



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الرقم التسلسلي:

القسم: التربية البدنية

الرمز:

الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تأثير التربية الحركية في تعزيز التوافق الحركي في رياض الأطفال

إشراف الاستاذ:

- بن ميصرة

اعداد الطالب:

- غربي حسين

- وزيني أحمد

السنة الجامعية : 2021 / 2020

تشكر وتقدير

قال تعالى: « ولئن شكرتم لأزيدنكم »

نحمد الله سبحانه وتعالى على فضله ومنه ومنحه إيانا العزيمة وقوة الإرادة ويد العون حتى
تمكنا من إنجاز هذا العمل الذي نتمنى أن ينفعنا وينفع غيرنا به.

وعملا بقول النبي عليه الصلاة والسلام: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

يسرنا أن نتقدم بخالص الشكر والعرفان ووافر الامتنان للأستاذ المشرف

د/ بن مصيرة عبد الرحمان

على ما بذله من جهد وما تحمله من مشقة، ونحن العارفون بفضل المستضيئين بعلمه
العاجزين على القيام بشكره نسأل الله العلي القدير أن يجعل كل عمله في ميزان حسناته.

كما لا ننسى أن نتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير للعائلة الكريمة

وأخيرا لا ننسى كل من مد لنا يد العون من قريب أو بعيد لمساعدتنا لإنجاز هذا العمل.

وإلى كل من له الفضل في إنجاز هذا العمل من فكرة موصية أو كلمة محفزة.

حسين و أحمد

قائمة المحتويات:

الصفحة	العناصر
	شكر وتقدير
	قائمة المحتويات
أ	مقدمة
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
6	1- إشكالية الدراسة.
8	2- فرضيات الدراسة.
9	3- أهمية الدراسة.
9	4- أهداف الدراسة.
9	5- مفاهيم ومصطلحات الدراسة.
10	6- الدراسات السابقة.
15	7- مميزات الدراسة الحالية.
الفصل الثاني: التربية البدنية	
19	تمهيد
20	1- نبذة تاريخية عن التربية البدنية.
21	2- مكانة التربية البدنية في الجزائر.
24	3- تعريف التربية البدنية.
25	4- طبيعة وخصائص التربية البدنية.
27	5- أبعاد التربية البدنية.
28	6- أهداف التربية البدنية.
32	7- أهمية التربية البدنية.
33	8- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة.
35	خلاصة الفصل.
الفصل الثالث: التوافق الحركي	

38	تمهيد
39	1-تعريف التوافق الحركي.
41	2-أنواع التوافق الحركي.
42	3-الخصائص العامة للتوافق.
43	4-مظاهر التوافق الحركي.
44	5-مكونات التوافق الحركي.
46	6-طرائق تطوير التوافق.
47	7-العوامل المؤثرة في التوافق.
48	8-أهمية التوافق الحركي.
50	9-اختبارات خاص بالتوافق.
51	10-تمارين التوافق الحركي.
53	خلاصة الفصل.
الفصل الرابع: روضة الأطفال	
56	تمهيد
57	1-نبذة تاريخية عن روضة الأطفال.
59	2-مفهوم روضة الأطفال.
60	3-أهداف روضة الأطفال.
61	4-مميزات روضة الأطفال.
61	5-شروط إنشاء روضة الأطفال.
65	6-واقع روضة الأطفال في الجزائر.
67	خلاصة الفصل
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس: منهجية الدراسة	
71	تمهيد
72	1-الدراسة الاستطلاعية.

72	2-المنهج المتبع في الدراسة.
72	3-متغيرات الدراسة.
72	4-مجتمع وعينة الدراسة.
73	5-اساليب جمع البيانات.
74	6-الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة.
74	7-تصميم الدراسة وأساليب المعالجة الإحصائية.
75	خلاصة
الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
78	1-عرض الدراسات السابقة.
82	2-تحليل وتمحيص الدراسات السابقة.
84	3-مدى الاستفادة من الدراسات السابقة.
الفصل السابع: الاستنتاجات والاقتراحات	
87	1-الاستنتاج العام.
87	2-الاقتراحات.
88	3-الفرضيات المستقبلية.
80	قائمة المراجع

مقدمة:

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الفرد، لأنها الفترة التي يتم فيها وضع اللبنة الأولى للشخصية السليمة والمتكاملة للفرد التي تظهر ملامحها عليه في المستقبل على كافة الجوانب سواء البدنية المعرفية، المهارية، الوجدانية، و الانفعالية، إن الطفل يملك طاقة هائلة يحتاج فيها إلى حركة مستمرة ونشيطة، تعتبر ممارسة النشاط البدني التربوي مجالاً خصباً لإشباع حاجة، وبالتالي المساهمة في تحقيق التربية المتزنة له، كما أن النشاط الحركي يعتبر الرابط بين تفكيره وأي أداء يقوم به.

