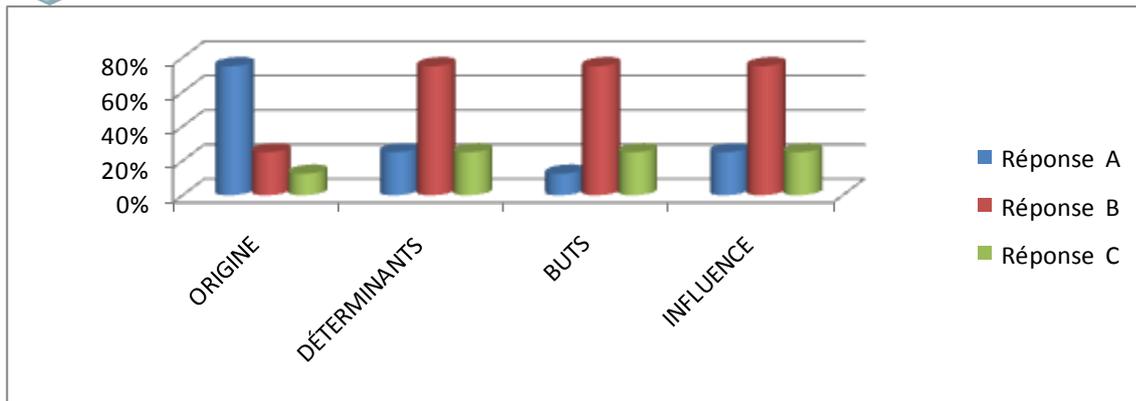
Pour sélectionner, les jeunes joueurs, les entraîneurs préfèrent les matches amicaux (75%) le suivi durant la saison (25%), d'autres au cours de rencontres officielles (12,5%)

Réponse 3 : MODE

La plupart des entraîneurs agissent seuls (62%) d'autres travaillent en groupe (37%).

Réponse 4 : ACTIONS

Les entraîneurs estiment que, Les actions menées (détection, sélection) sont très en deca des normes internationales (50%), Que c'est mieux que rien (25%), alors que d'autres pensent que c'est un travail appréciable (12,5%)

**Figure n°2.**

Représentation graphique des réponses aux questions n°7 à 11.

Réponse 7 : ORIGINE

Les joueurs observés proviennent le plus souvent des clubs (75%) du système scolaire (25%) et des groupes non structurés, quartiers par exemple (12,5%)

Réponse 8 : DETERMINANTS

Pour les sélectionneurs, les qualités techniques et tactiques sont essentielles (75%) viennent ensuite les qualités physiques (25%) et enfin les qualités humaines (12,5%)

Réponse 9 : BUTS

Les objectifs poursuivis demeurent l'orientation vers les clubs (75%) envers les sélections nationales (25%) et enfin pour évaluer le travail débrasse réalisé (12,5%)

Réponse 10 : INFLUENCE

le choix des entraîneurs repose sur leur intuition (75%) mais aussi sur leur expérience de joueur et d'entraîneur (25%) et sur leur capacités (25%)

En résumé les résultats, démontrent que Les entraîneurs, préfèrent l'observation directe des joueurs (100%), sur le plan technique et tactique (87,5%), ils se basent sur l'observation directe (100%). Ils agissent seuls, et leur objectif est la découverte de jeunes talents (75%). c'est la qualité technique et tactique (100%) qui détermine la réussite d'un jeune joueur ; et leur choix est influence par leur intuition (75%) et leur propre expérience. le suivi a long terme et la discrétion sont les meilleur moyens pour mieux choisir (75%). Les joueurs les plus observés sont issus des clubs et le choix définitif s'opère après une seule observation (75%); le travail accompli est en de ça des potentialités existantes et la formation et le suivi sont les principaux déterminants de la réussite (75%) enfin pour être un bon sélectionneur il faut avoir une solide formation, une grande expérience le sens de l'observation et 'un savoir faire lie a l'évaluation (87,5%).

8. DISCUSSION

Cette première étude semble accréditer la présence d'un modèle de détection et de sélection des jeunes footballeurs basé sur l'empirisme et sans fondements scientifiques, ancrés sur des logiques archaïques et sur des acteurs influents issus des groupes dominants (anciens joueurs, entraîneurs non formés ...)

Ainsi se confirment ce qui a été perçu dès le départ, comme inapproprié, et nos lectures préliminaires, nous ont rassurés quant à l'existence d'importantes controverses sur la question du rôle des experts (éducateurs, entraîneurs, managers, et sélectionneurs) dans la pertinence des prédictions. On parle de possibilités et cette absence de certitude, fait que « Ce travail s'apparente beaucoup plus à un pari, qu'à une prédiction scientifique », et « bien que l'intuition de l'entraîneur soit un élément important et souvent crucial dans l'évaluation des talents, les méthodes citées ci-dessus, (et que nous avons évoquées) sont souvent imprécises, elles peuvent juste confirmer l'impression de l'entraîneur. Ainsi, « un athlète peut posséder un certain talent pour son âge mais ne plus faire preuve d'aptitude spéciale quelques années plus tard. » (A. Garnerone, d'après, Durand, 1987 et Hahn, 1991.) L'examen détaillé de l'ensemble des données recueillies (formation, diplômes, expérience) aide à comprendre le raisonnement et les difficultés des entraîneurs, et « Devant ces difficultés de prédiction sur la performance précoce, s'impose la nécessité d'analyser les déterminants de l'efficacité (en sport) et la mesure de ces déterminants : c'est le propre de la démarche évaluative. » (A. Portes, 1989.) D'autre part, l'analyse des résultats de l'enquête menée, permet quant à elle de clarifier davantage la situation inhérente à la pratique en matière de formation, de détection et de sélection des jeunes footballeurs. Ainsi, l'absence de méthode, et le mode opératoire suivi, font que le travail individuel des entraîneurs est basé uniquement sur l'observation, sans suivi ni continuité, d'une part, et que l'action menée dont le but principal est le recrutement et l'orientation vers les clubs, touche une infime partie des véritables potentialités. Le choix effectué reposant sur l'aisance technique du joueur et sur l'intuition de l'expert, confirment les propres dires des entraîneurs qui affirment que le travail effectué n'est pas efficace et cela confirme les hypothèses énoncées plus haut. Nous pouvons affirmer qu'en matière de sélection et de prédiction, il demeure encore très difficile de nos jours d'atteindre des résultats significatifs sans méthodes ni outils scientifiques appropriés, que sont les tests

En conclusion, La prédiction en sport concerne des sujets jeunes, qui sont en pleine croissance, donc nous devons attacher une grande importance à la relation ou à l'interaction qui peut exister entre la performance motrice que nous devons évaluer et la croissance de ces jeunes individus. Dans notre étude s'établit un lien entre la qualité du choix des sélectionneurs, et les résultats observés sur le terrain et plus particulièrement, les déperditions des jeunes espoirs et cela devrait contribuer, sans aucun doute, à apporter un éclairage nouveau sur certaines de ces controverses. Enfin et bien que le travail réalisé à ce jour soit utile, il faut déterminer un certain nombre de recommandations qui facilitera, le travail des experts et notamment :

- une méthode de détection et de sélection
- pour évaluer, il faut établir une échelle de valeurs
- favoriser le travail d'équipe
- définir des critères de sélection
- il faut recueillir et analyser les données avant l'évaluation finale
- il est recommandé de favoriser le recours systématique aux tests dans toute forme de Sélection.

LES REFERENCES

1. AL., B. V. (3/2008). "Norme d'internalité et titularisation en football:une approche expérimentale". *STAPS* (81), pp. 55-72.
2. Beauvois, J. (1976). *Problématique des conduites sociales d'évaluation*. CONNEXIONS.
3. CAZORLA, G. L. (1993). *Comment évaluer et développer vos capacités aérobies?Epreuves de course navette et épreuve Vam-éval*. AREAPS.
4. CREVOISIER, J. (1995). *LA RELATION PEDAGOGIQUE ENTRAINEUR-ENTRAINE:analyse de sa composante affective* . LES CAHIERS BINET-SIMON,.
5. DINE, P. (2002). *FRANCE -ALGERIA AND SPORT :FROM COLONISATION TO GLOBALISATION,MODERN AND CONTEMPORARY FRANCE 10(4),495-505*.
6. DRISSI, B. (2004). *CARACTERISTIQUES MORPHO-FONCTIONNELLES ET TECHNICO-TACTIQUES DE LA PERFORMANCE* . *THESE DE DOCTORAT* . ALGER.
7. FAMOSE, J. (1991). *Comment détecter in:memento de l'educateur sportif,1er degré*. PARIS: INSEP Publications.
8. FAMOSE, J.-P. (1988). *DENOMINATION ET DEFINITION OPERATIONNELLE DES APTITUDES*.
9. FATES, Y. (2004). *FOOTBALL IN ALGERIA:BETWEEN VIOLENCE AND POLITIC* ,ING.ARMSTRONG AND R. GIULIANOTTI (eds),*FB .IN AFRICA,GREAT BRITAIN ,PALGRAVE MAC MILLAN* , 41-58 .
10. FATES, Y. (1994). *SPORT ET TIERS -MONDE* . PARIS, FRANCE: P.U.F.
11. GARNERONE, A. E. *LA DETECTION DES TALENTS CHEZ LES JEUNES SPORTIFS* .
12. GOUSSARD, J.-P. (2000). *PREDICTION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE* .
13. HADDOUCHE, S. (2010, JUILLET 05). "Pour jouer dans la cour des grands, il faut...". *QUOTIDIEN D'ORAN* .
14. kerzabi, M. (1996). *Les championnes dans le sport algérien*. *DOCTORAT* . PARIS: UNIVERSITE PARIS V SORBONNE.
15. LAFRANCHI, P. E. (2001). *Moving withthe ball,oxford,Berg,.* *DOSSIER"algerie" des archives de la FIFA* , 174.
16. LAFRANCHI, P. (1994). *MEKHLOUFI,un footballeur francais dans la guerre d'algerie* . *Actes de la recherche en sciences sociales* ,103 .70 674.
17. LEVEQUE, M. (2005). *PSYCHOLOGIE DU METIER D'ENTRAINEUR OU L'ART D'ENTRAINER DES SPORTIFS*. PARIS: VUIBERT.
18. LIZIG, R. (2006). "finissons-on avec le bricolage " HAMID OUSSEDIK. *L'EXPRESSION* .
19. LIZIG, R. (2006). *Finissons -en avec le bricolage*. *L'expression* .
20. Macquet, A.-C. F. (s.d.). *DES MODELES THEORIQUES POUR ETUDIER L'ACTIVITE DE L'EXPERT EN SPORT*.
21. MUNROE, K. A. (1999). *THE EFFECTS OF NON-SELECTION ON FIRST YEAR FEMALE VARSITY ATHLETES*. AVANTE.
22. PANSU, P. B. (2004). *Juger de la valeur sociale des personnes :les pratiques sociales d'évaluation,inP.PANSU,&C.;Louche (Eds),La psychologie appliquée à l'analyse de problèmes sociaux*. PARIS: PUF.
23. POCIELLO, C. (1984). *SPORT ET SOCIETE.Approche socio-culturelle* . PARIS, FRANCE: VIGOT.
24. PORTES, A. (1989). *CONTRIBUTION ALA DETECTION DES TALENTS EN NATATION app.de la natation par les aptitudes motrices et psychomotrices (FLEISHMAN)* .
25. RAVENEL, L. (1997). *LE FOOTBALL DE HAUT NIVEAUEN FRANCE :ESPOIR*. *THESE DE DOCTORAT* .
26. ROSNET, E. (2005). *Interets,difficultés et enjeux de l'évaluation psychologique des sportifs :l'intervention clinique auprès des sportifs . . BULLETIN DE PSYCHOLOGIE,475 , pp. 58-1,113-117*.
27. ROUBI, H. (1993). *De la loi de 1901 à celle de1989 relative aux associations sportives* . *Revue EPS* (n° 2).
28. SALMELA, H. D.-B. (1994). *La détection des talents ou le développement de l'expertise en sport*. ENFANCE.
29. SFAR, A. (1995). *STRATEGIE D'IDENTIFICATION DU TALENT SPORTIF ET RYTHME D'EVOLUTION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE*. TUNIS.
30. WOLFF, M. G. (1998). *DETECTION/SELECTION ET EXPERTISE EN SPORT COLECTIFS*. LES CAHIERS DE L'INSEP.
31. ZAHNER, L. e. (2003). *Les 12 éléments de la réussite .concept de base de Swiss OlympicAssociation pour l'encouragement de la relève* . *Swiss Olympic* .

QUESTIONNAIRE DE RECHERCHE SUR LA METHODE UTILISEE PAR LES EXPERTS
(ENTRAINEURS, SELECTIONNEURS ...) DANS LA DETECTION LA PREDICTION ET LA SELECTION DES
JEUNES FOOTBALLEURS

MOYENS ET METHODES

* (comment ? quand ? avec qui ?)

1. Comment faites –vous pour choisir un jeune joueur en vue de sa sélection (**méthodes**) :
 - a- suite a une observation sur le terrain ?
 - b- ou d’après ce que disent de lui son ou ses entraîneurs ?
 - c- ses coéquipiers, les journaux ?
2. Quand procédez vous au choix (**moment**) :
 - a – au cours des matches amicaux ?
 - b -lors d’une rencontre officielle ?
 - c - en opérant un suivi pendant une saison ?
3. Est ce que votre action est structurée sur le plan humain (**mode**) :
 - a - Agissez vous seul ?
 - b - Travaillez vous en groupe ?
 - c- autre ?
4. pensez-vous que le travail réalise en matière de détection, de prédiction et de sélection est (**actions**) :
 - a - un travail appréciable ?
 - b- c’est mieux que ne rien faire ?
 - c-cela n’a aucune valeur, tout reste à faire. ?

OBJECTIFS ET PROFIL DU SELECTIONNEUR

(qui ? quoi ?, et pourquoi ?)

5. Qui sont ces jeunes joueurs que vous observez (**origine**) :
 - a - Des joueurs de clubs ?
 - b- Des scolaires ?
 - c - Des jeunes de quartiers ?
6. Quels sont les éléments que vous observez et qui permettent de prédire la réussite d’un jeune joueur (**determinants**) est-ce, ses :
 - a -qualités physiques ? (taille, musculature,)
 - b – qualités technico-tactiques ? (touche de balle, adresse, placement, vision)
 - d - qualités humaines ? (solidarité, son calme, meneur,)
7. Pour quelles raisons procède- t –on à ces opérations de détection de prédiction et de sélection ce pour (**buts**) :
 - a - évaluer le travail de base, et les potentialités du football national ?
 - b- mieux orienter les jeunes et les préparer a une carrière professionnelle ?
 - c - alimenter les différentes sélections, locales, régionales et nationale ?
8. D’après vous qu’est-ce qui devrait influencer notre choix en matière de détection et de sélection (**influence**)
 - a -notre expérience de joueur ? d’entraîneur ?
 - b - notre intuition ?
 - c - nos connaissances, notre formation ?

Dynamique de la charge d'entraînement au cours d'un macrocycle (semi – annuel) chez des judokas féminins juniors/ seniors.

Dynamic of training a macro cycle (semester) in female judoistes juniors.

MAHDAD. AZZOUZ Dalila

Lycée Sportif National de DRARIA, BP 71.

ENS/STS de Delly – Ibrahim El – Biar, Alger

Résumé

Cette étude consiste à distinguer l'effet d'un programme d'entraînement intensif moins volumineux par rapport à un autre programme moins intensif et plus volumineux, chez des judokas féminins juniors et seniors afin d'observer les particularités d'évolution de leurs performances en fonction de ces deux types de charge.

L'investigation a porté sur quarante (40) sujets dont, vingt (20) de niveau international (F1) suivent un programme d'entraînement intensif et moins volumineux et vingt (20) de niveau national (F2) suivent un entraînement moins intensif et plus volumineux. Pour l'évaluation de l'effet des deux programmes, nous avons opté pour une batterie de tests physiques généraux et spécifiques durant les différentes périodes du macrocycle. (S1, S2, S3).

Les résultats de notre étude montrent des différences statistiquement significatives entre (S1 – S2), (S2 – S3) et (S1 – S3) concernant les tests physiques généraux et spécifiques chez le groupe de niveau international (F1), ces différences restent moins significatives chez le groupe de niveau national (F2).

La comparaison entre les deux groupes dévoile des performances meilleures chez le groupe de niveau international (F1) lors de la seconde (S2) et la troisième (S3) évaluations dans l'ensemble des tests physiques. Quant au pourcentage de progression il est nettement supérieur chez le groupe de niveau international (F1) comparé au groupe de niveau national (F2).

Les performances réalisées lors des tests physiques généraux et spécifiques durant la seconde et la troisième évaluations semblent être influencées par l'intensité des exercices, résultats traduit par l'effet très prononcé d'une charge d'entraînement intensive et moins volumineuse sur l'amélioration des performances chez des judokas féminins à une charge d'entraînement volumineuse et moins intensive (Antzembeger, 1991).

Mots : judo, entraînement, charge, intensité, volume, macrocycle, judoka féminins.

Summary

The aim of this study is to compare the effect of an intense and less voluminous training program and an another one which is less intense and more voluminous, in junior female judokas and senior in order to observe the particularities of their performance evolution regarding this patterns of charge.

The investigation concern forty (40) judokas, among them 20 females belonging to international level (f1) and following an intense and less voluminous training program, and twenty (20) belonging to national level (f2) following a less intense and voluminous training program.

To evaluate the evolution and the comparison between this two groups international level (f1) and national level (f2), we have elaborated a battery of physical and specific tests in differents periods of macrocycle.

The results of our study have shown significative statistical difference between (S1-S2),(S2-S 3) and (S1-S3) concerning general and physical tests in the group of international level(F1).

This difference stay less significative in the groupe of national level(F2).

The comparison between the two groups has revealed better performance in the group of international level(F1) during the second (S2) and the third evaluation(S3) in the physical tests. But the percentage of progression is higher in the group of international level(F1) compared to the group of national level(F2).

The realized performances in general and specific tests during the second and third evaluations seem influenced by exercises intensity.

The improvement result observed is explained by the high effect of an intensive and least volume charge in female judokas comparing to less intensive and more voluminous training charge.

Key words : judo, training, charge, intensity, volume female, judokas.

Introduction

De nos jours, nous pouvons apprécier des victoires, des performances, des records et des exploits atteints par des athlètes grâce au nombre croissant des recherches réalisées dans les domaines des sciences du sport et de la théorie et méthodologie de l'entraînement. Cependant, les études ayant traités la dynamique de l'amélioration des capacités physiques et de l'évolution des performances chez les filles judoka demeurent rarissimes, ce qui justifie l'opportunité de notre présente recherche. Certes, il existe des différences notables entre les garçons et les filles du point de vue organique et fonctionnel. Néanmoins, les facteurs déterminant la performance chez les féminines en judo restent les mêmes que pour les judokas masculins, à savoir les qualités musculaires d'une part et les filières énergétique d'autre part. de plus, les méthodes de développement sont également les mêmes quel que soit le sexe. Il en est de même au niveau de la récupération. Mais des variations individuelles sont à prendre en compte (chez les garçons et chez les filles). Il semble que l'entraînement physique des féminines en judo ne diffère pas de celui des hommes au niveau des formes de travail, par contre ce qui marque la différence est le type de la charge (Antzembeger, 1991).

Notons que la fille est moins forte que le garçon à cause de sa masse maigre moindre et au taux faibles en testostérone, sa petite composition corporelle induit un VO_{2max} (volume d'oxygène maximal) moindre que celui des garçons (Weineck, 1998). Pour ce, nous pensons qu'elle ne doit pas subir le même entraînement que celui des garçons ; selon Antzembeger (1991), les filles devraient subir un entraînement intensif et moins volumineux que celui des garçons à un niveau équivalent. Par rapport aux garçons, une plus grande intensité et un volume moindre de la charge d'entraînement peuvent-ils être adaptés à des judokas féminins 15 et 17 ans? Peuvent-ils améliorer leurs performances ?

Dans ce contexte, l'objectif de notre travail consiste à distinguer l'effet d'un programme d'entraînement intense et moins par rapport à un autre programme moins intensif et plus volumineux, chez des judokas féminins juniors et seniors afin d'observer les particularités d'évolution de leurs performances en fonction de ces deux types de charge.

A cet égard, notre démarche consiste d'abord en le recueil d'un maximum de données bibliographiques relatives à notre thème et notamment celles qui ont trait à l'analyse de la discipline judo en déterminant ses exigences physiques, physiologiques, techniques et psychologiques, ainsi à l'étude des caractéristiques et particularités des féminines et entre autres d'un point de vue physique, morphologique, anatomique. Après cela, il nous sera facile de vérifier l'effet des deux types d'approche préparatoires (deux types de charge) sur la dynamique d'une évolution des performances d'évaluation des qualités physiques générales et spécifiques.

Méthodes

Sujets : notre étude a porté sur un échantillon de quarante (40) judokas, dont vingt (20) de niveau international (F1) et vingt (20) de niveau national (F2).

Les sujets du groupe (F1) s'entraînent de 6 à 7 fois par semaine, le volume moyen d'une séance est de 90 minutes. Les sujets du groupe (F2) s'entraînent de 6 à 7 fois par semaine, le volume moyen d'une séance est de 120 minutes.

Tous les sujets étaient volontaires et ont signé un consentement éclairé. Leurs caractéristiques physiques sont représentées sur le tableau 1.

Tableau 1 : caractéristiques physiques chez les deux groupes de judokas filles :

	Nombre des sujets	Age (ans)	Poids (kg)	Taille (cm)	Nombre d'année de pratique
N.I (F1)	20	20,30 ± 0,11	59,50 ± 0,39	1,62 ± 0,02	12,32 ± 0,8
N.N (F2)	20	21,40 ± 0,10	58,40 ± 0,42	1,64 ± 0,02	11,30 ± 0,05
			*	**	*

Valeurs moyennes ± SEM, N.I (F1) : niveau international filles, N.N (F2): niveau national filles. * différence statistiquement significative à $P < 0,05$, ** à $P < 0,01$, *** à $P < 0,001$ entre les groupes.