تعد مرحلة ما قبل المدرسة سنوات مرحلة الحركة المستمرة دون هوادة وأهم ما يميزها هو التعطش للحركة، و يتسم الطفل بإفراط في بذل الجهد بإشراك عدد من العضلات في معظم الحركات في حين نجده ينتقل من نشاط لآخر ويصعب عليه الاستمرار في مزولة نشاط معين.

إن التكوين البدني للكائن البشري يلاحظ عليه من الناحية التشريحية كثرة مفاصله وتعدد أنواعها يدل دلالة واضحة على أن هذا الجسم خلق ليتحرك وأن الحركة أساسية للحفاظ على صحة هذا الكائن واكتساب اللياقة للحياة وتعد الحركات الأساسية العمود الفقري للحركات المتقدمة بجميع أشكالها وأنواعها وتشكل ثروة الطفل الحركية في هذه المرحلة وكذلك تشكل الأساس الحركي للمهارات المختلفة في الأنشطة الرياضية ولذا فإن تطوير الحركات الأساسية لأطفال الروضة يمهد السبيل لتكوين مظاهر التطور الحركي المرتبط بالأنشطة الرياضية البدنية التربوية المختلفة ذات مستويات عليا.

ولكشف جوانب هذه الدراسة والتي اشتملت على جانبين:

-**الجانب التمهيدي:** والذي احتوى على الفصل الأول المتمثل في الإطار العام للدراسة الإشكالية والفروض وأهمية وأهداف الدراسات والدراسات السابقة، بالإضافة إلى مميزات الدراسة الحالية

-**والجانب النظري :** الذي احتوى على ثلاثة فصول:

✓ الفصل الثاني: التربية البدنية.

✓ الفصل الثالث: التوافق الحركي.

✓ الفصل الرابع: روضة الأطفال.

أما الجانب التطبيقي فلم يتم العمل عليه نظرا للوضعية الوبائية والظروف المعقدة التي نحن عليها ونرجو من الله العزيز القدير أن يرفع عنا هذا الوباء، واكتفيا فقط بتحليل ومناقشة الدراسات السابقة.



الجانب التمهيدي

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

فهرس الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة.
- 2- فرضيات الدراسة.
- 3- أهمية الدراسة.
- 4- أهداف الدراسة.
- 5- مفاهيم ومصطلحات الدراسة.
- 6- الدراسات السابقة.
- 7- مميزات الدراسة الحالية.

1- إشكالية الدراسة:

الطفل كائن يمشي يجري يقفز، يتعامل مع الأشياء في مكوناتها، والروضة من المؤسسات التعليمية الأولى التي تساهم في إعطاء الطفل فرصة لتنمية حواسه، وقدراته الحركية والمعرفية، وفتح مجموعة من الأطوار التي يلبي فيها رغبته الفيزيولوجية والعقلية، وتوفير فرصة الحركة، وتدريبه سبل تنسيق وضعياته التي تدخل في تناسق مع النمو العضلي والعقلي، ولما كان التوافق الحركي يعد واحدا من العوامل التي قد تحد من قدرة الطفل علي تنمية مهاراته الحركية.

ويتضح الاهتمام بتربية الطفل فيما يلاحظ من تزايد عدد مؤسسات ما قبل المدرسة استجابة للتغيرات الاجتماعية والاقتصادية الأمر الذي يدعو هذه المؤسسات والكلية إلى الاهتمام بإجراء بحوث علمية عن طفل ما قبل المدرسة وتربيته، لما لذلك من أثر بالغ الأهمية في تكوين شخصية الطفل وتطوير قدراته بصورة تترك أثرها فيه في مراحل نموه التالية. وقد تأثرت مؤسسات تنشئة طفل ما قبل المدرسة بأراء عديد من المفكرين والتربويين أمثال "جان جاك روسو" و"بستالوزي" و"منتسوري" و"جان بياجيه" الذين ساهموا بما قدموه من آراء في تنشئة الطفل وتربيته (دلال، 2006 ، ص3).

وفي هذا الإطار تأتي الروضة كحل مناسب لتربية الأطفال حيث أصبحت تقدم صورة من صور رعاية الطفولة المتعددة في الوقت الذي كان فيه من الضروري أن يبحث المشرفون عليها على مستلزمات تحسين مستواها والسبل الكفيلة بزيادة فعاليتها، ولعل هذا الواقع الذي يميز عمل الروضة يعكس فهما لدور هذه المؤسسة ونظرة سطحية إلى قدرات الطفل البدنية في هذا العمر.

وفي وقتنا الحاضر مافتئ الخبراء والباحثين يمدوننا بأحدث الطرق والمناهج والوسائل والأساليب التي توصلت إليها نتائج البحوث التربوية معتمدين في ذلك إلى جملة العلوم

والأبحاث الميدانية التي من خلالها يتعرف المربون والتربويون على حاجات الطفل ومطالبه ليتعاملوا معها بأكثر كفاءة وفاعلية.