Protocole expérimental

Les premiers tests se sont déroulés au début de la période préparatoire à l'étape de préparation physique générale (P.P.G), la seconde évaluation s'est déroulée vers la fin de l'étape de préparation physique spéciale (P.P.S) et le début de la période compétitive. La dernière évaluation s'est déroulée vers la fin de la période compétitive. Pour effectuer ces tests dans de bonnes conditions et sans contraintes pour leurs fiabilités nous avons pris en charge les points suivants :

- Echauffement spécifique avant chaque test.
- Un contrôle médico-sportif.
- Réalisation des tests en dehors des séances d'entraînement afin de ne pas influencer sur l'objectif.

Les tests utilisés dans notre étude sont :

- Sprint de 60 mètres permet d'évaluer la vitesse maximale.
- Test de Cooper de 12 minutes permet d'évaluer l'endurance.
- Test du développé couché pour évaluer la force maximale des membres supérieurs.
- Test du ½ squats, pour l'évaluation de la force maximale des membres inférieurs.
- Test du développé couché pour évaluer l'endurance force.
- Test du ½ squats, pour l'évaluation de l'endurance force.
- Tests des pompes en 20 S pour évaluer la force vitesse des membres supérieurs.
- Tests de flexions de jambes en 20 S pour évaluer la force vitesse.
- Test de dégagement du kumi – kata a pour objectif l'évaluation de la force explosive spécifique en judo.
- Test de dégagement de l'immobilisation a pour objectif d'évaluer la force maximale spécifique.
- Test nage komi (projection) permet d'évaluer la vitesse spécifique.

- Test de 6 Randoris de 5 minutes permet d'évaluer l'endurance spécifique en judo.
- Test de 5 « shiai » de 2 minutes permet d'évaluer la qualité de puissance spécifique.

Calculs statistiques

Tous les résultats ont été exprimés en valeurs moyennes \pm SEM. Les données relatives aux caractéristiques anthropométriques, performances des tests généraux et tests spécifiques ont été comparées à l'aide du t test de student apparié et non apparié, respectivement. Nous avons aussi calculé la cadence de progression pour vérifier l'amélioration des performances réalisées par les deux groupes entre chacune des évaluations (S1 – S2), (S2 – S3) et (S1 – S3).

La limite de la signification statistique est fixée à $P < 0,05$.

Résultats

Une grande similarité est enregistrée lors de la première évaluation (S1) entre les groupes (F1) et (F2) concernant la force maximale des membres supérieurs, l'endurance force des membres supérieurs et inférieurs ainsi que la force vitesse des membres supérieurs. La seconde évaluation (S2), nous remarquons une différence statistiquement significative à $P < 0,01$ entre les deux groupes (F1) et (F2) relative aux membres supérieurs.

Par ailleurs, des différences à $P < 0,001$ sont observées respectivement sur les membres inférieurs et supérieurs dans la troisième évaluation.

Les valeurs moyennes des performances réalisées lors des tests spécifiques, le test du dégagement du Kumi-Kata, dégagement de l'immobilisation, le Nage-Komi, le Randori et le Shiaï ne font ressortir aucune différence entre les groupes (F1) et (F2) lors de la première évaluation (S1). Par contre, des différences statistiquement significatives à $P < 0,01$ sont observées lors de la seconde évaluation (S2) et à $P < 0,001$ dans la troisième évaluation (S3) ont été enregistrées entre les mêmes groupes.

Chez les deux groupes (F1) et (F2), nous distinguons une grande similarité entre les valeurs moyennes des comparaisons (S1-S2) et (S2-S3). Cependant, une différence statistiquement significative à $P < 0,001$ est observée entre la comparaison (S1-S3). D'autre part, une différence de $P < 0,01$ est notée lors des comparaisons (S1-S2) et (S1-S3) chez le groupe (F1).

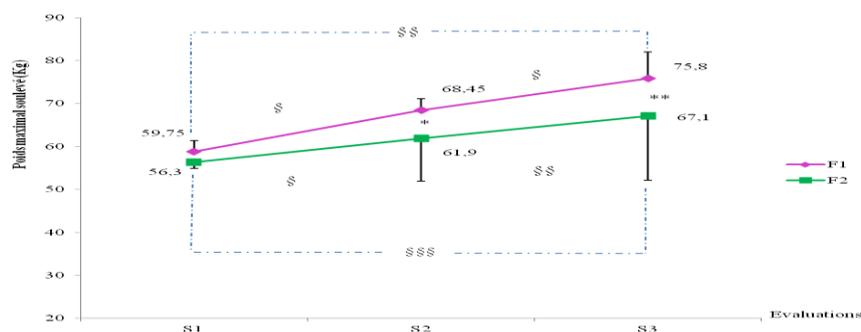


Figure n° 1 : Valeurs moyennes des performances du test des développés couchés pour évaluer la force maximale des membres supérieurs chez les filles (F1) et (F2)

Valeurs moyennes \pm SEM. (Kg) : kilogrammes. F1: Filles de niveau international. F2 : Filles de niveau national. §: Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0,05$ entre (S1-S2) et (S2-S3) chez le groupe (F1) et (S1-S2) chez le groupe (F2). §§ : Différence de valeurs

moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.01$ entre (S1-S3) chez le groupe (F1) et (S2-S3) chez le groupe (F2). §§§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre (S1-S3) chez le groupe (F2). * : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.05$ entre les deux groupes (F1) et (F2). **: Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.01$ entre les deux groupes (F1) et (F2).

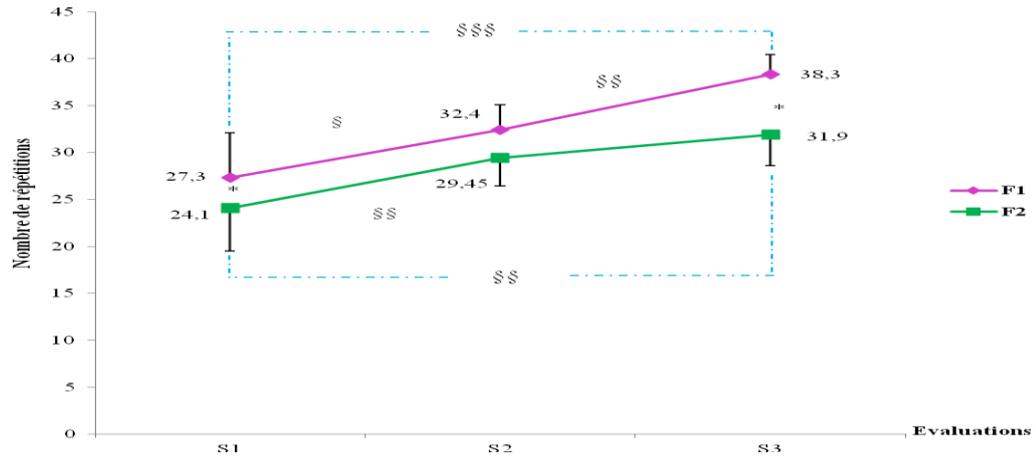


Figure n° 2: Valeurs moyennes des performances

du test de développés couchés pour évaluer l'endurance de force des membres supérieurs chez les deux groupes de Filles (F1) et (F2).

Valeurs moyennes \pm SEM. F1: Filles de niveau international. F2 : Filles de niveau national. §: Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.05$ entre (S1-S2) chez le groupe (F1). §§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.01$ entre (S2-S3) chez le groupe (F1) et (S1-S2) et (S1-S3) chez le groupe (F2). §§§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre (S1-S3) chez le groupe (F1). * : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.05$ entre les deux groupes (F1) et (F2).

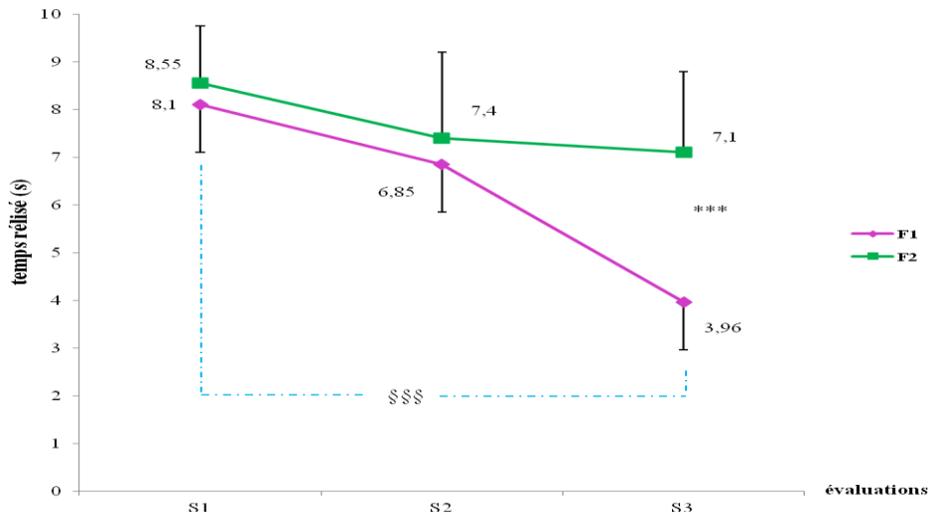


Figure n° 3 : Valeurs moyennes des performances du test de dégagement du Kumi-Kata, pour l'évaluation de la force explosive chez les deux groupes de Filles (F1) et (F2).

Valeurs moyennes \pm SEM. (S) : secondes. F1: Filles de niveau international. F2 : Filles de niveau national. §§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.01$ entre (S2S3) chez le groupe (F1). §§§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre (S1-S3) chez le groupe (F1). ***: Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre les deux groupes de filles (F1) et (F2).

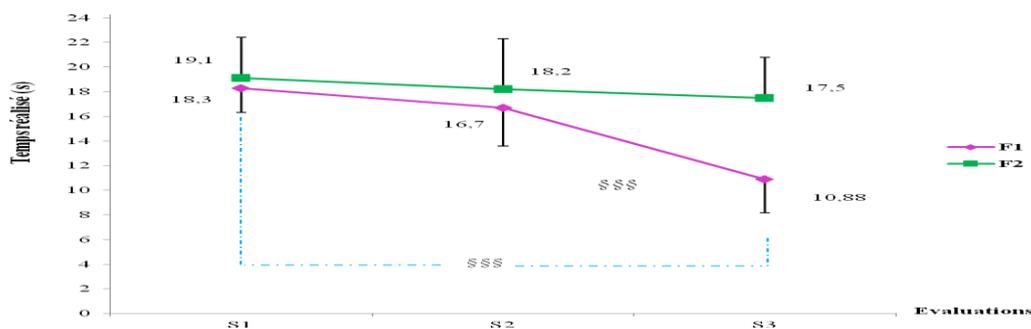


Figure n° 4 : Valeurs moyennes des performances du test de l'immobilisation "Yoko Shio Gatame", pour évaluer la force maximale spécifique en Judo chez les deux groupes de Filles (F1) et (F2).

Valeurs moyennes \pm SEM. (S) : secondes. F1: Filles de niveau international. F2 : Filles de niveau national. §§§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre (S1-S2) et (S1-S3) chez le groupe (F1). ***: Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre les deux groupes de filles (F1) et (F2).

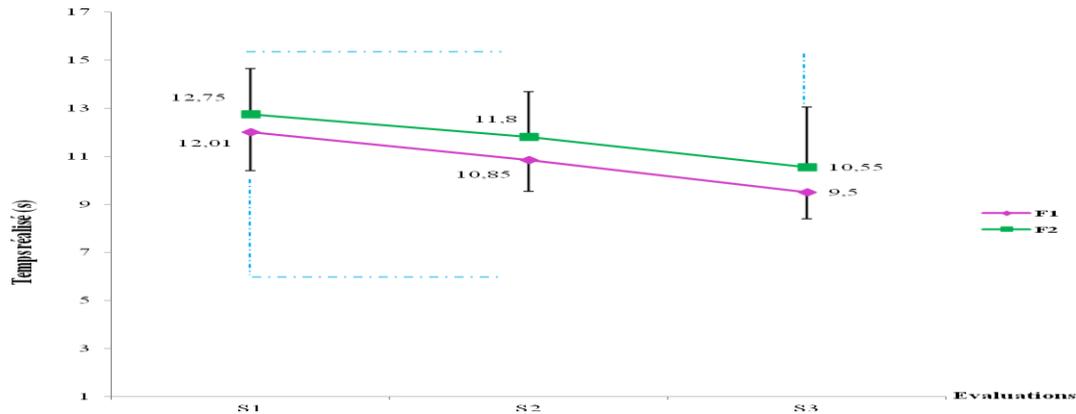


Figure n°5 : Valeurs moyennes des performances du test de Nage-Komi, pour évaluer la vitesse spécifique en Judo chez les deux groupes de Filles (F1) et (F2).

Valeurs moyennes \pm SEM. (S) : secondes. F1: Filles de niveau international. F2 : Filles de niveau national. § : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.05$ entre (S2-S3) chez les deux groupes de filles (F1) et (F2). §§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.01$ entre (S1-S2) chez le groupe (F1) et (S1-S3) chez le groupe (F2). §§§ : Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.001$ entre (S1-S3) chez le groupe (F1). **: Différence de valeurs moyennes statistiquement significatives à $p \leq 0.01$ entre les deux groupes de filles (F1) et (F2).

Discussion

Les valeurs moyennes de l'âge, du poids, de la taille et du nombre d'années de pratique dévoilent une grande similarité entre les deux groupes. Les résultats obtenus lors de la première évaluation des qualités physiques générales et spécifiques, témoignent d'une grande ressemblance des performances entre les deux groupes. Cela signifie que les deux groupes ont débuté la saison avec un niveau initial similaire ce qui nous a permis par la suite de mieux observer l'évolution du groupe (F1) par rapport à celle du groupe (F2) favorisant une bonne étude comparative.

Notre étude montre des valeurs moyennes significatives lors de la seconde évaluation (S2) comparée à la première (S1) dans le test de Cooper (test d'endurance); test de force maximal et le test d'endurance de force chez le groupe de niveau international (F1) ; ces différences s'expliquent par la grande amélioration qu'enregistrent les athlètes après un programme d'entraînement axés sur le développement des qualités général lors de la période préparatoire (Manno, 1989).

Le test de force maximale des membres supérieurs et le test d'endurance de force font apparaître une différence significativement plus élevée lors de la troisième (S3) évaluation comparée à la seconde (S2).

Concernant la comparaison entre la première (S1) et la troisième (S3) évaluation, nous remarquons des valeurs moyennes supérieures dans l'ensemble des test physiques. Les résultats de la première (S1) évaluation représentent un niveau initial et les résultats de la troisième (S3) évaluation représentent un niveau final atteint par les athlètes suite à un programme d'entraînement basé sur le travail des qualités physiques générales dans la période préparatoire est maintenu jusqu'à la période compétitive (Matveiev, 1983).

La comparaison des valeurs moyennes des tests physiques spécifiques entre les groupes de niveau international (F1) et national (F2). Il est révélé par nos résultats des valeurs moyennes significativement plus élevées chez le groupe de niveau international (F1) comparé au groupe

de niveau national (F2) dans la deuxième (S2) et la troisième (S3) évaluation concernant le test de dégagement du kumi-kata ; d'immobilisation, de nage – komi, des Randoris et des Shiais.

Cela signifie que les athlètes du groupe de niveau international (F1) ont réalisé des performances meilleures que celles des athlètes du groupe de niveau national (F2) durant la période compétitive qui est la période optimale où les qualités spécifiques en judo doivent être développées en guise de l'apparition de la forme sportive (Weineck, 1998 ; Demarteau, 2003).

Conclusion

A travers de notre étude, nous observons des différences dans les résultats obtenus lors des différentes épreuves physiques générales entre les deux groupes se traduisant par une augmentation plus élevée chez le groupe de niveau international (F1) comparé au groupe de niveau national (F2).

Quant à la comparaison des résultats des épreuves physiques spécifiques entre les deux groupes (F1) et (F2), montre des différences très significatives. Les judokas féminins du groupe de niveau international (F1) totalisent des valeurs moyennes nettement supérieures à celles enregistrées chez le groupe de niveau national (F1) dans l'ensemble des test physique spécifiques.

Nos données suggèrent qu'un entraînement intensif et moins volumineux chez les judokas féminins, favorise l'augmentation des performances par rapport à un programme d'entraînement volumineux et moins intensif. Ce type de charge d'entraînement ayant trait à l'amélioration de la condition physique est plus prononcé chez la femme. Les raisons de cette amélioration restent inexplicables ce qui ouvre un champ à une recherche en perspective.

Références bibliographiques

- Antzemberger M. Pierre** : Spécificité de l'entraînement féminin. Revue. EPS N° 332. 1991.
- Bompa. T**: perodiation de la force en judo: la nouvelle vague d'entraînement de la force, met des moulin, Ontario : veritas, publishing company, 1993.
- Hervé**: physiologie, entraînement and séances. Revue EPS 75-78 (2000).
- Igual. J**: préparation mentale. Colloque medico-technique Conseil général "Haute savoie" direction départementale jeunesse et sport 2002.
- Leplanquais F, Continaud M, Lacouture P**: Propositions pour une musculation spécifique : Exemple du JUDO. Revue Cinésiologie, 160 : 80-86, 1995.
- Maître. S**: entraînement, théorie et méthodologie. UFR STAPS Clermont Ferrand 2001.
- Manno. R**: les bases de l'entraînement sportif. Edition revue EPS, (1989).
- Marguin. PH** : Planification de l'entraînement. Colloque médico-technique. Conseil général "Haute savoie" Direction départementale jeunesse et sport 12-10-2002.
- Matveiev. S.F** : l'entraînement en judo. Alger. EPO 59-62, 1990.
- Matveiev. LP** : les bases de l'entraînement. Ed Vigot, Paris. 1983.
- Paillard J**: le pilotage du moteur musculaire. La contribution des neurosciences à l'étude des activités physiques et sportive. In : G Azémar et H Ripoll, Neurobiologie des comportements moteurs. INSEP.publication:31-35, 1982.
- Platonov. N. V** : l'entraînement sportif, théorie et méthodologie. Réédition Revue EPS. Paris 25 – 27 (1984).
- Portier. JP** : la planification de l'entraînement "colloque sur l'entraînement". Novembre, 1999.
- Rambier R** : programmation chez le judoka de haut niveau 2^{ème} journée médicale de la FFJDA, 1991.
- Roux. M** : colloque national de judo "les entraîneurs de judo face à la complexité de sa discipline". INSEP, octobre 2002.
- Thierry. P** : Optimisation de la performance sportive en judo. Ed de boeck université, Paris. 2010.
- Jack H,Wilmore,David L.Costill and Larry kenney. Ed de boeck université, Paris. 2009.

Caractéristiques morphologiques et physiologiques d'enfants Scolarisés âgés de (7-11) ans de la région d'Alger

N. Slifi Halem¹, N. Mimouni Touabti,¹ A. Halem¹.

¹ Laboratoire des Adaptations et de la Performance Motrice, INFS/STS BP 71 El Biar Alger.

Résumé :

La pratique d'un sport est bénéfique pour le développement et la croissance de l'enfant ; elle renforce le squelette, améliore la condition physique en fortifiant le cœur et les poumons, aide l'enfant à bien mouvoir son corps, prévient les risques de surpoids. L'enfant est doté de capacités physiologiques surprenantes qui encouragent à la performance.

Le but de cette étude est d'établir des comparaisons des données biométriques et d'aptitudes physiques entre un groupe d'élèves scolarisés âgés de (7 – 11 ans) non pratiquant de l'activité physique et sportive issu de la commune de Bab El Oued située au centre du grand Alger et un autre groupe d'élèves du même âge pratiquant de l'activité physique et sportive, issu de la commune d'Hydra.

Nous avons réalisé une enquête sociologique, pour nous renseigner des conditions de vie et de pratique sportive des élèves; des mesures anthropométriques (poids, taille, plis adipeux et indice de corpulence) et des tests de capacité physique, ont pris part 394 élèves dont 205 filles et 189 garçons avec une moyenne d'âge de 9 ans \pm 1,60.

Les résultats montrent que la taille moyenne des élèves pratiquants l'éducation physique et sportive (EPS) est significativement différente de leurs homologues non pratiquants ; et ce, à 8, 9, 10 et 11 ans chez les filles et à 9, 10 et 11 ans chez les garçons aux seuils : $p < 0,05$ et $p < 0,001$. Les garçons non pratiquants de l'EPS de Bab El Oued, enregistrent des différences significatives dans la qualité de vitesse à tous les âges, alors que les filles sont plus rapides et endurantes à 7, 8 et 9 ans. Ces élèves présentent une bonne condition physique grâce à l'activité habituelle; par ailleurs, ils doivent bénéficier d'une activité physique régulière et réglementée, encourager la création des associations sportives de quartiers. Ces élèves pourraient être sélectionnés et orientés vers l'athlétisme.

Mots clés : Comparaison, Morphologie, Capacité Physique, Enfants Scolarisés

Comparative study of the morphology and physical capacity of school children aged 7-11 in Algiers area

Summary:

The practice of a sport is beneficial for the development and the growth of the child; it strengthens the skeleton, improves the physical condition by strengthening the heart and the lungs, help the child to move well his body, prevents the risks of overweight. The child is endowed with surprising physiological capacities which encourage to the performance.

The aim of this study is to establish comparisons of biometric and physical aptitudes between a group of school pupils aged 7-11 who do not practise sport and physical activity, from the district of Bab El Oued situated in the center of Algiers and another group of pupils with the same age, from the district of Hydra and who practise sport and physical activity.

A sociological enquiry was made to get information about life conditions and sport practice of the pupils; 394 pupils among whom 205 girls and 189 boys with an average age of $09 \pm 1,60$ years; took part in anthropometric measures (weight, height, skinfolds and corpulent marks) and in tests of physical capacity.

The results shows that the average height of pupils who practise sport and physical activity is significantly different from those who do not practise it and this at the age of 8-9-10-11, in girls and at the age of 9-10-11, in boys at the limits of and the girls at $p < 0,05$ and $p < 0,001$.

The boys who don't practise physical activity and sport get significant differences in the speed quality and having at all ages, as for girls they are faster and having more endurance at the age of 7-8 and 9.

These pupils present a good physical condition thanks to the usual activity; besides, they have to benefit from a regular and regulated physical activity, encourage the creation of the sports associations of districts. These pupils could be selected and directed to the athletics.

Key Words: Comparison – Morphology – Physical Capacity – School Children.

Introduction

La connaissance des caractéristiques biométriques et physiologiques des enfants d'âge scolaire sont très utiles dans le domaine social, épidémiologique et plus particulièrement dans le cadre de la détection, sélection et orientation des jeunes talents sportifs qui sont appelés à grandir et à performer en un même temps. Sachant que l'activité physique est un facteur stimulant de la croissance chez l'enfant, ce dernier en croissance est doté de capacités physiologiques surprenantes qui encouragent à la performance.

Cependant, beaucoup d'enfants scolarisés ne bénéficient pas d'une activité physique et sportive au sein de leurs écoles en l'occurrence celles du centre d'Alger comme il est le cas d'une école à Bab El Oued et ce pour absence d'infrastructures réglementées et de l'encadrement technique. De plus les enfants de cette école sont issus d'un milieu socioéconomique assez modeste.

Nous savons que les meilleurs résultats en EPS sont ceux des sujets de taille et de poids les plus élevés.

Sur cet état de fait nous nous posons la question : En fonction des différences morphologiques et physiques observés au sein des deux groupes (pratiquant et non pratiquant de l'activité physique), devons nous exclure les non pratiquants de l'EPS de la population de sélection ?

Notre première tâche consiste à la réalisation de mesures anthropométriques afin d'apprécier la croissance somatique des élèves ainsi que des épreuves d'effort physique pour l'appréciation de leurs capacités motrices,

Dans la seconde tâche, nous comparerons les données biométriques et de la capacité motrice aux groupes de pratiquants et non pratiquants de l'activité physique et sportive.

Matériel et Méthodes

Caractéristiques de l'échantillon

Notre étude transversale a porté sur un échantillon de 394 enfants scolarisés au premier palier dont 205 filles et 189 garçons avec une moyenne d'âge de $9 \text{ ans} \pm 1,60$; répartis en sous groupes de 7 à 11 ans. Cet échantillon est réparti comme suit

- 199 élèves pratiquants de l'EPS issus de la commune d'Hydra (230m d'altitude) située au nord d'Alger et

- 195 élèves non pratiquants de l'EPS issus d'un quartier populaire de la commune de Bab el Oued située au nord est d'Alger (Voir tableau n° 1).

L'ensemble des enfants a été soumis à une enquête sociologique dont certains items ont été pris en compte comme critères d'exclusion tels : pratique sportive à l'extérieur de l'école, pour les élèves de Bab el Oued ; élèves hospitalisés l'année précédente ; élèves accidentés l'année précédente, pour les deux groupes.

L'échantillon de Bab El Oued ne participe à aucun programme de pratique sportive régulière ni à l'école ni en dehors de l'école. Alors que les enfants scolarisés à Hydra subissent un programme de pratique sportive régulière à raison de deux heures par semaine réalisé au sein même de l'école et que 25,91% d'entre eux pratiquent d'autres activités sportives au sein des clubs ou des associations sportives.

TABLEAU N° 1. --- Âge, poids et stature de l'échantillon

		Effectif	Âge ans	Poids Kg	Stature cm
Pratiquants	Garçons	98	9 ± 1,75	30,35 ± 7,3	132,64 ± 8,62
	Filles	101	9 ± 1,68	29,43 ± 9,02	131,44 ± 10,6
Non pratiquants	Garçons	91	9 ± 1,95	29,01 ± 7	128,41 ± 78
	Filles	104	9 ± 1,65	26,75 ± 7,34	129 86 ± 8,60

Méthodologie :

Enquête Sociologique : Le questionnaire soumis aux élèves a été élaboré sur la base d'une ancienne enquête socio-économique (Dekkar, 1986), revu et corrigé par un statisticien.

Neuf (09) questions ont été choisies en réponse à notre objet d'étude ; dont (03) trois d'entre elles ont été considérées comme critères d'exclusion pour le groupe non pratiquants de Bab el oued : - Pratique sportive extra école ;

- Fréquence d'hospitalisation en une année ;
- Fréquence d'accidents en une année.

Notre échantillon a été classé en catégories socioprofessionnelles selon les données adoptées par la fonction publique algérienne. Cette catégorisation a été réduite à trois classes :

Classe A (la plus élevée) comporte les catégories P1 et P2, soit le personnel d'encadrement

Classe B (la moyenne) comporte les catégories P3 et P4, soit le personnel de maîtrise

Classe C (la plus basse) comporte la catégorie P5, soit le personnel d'exécution

Méthode Anthropométrique

Cette méthode nous a permis de prendre :

- la stature à l'aide de l'anthropomètre du système MARTIN du type GPM de Siber Heigner, destiné à mesurer les dimensions linéaires (longitudinales) et transversales du corps. Sa précision est de 0,5 cm ;
- le poids obtenu par le biais d'une balance nommée SECA une précision de 50 gr les plis cutanés grâce à la pince à plis du type Harpenden utilisé pour les trois plis (tricipital, bicipital et le sous scapulaire) avec une précision de 10g/mm²

Nous avons procédé par la suite au calcul de quelques indices du développement physique à savoir :

- l'indice de Quételet (P/T^2), pour nous renseigner sur l'état de corpulence des enfants scolarisés, et cela d'après le rapport du poids sur la taille au carré, appelé aussi en médecine IMC (Indice de Masse Corporelle). Pour interpréter les chiffres trouvés, nous avons utilisé le barème de l'OMS.

TABLEAU N° 2. --- Barème d'évaluation de la corpulence proposé par l'OMS

Situation pondérale	Sexe féminin	Sexe masculin
Maigreur (insuffisance pondérale)	<19.1	< 20.7
Poids idéal	19.1 - 25.8	20.7 - 26.4
A la limite du surpoids	25.8 - 27.3	26.4 - 27.8
Surpoids	27.3-32.3	27.8 - 31.1
Obésité	> 32.3	> 31.1

- La somme des plis adipeux :

nous renseigne sur la masse graisseuse sous cutanée, sachant que l'ensemble du tissu adipeux sous cutané est représentatif de la masse graisseuse totale du corps.

Méthode des tests physiques :

Tenant compte de la faisabilité (moyens et infrastructures) et de la simplicité de réalisation, notre choix a porté sur cinq tests appropriés à la catégorie d'âge (5-11 ans) ; triés parmi une batterie de tests proposée par S, Szczesny(1983) et utilisée par beaucoup d'enseignants de l'éducation physique en milieu scolaire, évaluant les qualités physiques suivantes :

l'endurance, vitesse, force explosive des membres inférieures, souplesse et la vitesse de coordination.

TABLEAU N° 3. --- Fiche de désignation des tests physiques

N°des Tests	Désignation des tests physiques	But des tests
1	Epreuve de course sur 40m (Casorla et al 1984)	Evaluation de la vitesse d'accélération avec départ arrêté
2	Epreuve de détente horizontale (Aahper, 1976)	Evaluation de la force explosive des membres inférieurs
3	Epreuve de souplesse « sit and reach de cureton 1941 »	Evalue la flexibilité du dos
4	Epreuve de course navette 4x10 m de (Larson et Yakom 1951)	Evalue la vitesse de coordination
5	Epreuve de 9mn (Aahper 1976)	Evalue l'endurance cardiorespiratoire (Capacité aérobie)

Méthode de calculs statistiques :

L'analyse des mesures de chaque variable a été concrétisée par la détermination de la moyenne arithmétique, l'écartype et le test d'égalité des moyennes. La comparaison des résultats du groupe sportif de la commune d'Hydra à ceux du groupe non sportif de la commune de Bab el oued a été appréciée par le test « t » de student. On considère le seuil de signification de la différence à 0,05.

Le Khideux de Fisher a été calculé, il nous a révélé que la répartition réelle se rapproche et est même inférieur à la répartition théorique pour un seuil choisi $p = .05$ on pourra dire alors que la répartition réelle appartient à la répartition théorique normale.

RESULTATS :**Résultats de l'enquête sociologique :**

Les résultats de cette enquête nous ont permis de faire les constats suivants :

Le groupe pratiquant d'Hydra présente des conditions de vie favorables, un bon développement économique, une absence d'accident et d'hospitalisation, ce qui n'est pas le cas du groupe non pratiquant de Bab el oued.

TABLEAU N° 4. ---- Récapitulatif des résultats de l'enquête sociologique

Zone géographique	Hydra	Bab El Oued
Localisation	Au nord d'Alger	Au nord est d'Alger
Quartier résidentiel	85%	16.7%
Nombre de pièces	4,08 ± 1.58	2.80 ± 0.98
Zone géographique	Hydra	Bab El Oued
Nombre de sujets	199	195
Pratique EPS	Oui	Non
Nombre de frères et sœurs	1,54 ± 1.50	5.50 ± 1.10
Zone géographique	Hydra	Bab El Oued
Classe A	15,12% cadres sup	37,83% sans emplois
Classe B	66.05	37.42
Classe C		
Zone géographique	Hydra	Bab El Oued
Analphabète (Père)	0,32%	4,22%
Primaire (Père)	1,96%	37,42%
Secondaire (Père)	28,19%	38,88%
Supérieure (Père)	69,50%	19,48%

L'étude statistique a montré que le khideux calculé est inférieure au khideux tabulé pour la majorité des variables où les valeurs observées sont supérieures aux valeurs théoriques et ce pour les deux groupes :

La grande majorité de l'échantillon pratiquant habite des quartiers résidentiels, 90% habitent des logements de haut standing, 60,54% de l'échantillon vivent à moins d'une personne par pièce et seulement 3,2% vivent dans une pièce. 41,80% de cet échantillon sont des enfants uniques et quelque soit l'âge, le nombre de fratries en moyenne est de un frère ou une soeur.

68% pratiquent le sport à l'école, 25,91% en dehors de l'école. 69,50% des parents ont un niveau d'instruction supérieure.

Près de la totalité de l'échantillon non pratiquant habite des quartiers populaires, 62,28% habite des appartements H L M, avec une moyenne de 02 pièces et une moyenne de 05 frères et soeurs. La pratique du sport à l'école est inexistante, 37,83% des parents sont sans emplois, 38,88% ont un niveau d'instruction primaire. En résumé, les conditions de vie des élèves pratiquants sont assez favorables en comparaison avec ceux des élèves non pratiquants.

Résultats des comparaisons des paramètres anthropométriques :

TABLEAU N°5. — Comparaison des paramètres morphologiques chez les 7ans

	Pratiquants Garçons (Hydra) N =15		Non pratiquants Garçons (Bab el oued) n=15		Comparaison			pratiquantes (Hydra) filles n = 11		Non pratiquantes Filles (Bab el oued) n=13		Comparaison		
	m	σ	m	σ	t	p	S/NS	m	σ	m	σ	t	P	S/NS
Poids	26,10	6,09	25,4	4,45	0,36	0,72	NS	24,18	4,42	22,80	3,75	0,82	0,41	NS
Taille	124,88	5,86	123,69	6,81	0,51	0,61	NS	124,70	5,02	121,19	5,84	1,58	0,12	NS
Σ plis	36,58	21,93	15,86	7,38	3,46	0,003	***	33,86	14,51	16,06	6,06	3,79	0,002	***
IMC	1,65	0,25	1,65	0,22	0,01	0,98	NS	1,54	0,22	1,54	0,14	0,07	0,94	NS

m : Moyenne, σ : Ecatype, « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les filles et garçons des deux groupes de cet âge présentent des moyennes de poids, taille et IMC similaires. Le facteur graisse du groupe des pratiquants est significativement différent à $p < 0,001$ du groupe non pratiquant.

TABLEAU N°6. — Comparaison des paramètres morphologiques chez les 8ans

	Pratiquants Garçons (Hydra) N =28		Non pratiquants Garçons (Bab el oued) n=22		Comparaison			pratiquantes (Hydra) filles n = 17		Non pratiquantes Filles (Bab el oued) n=31		Comparaison		
	m	σ	M	σ	T	p	S/NS	m	σ	m	σ	t	P	S/NS
Poids	26,88	5,20	25,13	7,84	0,93	0,35	NS	28,45	5,39	24,41	5,44	2,47	0,01	**
Taille	127,68	5,88	125,19	7,88	1,23	0,22	NS	128,36	4,82	122,09	7,17	3,21	0,002	***
Σ plis	33,28	18,16	16,25	11,86	3,94	0,0002	***	44,38	17,23	19,63	6,89	5,67	1,8 ^E -05	***
IMC	1,63	0,22	1,57	0,31	0,80	0,42	NS	1,72	0,27	1,62	0,18	1,36	0,18	NS

m : Moyenne, σ : Ecatype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Le même constat observé chez les garçons de 7ans et se répète chez les garçons âgés de 8ans.

Ce qui n'est pas le cas pour les filles au même âge où les paramètres poids, taille et somme des plis sont significativement différents du groupe des non pratiquantes, respectivement aux seuils $p < 0,01$ et à $p < 0,001$.

TABLEAU N°7. — Comparaison des paramètres morphologiques chez les 9ans

	Pratiquants Garçons (Hydra) N =26		Non pratiquants Garçons (Bab el oued) n=28		Comparaison			pratiquantes (Hydra) filles n = 28		Non pratiquantes Filles (Bab el oued) n=22		Comparaison		
	m	σ	M	σ	T	p	S/NS	m	σ	m	σ	t	P	S/NS
Poids	29,24	4,73	24,48	4,78	3,67	1,6 ^E -	***	31,11	8,90	25,56	7,27	2,36	0,02	*
Taille	132,41	5,77	127,01	6,72	3,15	0,002	***	132,60	7,58	126,89	7,10	2,71	0,009	***
Σ plis	37,79	18,89	14,67	4,33	6,09	1,6 ^E -	***	48,08	27,56	21,15	10,8	4,73	3,2 ^E -	***
IMC	1,66	0,18	1,50	0,18	3,08	0,003	***	1,74	0,37	1,56	0,27	1,93	0,05	*

m : Moyenne, σ : Ecatype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

A cet âge, nous remarquons une nette différence pour tous les paramètres anthropométriques entre les élèves sportifs d'Hydra et non sportif de Bab el oued où elle est significative à $p < 0,001$ chez les garçons et à $p < 0,05$ et $p < 0,01$ chez les filles. Notons que les élèves pratiquants d'Hydra sont plus grands que leurs homologues d'une différence de 5,41 cm.

TABLEAU N°8. — Comparaison des paramètres morphologiques chez les 10 ans

	Pratiquants Garçons (Hydra n=20)		Non pratiquants Garçons (Bab el oued n=14)		Comparaison			pratiquantes Filles (Hydra n=26)		Non pratiquantes Filles (Bab el oued n=22)		Comparaison		
	m	σ	m	σ	T	p	S/NS	m	σ	m	σ	T	P	S/NS
Poids	35,00	5,98	28,85	4,82	3,18	0,003	***	34,18	6,41	32,06	8,45	0,95	0,345	NS
Taille	139,60	5,35	133,79	6,92	2,76	0,009	***	138,57	6,91	134,48	7,40	1,95	0,05	*
Σ plis	41,63	20,87	11,45	6,07	4,19	0,0002	***	47,32	20,59	28,10	12,53	3,91	0,0003	***
IMC	1,79	0,26	1,60	0,22	2,11	0,04	*	1,77	0,24	1,75	0,30	0,23	0,814	NS

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les moyennes des paramètres anthropométriques des pratiquants garçons sont significativement différentes de celles des garçons non pratiquants avec une différence sur la taille de 5,8 cm. Par contre chez les filles les paramètres poids et IMC ne sont pas significativement différents entre les deux groupes ; mais les moyennes de taille et du facteur graisse sont significativement différentes entre les deux groupes où les filles pratiquantes sont plus grandes de 4,1 cm et une différence de 19,2 mm pour le facteur graisse.

TABLEAU N°9. — Comparaison des paramètres morphologiques chez les 11 ans

	Pratiquants Garçons Hydra n=9		Non pratiquants Garçons n=12		Comparaison			Pratiquantes Filles n=17		Non pratiquantes Filles n=16		Comparaison		
	m	σ	m	σ	t	p	S/NS	m	σ	m	σ	T	p	S/NS
Poids	40,77	8,75	29,45	6,52	3,40	0,002	***	39,76	10,40	29,56	7,46	3,21	0,003	***
Taille	145,65	6,38	134,68	6,71	-3,78	0,001	***	145,77	8,17	134,65	6,84	4,22	0,0001	***
Σ plis	52,88	31,21	20,67	13,48	2,89	0,01	**	42,77	15,26	24,50	11,58	3,85	0,0005	***
IMC	1,91	0,33	1,62	0,35	-1,87	0,076	NS	1,84	0,30	1,61	0,32	2,09	0,05	*

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les garçons pratiquants d'Hydra sont plus lourds, et plus grands que leurs homologues non pratiquants avec une différence significative d'un écart de 11 cm sur la taille. Ce même écart est également observé chez les filles pratiquantes sur la taille, de 10 kg sur le poids et 18,3 mm sur la somme des plis. La valeur moyenne de l'IMC chez les filles pratiquantes est significativement différente contrairement à celle des garçons.

TABLEAU N°10. —Comparaison des qualités physiques chez les 7 ans

	Pratiquants Garçons N=15		Non pratiquants Garçons n=15		Comparaison			Pratiquantes Filles n=11		Non pratiquantes Filles n=13		Comparaison		
	m	σ	M	σ	t	p	S/NS	m	σ	m	σ	T	p	S/NS
Souplesse	23,5	5,38	25,4	5,44	-0,94	0,35	NS	26,63	5,60	29,30	7,61	-0,98	0,33	NS
Force explosive	109,57	12,10	120,86	13,85	-2,34	0,026	**	109,00	17,87	101,61	11,10	1,23	0,23	NS
Vitesse	7,49	0,35	6,35	0,47	7,38	7,8E-08	***	7,45	0,54	6,89	0,52	2,52	0,02	**
Vitesse coordination	14,69	1,39	13,36	0,70	3,21	0,004	***	14,64	0,82	14,52	1,40	0,26	0,79	NS
Endurance	1125,71	94,08	1566,13	132,18	-10,43	1,47 ^E -10	***	1080,90	176,17	1450,61	121,62	-6,07	4,23 ^E -06	***

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

A cet âge, les garçons non pratiquants sont significativement plus rapide et plus endurants à $p < 0,001$ et présente des qualités de détente horizontale et de vitesse de coordination significativement différentes respectivement à $p < 0,01$ et $p < 0,001$; du groupe de garçons pratiquants. Les filles non pratiquantes sont significativement plus rapide et plus endurantes, que les filles pratiquantes et ce respectivement à $p < 0,01$ et $p < 0,001$.

TABLEAU N°11. —Comparaison des qualités physiques chez les 8 ans

	Pratiquants Garçons N=28		Non pratiquants Garçons n=22		Comparaison			Pratiquantes Filles n=17		Non pratiquantes Filles n=31		Comparaison		
	m	σ	M	σ	t	p	S/NS	m	σ	m	σ	T	p	S/NS
Souplesse	24,77	6,16	22,95	6,95	0,95	0,34	NS	27,64	6,95	29,25	5,17	-0,91	0,36	NS
Force explosive	114,44	17,75	124,86	12,00	-2,44	0,01	**	109,58	13,73	104,87	14,65	1,11	0,27	NS
Vitesse	7,05	0,50	6,33	0,38	5,45	1,8E-06	***	7,60	0,70	7,00	0,90	2,50	0,01	**
Vitesse coordination	13,95	0,80	13,54	1,16	1,45	0,15	NS	14,52	0,97	14,42	1,23	0,31	0,75	NS
Endurance	1142,92	179,26	1577,97	205,64	-7,8	1,07 ^E -09	***	1151,23	188,78	1414,19	124,86	-5,15	2,8 ^E -05	***

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les garçons du groupe non pratiquants sont significativement plus rapides et plus endurants que les garçons du groupe pratiquants, respectivement aux seuils $p < 0,001$ et sont également différents en force explosive des membres inférieurs à $p < 0,01$.

A cet âge les filles non pratiquantes demeurent significativement plus rapides et plus endurantes que leurs homologues pratiquantes respectivement à $p < 0,01$ et $p < 0,001$.

TABLEAU N° 12. — Comparaison des qualités physiques chez les 9 ans

	Pratiquants Garçons N=26		Non pratiquants Garçons n=28		Comparaison			Pratiquantes Filles n=28		Non pratiquantes Filles n=22		Comparaison		
	m	σ	M	σ	t	p	S/NS	m	σ	m	σ	T	p	S/NS
Souplesse	24,2	6,10	23,07	7,00	0,6	0,55	NS	26,6	5,89	27,5	5,79	-0,62	0,53	NS
Force explosive	124,96	17,7	127,89	17,5	-0,6	0,54	NS	120,50	16,4	112,13	14,5	1,67	0,09	NS
Vitesse	7,06	0,81	6,13	0,46	5,09	9,E-06	***	7,14	0,63	6,64	0,67	2,81	0,006	***
Vitesse coordination	13,4	0,79	12,9	1,00	1,9	0,05	*	13,9	0,92	13,8	0,72	0,45	0,65	NS
Endurance	1342,7 3	207,36	1607,1 2	146,42	-5,4	2,6 ^E -06	***	1279,6 0	194,15	1446,8 9	142,23	-3,77	0,0004	***

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les moyennes de la qualité de vitesse et de l'endurance enregistrées chez les garçons et les filles non pratiquantes sont significativement différentes à $p < 0,001$. Les garçons de ce groupe présentent une moyenne significativement différente à $p < 0,05$ pour la qualité de vitesse de coordination. Les élèves des deux groupes ont des moyennes similaires dans les qualités de souplesse et force explosive chez les garçons, dans la vitesse de coordination, souplesse et force explosive chez les filles

TABLEAU N° 13. — Comparaison des qualités physiques chez les 10 ans

	Pratiquants Garçons n=20		Non Pratiquants Garçons n=14		Comparaison			Pratiquantes Filles n=26		Non pratiquantes Filles N=22		Comparaison		
	m	σ	m	σ	t	p	S/NS	m	σ	m	σ	T	p	S/NS
Souplesse	24,05	8,54	16,6	6,90	1,5	0,145	NS	24,9	5,50	26,09	4,46	-0,82	0,4	NS
Force explosive	138,95	20,50	148,4	14,90	-1,4	0,164	NS	115,43	28,01	108,45	12,81	2,49	0,01	**
Vitesse	6,37	0,51	5,8	0,47	3,5	0,001	***	6,82	0,60	6,86	1,28	-0,11	0,9	NS
Vitesse coordination	12,57	1,03	12,3	0,75	0,7	0,465	NS	13,14	0,83	14,28	1,97	-2,63	0,01	**
Endurance	1399,7 3	308,7	1510,0 3	158,11	1,6	0,114	NS	1316,1 6	238,92	1298,2 5	275,97	0,23	0,8	NS

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les deux groupes ont des qualités similaires de trois tests sur cinq chez les filles et quatre tests sur cinq chez les garçons.