لقد أصبحت برامج الأنشطة التربوية في الروضة من أهم المبادئ التي تقوم على استخدام طرق النشاطات المختلفة لتنمية متكاملة للطفل وتهدف إلى تنمية قدراته الجسمية والبدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، حيث تعتبر برامج التربية الحركية هي الاتجاه الحديث لمرحلة ما قبل المدرسة المبنية أساساً على الإمكانيات النفسية والحركية الطبيعية المتاحة لدى الطفل والتي تهدف إلى تحقيق لياقته البدنية والحركية وإدراكه الحسي الحركي وتنمية قدراته وزيادة دوافعه. كما ترتبط التربية الحركية بالمفاهيم الحديثة المتعلقة ببرامج التربية الرياضية فهي تمثل أحد الروابط الأساسية بين التربية والتربية الرياضية، لأن تعليم الطفل في هذه المرحلة يجب أن تبنى طاقاته وإمكانياته أو على الأقل تعدل في ضوء أسس التربية الحركية لاعتبارات تتعلق بخصائص النمو، والتعلم في هذه الفترة العمرية للطفل التي تركز بشكل أساسي على حركته، وتهتم بنموه وتطوره لكي يستطيع التكيف مع نفسه ومع بيئته ومجتمعه.

كما أظهر فروبل (Frobel) أهمية لعب الأطفال وكيفية الاستفادة منه في العملية التربوية والتعليمية، باعتبار أن اللعب مظهر من مظاهر نشاطهم وأحد مظاهر الإدراك الحركي، وكذا أحد وسائل اتصال الطفل بنفسه وبالبيئة من حوله، فحاول استغلال هذه الظاهرة وبواسطتها أصبح يعلم الأطفال بفضل التنظيم المبرمج والعلمي لمضامين هذا النشاط وأشكاله.

كما نادى مونتيسوري (Montessori) بأهمية إعطاء الأطفال حرية واسعة النطاق في حركتهم وفي ألعابهم وفي استخدام لعبهم.

إذ تعتبر الحركة إحدى مقومات الحياة للطفل، فهو لا يستطيع الحياة بدونها كما تعتمد تنمية قدرات الطفل البدنية والعقلية والنفسية على طبيعة الحركة، فمن خلالها يتعلم وينمو

ويتطور لذلك كان من الضروري التأكد على أهمية الدور الذي تقوم به التربية الحركية في العملية التربوية وخصوصاً مع الأطفال ما قبل المدرسة.

والطفل عند توجيهه أثناء ممارسته لأنشطة الألعاب المختلفة في الروضة يقوم باكتساب معلومات وأفكار تزداد نمواً عن طريق تراكم الخبرات التي يمارسها فعلياً من خلال جسمه وحواسه المختلفة بحيث نجده خلال هذه الفترة بحاجة إلى من ينظم له ذلك في إطار مرسوم وإذا كان يجب إشباع رغبة الطفل وحاجاته، فيجب تنظيم سلوكه، لأنه ضعيف في تحكمه الذاتي لنفسه، كما يجب ألا نمنعه من الحركة بالقهر، بل يجب أن نشبع حاجاته في الحركة من خلال برامج لعب تربوية هادفة ومنظمة.

وبما أن النشاط البدني مهم وضروري للأطفال، لأنه ذو تأثير إيجابي على صحتهم العضوية، والنفسية، وعلى نموهم البدني وتطورهم الحركي والعقلي، فمن هذا المنطلق تمت صياغة مشكلة البحث على شكل تساؤل رئيسي: هل تؤثر التربية الحركية على التوافق الحركي لدى أطفال الروضة؟

ومن هذا السؤال تتفرع التساؤلات التالية:

- ما هو دور التربية الحركية في تنمية الإدراك الحركي لدى أطفال الروضة؟
- ما هو دور التربية الحركية في التأثير على التوازن لدى أطفال الروضة؟
- هل تؤثر التربية الحركية في تعزيز الدقة لدى أطفال الروضة؟

2-فرضيات الدراسة:

✓ الفرضية العامة:

-تؤثر التربية الحركية على التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.

✓ الفرضيات الجزئية:

-للتربية الحركية دور في تنمية الإدراك الحركي لدى أطفال الروضة.

- للتربية الحركية دور في التأثير على التوازن لدى أطفال الروضة.
- التربية الحركية تؤثر على تعزيز الدقة لدى أطفال الروضة.

3- أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية البحث في إثراء المكتبة الجامعية بصفة عامة ومكتبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية بصفة خاصة وجذب القراء والباحثين والأكاديميين لاكتشاف معلومات ومكتسبات حول موضوع دراستنا.

- التأكيد والإلحاح على العمل على الصفات النفس وحركية في المراحل الموصى بها
- لفت الانتباه لضرورة تنمية التوافق الحركي بما ينعكس بالإيجاب على الجوانب الأخرى.
- التعرف على قيم بعض مظاهر تعزيز التوافق الحركي لأطفال الروضة.