Les filles pratiquantes d'Hydra présentent des différences significatives pour la force explosive et la vitesse de coordination. Les garçons non pratiquants de Bab el oued enregistrent une différence significative pour la qualité de vitesse à $p < 0,00$

TABLEAU N° 14. — Comparaison des qualités physiques chez les 11 ans

	Pratiquants Garçons n=9		Non pratiquants Garçons n=12		Comparaison			Pratiquantes Filles n=17		Non pratiquantes Filles n=16		Comparaison		
	m	σ	m	σ	t	P	S/NS	m	σ	M	σ	t	p	S/NS
Souplesse	18,9	8,16	21,8	6,1	-0,94	0,35	NS	27,76	4,43	24,75	6,81	1,51	0,14	NS
Force explosive	140,11	15,7	140,83	22,84	0,08	0,93	NS	136,0	19,9	119,1	15,08	2,72	0,01	**
Vitesse	6,73	0,58	6,06	0,54	2,72	0,01	**	6,41	0,55	6,28	0,48	0,73	0,47	NS
Vitesse coordination	12,9	0,86	12,5	1,20	-0,72	0,67	NS	13,06	0,75	13,27	0,92	-2,73	0,01	**
Endurance	1442	181	1491	226,8	0,53	0,60	NS	1505,64	220,93	1418,18	184,47	1,23	0,22	NS

m : Moyenne, σ : Ecartype ; « t » : Test student bilatéral, p : Seuil de signification.

Les filles et les garçons de cette tranche d'âge enregistrent les mêmes résultats que ceux observés chez les 10 ans.

DISCUSSION :

Les paramètres anthropométriques

A 7ans, il n'y a pas de différences significatives entre les deux groupes pratiquants et non pratiquants des filles et garçons pour les paramètres qui constituent la croissance somatique à savoir poids et taille. Cet âge de l'enfance qui pour G. Brooks (1996), correspond au déclinement du taux de croissance et pour (Malina et al. 2004) il correspond à la deuxième phase de l'évolution du poids et de la taille, celle où la croissance est régulière.

Cependant le facteur graisse est plus élevé chez les deux sexes du groupe pratiquant ceci est probablement dû au régime alimentaire ou à la qualité de l'activité physique, vu les résultats de comparaisons des qualités physiques. Selon Costill et Wilmore (2006) l'importance des dépôts de graisse accumulée dépend : du régime alimentaire, de la qualité d'activité physique et de l'hérédité. Pour les garçons des deux groupes de 8ans le constat est le même que celui des enfants de 7ans. En revanche les filles pratiquantes sont plus lourdes et plus grandes à 8ans que leurs homologues non pratiquantes. Si on considère les résultats de l'enquête sociologique, ces derniers nous montrent que les filles pratiquantes ont un niveau de vie assez favorable.

Aussi, est il probable que ces filles aient déjà entamer leurs puberté. Selon le docteur Michel Binder (2000) C'est l'âge osseux qui conditionne le déclenchement de la puberté, les enfants qui auront $AO = AR < AS$ présentent une avance sur la croissance et la puberté, ces mêmes enfants auront une taille, une morphologie et un potentiel musculaire supérieurs à ceux de leurs camarades, qui ont une maturation pubertaire en rapport avec leur âge réel.

Les moyennes des quatre paramètres morphologiques étudiés sont significativement différentes entre les deux groupes, à 9 ans, 10 ans chez les garçons et à 9 ans, 11ans chez les filles.

La taille et le facteur graisse sont significativement différents chez les filles à 10ans.

Chez les garçons on note que le poids, la taille et le facteur graisse présentent une différence significative à 11ans.

En somme, les filles et les garçons du groupe sportif sont plus grands que ceux du groupe non sportif et ce pour une différence de taille allant de 5 à 6 cm à 9ans, de 4 à 6 cm à 10 ans et égalant 11cm à 11ans.

Avant la puberté, l'enfant de plus de deux ans (2ans) prends 6 cm par an sur la taille et 12cm par an en période pubertaire correspondant à 10 ans 11 ans chez les filles et 13 ans chez les garçons d'âge osseux (Diméglio,1988).

On soupçonne, à priori, la possibilité de l'existence chez les élèves non sportifs de Bab el oued, d'une lenteur de croissance pour chaque tranche d'âge par rapport aux élèves du groupe sportif d'Hydra. Une confirmation par l'utilisation d'autres méthodes notamment l'âge osseux permettrait de vérifier cet écart.

Aussi nous savons que le développement staturo-pondéral est lié aux conditions socioéconomiques : Sont présumés être plus grands et plus lourds, les enfants uniques, habitants les grandes villes et issus d'un milieu aisé,(Amor ali et al ;2001). Ce ci serait le cas des élèves pratiquants d'Hydra, sans perdre de vue leurs prédispositions génétiques.

En effet, l'enquête sociologique a montré que les élèves pratiquants d'Hydra, dont 41,80% sont des enfants uniques; habitants des quartiers résidentiels (54,92% à Hydra, 33,12% à Draria et 1,96% à El Biar). En outre, 45,77% de ces enfants habitent dans des villas de $4,08 \pm 1,58$ pièces.

Aussi, 44 .85% du groupe n'ont qu'un seul frère ou une seule sœur, 14.46% ont 2 frères et sœur, 2.08% ont 3 frères et sœurs et seulement 1% ont au strict maximum 4 frères et sœurs.

Par ailleurs plus de la moitié des pères des élèves appartiennent à la classe B et constituent le personnel de maîtrise dont 20% représentent le personnel d'encadrement.

Par contre les élèves non pratiquants de Bab el oued sont des enfants de familles nombreuses, habitant un quartier populaire dont les parents appartiennent à une catégorie socioprofessionnelle relativement basse.

En effet, l'enquête sociologique a montré que 83,3% habitent Bab el oued, 62,28% habitent des appartements avec une moyenne de $2,80 \pm 0,98$ pièces, ils possèdent un nombre de frères et sœurs en moyenne de $5,50 \pm 1,1$. Par ailleurs, 37,42% de pères d'élèves appartiennent à la classe C, des cadres moyens, 7,89% à la classe B et 52,09% sont sans emplois.

Les capacités motrices

Les filles et garçons du groupe des non pratiquants, aux âges 7 et 8ans, sont plus rapides et endurants que leurs homologues pratiquants, d'après Weineck (2000), les garçons et les filles ont une masse musculaire semblable avant la puberté.

Les garçons du groupe non pratiquants aux mêmes âges sont significativement différents que leurs homologues pratiquants, en qualité de force explosive Pour Bel et al. (1980) et Buhl, Gurtler et Hucker (1983), les fibres de type I (ou Slow Twitch ST) prédominent durant l'enfance dans le quadriceps, le deltoïde et le droit de l'abdomen alors que c'est l'inverse dans le diaphragme.

En somme, Pour Charles M.Thiebault & Pierre Sprumont; (1998), Pour les 6 ou 7 années de l'enfance, se fera l'apprentissage d'une multitude de mouvements combinés fondamentaux, comme course, sauts glissades, frapper, attraper, etc. Tous ces mouvements progressent pendant l'enfance. pour E. Thill, R. Thomas, J. Caja (1983), A 8 ans, le maintien du corps est beaucoup plus symétrique, c'est l'âge de l'hyperactivité motrice que l'on retrouvera à 11 ans.

Il y a une similitude entre les deux groupes pratiquants et non pratiquants à 9 ans aussi bien chez les filles que chez les garçons, pour trois tests sur cinq concernant les qualités de force vitesse des membres inférieurs, de souplesse et de vitesse de coordination.

C'est un âge scolaire favorable aux apprentissages et que certaines qualités sont innées chez l'enfant tel que la souplesse comme le confirme Weineck (1992), la colonne vertébrale est à 8 ou 9 ans au maximum de sa mobilité. Pour Brooks et al (1996), durant l'enfance la proportion relativement constante entre la taille et la masse maigre permet un environnement stable pour le développement de la coordination et une habileté neuromusculaire.

En revanche, les élèves non pratiquants de Bab el oued, filles et garçons sont plus rapides et plus endurants que leurs homologues pratiquants d'Hydra, à 9ans.

Ce type d'activité c'est-à-dire les courses sont caractéristiques des jeux chez les enfants de cet âge, c'est une qualité du type cyclique qui ne nécessite pas une technique d'apprentissage.

Les enfants issus de quartier populaire, passent une grande partie de leurs temps à jouer dans les rues du quartier, leurs activités sont caractérisées par des jeux de poursuite et relais.

A 10 ans et à 11 ans, il y a 3 tests sur 5 chez les filles et 4 tests sur 5 chez les garçons sont similaires aux deux groupes. Ceci est peut être du à la qualité de l'activité sportive pratiquée.

A ces âges la différence est significative pour les qualités de force explosive des membres inférieurs et de la vitesse de coordination en faveur des filles pratiquantes d'Hydra, on voit bien qu'il y a eu influence de la pratique sportive sur ces deux qualités, ou plus simplement due à un travail d'apprentissage technique des habiletés motrices surtout dans les clubs où la pratique est plus spécialisé.

Par contre les garçons non pratiquants de Bab el oued aux mêmes âges présentent une différence significative pour la qualité de vitesse ; ces garçons sont plus élancés, actifs à tout moment de la journée à pratiquer divers jeux de quartier, contrairement aux pratiquants qui sont plus grands, plus lourds, plus corpulents et plus gras. Abou El Aala Ahmed Abdelfateh (2003) dans son livre « Physiologie de la condition physique » précise : toute augmentation du poids normal pourrait constituer un fardeau pour le cœur et donc pour la performance sportive. De plus Charles M. Thiebault et P. Sprumont(1998), avancent que la masse musculaire relative moyenne passe de 42 à 50% du poids total du corps chez les garçons âgés de 5 à 17 ans.

CONCLUSION

Sur le plan morphologique les filles pratiquantes sont significativement plus grandes que leurs homologues non pratiquantes aux âges: 8, 9, 10 et 11 et ce aux seuils: $p < 0,05$ et $p < 0,001$. Aussi ces mêmes élèves sont significativement différentes sur tous les paramètres anthropométriques étudiés, aux âges de 9 et 11 ans. En revanche les garçons pratiquants ne diffèrent significativement de leurs homologues non pratiquants en poids et en taille qu'une année après les filles, aux âges : 9, 10 et 11 ans et ce aux seuils: $p < 0,001$ et sont aussi différents sur tous les paramètres anthropométriques, aux âges : 9 et 10 ans et ce avec un niveau de vie socioéconomique différent. Il est probable que les élèves non pratiquants de Bab el oued, aient une lenteur de la croissance qui restera à vérifier par la détermination de l'âge osseux.

Pour ce qui est des capacités motrices, les garçons non pratiquants sont plus rapides que leurs homologues pratiquants, à tous les âges vu leur faible constitution morphologique ; de plus les paramètres poids et de taille sont les plus corrélés avec la vitesse et l'endurance à $p < 0,05$ et $p < 0,01$.

Les filles non pratiquantes sont plus rapides et plus endurantes aux âges 7, 8, et 9 ans.

Cette différence disparaît à 10 et 11 ans où les pratiquantes d'Hydra enregistrent de meilleures performances pour la qualité de force explosive et de vitesse de coordination ; pendant que les filles non pratiquantes du quartier populaire aux mêmes âges entament leur adolescence et s'arrêtent de jouer pour une question de mœurs donc elles demeurent inactives.

L'analyse des corrélations entre les paramètres morphologiques et les qualités physiques du groupe non pratiquant montrent que la vitesse est corrélée avec tous les paramètres anthropométriques à 9 ans à $p < 0,05$ et avec l'IMC à $p < 0,001$.

A l'issue de cette comparaison il est important d'inclure les enfants scolarisés du premier palier non pratiquants de l'activité physique, dans le système de sélection avec une orientation vers la pratique de la gymnastique et de l'athlétisme pour un suivi et une meilleure prise en charge.

L'activité physique du groupe pratiquant n'a donc pas eu une influence positive sur les performances motrices des élèves pratiquants en l'occurrence les garçons, il est possible que ce soit le reflet de la qualité ou de l'intensité de l'activité physique. Dans ce groupe la pratique du sport est programmée régulièrement à raison de deux heures par semaine.

Dans ce sens, une étude de Schepard et Lavallée (1977), démontre que la capacité physique est plus élevée chez les enfants pratiquant une activité physique de cinq séances par semaines d'une durée d'une heure chacune, que chez les enfants dont le programme d'entraînement ne comportant qu'une session de 40 minutes par semaine. En plus de cela il également prévoir la création des associations sportives de quartiers.

BIBLIOGRAPHIE

- Boisacq N., Schepens, Fayt.C. Cités par Dohin. B. (1998) : L'enfant et le sport..
- Berthollet, Thiebach (1981) : La loi de (Mark Jansen) ; 165. Cité par Weineck (1998).
- Brikci A, Hanifi R (1994) : Croissance Physique de l'enfant et Pratique Sportive.CNIDS.
- Brooks G. A, Fahey T.D, White T.P (1996) : Exercise physiology. Ed second (Toronto).
- Blair N. S, Falls H.B, Falls R. R (1983) : A new physical fitness test. The physicians and sport medicine.
- Borer K.T (1995) : The effects of exercise on growth. Review article,Sports Med (USA).
- Cameron N (1984) : The measurement of human growth.(London &Sydney).
- Caillens F (1988) : Echanges en rééducation.
- Chamla M.C, Demoulin F (1976) : Croissance des algériens, de l'enfance à l'âge adulte.
- Dekkar N (1986) : Croissance et Développement de l'Elève Algérien. Thèse de doctorat en sciences médicales.
- Dimeglio A. Cité par Caillens F (1988) : Echanges en rééducation.
- Dohin B (1998) : Chirurgie Pédiatrique, L'enfant et le sport. CH le Mans.
- Elliot G.M (1970) : The effects of exercise on structural growth. Canadian association for health, Physical Education and Recreation Journal . 36:21-30 ; .cite par Nadeau M, Perronet F.
- Eiben (1979),193 tirés du livre de Weineck J (1992): Biologie du sport.Ed, Vigot, 131.
- Hay (1990), Fayt et al (1992) : L e développement du control du mouvement dirigé vers une cible visuelle.
- Hahn E (1991) : L'entraînement Sportif des Enfants. Ed, Vigot, 106-p10.
- Lavallee H, Shephard R.J (1977) : Limites de la capacité physique chez l'enfant (Québec), Ed le pélican, pp 237-245. Cite par Nadeau M, Perronet F..
- Mcardle W, F.Katch, Y. Katch (2001) : Physiologie de l'activité physique. Maloine Edisem (Paris).
- Nadeau M., Perronet F et al (1980): Physiologie appliquée de l'activité physique. Ed, Vigot.
- Pate R. R (1983) : A new definition of youth fitness. The physicians and sport medicine.
- Remaoun A (2000) : Evaluation des capacités motrices en milieu scolaire. Thèse de doctorat d'état en théorie et méthodologie de l'éducation physique et sportive.
- Schwartz D (1992) : Méthodes statistiques à l'usage des médecins et biologistes. Edition Flammarion, Médecine science (Paris).
- Sprynar Z, Sprynarova S (1973) : Physical Development of Algerian School-Children. Article anthropologie XI 1,2.
- Sempé M (1953-1975) : Croissance des jeunes Français contemporains. INSRM (France).
- Thill E, Thomas R, Caja J (1983) : Manuel de l'éducateur sportif .4 ed Vigot (Paris).
- Thiebaulde C M, Sprumont P (1998) : L'enfant et le sport. Ed De Boeck Université,Belgique
- Weineck J (1992) : Manuel de l'Entraînement. Ed Vigot (Paris).
- Weineck J (1998) : Biologie du Sport. Ed Vigot (Paris).

Profil (Biométrie, Physique et Hydrodynamique) Prédicatif, Pour la Détection de jeunes talents en Natation Cas du 25m crawl.

Dr MAHIDDINE Djamel Salim.

Maître de conférence « B ».

Institut d'éducation Physiques et Sportives Université de Mostaganem

Résumé :

Le but de la recherche est de développer un modèle multi varié qui permettrait d'identifier et de mesurer la contribution des paramètres biométriques, physiques et hydrodynamiques, comme éléments prédictif de sélection d'enfants (filles et garçons) d'âge préscolaire pour une orientation vers un perfectionnement et une spécialisation éventuelle de la nage crawl, en période d'apprentissage en natation.

Les variables indépendantes sont au nombre de trente (30), dont dix-neuf (19) biométriques, huit (08) physiques évaluées hors de l'eau et trois (03) hydrodynamiques évaluées dans l'eau.

Les variables dépendantes sont les performances obtenues en crawl aux tests T1 à la séance n° 44, T2 à séance n° 54, sur la distance de 25m en m/sec.

A travers cette étude, nous proposons des profils prédictifs (les exigences de la nage crawl), des variables biométriques et des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques, lors de l'apprentissage, pour une éventuelle détection de jeunes talents

Mots clés : Biométrie, Qualités physiques - Qualités hydrodynamiques - Natation – Crawl – profil prédictif- Détection- Talent sportif

المخلص :

الغرض من هذا البحث هو أعداد نموذج متعدد الجوانب لإبراز و توضيح مدى اسهام العناصر البيومترية ، البدنية و الهيدرودينامكية كعناصر اساسية لانتقاء الأطفال (ذكور و اناث) مرحلة ما قبل المدرسة للتوجيه للتطور و التخصص في السباحة الحرة خلال مرحلة التعلم.

المتغيرات المستقلة وعدد من ثلاثين (30)، تتمثل في البيومترية عددها (19) ، وثمانية (08) بدنية تم قياسها خارج المسبح وثلاثة (03) هيدرودينامكية تم قياسها داخل الماء

المتغيرات المستقلة تمثلت في النتائج الرقمية في السباحة الحرة على مسافة 25متر تم اجراء الاختبار الاول في الحصة الرابعة و الاربعون 44 ، و الاختبار الثاني تم في الحصة الرابعة و الخمسون 54 لنفس المسافة

من خلال هذه الدراسة، فإننا نقترح ملامح تنبؤية (لمتطلبات السباحة الحرة)، العناصر البيومترية ، البدنية و الهيدرودينامكية اثناء التعلم، وذلك لغرض اكتشاف المواهب الشابة.

Introduction :

La pratique de la natation suscite la découverte d'un nouveau milieu, « milieu aquatique » qui conduit l'enfant à évoluer dans de nouveaux espaces qui sollicitent des mécanismes d'adaptation spatiale et motrice d'envergure.

La difficulté pour le débutant en natation, est de construire un nouveau référentiel utilisant de nouvelles sources d'informations, qui progressivement transformeront les réflexes et les automatismes du terrien où le principe de motricité diffère totalement.

L'objectif spécifique de l'apprentissage de la natation est de rendre l'enfant autonome dans l'eau en maîtrisant les notions d'équilibre, de respiration et de propulsion relative au milieu aquatique.

On ne peut pas proposer des contenus d'enseignement de la natation si on ne connaît pas :

- les caractéristiques de cette discipline en terme de sollicitation.
- le sujet que l'on a entre les mains en identifiant les ressources dont il dispose à un moment donné de l'apprentissage.

Sélection :

Ce ne sont pas les meilleurs mais les plus prometteurs qu'il s'agit de repérer

La **sélection** est une prédiction à court terme. Lorsque l'on sélectionne on évalue les possibilités que possède un apprenant dans un futur proche, de fournir une meilleure prestation que d'autres.

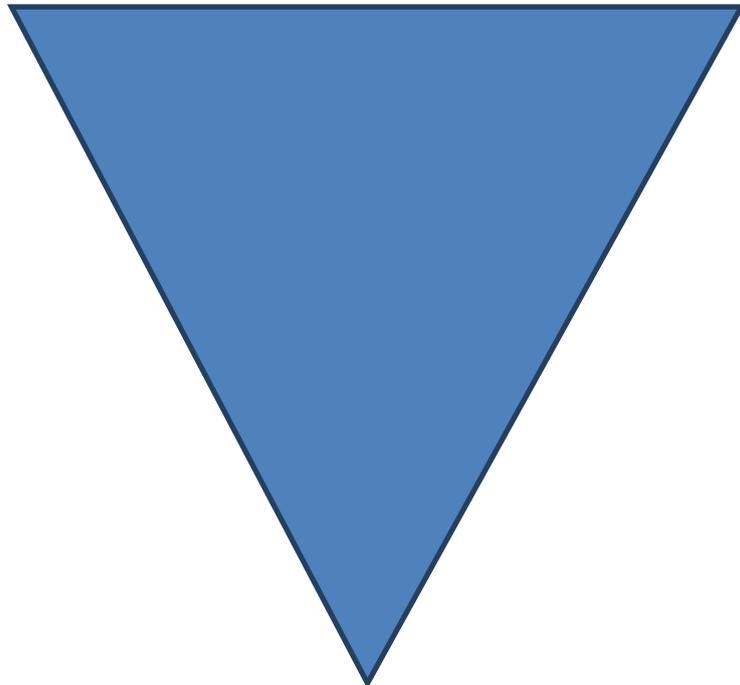
Contrairement à la **détection** de talent qui, elle permet d'évaluer à long terme, les chances de réussite sportive d'un jeune pratiquant.

«Ce ne sont pas les 'meilleurs', mais les plus 'prometteurs' qu'il s'agit de repérer»

L'objectif n'est pas de sélectionner les meilleurs au moment de la détection, mais les éléments les plus prometteurs!

La filière aboutissant à l'élite : Le système de pyramide

- 1- Repérer.
- 2- Détection
- 3- Orientation.
- 4- Formation – Sélection.
- 5- Entraînement.
- 6- Elite.