4- أهداف الدراسة:

- إبراز دور التربية الحركية في تنمية الإدراك الحركي لدى أطفال الروضة.
- التعرف والكشف عن دور التربية الحركية في التأثير على التوازن لدى أطفال الروضة.
- توضيح أثر التربية البدنية في تعزيز التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.
- معرفة دور التربية الحركية بالنسبة للأطفال الروضة.
- معرفة الفروق الموجودة بين الجنسين في التوازن الحركي لدى أطفال الروضة.
- إبراز قيمة التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.

5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

5-1- تعريف التربية البدنية:

- اصطلاحاً: يقصد بها ذلك الجزء من العملية التربوية التي تساهم في تنمية التربية البدنية والانفعالية، الاجتماعية والعقلية من خلال وسط من الأنشطة البدنية والرياضية (أمين أنور الخولي وآخرون، 1948 ، ص574).

-إجرائيا: هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين أداء الأطفال عن طريق تعزيز التوافق الحركي.

5-2-تعريف التوافق الحركي:

-لغة: وفق، الوفاق، الموافقة والتوافق، الاتفاق والتنظيم، ابن سيده، وفق الشيء أي ما لاعمه وقد وافقه موافقتا ووافقا واتفق معه وتوافقا (أبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم ابن المنصور، دس، ص 251).

-اصطلاحا: قدرة الفرد في السيطرة على عمل الجسم وأجزائه المختلفة بصورة مشتركة في أداء واجب حركي، وربط هذه الأجزاء بحركة انسيابية ذات الجهد الفعال لإنجاز الواجب الحركي (وديع ياسين وياسين طه، 1986، ص 67).

-إجرائيا: هو الدرجات التي يتحصل عليها، من استبيان التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.

6-الدراسات السابقة:

6-1-الدراسات السابقة المتعلقة بالتربية البدنية:

✓ الدراسة الأولى:

دراسة إقبال عيساوي 1998م: أثر منهج مقترح لدرس التربية البدنية والرياضية في تطوير المستوى المعرفي للتلاميذ.

اشتملت الرسالة على 05 فصول تضمن الفصل الأول على التعريف بالبحث أما أهدافه فهي:

-بناء منهج خاص لدرس التربية البدنية و الرياضية للتلاميذ.

- التعرف على أثر المنهج المقترح في تنمية المستوى المعرفي للتلاميذ، أما فروض البحث فقد كانت على الشكل التالي.

- للمنهج المقترح تأثير إيجابي في تنمية المستوى المعرفي لعينة البحث.

-وجود فروق معنوية في مستوى التحصيل المعرفي.

-استخدام الباحثان المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث على 20 تلميذ وتلميذة قسما

إلى مجموعتين، واعتمد الباحث على اختبار كأداة لجمع المعلومات واستخدم (الوسط الحسابي والانحراف المعياري) لمعالجة النتائج.

أما أهم الاستنتاجات هي:

- للمنهج المقترح تأثير فعال على التحصيل المعرفي لعينة البحث.

- هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية.

✓ الدراسة الثانية:

دراسة ناظم كاظم جواد، د . نبيل محمود شاكر 1999م: أثر ممارسة التمرينات

والألعاب الرياضية على تطوير مستوى التحصيل الدراسي لتلميذات الخامسة ابتدائي.

-تضمن البحث على 04 مباحث، اشتملت عينة البحث على 35 تلميذة من الصف

الخامس ابتدائي، قسمت المواد الدراسية إلى مواد علمية ومواد إنسانية، واستخدم الباحثان

المنهج التجريبي وقد استخدم الاختبار التحصيلي كأداة لجمع البيانات لعينة البحث واستخدم

اختبارات للعينات المترابطة كوسيلة لمعالجة البيانات.

وأهم الاستنتاجات:

-للتمرينات والألعاب الرياضية تأثير إيجابي على مستوى التحصيل الدراسي.

-أظهرت نتائج البحث أن مادة اللغة الإنجليزية أقل تطور في مستوى التحصيل من المواد

الأخرى.

✓ الدراسة الثالثة:

وهي دراسة من إعداد الطالبين: "أكواري محمد" و"مقدم سلمان" وتتمثل في مذكرة تخرج

لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان: "مكانة التربية البدنية

والرياضية في المجال التربوي . الطور الثانوي (15-18) سنة وهي دراسة ميدانية لمختلف

ثانويات ولاية تمنراست "تحت إشراف الدكتورة "يحي الشريف" للسنة الجامعية: 2007-2008.

وتهدف هذه الدراسة إلى إبراز المكانة التي تحتلها التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي وإعادة الاعتبار الكامل لها من خلال إيجاد الحلول المناسبة لهذه المشكلة. المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي التحليلي، الذي يلزم طبيعة المشكلة المطروحة، والدراسة المراد القيام بها، وكذا كون المنهج الوصفي يعطي إجابة موضوعية وأكثر دقة. وقد أجرى البحث على عينات مختلفة:

-العينة الأولى: تتمثل في مجموعة من تلاميذ المرحلة الثانوية لمختلف ثانويات ولاية تمنراست وتضم 100 تلميذ.