Problématique:

Encore aujourd'hui, très peu d'études sont réalisées auprès d'enfants engagés dans l'apprentissage de la natation afin d'identifier et de quantifier les variables Biométriques et des Capacités physiques et hydrodynamiques qui contribuent le mieux à expliquer les différences d'évolution sur la distance de 25m durant l'apprentissage, afin de pouvoir faire une première sélection et qui permettrait l'orientation vers une spécialisation de la nage crawl

C'est en réponse à ce type de travail que nous avons cherché un lien entre les variables biométriques et des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques) et l'action, au moment de l'apprentissage en natation.

Les questions que nous nous posons sont :

- 1- Y a-t-il des différences des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques) entre garçons et filles de cet âge ?
- 2- Quelles sont les variables biométriques et des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques) corrélées avec la nage crawl sur la distance de 25m.
- 3- Quel serait le profil le mieux adapté pour la nage crawl sur la distance de 25m ?

Objectif :

Elaborer un profil biométrique, physique et hydrodynamique, qui permettrait de sélectionner les meilleurs enfants apprenants, pour une orientation vers la nage crawl comme spécialité.

Hypothèses :

- 1- Il y a des différences à cet âge entre les filles et les garçons de 8-9ans des variables biométriques et des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques).
- 2- Il y a des différences d'évolution de l'apprentissage d crawl entre filles et garçons de cet âge.
- 3- Certains paramètres biométriques, physiques et hydrodynamiques ont un rôle important lors de l'apprentissage de la nage crawl.

Expérimentation :

L'objectif de notre expérimentation est l'apprentissage, sur la base d'une pédagogie différenciée, de la nage crawl sur la distance de 25m.

Un programme d'apprentissage a été élaboré au préalable. Il s'étale sur 54 séances.

A raison de deux (02) séances hebdomadaires, de 60 minutes pour chaque séance et d'un travail effectif de 22 minutes, dans une eau à 24 degré C°.

L'expérience s'est déroulée au niveau de complexe sportif de Mostaganem (O.P.O.W.)

Moyens:

1- Population : (16) seize enfants huit, (08) filles et huit (08) garçons, d'un âge moyen de 8 ans et 06 mois.

Notre travail statistique a consisté par conséquent à tenir compte des résultats des 16 enfants restants.

2- Moyens humains : - Un médecin pour le control médical des enfants avant l'expérimentation,
- un technicien supérieur de la santé pour la prise des mesures biométrique,

- deux étudiants de fin de cycle de licence en spécialité natation ainsi que le chercheur pour le passage des tests et des mesures des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques).

3- Moyens matériels :

- Le matériel utilisé pour la prise des mesures :

Une valise anthropométrique (toise, mètre à ruban, compas, pied à coulisse...) - une pince à pli cutané - une balance, un spiromètre électronique - un mètre à Ruban - un décamètre - une planche graduée - une barre fixe - un tapis - un sifflet - un chronomètre - une piste d'athlétisme - un bassin d'apprentissage de petite profondeur et grand bassin.

- Le matériel utilisé pour l'apprentissage des nages :

Bassin d'apprentissage - grand bassin - planches et perches.

Méthodes :

1- Méthodes de tests :

Des tests et mesures ont été réalisés pour évaluer le niveau de développement des paramètres Biométriques, des Capacités motrices (physiques et Hydrodynamiques) et des temps de parcours de la nage crawl T1 et T2 sur la distance de 25m.

1-1- La mesure des paramètres biométriques :

Dix neuf (19) variables ont été évaluées :

1- Le Poids (kg).

2- La Taille (cm).

3- Rapport Taille/Poids.

4- Envergure (cm).

5- Taille assis (cm).

6- Longueur du membre supérieur (cm).

7- Longueur du membre inférieur (cm).

8- Longueur de la main (cm).

9- Longueur du pied (cm).

10- Distance biacromiale (cm).

11- Distance Bicrétale (cm).

12- Largeur de la main (cm).

13- Largeur du pied (cm).

14- Circonférence thoracique (cm).

15- Circonférence deltoïdienne (cm).

16- Circonférence du bassin (cm).

17- Pourcentage de graisse (%).

18- Surface cutanée (cm²)

19- Capacité vitale (L).

1-2- Les tests et mesures des capacités motrices :

Huit (08) tests et mesures des capacités Physiques ont été réalisés hors de l'eau :

1- Suspension des bras (sec).

2- Saut en longueur sans élan (cm).

3- Nombre de flexions extension des abdominaux en (30 sec).

4- Vitesse sur 50m (sec).

5- Distance parcourue en 9 min (m) sur piste.

6- Souplesse du tronc (cm).

7- Souplesse des épaules (cm).

8- Détente verticale (cm).

Trois (03) tests et mesures des capacités hydrodynamiques ont été effectués (dans l'eau) :

- 1- Coulée ventrale (m).
- 2- Niveau de flottabilité (points).
- 3- Flottabilité horizontale (sec)

1-3- Tests de nage crawl :

Des tests chronométrés ont été réalisés pour évaluer le temps de parcours en crawl, sur la distance retenue de 25m, en seconde et dixième de seconde, puis convertie en mètre par seconde (m/sec).

Les tests de nages crawl sur la distance de 25m:

T 1 à la séance n°44 et T 2 à la séance n°54.

2- Méthodes statistiques :

L'analyse statistique s'est réalisée par le logiciel StatBox 6.

2-1- Les statistiques descriptives (moyennes, écart types) ont été calculées pour l'ensemble des variables.

2-2- Le minimum et le maximum pour chaque variable ont été mis en valeur,

2-3- Les comparaisons entre garçons et filles furent réalisées par l'analyse de variance (ANOVA). Lorsque le rapport F s'avère significatif. Le test « post-hoc » de Newman Keurls puis de Bonferroni ont été utilisé pour situer les différences entre les filles et garçons.

2-4- Une Analyse en composantes principales a été réalisée « ACP », pour les corrélations

2-5- Une hiérarchisation par ordre croissant des mesures de chaque variable étudiée, nous a permis une répartition par intervalle, créant ainsi pour leur majorité quatre (04) classes. Seules deux classes ont pu être dégagées pour les variables : largeur de la main, largeur du pied et niveau de flottabilité.

La moyenne en mètre par seconde (m/sec) de la performance réalisée pour chaque classe a été calculée, pour les tests crawl de 25 m, mettant en relief la classe la plus performante.

C'est ainsi que les profils pour le test un T1 et le test deux T2 du crawl sur la distance de 25m ont été proposés.

Interprétation des résultats :

1 - Variations des paramètres Biométriques et des capacités motrices (Physiques et Hydrodynamiques) chez les jeunes enfants.

La comparaison des variables mesurées biométriques, physiques et hydrodynamiques entre garçons et filles, est réalisée par l'analyse de variance (ANOVA).

Tableau 1. Effet du facteur (sexe) étudié à l'âge de 8 ans 9ans sur les variables mesurées biométriques et des Capacités motrices :

N°	Variables	MOYENNES GENERALES	MOYENNES		TEST F
			Garçons	Filles	
1	Poids (kg)	25.906	26,875	24,938	1,788
2	Taille (cm)	133.781	134,375	133,188	0,256
3	Rapport Taille/Poids	5.225	5,038	5,413	2,232
4	Envergure (cm)	133.531	135,063	132	1,788
5	Taille assis (cm)	66.625	67,1	66,15	0,397
6	Longueur Membre-Superieur (cm)	53.7	53,963	53,438	0,3
7	Longueur Membre inférieur (cm)	66.538	67,288	65,788	0,795
8	Longueur de la main (cm)	14.794	14,875	14,713	0,208
9	Longueur du pied (cm)	21.438	21,438	21,188	0,653
10	Distance biacromiale (cm)	26.119	27,113 A	25,125 B	5,939*
11	Distance Bicipitale (cm)	18.631	18,525	18,738	0,143
12	Largeur de la main (cm)	6.544	6,688	6,4	2,327
13	Largeur du pied (cm)	7.488	7,75	7,225	2,258
14	Circonférence thoracique (cm)	61.813	62,5	61,125	0,918
15	Circonférence deltoïdienne (cm)	75.219	77,5 A	72,938 B	6,397*
16	Circonférence bassin (cm)	65.781	66,313	65,25	0,306
17	Pourcentage de graisse %	15.0	12,875 B	17,125 A	13,904**
18	Surface cutanée (cm ²)	99.313	101,375	97,25	1,432
19	Capacité vitale (L)	1.944	2,05 A	1,838 B	4,526*
20	Suspension des bras (sec)	34.625	43,375	25,875	1,861
21	Saut en longueur (cm)	124.063	130,875	117,25	3,467
22	Nombre d'abdominaux (en 30 sec)	17.688	19,5	15,875	3,663
23	Vitesse 50m (sec)	10.15	9,563 A	10,738 B	9,643*
24	Distance en 9 min (m)	1235.938	1235,938 A	1071,875 B	27,811**
25	Souplesse du tronc (cm)	15.438	14,125	16,75	0,961
26	Souplesse des épaules (cm)	46.5	45,063	47,938	0,296
27	Détente verticale en (cm)	25.5	27,438 A	23,563 B	7,253*
28	Coulée ventrale (m)	3.194	3,288	3,1	0,271
29	Flottabilité horizontale (sec)	7.206	6,5 B	7,913 A	8,079*
30	Niveau de flottabilité (point)	2.5	2,625	2,375	0,609

A- La comparaison entre garçons et filles des 19 variables biométriques mesurées nous montre qu'en général il n'y a pas de différences significatives au moment où l'apprentissage des nages cycliques (crawl et Dos crawlé) a été entamé.

Néanmoins quatre variables sont différentes. Nous remarquons :

- une distance biacromiale beaucoup plus importante chez les garçons que chez les filles ($p < 0.05$) ; soit des valeurs de 27.11cm contre 25.13cm en moyenne.
- La circonférence deltoïdienne s'avère significativement à $p < 0.05$, plus élevée chez les garçons que leurs équivalents filles ; à savoir 77.5 cm contre 72.54 cm,

- la même constatation est faite pour la capacité vitale, les garçons ont enregistré comme valeur moyenne : 2.05 L, supérieure à celle enregistrée par les filles 1.84 L, à $p < 0.05$.
- Seules les valeurs moyennes du pourcentage de graisse sont plus importantes chez les filles : 17.13 % que chez les garçons : 12.86% à $p < 0.05$.

B- Globalement en ce qui concerne **les capacités motrices** (nombre des variables mesurées est de onze), les garçons ont enregistré de meilleurs résultats que les filles.

- Sur les huit (08) tests et mesures **des capacités physiques** mesurées hors de l'eau, les différences sont particulièrement significatives en faveur des garçons pour :

- la qualité vitesse sur 50m en piste est de 9.56 (sec) pour les garçons contre 10.74 (sec) pour les filles à $p < 0.05$ et c'est en faveur des premiers.

- pour la distance parcourue en 9 minutes 1235.94 m a été la distance moyenne pour les garçons contre 1071.86 m distance moyenne des filles à $p < 0.05$.

- et pour la détente verticale 27.44 cm est la moyenne réalisée par les garçons, contre 23.56 cm moyenne réalisée par les filles à $p < 0.05$.

Pour les cinq autres variables mesurées, les différences ne sont pas significatives pour l'ensemble des sujets (garçons et filles).

- Les tests **des capacités hydrodynamiques** mesurées dans l'eau, au nombre de trois (03), nous montrent que la différence enregistrée est particulièrement significative pour le test de flottabilité horizontale en faveur des filles, 7.91 sec contre 6.5 sec pour les garçons à $p < 0.05$. Quant aux tests de la coulée ventrale et du niveau de flottabilité, l'ensemble des sujets (garçons et filles) ont observé des résultats statistiquement non différents.

2-Variations des performances réalisées à différents moments de l'apprentissage de la nage crawl en m/sec sur la distance de 25 m:

L'évaluation de l'apprentissage de la nage crawl s'est réalisée sur la distance de 25m, à la quarante quatrième séance (T1) et à la cinquante quatrième (T2).

Tableau 2. Variation des performances en crawl

tests Effectifs	T1	T2
1	0,532	0,585
2	0,495	0,525
3	0,385	0,423
4	0,556	0,59
5	0,588	0,6
6	0,472	0,483
7	0,543	0,565
8	0,562	0,59
9	0,588	0,61
10	0,649	0,687
11	0,51	0,55
12	0,446	0,485
13	0,2	0,285
14	0,391	0,42
15	0,321	0,38
16	0,575	0,6

2-1- Test de la nage crawl (T 1)

La vitesse de nage varie entre 0.2 m/sec, valeur minimale et 0.649 m/sec, valeur maximale. La vitesse moyenne de T1 est de 0.524 m/sec.

2-2- Test de la nage crawl (T 2).

La vitesse de nage varie entre 0.285 m/sec, valeur minimale et 0.687 m/sec, valeur maximale.

La vitesse moyenne de T2 est de 0.616 m/sec

4- Profil biométrique, physique et hydrodynamique de la nage crawl:

Sous réserve des l'effectif étudié, des profils théoriques sont dégagés à travers les intervalles déterminés pour chaque distance retenue de la nage cyclique crawl évalués en m/sec a des moments différents de l'apprentissage.

4-1- Profil théorique du test T1 de la nage crawl sur la distance de 25m.

Tableau 3. Profil par intervalle de classe du T3 (X = 0,488 m/sec).

N°	Variables	X ± σ	Intervalles et moyennes de nage en m/sec par classe			
			20 - 24	24 - 25,5	25,5 - 27	27 - 31,5
1	Poids (kg)	25.906	20 - 24	24 - 25,5	25,5 - 27	27 - 31,5
		± 0,169	0,526	0,392	0,501	0,535
2	Taille (cm),	133.781	125 - 130	130 - 133	133 - 136,5	136,5 - 142,5/142,5
		± 4,70	0,382	0,492	0,567	0,513
3	Rapport Poids/ taille	5.225	4,4 - 4,9	4,9 - 5	5 - 5,4	5,4 - 6,5
		± 0,502	0,52	0,426	0,482	0,526
4	Envergure (cm)	133.531	124,5 - 129,5	129,5 - 132,5	132,5 - 138	138 - 141
		± 4,58	0,401	0,485	0,555	0,513
5	Taille assis (cm)	66.625	56,6 - 64,9	64,9 - 67,3	67,3 - 68	68 - 70,6
		± 3,014	0,413	0,457	0,555	0,529
6	Longueur Membre Supérieur (cm)	53.7	50,7 - 52,3	52,3 - 53,5	53,5 - 55,5	55,5 - 56,9
		± 1,916	0,414	0,545	0,482	0,513
7	Longueur Membre Inférieur (cm)	66.538	61,5 - 64,1	64,1 - 66,5	66,5 - 68,5	68,5 - 75
		± 3,366	0,35	0,52	0,548	0,535
8	Longueur de la Main (cm)	14.794	14 - 14,2	14,2 - 14,5	14,5 - 15	15 - 16
		± 0,712	0,439	0,421	0,581	0,513
9	Longueur du Pied (cm)	21.438	19 - 20,5	20,5 - 21	21 - 22	22 - 24
		± 1,237	0,36	0,544	0,503	0,546
10	Distance biacromiale (cm)	26.119	22 - 24,5	24,5 - 26,5	26,5 - 27,3	27,3 - 28,8
		± 1,631	0,389	0,49	0,483	0,592
11	Distance bicrétale (cm)	18.631	17 - 17,5	18 - 17,5	18,5 - 19	19 - 20,5
		± 1,123	0,427	0,544	0,443	0,54
12	Largeur de la Main (cm)	6.544	5,8 - 6,5	5,8 - 6,6		
		± 1,123	0,441	0,536		
13	Largeur du Pied (cm)	7.488	6 - 7,5	7 - 7,5		
		± 0,699	0,45	0,527		
14	Circonférence thoracique (cm)	61.813	56 - 59,5	59,5 - 61	59,5 - 62	64 - 66
		± 2,871	0,432	0,434	0,544	0,543
15	Circonférence deltoïdienne (cm)	75.219	67 - 73	73 - 74,5	74,5 - 78	74,5 - 79
		± 3,608	0,51	0,432	0,453	0,56
16	Circonférence Bassin (cm)	65.781	60 - 63	61 - 63	66 - 68	68 - 73
		± 3,84	0,499	0,515	0,509	0,431
17	Pourcent Graisse %	15.0	10,5 - 13	10,5 - 14	14,5 - 16	16 - 21,5
		± 2,28	0,511	0,528	0,416	0,499
18	Surface cutanée	99.313	87 - 93	93 - 98	98 - 102	102 - 112
		± 6,894	0,432	0,438	0,548	0,535
19	Capacité Vitale (L)	1.944	1,4 - 1,8	1,8 - 2	2 - 2,1	2,1 - 2,3
		± 0,2	0,366	0,503	0,534	0,551
20	Suspension des bras (sec)	34.625	8 - 19,5	19,5 - 37	37 - 67	67 - 90
		± 25,659	0,34	0,538	0,508	0,568
21	Saut en longueur sans élan (cm)	124.063	94 - 108	108 - 125	125 - 134	134 - 150
		± 14,635	0,457	0,428	0,531	0,538
22	Nombre d'abdominaux en 30 sec	17.688	8 - 14	14 - 19	19 - 20	20 - 24
		± 3,788	0,356	0,547	0,489	0,562
23	Cours Vitesse sur 50m (sec)	10.15	9,1 - 9,5	9,5 - 9,6	9,6 - 10,7	10,7 - 12,6
		± 0,757	0,475	0,55	0,589	0,34
24	Distance parcourue en 9 min (m)	1235.938	850 - 1050	1050 - 1225	1225 - 1400	1400 - 1550
		± 124,441	0,39	0,482	0,533	0,548
25	Souplesse Tronc (cm)	15.438	4,5 - 15	15 - 16	16 - 19	19 - 23
		± 5,354	0,466	0,538	0,395	0,555

26	Souplesse des épaules (cm)	46.5	20,5 - 38	38 - 50,5	50,5 - 53	53 - 55
		± 10,564	0,508	0,422	0,475	0,548
27	Détente verticale (cm)	25.5	20 - 23,5	23,5 - 25,5	25,5 - 26	26 - 33
		± 2,878	0,356	0,53	0,557	0,511
28	Coulée Ventrale (m)	3.194	2,1 - 2,5	2,5 - 3	3 - 3,7	3,7 - 4,5
		± 0,721	0,366	0,516	0,574	0,499
29	Flottabilité Horizontale (sec)	7.206	5,5 - 6,4	6,4 - 7,2	7,2 - 7,5	7,5 - 9,7
		± 0,994	0,52	0,457	0,439	0,539
30	Niveau flottabilité (points)	2.5	2 - 3	3 - 4		
		± 0,641	0,414	0,563		

N°	Variables	\bar{X}	Intervalles et moyennes de nage en m/sec par classe			
1	Poids (kg)	25.906				27
2	Taille (cm),	133.781			133	
3	Rapport Poids/ taille	5.225				14
4	Envergure (cm)	133.531			132,5	
5	Taille assis (cm)	66.625			67,3	68
6	Longueur Membre	53.7	52,3			
7	Longueur Membre	66.538			66,5	
8	Longueur de la Main (cm)	14.794			14,5	
9	Longueur du Pied (cm)	21.438				22
10	Distance biacromiale (cm)	26.119				27,5 - 28,8
11	Distance bicrétale (cm)	18.631	18			
12	Largeur de la Main (cm)	6.544	5,8			
13	Largeur du Pied (cm)	7.488	7			
14	Circonférence thoracique	61.813			59,5	
15	Circonférence deltoïdienne	75.219				74,5
16	Circonférence Bassin (cm)	65.781				
17	Pourcent Graisse %	15.0	10,5			
18	Surface cutanée	99.313			98	
19	Capacité Vitale (L)	1.944				2,1
20	Suspension des bras (sec)	34.625				67
21	Saut en longueur sans élan	124.063				134
22	Nombre d'abdominaux en	17.688				20
23	Cours Vitesse sur 50M (sec)	10.15			9,6	
24	Distance parcourue en 9	1235.938				1400
25	Souplesse Tronc (cm)	15.438				19
26	Souplesse des épaules (cm)	46.5				53
27	Détente verticale (cm)	25.5			25,5	
28	Coulée Ventrale (m)	3.194			3	3,7
29	Flottabilité Horizontale	7.206				7,5
30	Niveau flottabilité (points)	2.5	3			

Figure 1. Représentation graphique du profil au test de T1 de notre échantillon.

5-2-4-5- Profil théorique du test T2 de la nage crawl sur la distance de 25m.

Tableau 4. Profil par intervalle de classe du T2 (X = 0,524 m/sec) :

N°	Variables	$\bar{X} \pm \sigma$	Intervalles et moyennes de nage en m/sec par classe			
1	Poids (kg)	25.906	20 - 24	24 - 25.5	25.5 - 27	27 -
		+ 0.169	0.555	0.435	0.539	0.565
2	Taille (cm),	133.781	125 - 130	130 - 133	133 - 136.5	136.5 -
		+ 4.70	0.429	0.518	0.606	0.541
3	Rapport Poids/ taille	5.225	4.4 - 4.9	4.9 - 5	5 - 5.4	5.4 - 6.5
		+ 0.502	0.544	0.484	0.512	0.555
4	Envergure (cm)	133.531	124.5 -	129.5 -	132.5 - 138	138 -
		+ 4.58	0.45	0.523	0.58	0.541
5	Taille assise (cm)	66.625	56.6 - 64.9	64.9 - 67.3	67.3 - 68	68 -
		+ 3.014	0.461	0.497	0.581	0.555
6	Longueur Membre Supérieur (cm)	53.7	50.7 - 52.3	52.3 - 53.5	53.5 - 55.5	55.5 -
		+ 1.916	0.458	0.57	0.526	0.541
7	Longueur Membre Inférieur (cm)	66.538	61.5 - 64.1	64.1 - 66.5	66.5 - 68.5	68.5 -
		+ 3.366	0.403	0.545	0.581	0.565
8	Longueur de la Main (cm)	14.794	14 - 14.2	14.2 - 14.5	14.5 - 15	15 - 16
		+ 0.712	0.476	0.468	0.609	0.541
9	Longueur du Pied (cm)	21.438	19 - 20.5		21 - 22	22 - 24
		+ 1.237	0.408	0.578	0.534	0.574
10	Distance biacromiale (cm)	26.119	22 - 24.5	24.5 - 26.5	26.5 - 27.3	27.3 -
		+ 1.631	0.44	0.521	0.514	0.619
11	Distance bicrétale (cm)	18.631	17 - 17.5	18 - 17.5	18.5 - 19	19 -
		+ 1.123	0.466	0.575	0.486	0.568
12	Largeur de la Main (cm)	6.544	5.8 - 6.5	5.8 - 6.6		
		+ 1.123	0.484	0.563		
13	Largeur du Pied (cm)	7.488	6 - 7.5	7 - 7.5		
		+ 0.699	0.49	0.557		
14	Circonférence thoracique (cm)	61.813	56 - 59.5	59.5 - 61	59.5 - 62	64 - 66
		+ 2.871	0.476	0.469	0.574	0.575
15	Circonférence deltoïdienne (cm)	75.219	67 - 73	73 - 74.5	74.5 - 78	74.5 -
		+ 3.608	0.543	0.485	0.479	0.587
16	Circonférence Bassin (cm)	65.781	60 - 63	61 - 63	66 - 68	68 - 73
		+ 3.84	0.53	0.546	0.552	0.467
17	Pourcent Graisse %	15.0	10.5 - 13	10.5 - 14	14.5 - 16	16 -
		+ 2.28	0.539	0.553	0.466	0.536
18	Surface cutanée (cm ²)	99.313	87 - 93	93 - 98	98 - 102	102 -
		+ 6.894	0.476	0.472	0.581	0.565
19	Capacité Vitale (L)	1.944	1.4 - 1.8	1.8 - 2	2 - 2.1	2.1 - 2.3
		+ 0.2	0.410	0.533	0.561	0.583
20	Suspension des bras (sec)	34.625	8 - 19.5	19.5 - 37	37 - 67	67 - 90
		+ 25.650	0.302	0.560	0.537	0.506
21	Saut en longueur sans élan (cm)	124.063	94 - 108	108 - 125	125 - 134	134 -
		+ 14.635	0.51	0.47	0.555	0.550
22	Nombre d'abdominaux en 30	17.688	8 - 14	14 - 19	19 - 20	20 - 24
		+ 3.788	0.403	0.587	0.516	0.580
23	Cours Vitesse sur 50m (sec)	10.15	9.1 - 9.5	9.5 - 9.6	9.6 - 10.7	10.7 -
		+ 0.757	0.51	0.572	0.619	0.392
24	Distance parcourue en 9 min (m)	1235.938	850 - 1050	1050 -	1225 - 1400	1400 -
		+ 124.441	0.443	0.517	0.552	0.582
25	Souplesse Tronc (cm)	15.438	4.5 - 15	15 - 16	16 - 19	19 - 23
		+ 5.354	0.505	0.562	0.445	0.583
26	Souplesse des épaules (cm)	46.5	20.5 - 38	38 - 50.5	50.5 - 53	53 - 55
		+ 10.564	0.529	0.469	0.514	0.582
27	Détente verticale (cm)	25.5	20 - 23.5	23.5 - 25.5	25.5 - 26	26 - 33
		+ 2.878	0.403	0.564	0.588	0.539
28	Coulée Ventrale (m)	3.194	2.1 - 2.5	2.5 - 3	3 - 3.7	3.7 - 4.5
		+ 0.721	0.419	0.555	0.601	0.519
29	Flottabilité Horizontale (sec)	7.206	5.5 - 6.4	6.4 - 7.2	7.2 - 7.5	7.5 - 9.7
		+ 0.994	0.544	0.5	0.484	0.566
30	Niveau flottabilité (points)	2.5	2 - 3	3 - 4		
		+ 0.641	0.453	0.594		

°	Variables	X ± σ	Intervalles et moyennes de nage en m/sec par classe			
1	Poids (kg)	25.906				27, - 31,5
2	Taille (cm),	133.781			133	
3	Rapport Poids/ taille	5.225				5,4 - 6,5
4	Envergure (cm)	133.531			132,5	
5	Taille assise (cm)	66.625			67,2	68
6	Longueur Membre	53.7	52,3	53,5		
7	Longueur Membre	66.538			66,5	-
8	Longueur de la Main (cm)	14.794			14,5	15
9	Longueur du Pied (cm)	21.438				22 - 24
10	Distance biacromiale (cm)	26.119				27,3 - 28,8
11	Distance bicrétale (cm)	18.631	18			
12	Largeur de la Main (cm)	6.544	5,8			
13	Largeur du Pied (cm)	7.488	7	7,5		
14	Circonférence thoracique	61.813			59,5	
15	Circonférence	75.219				74,5 - 79
16	Circonférence Bassin (cm)	65.781	61	63		
17	Pourcent Graisse %	15.0	10,5			
18	Surface cutanée	99.313			98	
19	Capacité Vitale (L)	1.944				2,1 - 2,3
20	Suspension des bras (sec)	34.625				67 - 90
21	Saut en longueur sans	124.063				134 - 150
22	Nombre d'abdominaux en	17.688				20 - 24
23	Cours Vitesse sur 50m	10.15			9,6	
24	Distance parcourue en 9	1235.938				1400 -
25	Souplesse Tronc (cm)	15.438				19 - 23
26	Souplesse des épaules	46.5				53 - 55
27	Détente verticale (cm)	25.5			25,5	
28	Coulée Ventrale (m)	3.194			3	
29	Flottabilité Horizontale	7.206				7,5 - 9,7
30	Niveau flottabilité (points)	2.5	3			

Figure 2. Représentation graphique du profil au test de T2 de notre échantillon.

- **Discussion :**

1- L'analyse de variance des variables mesurées entre garçons et filles d'âge de 8 – 9 ans nous amène à constater qu'entre garçons et filles, en moyennes les différences ne sont pas très importantes.

Néanmoins, certaines variables biométriques mesurées se voient significativement différentes en faveur des garçons : la distance bi acromiale ($F = 5,939^*$), la circonférence deltoïdienne ($F = 6,397^*$) et la capacité vitale ($F = 4,526^*$), tandis que la variable mesurée du pourcentage de graisse ($F = 13,904^{**}$) est hautement significative en faveur des filles.

Certaines variables de capacités motrices (physiques) : la vitesse 50m ($F = 9,643^*$), la détente verticale en ($F = 7,253^*$) se voient différentes significativement et la distance parcourue en 9 min ($F = 27,811^{**}$) hautement différente en faveur des garçons ; et enfin sur les variables mesurées hydrodynamiques, la flottabilité horizontale se voit différente en faveur des filles ($F = 8,079^*$).

2- Corrélations des variables mesurées avec les performances réalisées.

Les corrélations des variables mesurées (variables indépendantes) corrélées avec les performances réalisées en m/sec (variables dépendantes) sur la distance de 25m (T1 ; T2) nous donnent :

2-1 : Pour la biométrie : sur les 19 variables retenues nous avons la distance biacromiale (cm), la circonférence deltoïdienne (cm), le pourcentage de graisse % et la capacité vitale (L).

2-2- Pour les qualités physiques (mesurées hors de l'eau) : a la suspension des bras, au saut en longueur sans élan, au nombre d'abdominaux réalisés en 30 sec, a la vitesse mesurée sur la distance de 50m en piste et a la distance parcourue en 9 min.

Les qualités physiques jouent un rôle important en crawl sur la distance de 25m.

2-3- Pour les qualités hydrodynamiques (mesurées dans l'eau) : a la coulée ventrale et au niveau de flottabilité.

Ces qualités hydrodynamiques (coulée ventrale et le niveau de flottabilité) ont leur importance et influent sur l'apprentissage de la nage crawl sur le 25m

Les mêmes variables des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques) sont corrélées au test T1 et au test T2.

3- L'évolution de l'apprentissage pour la grande majorité des apprenants du groupe, est remarquée.

Il n'y a pas de différence d'évolution de l'apprentissage des nages entre garçons et filles

Il y a lieu de remarquer que le groupe des garçons est plus homogène dans les performances obtenues lors des tests de nages crawl que celui des filles.

Les résultats les plus faibles de l'effectif total, sont remarqués dans le groupe des filles à savoir le numéro 13, le n°14, le n°15. En revanche, le n° 10 a obtenu les meilleures performances de l'effectif total.

Conclusion :

Notre objectif était de montrer en quoi la recherche sur les facteurs biométriques et des capacités motrices (physiques et hydrodynamiques) pouvait être utilisée dans la prédiction de réussite et même en constituer un élément essentiel parmi d'autres (psychologiques, sociologiques ; peuvent être comme des déterminants fondamentaux de la performance, et être aussi intégrés dans le processus de détection de futurs talents en Natation.

- Recommandations :

- La prise en charge d'enfants apprenant à nager doit prendre en compte les différences morphologiques et physiques.
- La pédagogie différenciée est une réponse à ses différences individuelles.
- Les petits bassins d'apprentissage ou bassins pédagogiques doivent être prévus lors de la construction de nouvelles piscines.
- Des formations spécifiques concernant la première étape d'apprentissage « familiarisation » pour les enseignants et pédagogue de cette discipline.
- Eviter l'utilisation systématique et prolongée de la ceinture de flottaison.

Bibliographie :

- BARBE P. ; les compartiments corporels. Traité de nutrition, Flammarion.
- BARBE P. ; les méthodes d'études de la composition corporelle. Métabolisme hormones et nutrition.
- BARQUET M. 1998 ; Education sportive. Initiation et entraînement. Paris, L'Harmattan.
- BENSAHEL H. 1998 ; L'enfant et la pratique sportive. Paris, Masson.
- BURT C. 1946 ; L'étude factorielle des types physiques. - Biotypologie, p. 42-55.
- CAZORLA G. 1984 ; De l'évaluation en activité physique et sportive. - Tr. et Rech. en E.P.S. "Evaluation de la valeur physique", (LN.S.E.P.) n. 7 : octobre, p. 7-35.
- CAZORLA G. ; Tests spécifiques d'évaluation du nageur.
- CHOLET D. 1990 ; Approche scientifique de la natation sportive. Edition Vigot, Paris.
- DUPUIS J.M., DAUDE G. 1991 ; Graine de champion. L'enfant – La santé – Le sport. Paris, CIEM.
- ERWIN H. 1987 ; L'entraînement sportif des enfants ; Ed Vigot Paris.
- FAMOSE J.P., DURAND M., 1988 ; Aptitude et performance motrice. Revue EPS.
- GRAPPE F., 2000 ; Etude des variables de la performance en sport, Application au cyclisme.
- HEYTERS C., 1976 ; Relation des mesures biométriques et des tests d'aptitude physique au laboratoire avec les performances sur le terrain. Thèse de Doctorat en E P S Belgique 1976.
- LEWIN G. , 1981 ; Natation : Manuel de l'entraîneur ; Editions Vigot , Paris.
- PALMER L. Mervyn 1985 ; Sciences de l'enseignement de la natation ; Editions Vigot, Paris.
- SZCZESCYS. 1984 ; Approche de l'évaluation de l'aptitude physique des enfants de 7 à 14 ans. - Tr. et Rech. en E.P.S., "Evaluation de la valeur physique". (LN.S.E.P.) n.7.
- VANDERVAEL F. 1980 ; Biométrie Humaine 3e éd. - Paris, Masson.
- WEINECK j., 1992 ; Biologie du sport. Editions Vigot, Paris.
- WOLFF M.; GROSSEGEORGE B. 1998: Détection / Sélection et expertise en sports collectifs. L'exemple du basketball. Paris, Les Cahiers de l'INSEP.

Effets de l'entraînement sur le niveau de développement des qualités physico – techniques et des indices anthropométriques des jeunes footballeurs algériens.

Aradji A.

ENS/STS de Dély-Ibrahim, BP. 71, El Biar Alger

Il est connu que les sports collectifs comme le football sont forts complexes de par les paramètres qu'ils mettent en jeu tels ceux anthropométriques, physiologiques, psychologiques, perceptuelles et techniques (Williams et Frank, 1998) ; et ce en plus des exigences liées à la connaissance du jeu pour développer n'importe quelle stratégie de jeu. A ce titre, il est apparu que toute initiative pour identifier le talent, assez tôt, doit considérer l'ensemble de ces facteurs, tout en les couplant avec les effets de la croissance durant tout le cycle de l'évolution de l'enfant (Malina et al. 2006).

Cette pluridisciplinarité, spécifique au football et que reconnaît la science, n'est cependant pas totalement caractérisée, car les connaissances scientifiques actuelles sont loin de cerner avec objectivité toutes les variables d'importance en football. En effet, aujourd'hui encore, il est délicat de développer des tests fiables aptes à préciser objectivement les aspects perceptuels et les attributs cognitifs devant caractériser les jeunes talents en football (Williams et Davids, 1998), ce qui, en quelque sorte vérifie l'adage qui veut que le football est plus un sport appréciable que quantifiable, car, il est très difficile de quantifier mathématiquement la variabilité des processus cognitifs et affectifs pendant le déroulement du jeu.

Pour répondre à ce problème, qui reste une des parties de l'étude que nous menons sur les effets de l'entraînement sur le niveau de développement des qualités physico – techniques et des indices anthropométriques des jeunes footballeurs algériens et ceci sur trois années successives, nous avons proposé un programme d'entraînement original qui répond aussi bien aux besoins du jeu qu'à ceux de l'identification des talents en football.

Cette expérience qui concerne 92 enfants âgés entre 11 et 14 ans, nous a permis de noter, une amélioration du niveau de développement des qualités physiques et techniques des jeunes intéressés par le suivi et l'évaluation. Toutefois, nous ne nous hasarderons pas à imputer cela aux seuls effets du programme d'entraînement, sans avoir procédé aux vérifications nécessaires. Ceci étant les résultats (tableaux ci – dessous) relatifs aux paramètres totaux des jeunes footballeurs, mettent en relief pour :

Tableau n°1 : Paramètres totaux des jeunes footballeurs nés en 1992

	Avril 2007				Avril 2008				Avril 2009			
	MOY.	SD	MAX.	MIN.	MOY.	SD	MAX.	MIN.	MOY.	SD	MAX.	MIN.
Mois	4,5	3,23 5	11	1	4,5	3,23 5	11	1	4,5	3,23 5	11	1
Poids	54,071	7,38 1	69,26	43,89	59,983	6,25 9	73,5	50	63,633	6,16 0	77	53
Vertex	166,31 3	6,93 2	178,5	153	167,12 3	4,55 8	175,3	157	170,66 5	4,32 2	178,2	161,4

Tableau n°2 : Paramètres totaux des jeunes footballeurs nés en 1993

	Avril 2007				Avril 2008				Avril 2009			
	MOY.	SD	MAX.	MIN.	MOY.	SD	MAX.	MIN.	MOY.	SD	MAX.	MIN.
Mois	5,353	2,984	11	1	5,353	2,984 4	11	1	5,353	2,984 4	11	1
Poids	45,721	8,579	66	31	49,676	7,154 4	64	39	53,185	7,111 1	67,5	43
Vertex	156,679	9,318	176	143	158,859	7,615 5	174,4	147,3	161,997	7,530 0	177	150,2

SD : écart-type

Tableau n°3 : Paramètres totaux des jeunes footballeurs nés en 1994

	Avril 2007				Avril 2008				Avril 2009			
	MOY.	SD	MAX.	MIN.	MOY.	SD	MAX.	MIN.	MOY.	SD	MAX.	MIN.
Mois	5,867	3,963	12	1	5,867	3,963	12	1	5,867	3,963	12	1
Poids	37,8	8,999	58	21	41,837	9,409	62	23,1	46,803	4,444	55,5	37,9
Vertex	145,37	9,527	169,5	132,5	149,343	10,801	173,8	132,5	152,547	4,811	162,8	145

L'âge

Il est connu que le système des compétitions pour les jeunes, est construit en catégorie sur la base de l'âge chronologique, avec l'idée d'offrir les mêmes chances de participation et de réussite aux enfants. Partant du fait que les effets de l'âge (relatif) ont un impact certain sur les procédures de sélection selon Helsen et al. 1999, l'un des objectifs de cette présentation de l'âge est de déterminer la distribution des joueurs suivant les mois et trimestres de l'année, afin de mieux cerner les différences de développement physique des enfants et nous aider à comprendre les bases naturelles de la sélection et de l'entraînement des jeunes enfants.

Pour ce faire, nous avons étudié la distribution des mois de naissance des joueurs (nés en 1992, 1993 et 1994), selon l'année et le mois de naissance. Pour l'homogénéité d'enregistrement, nous considérons le mois de Janvier comme le premier mois de l'an de sélection, soit le mois 1, ainsi de suite jusqu'au mois de Décembre qui représente le mois 12.

L'analyse des données recueillies nous a permis de mettre en évidence la relation entre le nombre de joueurs par la catégorie d'âge pour chaque échantillon et le mois correspondant de naissance selon le principe retenu.

En ce sens, il y a lieu de noter que plusieurs joueurs sont nés lors du 1^{er} trimestre de l'année de sélection, 15 pour les 1992 et 12 pour les 1993 et 1994 soit un total de 39 joueurs sur 94. Nous noterons que les natifs des mois de Janvier et de Février sont, aussi, les plus nombreux 32 sur les 39. En outre, nous avons constaté que les natifs du dernier quart de l'année sont peu nombreux 04 pour les 1992, 03 pour les 1993 et 08 pour les 1994 soit un total de 15 sur les 94 éléments formant l'échantillon. Donc, par cette distribution des mois de naissance, nous pouvons parler d'une surreprésentation des joueurs nés dans le premier trimestre de l'an qui, généralement, sont mieux développés physiquement que les autres joueurs, moins nombreux, notamment ceux nés dans les quarts subséquents.

En considérant l'avis de Helsen et al. (1998), sur l'impact de l'âge (relatif) sur la sélection ces conclusions ont d'importantes implications pour les entraîneurs dans la détection et l'entraînement des jeunes, en général, et des talents, en particulier.

L'autre facteur, souvent non considéré, est l'expérience des joueurs. En effet, les joueurs nés au mois de janvier sont non seulement plus vieux que ceux nés au mois de décembre de la même année, mais, probablement plus expérimentés (Helsen et al, 1998).

A ce titre, Helsen et al. (2000), ainsi que d'autres auteurs pensent que si le joueur est choisi en fonction de ses caractéristiques physiques, cela pourrait être problématique, car lorsque la maturation se termine, ce sont les capacités techniques qui deviennent le facteur prépondérant pour l'atteinte du succès.

Donc, nous pensons que si en pratique, le gabarit est, très souvent, à la base de la sélection des jeunes, beaucoup de jeunes joueurs talentueux sont perdus pour le football, du fait que peu développés physiquement, du fait de leur âge relatif, mais doué techniquement, ils n'auront pas la chance de continuer à pratiquer l'entraînement, tels ceux nés dans le premier quart de l'an de sélection.

Ces considérations qui éclairent sur le choix des potentialités ont été prise en compte dans cette étude pour mieux cerner les différences de développement physique entre les enfants et mieux maîtriser la planification de l'entraînement des jeunes, pour atteindre l'objectivité dans le processus de sélection des débutants.

Poids et Taille

Données relatives au poids

Concernant les jeunes footballeurs nés en 1992 (tableaux n°1), ces derniers se distinguent, pour les années 2007, 2008 et 2009 par une moyenne du poids respectives égale à $54,071 \pm 7,381$, à $59,983 \pm 6,259$ et à $63,633 \pm 6,610$. En référence au tableau précité, nous noterons la grande différence de poids (entre 24 et 25 kg sur les trois années) entre le joueur le plus lourd et celui le plus léger (maximum et minimum).

Pour les jeunes nés en 1993, le tableau n°2 présente les données suivantes concernant le poids sur les trois de l'étude. En 2007, la moyenne de cette catégorie est égale à $45,721 \pm 8,579$, en 2008, celle-ci a évolué pour atteindre $49,676 \pm 7,154$ et $53,185 \pm 7,111$ en 2009. Notons pour cette tranche d'âge que la différence de poids entre le plus lourd des jeunes enfants et le plus léger sur les trois années (de 2007 à 2009) est de l'ordre de 35, 25 et 24,5 kilogrammes.

Au vu des données chiffrées inhérentes au poids des jeunes nés en 1994, il est à noter que ces derniers sont, du point de vue arithmétique, inférieures à celles des jeunes footballeurs nés en 1993 et en 1992. Ceci étant, il y a lieu de relever que l'évolution du poids est tout aussi en constante progression pour cette catégorie d'âge à savoir, $37,8 \pm 8,999$ Kg en 2007, $41,837 \pm 9,409$ en 2008 et $46,803 \pm 4,444$ Kg en 2009 (voir tableau n°5)

Données relatives à la taille.

En nous référant aux tableaux n°1, 2 et 3 qui renvoient les données relatives à la taille, nous observons la même tendance évolutive concernant la stature des jeunes joueurs avec un gain de hauteur fluctuant entre 1 et 3 centimètres d'une année à l'autre. Ainsi donc, les mesures moyennes de la taille des jeunes nés en 1992, sont, respectivement pour l'an 2007, 2008 et 2009 de l'ordre de $166,313 \pm 6,932$ centimètres, de $167,123 \pm 4,558$ centimètres, $170,665 \pm 4,322$ centimètres.

Du point de vue des valeurs maximales et minimales, et en ce qui à trait à cette catégorie d'âge (nés en 1992), notons que les écarts diminuent d'année en année, 25,5 centimètres pour 2007, 18,3 centimètres pour 2008 et 16,8 centimètres pour 2009.

La lecture des données relatives à la taille distinguant, aussi bien, les jeunes nés en 1993 et en 1994, renvoient les mêmes particularités relevées plus haut, avec des valeurs certes différentes (voir tableau n° 2 pour les jeunes nés en 1993 et le tableau n°3 pour les jeunes nés en 1994).

Conclusion

En premier lieu, il est à constater que la taille et le poids moyens des jeunes footballeurs de l'échantillon de l'étude ont tendance à fluctuer entre les moyennes de référence recommandées par l'Organisation de Santé Mondiale, pour les jeunes sédentaires âgés entre 8 et 14 ans, alors qu'à l'adolescence (15 ans), les tailles moyennes sont en dessous des moyennes de référence.