-العينة الثانية: خاصة بأساتذة التربية البدنية والرياضية وتضم 10 أساتذة مقسمة على مستوى 07 ثانويات، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية. ولقد كانت نتائج الدراسة كما يلي:

إن للتربية البدنية والرياضية دور تربوي في الجهاز التربوي في المؤسسات التعليمية، إلى أن نقص الكفاءة المعرفية والتكوين عند المربين، ونقص الرقابة والوسائل والإمكانيات اللازمة، أدى إلى انهيار المكانة التربوية للتربية البدنية والرياضية.

6-2-الدراسات السابقة المتعلقة بالتوافق الحركي:

✓ الدراسة الأولى:

العنوان: تأثير التمارين التوافقية في تحسين مستوى التوافق الحركي وبعض المهارات الأساسية لكرة اليد.

الباحث: م.م مصر خالد عبد الرزاق الكيلاني من كلية التربية الرياضية 2011، جامعة الأنبار.

مجتمع البحث: طلاب المرحلة الثانية من كلية التربية الرياضية جامعه الأنبار العام الدراسي 2010-2011 والبالغ عددهم 80 طالب.

عينة البحث: 40 طالب من نفس المرحلة وقسموا إلى مجموعتين بطريقه عشوائية (ضابط أو تجريبية) والتي تشكل 50 % من مجتمع البحث الأصلي. تم تنفيذ تجربة البحث واحده أسبوعيا لمدة ستة أسابيع بمجموع 12 وحده. تم التركيز على التغيير تمارين استخدام أكثر من كرة في اغلب التمارين.

المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث.

✓ الدراسة الثانية:

العنوان: تأثير تمارينات التوافق الحركي في تطوير بعض مهارات الكره الطائرة وعلاقتها بتركيز الانتباه.

الباحث: ناهدة عبد زيد الدليمي، سعد حماد صالح وأزاد حسن قادر.

مجتمع البحث: طلاب الصف الثالث في كلية التربية الرياضية جامعه بابل والبالغ عددهم 137 طالب. أبعاد الراسبين والمصابين 28 طالب أصبح العدد 109 طالب.

عينة البحث: قام الباحثون إجراء عملية القرعة اختيار 40 طالبا بالطريقة العشوائية تم تقسيمهم مجموعته تجريبية وأخرى ضابطة 20 متغيرات لكل مجموعة ومن اجل تجنب المؤثرات على البحث قام الباحثون بأجراء عملية تجانس العينة في متغيرات (الطول الوزن العمر) وتكافئ مجموعتي البحث في الاختبارات المهارية.

المنهج: المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعات المتكافئة للائمته طبيعة المشكلة.

✓ الدراسة الثالثة:

العنوان: تأثير تمارينات مساعده خاصة في اكتساب القدرة التوافقية الحركات السباحة الحرة.

الباحث: م.د مصطفى صلاح الدين عزيز من مجلة علوم التربية الرياضية العدد الثاني
المجلد الثالث سنة 2010.

عينة البحث: وقد تمثلت العينة بمجموعتين من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية
الرياضية/ جامعة بغداد المتعلمين من غير الراسبين حيث تضمنت كل مجموعة 15 طالب
أي كان عدد أفراد العينة جميعهم 30 طالب استنتج الباحث إمكانيه تطوير قابليه الترابط
الحركي (القدرة التوافقية) العامة لدى المتعلم باستخدام التمارين المقترحة تمارين مساعده
لتطوير التوافق الحركي العام.

وهدفت هذه الدراسة إلى إيجاد تمارين خاصة مساعدة لتعلم التوافق الحركي في حركات
السباحة الحرة ومعرفة استخدامها في تعلم حركات مهارة السباحة الحرة.
أما توصيات الباحث فقد تضمنت استخدام وتطبيق التمارين المقترحة الخاصة بالبحث
كتمارين مساعدة أساسية في عملية تعليم السباحة للمبتدئين و التركيز عليها في قسمي
الإحماء والقسم الرئيسي من الوحدة التعليمية. جدير بذكر استخدام الباحث للمنهج التجريبي
في إجراءات البحث.

✓ الدراسة الرابعة:

العنوان: اثر تنمية صفتي المرونة والرشاقة على تحسين مهارة المراوغة لدى لاعبي
كرة القدم 12-14 سنة.

الباحث : سعيود محمد الطاهر وبن سعدية محمد وليد.