Il est utile de savoir que les études assurant le suivi de jeunes footballeurs sont peu nombreuses, et celle réalisée par Froberg et al. (1991) a montré qu'à 14,2 ans, les jeunes footballeurs se distinguent au moment maximal de croissance par une taille moyenne correspondant plus ou moins à la moyenne standard, ce qui est aussi le cas des jeunes joueurs choisis pour cette étude.

A la lumière de ces résultats parcellaires, et sachant que la réalisation d'un bon résultat sportif est le fruit d'un entraînement adapté, structuré et suivi avec sérieux. Il nous paraît logique de relativiser l'importance et l'influence accordées aux aptitudes morphologiques dans un sport comme le football ; malgré leurs caractères déterminants, dans la détection des jeunes talents.

Références bibliographiques

- Baxter-Jones, A.D.G. and Helms, P.J. (1996). Effects of training at a young age: A review of the Training of Young Athletes. *Pediatric Exercise Science* e, 8, 310-327.
- Claessens A.L. (1999). Talent detection and talent development: Kinanthropometric issues. *Acta Kinesiologiae Tartuensis*, 4, 47± 64.
- Helsen W. F., Hodges N. J., Van Winckel, J., & Starkes, J. L. (2000). The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of Sports Sciences*, 18, 1 – 10.
- Malina, R. M. (1994). Physical growth and biological maturation of young athletes. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 22, 389 –434.
- Malina, R.M. (1994). Physical growth and maturation of young athletes. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 22, 389± 433.
- Malina, R.M. (1998). Growth and maturation of young athletes ± is training for sport a factor? In *Sports and Children* (edited by K.-M. Chan and L.J. Micheli), pp. 133± 161. Hong Kong: Williams & Wilkins.
- Reilly, T. (1994). Motion characteristics. In *Football (Soccer)* (edited by B. Ekblom), pp. 31± 42. Oxford: Blackwell Scientific.
- Wilson, G., Newton, R. U., Murphy, A. J., & Humphries, B. (1993). The optimal training load for the development of dynamic athletic performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 25, 1279 – 1286.
- Wisloff, U., Helgerud, J., & Hoff, J. (1998). Strength and endurance of elite soccer players. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 30, 462 – 467.

La Planification De La Préparation Physique En Football Moderne

Dr. Mohamed Kabouya. Maître Conférence (B) à Université de M'sila

Introduction

En dix ans d'expérience dans les terrains. J'ai pu constater que le comportement des joueurs par rapport à la préparation physique a beaucoup changé.

Cela s'explique parce que le jeu est en train de devenir toujours plus rapide, toujours plus agressif. Les tacles. Sont plus brusques et par conséquent, il est nécessaire d'avoir une plus grande vitesse. Il est également nécessaire d'avoir une masse musculaire' plus développée pour pouvoir s'opposer aux adversaires pendant les tacles.

La continuité du jeu est plus grande aussi. Voilà pourquoi, il est nécessaire d'avoir une meilleure résistance spécifique.

" Il est évident que devant ces nécessités, l'attitude du joueur a changé par rapport à la préparation physique.

Le joueur lui-même se rend compte de l'importance d'être soutenu par une bonne condition physique générale et en particulier par le développement des qualités physiques indiquées ci-dessus.

En outre, je pense que les capacités techniques et professionnelles mais aussi celles psychologiques de "entraîneur physique doivent être importantes pour se faire accepter par les joueurs tout en cherchant à répondre à leurs besoins.

Problématique

Quel joueur ne voudrait-il pas être plus rapide, tirer plus fort, être plus fort pendant les tacles, sauter plus haut, réussir à courir ou jouer sans interruption pendant 90 minutes ?

Par ailleurs, à cause des caractéristiques du football d'aujourd'hui, comment un footballeur pourrait-il penser à prolonger aussi longtemps que possible sa carrière (c'est l'objectif de tous les joueurs), s'il ne développait pas ses qualités physiques au mieux ?

Enfin on ne doit pas sous-estimer l'importance du développement de certaines qualités au niveau de la prévention.

Voici une série de motifs pour lesquels les joueurs sont plus sensibles à la préparation physique. Ils lui donnent une grande importance et souvent au delà d'une préparation physique globale de l'équipe. Même si cette préparation est individualisée, les joueurs demandent au préparateur physique des conseils précis et des indications selon leur situation individuelle.

A l'importance de la technique et de la tactique, il faut ajouter la compréhension d'un nouveau concept de base: " l'agressivité et la fureur compétitive " répétées, ne sont possibles que si les joueurs sont entraînés à réduire leurs pauses, à augmenter leur dynamisme et à accroître la capacité à supporter la fatigue.

Cependant, un joueur techniquement médiocre, ne pourra jamais obtenir de grands résultats, grâce seulement à sa préparation physique.

L'objectif

Le but, est d'améliorer les performances physiques, nécessaires au jeu, de joueurs techniquement et tactiquement déjà adroits.

Ces deux dernières sont les qualités les plus importantes pour le choix d'un joueur. Sur lequel il sera nécessaire d'intervenir, afin d'améliorer sa performance, non seulement pour l'améliorer dans

le sens technico-tactique, mais surtout au niveau de la condition physique.

Analyse du modèle de la performance en football.

Pour les joueurs qui ne sont pas gardiens de but, il s'agit d'avoir des démarrages brefs et répétés d'environ 10 à 25-30 m. et parfois sur un trajet plus long (60 - 70 m) avec ou sans ballon; de changer de direction avec ou sans arrêt, de sauter sur deux pieds, assez rarement, et sur un pied en s'élevant en hauteur, en oblique ou seulement vers l'avant en prenant un bref élan ou bien après un élan plus long. Il s'agit aussi de marquer l'adversaire en reculant et en se déplaçant sur le côté, en ayant toujours les jambes demi pliées et en restant sur les avant-pieds de façon à pouvoir changer facilement de direction ou de mouvement. " S'agit de dribbler en courant, d'affronter l'adversaire, le ballon aux pieds.

Donc, outre le contrôle de la technique. Il faut que le joueur soit rapide, qu'il sache choisir ou inventer la solution la moins prévisible pour l'adversaire, de tirer ou de passer le ballon, puis de le frapper en calculant la force, laquelle peut être maximale, avec une bonne technique et la meilleure coordination possible.

Cette coordination devient plus difficile à obtenir lorsqu'on augmente la vitesse d'exécution: le joueur doit tirer quand le ballon est arrêté et c'est à ce moment là que la précision et la force du tir prennent plus d'importance.

Le joueur doit exécuter avec les mains la remise en jeu à la touche, il doit courir à un rythme léger (60-70 % ou même plus lentement) et marcher pour retourner dans des zones déterminées du terrain.

Il doit courir ou se déplacer avec l'adversaire qui s'appuie sur lui (coude à coude) ou qui, de toute façon cherche un contact physique, pour lui opposer une résistance efficace.

Quelles sont les caractéristiques des fibres musculaires du footballeur?

Comme dit Bosco: "Par rapport au travail des muscles nécessaire pour un match de football et au travail musculaire lorsque l'on fait un sprint ou un mouvement rapide, les fibres qui sont Principalement sollicitées sont les fibres blanches (FT)".

Successivement, quand le joueur revient dans sa zone, lentement ou en marchant, ce sont les fibres rouges (ST) qui sont à leur tour sollicitées. On peut remarquer que les fibres rouges et les fibres blanches ont un rôle différent correspondant au type et à la qualité musculaire demandée.

Il est sans doute évident que le rôle des FT et des ST est irremplaçable aussi bien du point de vue biomécanique que du point de vue métabolique.

Les FT sont activées le plus souvent pendant les actions rapides et causent automatiquement la formation de l'acide lactique.

Au contraire, les fibres rouges sont importantes pendant les mouvements lents et ont la fonction d'épurer l'acide lactique. Elles régénèrent l'équilibre métabolique qui est toujours altéré par le mouvement que le jeu demande.

Selon une estimation théorique. Bosco (1976) supposait que le pourcentage de FT détenu par un footballeur était en moyenne de 50 %.

Evidemment, cette estimation provient de l'étude comparative de l'activité sportive des joueurs et ne se rapporte pas au type d'entraînement fait.

En effet l'entraînement ne transforme pas cinétiquement la composition des fibres, mais elle doit être attribuée à une situation anatomique génétiquement prédéterminée qui les a préparé à l'activité sportive spécifique qu'ils ont entrepris.

Les sources d'énergie stimulées par le type d'activité.

Toutes les sources d'énergie, aérobie ou anaérobie sont stimulées par le type d'activité.

La différence est dans l'intensité de l'effort.

Quand cet effort dépasse un pourcentage déterminé par rapport aux capacités maximales de l'individu, le mécanisme anaérobie est stimulé, qu'il soit lactique ou alactique, sur la base de l'intensité et de la durée de l'effort.

Pour un athlète physiquement évolué (et donc qui a déjà atteint ou qui est en train d'atteindre une certaine maturité) qui joue au football, l'importance du mécanisme aérobie peut être caractérisé par la capacité à supporter une charge de travail volumineuse mais d'intensité réduite, et par la capacité de se déplacer sur le terrain de jeu toujours à une intensité peu élevée (vitesse égale à 65 - 70 %) avec une dépense d'énergie qui ne doit pas entamer les réserves d'énergie intrinsèque des muscles.

Ce sont les efforts dus à des déplacements tels que:

Suivre l'action de ses coéquipiers sans y participer directement mais en étant prêt à aider.

Se replier à une vitesse raisonnable pour les joueurs du milieu de terrain ou pour les défenseurs à la fin d'une action d'attaque.

La source d'énergie est dans ces cas en grande partie de type aérobie selon le degré de développement de la puissance du mécanisme aérobie lui-même.

L'importance du mécanisme anaérobie est sans doute majeure car la plupart des actions caractéristiques du jeu demande une grande rapidité d'exécution, une haute intensité (sprint, arrêts rapides, changements rapides de direction, déplacements rapides dans toutes les directions, tirs) et de toute façon une grande force (nouveaux tirs, sauts dans toutes les directions, démarrages en arrêt ou bien en mouvement). Soit absolue (reculer ou se déplacer de côté en changeant la direction avec les jambes demi pliées pour marquer l'adversaire, résister à l'adversaire qui pousse ou qui s'appuie). Tous ces éléments se rapportent au mécanisme anaérobie alactique.

Alactique, parce que la durée de ces efforts est contrôlée pendant un certain temps (7 – 8 sec plus ou moins selon l'intensité) et est suivie par des moments de récupération où le joueur marche, se déplace lentement, et pendant lesquels il y a la re-synthèse des substances d'énergie dépensées.

Pendant toutes ces actions, il existe un minimum de composante lactique.

Cette composante, qui suppose aussi une dégradation du glycogène contenu dans les muscles et en réserve dans le foie, a besoin d'un temps de re-synthèse long. Ainsi on arrive progressivement à la fin d'un temps avec un taux de lactate de 8 - 10 m. moles / l, qui n'est pas très élevé (les coureurs du 100 mètres dépassent les 20 m. moles / l) mais suffisamment important pour correspondre à un taux très bas de réserve de glycogène.

C'est pour cela qu'en deuxième mi-temps, il arrive souvent que le niveau du lactate soit faible, par manque de réserves en glycogène.

Evidemment, cela se produit pendant un match très "dur" où les réserves d'énergie doivent être très importantes pour permettre de soutenir des efforts répétés du genre anaérobie alactique et aussi lactique.

Plus importante que les réserves, il y a l'activation enzymatique de ces processus. Tout cela ne peut être obtenu qu'après un bon entraînement orienté sur la force rapide, la vitesse, la résistance spécifique, c'est à dire la résistance aux répétitions d'efforts rapides et intenses qui consistent en gestes cycliques et acycliques introduits sur une bonne base de puissance aérobie.

Il s'agit, à part le gardien de but, d'une activité mixte aérobie anaérobie lactique et alactique.

Quelques méthodes de préparation, spécialement celles d'il y a quelques années. Étaient les plus centrées sur l'activité aérobie.

Aujourd'hui on essaie de considérer toutes les composantes demandées sans oublier que la chose la plus importante est d'être capable de répéter les gestes spécifiques (surtout en anaérobie galactique) avec continuité et avec la meilleure efficacité possible.

L'importance du développement de la puissance aérobie.

Cette importance est relative parce que pour ressentir les vrais effets de ce développement, l'entraînement par course lente devra durer longtemps et demander une grande dépense d'énergie disponible.

Les effets d'un tel entraînement peuvent engendrer de grandes contre-indications sur l'activité des enzymes tels que la lactohydrogénase (LDH) et la pyruvictochinase (PK) qui permettent le développement de la puissance aérobie.

Il faut. En outre, préciser l'influence négative que peut provoquer la course lente et prolongée sur les fibres blanches (FT) du type II A. Lesquelles peuvent subir des changements plus marqués et profonds.

Une amélioration des puissances aérobies a travers des exercices mixtes, impliquant d'autres mécanismes producteurs énergie, tels que les épreuves fractionnées, le cross court rapide, le fart lek et le fartlek modifié, semble être plus juste et adaptée aux footballeurs.

Il est important qu'il y ait aussi une juste alternative entre ces méthodes, surtout dans la période de préparation.

Il faut enfin remarquer la grande particularité du fart lek modifié par rapport à d'autres méthodes. Bosco l'appelle CCW (Course Continue avec Variation de Vitesse). On alterne des trajets de course rapide de 20 - 30 - 50 m. avec des trajets plus longs d'une course plus lente.

Puissance aérobie mixte :

* grand stimulus du mécanisme aérobie avec une légère et progressive implication du mécanisme anaérobie lactique

* épreuves à vitesse croissante à récupération incomplète, de façon à produire une certaine quantité de lactate. Ce type de puissance aérobie mixte a un résultat plus spécifique et plus adaptée que les autres.

Les distances sur lesquelles on peut se baser ne sont pas fixes:

Ce n'est pas toujours avec des 1000 m et des 800 m que la puissance aérobie peut être obtenue. Au contraire la puissance aérobie mixte doit être faite sur des épreuves nécessairement plus brèves telles les courses de 200m et 300 m. En effet, on peut utiliser de brèves épreuves même pour faire la puissance aérobie.

* les pourcentages de vitesse par rapport à la distance et le temps de récupération sont importants.

Exemple :

5 (3 X 500) pour la puissance aérobie ou 10 (2 X 200) vitesse inférieure à 70 %.

5 (3 X 200) + 5 (3 X 200) : pour la puissance aérobie mixte avec une vitesse à peu près à 80 % ou
5 (2 X 300) puissance aérobie mixte

2 - Force et les différentes spécialisations.

Explication de cette qualité physique et de ses variantes

Force absolue:

Pour des groupes musculaires bien déterminés (musculature du dos et de l'abdomen) à forme isométrique, iso cinétique ou isotonique.

* A la suite d'un accident, quand il s'agit de récupérer le volume musculaire et d'en empêcher la diminution à l'aide de l'électrostimulation. Charge réduite mais avec plusieurs répétitions (méthode avec efforts répétés)

* A la suite d'un déficit musculaire remarquable, pendant la période de transition (c'est à dire à la fin de la période compétitive et avant celle de préparation

Force rapide: force – vitesse :

* sous la forme explosive qui sert aux jambes afin de supporter les accélérations et les sauts sur place et les démarrages.

Pour cela, il faut des exercices par exemple à charges naturelles comme le saut en longueur, en hauteur sur place, sur deux pieds, les bonds successifs, jambes demi pliées, à pieds joints, et les sauts alternés ou successifs, mais brefs.

Les exercices avec charges:

-1/2 squat sur une jambe,

-1/2 squat-jump, jambes écartées dans le plan sagittal en avançant.

* sous la forme élastique et de réactivité - élasticité pour les jambes, afin de supporter le moment de maintien de vitesse mais aussi les arrêts rapides et les changements de direction.

Pour cela, il faut des exercices avec charges de :

-1/2 squat rapide,

-1/2 squat-jump successif et continue, l'exercice jambes écartées dans le plan sagittal avec un saut.

Les exercices à charges naturelles :

-sauts à pieds joints entre les obstacles à différentes hauteurs (50 - 60 -76 - 84 cm), allure variée avec des gestes techniques de course: sursauts, sautilllements et différents types de montée de genoux, course en arrière et en avant, bonds longs et alternés, bonds en avant, en hauteur etc.

3 - Force de résistance et force spécifique

Force de résistance :

Elle concerne le tronc et les membres supérieurs et se développe à travers les circuit training fait de 8 - 10 arrêts avec ou sans charge qu'il faut exécuter sans solution de continuité.

En ce qui concerne les membres inférieurs, il s'agit d'exécuter les exercices de force rapide de façon extensive. Lorsqu'il est prévu une utilisation de la charge, il est nécessaire de réduire la charge jusqu'à 30 – 40 % du maximum de façon à pouvoir répéter 25 à 30 fois l'exercice à l'intérieur d'une série.

Force spécifique :

Elle est considérée comme le trait d'union entre les différentes sortes de force rapide et la vitesse:

- sprint avec traction sur 20 - 30 m
- sprint en montée (10 / 15 %) sur 30 - 40 - 50 m
- sprint avec des ceintures lestées
- bonds brefs et longs

Ces exercices qui demandent l'intervention de résistances "artificielles" aident le joueur à transformer le travail de force rapide en travail de vitesse.

4 - Vitesse

Font partie du développement de cette qualité les exercices suivants:

Les exercices de réaction complexe aux différents types de stimulation, les exercices sous forme de bonds et de course qui tendent à améliorer la fréquence et l'amplitude de la course par rapport aux paramètres qui se développent dans une course normale de vitesse comme les exercices de montée de genoux, de course arrière pendant quelques secondes.

- trajets de course rapide en fréquence et en amplitude,
- les accélérations avec départ sur place et en mouvement sur 20 - 30 et 40 m les changements de vitesse sur 60 – 80 m

5 - Résistance spécifique :

C'est le but final et le plus important de la préparation physique. Il s'agit de pousser le joueur pour lui permettre de reproduire pendant tout le match les gestes spécifiques du football à une intensité élevée et constante.

Répétitions du type "navette" c'est à dire d'aller retour sur 10 - 20 - 30 m

6 à 8 répétitions composent chaque série. Il s'agit pratiquement de répéter l'accélération, de s'arrêter et de changer de direction

- circuits de 25" - 30" dans lesquels sont compris aussi des sprints, des slaloms, des sauts d'obstacles plus ou moins hauts, des changements de direction etc. le tout, évidemment répété plusieurs fois avec une récupération appropriée.

6 - Souplesse : (Mobilité articulaire + extensibilité musculaire)

Joueur n'est ni un gymnaste ni un danseur) mais avec des buts bien précis.

Le premier but est avant tout de prévenir les accidents musculaires, tendineux et articulaires, mais aussi d'augmenter et d'améliorer le contrôle de son propre corps et de ses possibilités.

Tous les exercices de stretching qui concernent les différents groupes musculaires du corps sont utiles, mais en particulier ceux étirant le quadriceps, l'ischion, les triceps et les adducteurs.

Le développement pratique de la période de préparation de la saison :

Tout le monde pense qu'il est plus facile de présenter ou de justifier un programme théorique de préparation physique avant un championnat.

Au contraire. Je pense qu'il est plus juste de vous présenter un programme déjà développé dans la pratique. Même avec toutes ses limites.

D'autre part, ces limites sont dictées par différentes exigences techniques et tactiques. Je veux dire qu'il ne s'agit pas des étranges velléités de l'entraîneur mais plutôt de nécessités réelles pour améliorer les aspects techniques et tactiques de certains joueurs ou de l'équipe.

Le travail d'endurance organique commencé avec la course lente et le fart lek a rapidement été changé pour l'amener vers les épreuves fractionnées (intervalle training à rythmes légers), courses comme preuves de puissance aérobie.

Le travail d'amélioration de la capacité de force rapide des membres inférieurs a été développé pendant cette phase, à l'aide d'exercices de course de cote et gestes techniques de courses, exercices de force élastiques et réactifs entre les petits obstacles et sous forme de bonds.

La Première Phase De Préparation

	Matin	Après midi
Samedi	1- 2 fois 15 minutes de cross en progression. 2-Développement des muscles du tronc avec charge naturelle. 3- 10 minutes de course de récupération	1- 15 minutes de fart lek (3 minutes lentes et 1 minute rapide. 2- Développement des muscles du tronc avec charge naturelle
Dimanche	1- Allures et gestes techniques de la course en côte à <i>faible</i> intensité. (montées de genoux, course en arrière, bonds, cloche -pieds etc.) 2- 20 minutes de fart lek.	1- 20 minutes de technique individuelle. 2- Petits matches à thèmes tactiques variés.
Lundi	1- 15 minutes de cross progressif. 2- Circuit training avec petites charges naturelles pour toutes les régions musculaires. 3- 20 minutes de fart lek.	1- 20 minutes de technique individuelle. 2- 20 minutes de travail de schémas tactiques. 3- 30 minutes de petits matches à 1 touche de balle, 2 touches de balle.
Mardi	1- Allures et gestes techniques de course en côte en forme extensive (sur 70m). Travail de sprint avec récupération Presque complète. 2- 15 minutes de cross progressif	1- 30 minutes de technique individuelle. 2- 30 minutes de travail de schémas tactiques à intensité physique légère.
Mercredi	1- Travail en série de la puissance aérobie: 4 fois 300, 250, 200m avec 2 minutes de récupération entre les courses et 5 minutes de pause entre les séries. vitesse à 65 à 75% du max 2- Développement de la musculature du dos et de l'abdomen avec petites charges.	1- 20 minutes de technique individuelle. 2- Circuit training pour toutes les régions musculaires. 3- Travail de schémas tactiques et de tirs 4.30 minutes de petits matches avec 1 objectifs techniques: 2 touches, balle aérien etc.
Jeudi	1- Travail d'allures souples sur plat et emploi d'obstacles hauts pour les exercices de réactions élastiques. 2- Circuit training avec ou sans charge pour les membres <i>supérieurs</i> et le tronc.	1- Match 11 contre 11 sur terrain réglementaire
Vendredi	1-Travail en série de la puissance aérobie:4 fois 300, 250, 200m avec 2 minutes de récupération entre les courses et 5 minutes de pause entre les séries. Vitesse à 65 à 75% du maximum	

La Deuxième Phase De Préparation

Il faut noter tout de suite que l'entraînement développé n'a pas été complet à cause des matches et des voyages que l'équipe a dû faire.