مجتمع البحث: لاعبين من نادي الجيل الصاعد تاسوست وفريق الشباب الرياضي لبلدية
الطاهير وبلغ عددهم 30 لاعب لفئة البراعم تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين مجموعة
ضابطة ومجموعة تجريبية بواقع 15 لاعب من كل فريق .والمجموعة الضابطة يطبق عليها
البرنامج التدريبي الاعتيادي، أما المجموعة التجريبية فتخضع للبرنامج التدريبي المقترح، وقد

تم مراعاة الفروق الفردية بين العينتين، وقد تضمن البرنامج التدريبي 16 وحدة تدريبية بواقع حصتين في الأسبوع وذلك لمدة شهرين وكان زمن الوحدة التدريبية 90 د. يهدف البحث إلى وضع برنامج تدريبي مبني على أسس علمية مقننة ومخططة يهدف إلى تنمية بعض الصفات البدنية (الرشاقة والمرونة) وتطوير مهارة المراوغة لفئة البراعم من 12-14 سنة لكرة القدم ومدى تأثير هذا البرنامج على متغيرات البحث، وقد افترض الباحثان أن هناك تأثيراً لتنمية صفتي الرشاقة والمرونة على تحسين مهارة المراوغة.

7- مميزات الدراسة الحالية:

- تتميز هذه الدراسة بكونها تسلط الضوء على فئة معينة من الأطفال في عينته، وهي فئة تلاميذ الروضة.
- تعتبر هذه الدراسة دراسة محلية.
- تبرز هذه الدراسة أهمية التربية البدنية في معالجة المشكلات الحركية لدى أطفال الروضة وأهمية تعزيز توافقهم الحركي..
- تميزت هذه الدراسة باستخدامها للمنهج الوصفي، كونه المنهج الملائم لطبيعة هذه الدراسة.
- تميزت هذه الدراسة بتسليطها الضوء على مرحلة عمرية مهمة وهي مرحلة الطفولة والتي تصادف مرحلة ما قبل التعليم الابتدائي.
- تميزت هذه الدراسة بوصفها للتربية البدنية كمفهوم ومهنة، وأهميتها بالنسبة للأطفال الذين يعانون من سوء التوافق الحركي.
- تميزت هذه الدراسة بالكشف عن مستويات هذه المشكلات الحركية ووضع حلول لهذه المشاكل.



الجانب النظري



الفصل الأول:
التربية البدنية

فهرس الفصل الثاني: التربية البدنية

تمهيد

- 1-نبذة تاريخية عن التربية البدنية.
 - 2-مكانة التربية البدنية في الجزائر.
 - 3-تعريف التربية البدنية.
 - 4-طبيعة وخصائص التربية البدنية.
 - 5-أبعاد التربية البدنية.
 - 6-أهداف التربية البدنية.
 - 7-أهمية التربية البدنية.
 - 8-علاقة التربية البدنية بالتربية العامة.
- خلاصة الفصل.

تمهيد:

تعد التربية البدنية مادة تعليمية تطبيقية، إذ تمارس فيها مختلف الأنشطة الرياضية التي تساعد في تحسين قدرات التلاميذ في العديد من المجالات كالمجال الحركي واللياقة البدنية، والمجال الإنساني أو الاجتماعي فتمثل العلاقة الديناميكية الناتجة عن ممارسة الأفراد لمختلف الأنشطة التي تجعل فيما بينهم تواصل وتكيف و تفاعل .كما تساهم التربية البدنية في تكوين شخصية الفرد وإدماجه الفعلي ضمن المجتمع وذلك من خلال مشاركة الفرد للجماعة من خلال مختلف النشاطات الفردية والجماعية.

انطلاقا مما ذكر سابقا اختص هذا الفصل بالحديث عن التربية البدنية وذلك من زوايا متعددة ، إذ تم التعرض إلى كل من تعريفها وتاريخها، وبالإضافة إلى طبيعتها وخصائصها وأهدافها وأبعادها وأهميتها، أضف إلى ذلك التطرق إلى علاقتها بالتربية العامة ومكانتها بشكل عام والجزائر بشكل خاص.

1-نبذة تاريخية عن التربية البدنية:

يرجع تاريخ التربية البدنية والرياضية إلى قديم العصور، إذ نجد التربية اليونانية زاخرة بالآراء القيمة المتعلقة بشؤون التربية البدنية وقد اعتنت أثينا واسبرطة بالألعاب الرياضية عناية كبيرة ويرى أرسطو، طاليس 384 ق.م أن تبتدى عناية الدولة بالطفل من قبل ولادته، كما ضرورة وضع قانون الأزواج بين من يجوز لهم الزواج أو عدمه، كما يرى أن الأعمال البدنية يجب أن تكون غايتها ضبط النفس، وكبح جماح الشهوات، وتجميل صورة الجسم، وتكوين العادات الفاضلة، لا مجرد القوة الجسمانية التي يتباهى بها المعروفون بالألعاب البدنية كذلك يرى بأنه يجب أن تتدرج هذه الأعمال في صعوبتها وألا تبدأ الأعمال العنيفة إلا بعد المراهقة بثلاث سنوات على الأقل (مصطفى أمين، 1926، ص95).