Plus particulièrement, on a pu développer régulièrement et correctement le travail de puissance aérobie mixte.

La résistance a été développée par un grand nombre de matches et d'exercices tactiques.

Le travail de force commencé avec les séances de circuit training n'a pas eu un temps suffisant. Il sera repris pendant la période de compétition avec des exercices plus individualisés.

La force spécifique pour la course, c'est à dire la course en montée, le sprint avec traction, la course de vitesse avec charges légères, les bonds en avant et entre les obstacles, n'a été que peu travaillée.

Les exercices de rapidité sous formes différentes ont été régulièrement exécutés.

	Matin	Après midi
Samedi	Recuperation passive	Recuperation passive
Dimanche	Footing	
Lundi	1- Reprise graduelle de l'activité avec course lente puis peu à peu croissante. 2. Développement de la musculature du dos et de l'abdomen avec charge - naturelle.	1-Travail d'allures Souples sur plat et emploi d'obstacle hauts pour les exercices de réactions élastiques. 2. Travail de technique individuelle en mouvements et travail de tirs, démarrages et sprints.
Mardi	1. Travail de la capacité anaérobie alactique et partiellement lactique: 5 X 60m à 85% du maximum sans ballon. avec 50. de récupération entre les passages. 2 fois 6 X 50 m en portant le ballon. 2. Travail de technique individuelle de contrôle de balle.	1. Exercices de vitesse de réaction avec et sans ballon.
Mercredi	Récupération passive	Match
Jeudi	1. Séance d'étirements pour les joueurs qui ont fait le match la veille. 2. Travail de différentes allures, sprints et petits matches pour les joueurs qui n'ont pas ou peu joué.	Récupération passive
Vendredi	1. Travail de puissance aérobie: 2 fois 4 X 300 avec 2 minutes de récupération entre les 300 m et 8 minutes de pause entre les 2 séries.	1. Exercices de vitesse de réaction avec et sans ballon. 2. Petits matches avec des objectifs tactiques

	Matin	Après midi
Samedi	Recuperation passive	Match
Dimanche	1-Séance d'étirements pour les joueurs qui ont fait le match la veille. 2. Travail de différentes allures. sprints et petits matches pour les joueurs qui n'ont pas ou peu Joué	Recuperation passive
Lundi	Sonna	
Mardi	Recuperation passive	Recuperation passive
Mercredi	Recuperation passive	Recuperation passive
Jeudi	1-Travail de la puissance aérobie 2- Travail de la résistance spécifique (3 fois 5 minutes). 3. Développement des muscles du tronc avec charge naturelle.	1-Travail technique 2-Serie De Petits Matches.
Vendredi	Recuperation passive	Recuperation passive

	Matin	Après midi
Samedi	Récupération passive	1. Travail d'allures et de gestes techniques en course. 2. Travail de schémas tactiques en passes à 3 et à 4 joueurs. De plus chaque joueur doit effectuer des séries de 30-40-50m avec récupération de 30-40-50 secondes.
Dimanche	1. Travail d'allures et de gestes techniques en course. 2-Montées sur 25m, montées de genoux, bonds et sprints. 3- Travail de vitesse sur 30m.	1. Travail de technique individuelle. 2- Travail de schémas tactiques de tout genre.
Lundi	1. Exercices de rapidité et de vitesse de réaction avec et sans le ballon. 2. Petits matches brefs.	1-match contre l'équipe (B)
Mardi	Entraînement pour les joueurs qui n'ont pas participé au match de la veille:	
Mercredi	Course progressive. petits matches à 4 contre 4.	Récupération passive
Jeudi	1-Développement des muscles du tronc avec charge naturelle. 2- Match 8 contre 8 à 1 touche de balle	1. Travail de technique individuelle. 2. Exercices de rapidité et de vitesse de réaction avec et sans ballon. 3-Petit match.
Vendredi	Récupération passive	<i>Premier match de championnat</i>

Développement pratique du microcycle pendant la période De compétition

Le premier entraînement situé le samedi, est surtout basé sur la résistance de la force. Un circuit d'exercices sollicite les différentes régions musculaires, avec une éventuelle exclusion des membres inférieurs.

La course lente est initialement développée sous forme de récupération. Puis elle est progressivement adaptée et augmentée par l'intermédiaire d'épreuves répétées de travail aérobique de 600 - 1000m. pour un total de 3500 m environ.

La raison de ce type d'entraînement, au delà des buts de récupération et d'augmentation de la puissance aérobique, se trouve dans le fait que le développement d'activités plus intenses peut être dangereux. La récupération énergétique est déjà finie, alors que la récupération "musculaire" n'est pas encore complète et il est encore possible de trouver des résidus de la fatigue du match.

Evidemment, le stretching doit occuper une partie importante de la séance, et la partie technique doit être faite de technique individuelle ainsi que de petits matches organisés de façon à ne pas effectuer de démarrages répétés.

La séance du dimanche se base sur l'augmentation et l'entretien de la force rapide. Elle se développe à travers différentes allures et gestes techniques de course:

Élastiques, réactives, sauts multiples alternés et en succession de 5 - 8 - 10 sauts,

Obstacles à pieds joints, sprints en montée sur 25 à 30 m, allures particulières et sauts en côte.

L'explosivité, l'élasticité et la réactivité se développent dans un contexte de force. La séance peut se terminer ici si la quantité n'a pas été trop élevée ou, on peut la conclure avec un circuit de 25 – 30 où on propose de nouveau de brefs sprints, sauts, slaloms avec contrôle du ballon, changements de direction direction et de sens, etc.

La séance de l'après-midi prévoit: technique individuelle, plans tactiques et petit match final.

La séance du lundi est consacrée à la résistance spécifique à travers le développement de schémas tactiques bien automatisés, développés à une bonne vitesse comportant démarrages, passes, changements de direction et shoots. Ils doivent être répétés longtemps. Tous les joueurs courent donc alternativement 3D, 35, 40 ou 50 m en se passant le ballon, en changeant de direction et en tirant au but. Les récupérations sont de 55 à 60 secondes entre les différents passages.

Quelque fois dans l'après-midi de la même journée, l'équipe fait un match amical avec une équipe d'amateurs ou avec notre équipe Junior. Dans ce cas, le travail du matin peut subir une réduction de travail conséquente.

Les titulaires jouent en général 45 ' ou 60 ' au maximum pendant ces matches. Si l'après-midi aucun match n'est prévu, l'entraînement du matin peut se conclure avec des matches 5 contre 5, avec pressing sur 1/3 du terrain, d'environ 6 à 8 minutes chaque match. Tous les 2 matches joués, une pause est proposée pour chaque équipe.

Le mardi la séance débute avec un travail en circuit aux appareils de musculation. Il s'agit d'un travail individualisé sur la base des puissances maximales de chacun et sur la base des exigences physiques de chaque joueur. Ce type d'exercices ne prévoit aucun exercice pour les membres inférieurs.

Après un bref échauffement, on passe aux exercices techniques à rythme léger (du type foot tennis), aux exercices de mobilité articulaire exécutés éventuellement à l'aide d'obstacles.

Tout ça peut être suivi par un petit match dans des espaces réduits et de courte durée, ou avec des exercices de type tactique.

Le jeudi, jour qui précède le match, suite à un échauffement normal, on propose des exercices basés sur la recherche de la rapidité et de la meilleure réaction possible (entendue comme temps de réaction complexe).

Les temps de récupération sont évidemment très longs et les engagements dans le travail très brefs. La séance se conclut avec des exercices tactiques et éventuellement avec un match bref dans un espace réduit.

Le travail individualisé.

Le besoin de ce type de travail peut se présenter selon des cas de figure différents.

En général, quand on parle de travail individualisé, ou mieux d'entraînement individualisé, on fait référence à un entraînement particulier pour compenser une condition physique sous le standard optimal quelque soit le motif (en admettant que ce standard soit quantifiable).

Il faut noter que les entraînements tactiques et techniques peuvent entrer dans cet entraînement individualisé, surtout quand les manques se manifestent dans ces domaines.

Aujourd'hui, mieux qu'hier, on peut contrôler et évaluer la condition physique du joueur à travers des tests et des observations attentives.

Il devient alors plus facile d'organiser certains types d'entraînements pour des groupes homogènes dans les phases de préparation et de compétition. (Amélioration de la puissance aérobie et de celle mixte à capacité lactique, travail de vitesse et autres types de travail, le travail de la musculation avec les charges etc.)

Au contraire, on parle d'entraînement effectivement et totalement individualisé quand on se trouve dans une période de récupération de la condition (en général après un arrêt forcé à cause d'accidents, opérations ou similaires) ou quand on relève des déficits remarquables dans certains aspects de la condition physique et technique. On cherche à combler ces déficits par un travail convenable le plus spécifique possible.

C'est le cas également quand on prévoit la possibilité d'augmenter ultérieurement le niveau de certaines qualités physiques conditionnelles aux capacités.

BIBLIOGRAPHIE

BOSCO (C), 1990,- Aspetti fisiologici della preparazione fisica del calciatore. Rome : Societa Stampa Sportiva.

FOX (E.L.) and MATTHEWS (D.K.), 1984 – Bases physiologiques de l'entraînement. Paris : vigot.

JACOBS (I), WESTLIN (N), RASMUSSEN (M), HOUGHTON (B), 1982. – Muscle glycogen and diet in elite players. European journal of applied physiology, 48, 297-302.

KOUSNEYTSOV (V.V.) 1980, - Musculation à l'usage des sportifs de haute qualification. Moscou : Ed Fyzkouloura y sport.

VOLKOV (VM), 1977 – Processus de récupération en sport, Moscou : F. I. S.

VLDIMIR (N) PLATONOV, L'entraînement sportif. Ed, Revus EPS, Paris.

GODIK M.A. Le contrôle des efforts d'entraînement et des efforts de compétition. Moscou, Culture Physique et Sport, 1980,

Quand le football devient un spectacle théâtral ?

Dr : DAHOU Malika

Maître de conférences B, option littérature francophone et comparée.

Faculté des sciences sociales et humaines, université de Mostaganem, Algérie.

Résumé :

Le football est un sport spectacle dans lequel collaborent des acteurs actifs qui disposent d'une formation générale valable et qui soient capables de manifester leurs performances physiques sur le terrain. Ce qui est fixe dans ce sport, c'est l'identification groupale et ce qui est mobile, c'est l'idéologie ou la politique qui peuvent s'y manifester. Dans cette dramaturgie collective, le spectateur participe au jeu, il est actif et se met en scène en tant qu'acteur par plusieurs procédés. C'est ce que nous tenterons de montrer dans notre article.

Mots clés : spectacle- idéologie- scène- football- théâtre.

When Football Becomes a Sport Theatre Show

Abstract:

Football is a sport show in which active actors collaborate, actors who have a proper general training and who are able to manifest their physical performance in the pitch. What stands fixed in this sport is the grouping identification; and what is mobile is the ideology or the policy which can be apparent. In this collective dramaturgy, the spectator participates in the game. He is active and present on stage as an actor in a variety of processes. This is the issue that we hope to discuss in our paper.

Keywords: show, ideology, stage, football, theatre.

Le sport des champions et le sport spectacle est une activité à potentiel éminemment intellectuel, il mélange l'émotion et l'intelligence. En effet, l'amour de ses favoris, l'attente avec ferveur d'un résultat, la passion pour la composition d'une équipe, tout cela fournit au supporteur un lot de moissons émotionnelles.

Le football est un sport très populaire, il accapare l'intérêt de toutes les catégories sociales. C'est une mise en scène d'une élite de sportifs qui se donnent en représentation d'une collectivité au travers d'une compétition. L'identification dans ce sport spectacle est une modalité sociale qui permet la manifestation d'un sentiment d'appartenance groupale. L'idéologie, la religion, la politique, peuvent utiliser l'identification groupale et la faire fonctionner à leur profit. Par conséquent, ce qui est fixe dans le sport spectacle foot, c'est l'identification groupale et ce qui est mobile, c'est l'idéologie ou la politique qui peuvent s'y manifester.

A titre d'exemple, lors de la coupe du monde de football de 1982 en Espagne, les joueurs algériens voyaient dans leur victoire contre les Allemands le triomphe des valeurs et de la souveraineté nationales, c'est-à-dire le succès d'une idéologie. Le jeu de l'équipe nationale algérienne de football en 1975 lors des Jeux méditerranéens et de 2009, symbolise, lui aussi, plusieurs aspects de l'algérianité : il y a une générosité sans limite dans l'effort, le goût du défi mais aussi une vitesse

impressionnante dans l'exécution de l'action, l'improvisation dans le jeu, reflétant ainsi l'image d'un pays en quête d'un style de vie propre à lui pour réaliser son développement dans les domaines politique, social, culturel et économique.

D'autres idéologies sont manifestes dans le jeu footballistique. En Italie, à la fin des années 80, le joueur argentin Diego Maradona montrait un jeu exubérant et indiscipliné, ce qui symbolisait la tifoserie napolitaine de l'époque.

Dans les années trente, l'équipe nationale suisse invente la tactique défensive du « verrou », à l'image d'un pays neutre qui se replie sur lui-même. Tous ces exemples montrent que le match de football demeure par excellence le lieu par excellence d'une gamme variée d'indices révélateurs et identificatoires.

Comment ce jeu collectif devient-il un spectacle théâtral ?

Dans le sport spectacle, la compétition devient théâtre et les athlètes des acteurs jouant devant un public. Dans cette dramaturgie collective, le spectateur participe au jeu, il est actif et se met en scène en tant qu'acteur par des chants, des slogans et des cris revendicateurs.

Le terrain, quant à lui, semblable aux scènes du théâtre se développe à deux niveaux : le premier, c'est le stade dans lequel le jeu s'accomplit, se complète par l'intervention des joueurs et des spectateurs supporters. Le deuxième niveau, c'est le spectacle qui se prolonge à l'extérieur du stade en s'infiltrant dans chaque foyer, dans les cafés, dans les rues (les écrans géants) et dans la conscience collective des gens. C'est ce qu'Umberto Eco appelle le « sport au carré » semblable à toute tragédie :

*« qui traduit et raffermi l'aspiration de l'homme à se dépasser dans un acte de courage inouï, à prendre une nouvelle mesure de sa grandeur face aux obstacles, face à l'inconnu qu'il rencontre dans le monde et dans la société de son temps. »*¹

Dans sa finalité même, le sport spectacle devient un phénomène social lorsqu'il parvient à attirer une majorité de non pratiquants (les spectateurs) qui jouent le rôle du chœur (forme primitive du théâtre et du théâtre grec plus particulièrement). L'histoire du match se construit devant le public. Des imprévisions ou des impondérables peuvent surgir et modifier tout le cours du match, le meilleur ne gagne pas toujours.

1-André Bonnard, Civilisation grecque, I, Antigone à Socrate, 1964.

En 1982, la modeste équipe nationale algérienne de football a battu l'éminente équipe allemande 2 à 1. Le hasard et la chance font parfois que le mérite ne suffit pas toujours pour gagner et les spectateurs demeurent par conséquent des acteurs d'un destin commun. Ce qui nous rappelle le « théâtre de la liberté » décrit par Serge Doubrovsky.²

Le match de football demeure une des rares occasions où va s'exprimer de façon collective un folklore vivant qui dévoile des appartenances communes et des singularités locales.

A titre d'exemple, le talent des supporters algériens qui usent de toutes les méthodes pour exprimer leur nationalisme et leur glorification de leur pays. Tradition et modernité sont manifestes dans des slogans stéréotypés, des habits et des accessoires aux couleurs nationales, des chants et des mélodies qui reflètent d'une part les dimensions guerrières de l'engagement et d'autre part, l'expression ironique, l'authenticité et le génie de ces supporters. Dans l'affrontement entre deux équipes de football, chaque camp veut imposer sa supériorité. C'est une mise en scène guerrière mi-dramatique, mi-parodique. Ainsi, l'exploit d'une équipe est vécu comme une revanche sur une vie difficile, éreintante et insupportable.

L'échec, par contre, réveille un sentiment de frustration, d'impuissance, d'injustice et de désapprobation et engendre souvent la violence sous toutes ses formes. C'est la foule, la circulation affective, l'effervescence émotionnelle dans le stade, une surenchère d'insultes et de chants vengeurs qui engendrent la brutalité d'un ordre social. Ce qui nous rappelle que le mérite ne suffit pas toujours pour devancer les autres.

L'incertitude et les coups de théâtre qui peuvent surgir dans un match de foot nous rappelle avec amertume que le malheur des uns fait parfois le bonheur des autres.

2- Serge Doubrovsky, Corneille et la dialectique du héros, éd, Esprit, 1965, p 5.

Il s'agit pour le joueur de foot d'une tentative inédite et presque surhumaine. Il se trouve confronté successivement à toutes les contradictions inhérentes à son choix.

En effet, il suffit par exemple de rater un penalty, de faire une mauvaise passe de ballon ou d'une sortie inopportune et maladroite du goal pour que tout bascule et se perd. Il suffit d'un but encaissé à la dernière minute que toutes les cartes s'effondrent et pour que le drame tombe sur une équipe qui ne mérite nullement ce sort.

Ces spectacles tragiques dans un match de foot nous rappellent la tragédie présente dans le théâtre, (Edipe- Roi et Les Perses, Phèdre et Le Cid), une tragédie qui oscille entre deux extrêmes apparemment contradictoires. D'un côté, la faute inconsciente et la punition imméritée : c'est l'atmosphère lourde et fermée de la fatalité, de l'autre, un monde cliquetant de libertés héroïques exalté d'honneur et de sacrifice. Les joueurs de football nous rappellent le rôle d'Edipe et d'Ajax :

« qui se donnent pleinement à leur tâche : protéger leur ville, défendre leur honneur de soldat. Ils ont l'expérience de la souffrance et de l'échec. Ils sont frappés par le destin, mais ils ont tenu à la limite de leurs forces. Dans le geste qui congédie Athéna, les modernes verraient moins un orgueil coupable que la volonté courageuse d'affronter l'obstacle, de ne pas se dérober, un entêtement à agir seul qui est la marque de toute vaillance. »³

Le théâtre comme le football qui imite et reproduit le vécu des hommes est, lui aussi, dans toutes ses manifestations, un instrument privilégié de communication : au niveau du texte, par les signes linguistiques, le contexte entourant l'action dramatique, les relations entre les personnages, les discours aussi bien les attitudes qu'il convient et qu'un écrivain transmet à un public- lecteur ;

3- Simone Fraisse, Ajax ou l'honneur de l'homme, éd, Esprit, 1963.

au niveau de la représentation, grâce aux rapports qui se forment entre les acteurs, entre la scène et la salle, combinés à l'émission d'une multitude de signes sonores et visuels- décors, accessoires, costumes, lumières, musique, etc., qu'une équipe de production soumet au regard et à l'écoute d'un groupe d'individus.

Pour conclure, le footballeur dans le stade et le comédien dans le théâtre répondent tous les deux à une attente. Le premier doit prouver au public la présence massive de son corps et sa performance physique sur le terrain, quand au deuxième il doit faire figure du désir par le jeu qu'il manifeste sur scène (l'expression corporelle, la voix, le jeu des mots....)

Entre ce qu'ils sont sur scène et ce qu'ils produisent, il y a de l'indécidable car ils sont tous les deux dans l'œil du spectateur et dans son désir.

L'indécidable du jeu exalte la jouissance du spectateur. En effet, il paraît bien plus raisonnable de renvoyer aux pauvres gens, aux multitudes déshéritées, grâce au théâtre et au football, autre chose que l'image de leurs propres préoccupations, ou de leurs propres angoisses et obsessions. Par contre, le plaisir peut découler d'une attitude critique à l'égard de tel ou tel personnage. On peut désapprouver les idées, les propos, les comportements et les actes de tel ou tel joueur (sur scène ou dans le terrain). Les spectateurs souhaitent voir se réaliser le démasquage, le rabaissement ou la chute d'un personnage qui n'accomplit pas convenablement la fonction qui lui est attribuée ou qui ne se montre pas à la hauteur soit par ses actes ou par son comportement.

Nous pouvons conclure que le triomphe remporté à la fin d'un match de football ou d'une représentation théâtrale dépend non seulement de la performance des acteurs sur scène mais aussi de l'apport indispensable du public, apport physique, apport psychologique, moral émotionnel et culturel.

Nous pouvons affirmer aussi que ces deux activités (le football et le théâtre) à la fois physiques, ludiques et socio- culturelles sont incontestablement les plus populaires ; elles permettent l'extériorisation des soucis et des frustrations mais elles provoquent parfois aussi l'agressivité et des actes de violence.

Bibliographie :

Actualité de la scénographie et de la mise en scène. Le grand Théâtre de Reims- L'Empreinte, Café-Musiques. Bruno Goubert, 2001.

-Jean – Paul Escande, Des cobayes, des médailles, des ministres. Contre une course à l'expérimentation humaine, éd, Max Milo, 2001.

-Jean –Marie Domenach, Le retour du tragique, collections Esprit, « La condition humaine », éd Du Seuil, 1967.

- Jean Pierre Ryngaert, Introduction à l'analyse du théâtre, Lettres Sup, éd, Nathan, 2001, 164p.

Janine Ransou, Pierre- Michel Menger, Alice Blondel, Chantal, Cicé, Carole Zavadski, Les métiers du spectacle vivant et leurs classifications/ Bilan et harmonisation. Ministère de la culture, des sports et de la communication, 2001. " Harmoniser les conditions d'enregistrement des informations sur les situations de travail et contribuer ainsi à une meilleure visibilité statistique de l'emploi et du travail dans ces secteurs d'activité.

- - Leca Raphael, L'enseignement des activités physiques, sportives et artistiques: Ellipses, 2003.

- Millet Guillaume, Physiologie de l'exercice musculaire, , Ellipses, 2004.

- Mace Gordor, Guide d'élaboration d'un projet de recherche en sciences sociales et physiques, éd De BOECK, 2004.



Université
AbdelHamid Ibn Badis
Mostaganem



Institut d'Education Physique et Sportive



REVUE

Scientifique
I.S.T.A.P.S

Revue Scientifique



N° 08 – Décembre 2011

ISSN :1112 – 4032