إلا أنه وبعد العهد اليوناني تضاءلت العناية بالألعاب الرياضية شيئاً فشيئاً إلى غاية حلول القرن الثامن عشر وظهور الاتجاه الطبيعي الذي تزعمه "جان جاك روسو" (1712، 1778) الذي نادى بالرجوع إلى الطبيعة وبفصل الطفل عن والديه وإبعاده عن المدارس وتركه يتسرب حيث يدخل في قلبه حب الطبيعة وجمالها وقد كتب في كتابه عن سبيل كيفية سيرة الطفل من ولادته حتى سن الخامسة، وجاء في هذا الكتاب أيضاً للبحث على عناية بالألعاب الرياضية والتمارين البدنية. فقد ذكر بأن لصحة البدن سلامة العقل وكمال الخلق (رحماني قوادري إبراهيم، 2011، ص27).

وقد نادى بعد "روسو" بعض المربين بضرورة التربية البدنية من بينهم "جون موثن **jeune mouth**" (1839-1957م) الذي ألف كتاباً بعنوان "التمارين البدنية للأولاد الصغار" ويعتبره البعض مؤسس التمرينات المدرسية ثم ظهر في عالم التربية السويسري " **pastaloutzie**" (1746-1852م) الذي جاء ببعض الآراء القيمة في التربية وطرق التعليم، استفاد منها أساتذة التربية البدنية في وضع مبادئهم التربوية، ثم جاء بعد ذلك الألماني " **Fredirek jeune**" (1778-1852)، الدانماركي **nachtegale** (1777-

(1847)، والسويدي **beur hanrke** (1776-1839)، الذين ساهموا جميعا في وضع الأسس العامة للتمرينات البدنية الحديثة (رحماني قوادري إبراهيم، المرجع السابق، ص 27). واستطاع **lendj** سنة (1813 م) تأسيس أول معهد للتمرينات، سمي بمعهد التمرينات الملكي باستكهولم، وجاء بعده ولده "بلمار" الذي أتم بمبادئ والده، وفي النصف الأول من القرن 20 عمت التربية البدنية جميع أنحاء العالم تقريبا وانتشرت في الولايات المتحدة الأمريكية انتشارا واسعا، يكفي لبيان هذا الانتشار أن نذكر أنه يوجد ما يفوق 100 معهد بين جامعة وكلية حيث يستطيع الطالب فيها أن يحصل على درجة المدرس في مادة التربية البدنية والرياضية عدا ذلك فإنه يوجد ما يقرب 24 جامعة يستطيع فيها الطالب أن يقوم بدراسات عليا وقد ظهر في هذه الجامعات عدد كبير من رجال التربية البدنية ومن هؤلاء "كيروتون **Curetet**" و"عوزين **F.Cozen**" و"ميتشل **E.Michell**" وغيرهم (رحماني قوادري إبراهيم، المرجع السابق، ص 28).

ومن هنا ندرك تمام الإدراك على أن التربية الرياضية مصطلحا جديدا أما مفهومها ومحتواها فهو قديم لظالما اهتم العرب القدماء بالتربية البدنية وذلك يظهر من خلال ما ورد من رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الاهتمام بالبدن من خلال السباحة ورماية وركوب الخيل وهذه نشاطات حركية تتدرج في مفهوم ومضمون التربية البدنية الرياضية.

2-مكانة التربية البدنية في الجزائر:

تعرف التربية البدنية والرياضية بالجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية على أساس أنها نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل وتخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها ورامية إلى الرفع من شأن تكوين الإنسان و المواطن والعمل بما لدينا من مزايا (جغدم بن ذهبية، 2009، ص 19)، ومن خلال تنظيم التربية البدنية والرياضية ينتظر منها أن تؤدي ثلاث مهام رئيسية وهي: (جغدم بن ذهبية، المرجع السابق، ص 19-

-من الناحية البدنية: تحسين قدرات الممارسين الفسيولوجية والنفسية المحركة وذلك من خلال التحكم اكبر في البدن وتكيفه سيرته مع البيئة وذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل الناجح ومنظم تنظيما عقلانيا.

-من الناحية الاقتصادية: إن تحسين صحة الفرد وما يكسبه من استقرار نفسي يزيد من قدراته على مقاومة التعب وإذ يمكنه من استعمال قوته في العمل استعمالا محكما فانه بدون شك يؤدي إلى زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي.

-من الناحية الاجتماعية والثقافية: إن ما يكتسبه الفرد من جراء ممارسة التربية البدنية والرياضية من قيم ثقافية وخلقية تجعله يواجه كل الأعمال اليومية وتساهم في تعزيز الوئام المدني مدخرة لظروف الملائمة للفرد لكي يتعدى ذاته في العمل وتسعى لتنمية روح الاتصال والتعاون والمسؤولية والشعور بالوجبات المدنية كما تسعى كذلك لتخفيف التوترات التي تشكل مصدر الخلافات بين الفرد والمجموعة الواحدة أو بين المجموعات التي تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحد.

إضافة إلى ذلك فان التربية البدنية والرياضية توفر لشباب والكبار فرصة الاستخدام أوقات فراغهم فيما يقيد الفرد بنفسه ومجتمعه ووطنه.

وتعد التربية البدنية والرياضية في الجزائر عاملا لسلام في العالم وذلك بتدعيمها للتضامن والتفاهم والتعاون على المستوى الوطني والدولي، وترتكز الحركة الرياضية الوطنية في الجزائر على المبادئ التالية: الديمقراطية، التخطيط، الشمولية، اللامركزية (جغدم بن ذهبية، المرجع السابق، ص20).

وكذلك ثمة مبادئ أخرى لتنظيم الحركة الرياضية الوطنية وهي: (باغقول جمال، 2009، ص109-110)

1-الديموقراطية: إن التربية البدنية هي تربية الجماهير ومن ثمة يثبت حق كل جزائري في ممارسة هذه التربية، وهذا حق معترف به على غرار الحق في التعليم.

2-التخطيط: إن التربية البدنية والرياضية مدرجة في سير تنمية البلاد يجب أن تخضع لمبادئ التخطيط.

3-الشمول: إن التربية البدنية والرياضية هي جزء لا يتجزأ من النظام التربوي الشامل، تخص الإنسان والمجتمع في مجموعها، وهي تشكل وحدة منسجمة شاملة تقوم أساسا على ممارسة نشاطات رياضية مرتبة حسب أسس علمية.

4-الهداية والتقويم: إن التربية البدنية والرياضية وهي نظام لتربية الجماهير قادرة على إبراز نخبة رياضية من بين الجمهور الممارس وقادرة على تمثيل البلاد بصفة قيمة. ويجب أن يستفيد الممارسون من النخبة -وهم الصورة التي تعكس مستوى التطور الرياضي- من تدابير اجتماعية ومهنية، يتم إفرادها نظاميا طبقا لوضعيتهم وتمنح لهم احتراما لقواعد الهداية فقط.

5-التسيير: إن تنظيم النشاطات الرياضية وتسييرها أمر يخص على حد سواء القادة المعتمدين رسميا والرياضيين الممارسين ,ويمكن تطبيق هذا المبدأ من تحقيق تسيير ديموقراطي مراقبة وظيفية، كما يمكن في نهاية الأمر من تكوين الرجال هواة المستقبل للقيام بمهنة التنشيط داخل الوحدات التي تتشكل منها الحركة الرياضية الوطنية تكويننا عمليا، ويستلزم أن يتصرف قائد الفوج الرياضي مهما كان القطاع الذي يتطور فيه أو تخصصه أو رتبته، حيثما وجد وفي أي حالة كان ,كمربي حقيقي للشباب.

6-اللامركزية: تنظم النشاطات البدنية والرياضية ضمن جميع الأنظمة الوطنية الإدارية والاقتصادية والعسكرية وحتى الخلايا القاعدية منها والتي يجب أن تتوفر لدى السلطة الفعلية لتسيير وسائل العمل.

3-تعريف التربية البدنية:

إن الحديث عن مفهوم التربية البدنية يؤدي بالضرورة عن الحديث عن التربية بصفة عامة باعتبارها جزء من المقررات الدراسية وتلتقي مع بقية المواد الأخرى لتحقيق جملة من الأهداف التربوية لطور التعليم المتوسط .

ولقد تعددت التعريفات للتربية البدنية، فيعرفها "بيوتشر Patcher" على أنها جزء متكامل من التربية العامة يهدف إلى إعداد المواطن اللائق في الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختارة بغرض تحقيق هذه الحاصل (محمد الشحاة، 2007، ص366).

كما نجد هناك تعريفاً آخر لا يختلف كثيراً عن التعريف السابق ونعني هنا تعريف "فيرى Virie" الذي يقول : إن التربية البدنية جزء لا يتجزأ من التربية العامة، وأنها تشغل إذن دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية العضوية والانفعالية (ابراهيم مقني، 1996، ص38).

ويعرفها نيكسول وآنز: "بأنها ذلك الجزء من التربية التي تنص الأنشطة القوية التي تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج عن الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط من التعلم. ويعرفها "فولتمر واسيلنجر": بأنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني (محمد سعيد عزمي، دس، ص11).

وعرفتها "لو ميكين" كما يلي: التربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني (أمين أنور الخولي، 1998، ص33).

من خلال ما تقدم نستنتج أن تعريفات التربية البدنية كلها تتحصر في مفهوم واحد إلا أن لكل باحث رؤى خاصة فيه تبرز مجال اختصاصه إلا أنهم كلهم أصابوا في نفس الجوهر وهو أن التربية البدنية هي التربية التي تعنى بالجانب البدني وهي عبارة عن مجموعة من السلوكيات الحركية العضلية التي يقوم بها الفرد من أجل أغراض متنوعة ومن خلال هذه الحركات المختلف تظهر في الفرد جملة من القيم ومن بينها التعاون والتنافس والتآزر والمشاركة والانتماء والاحترام.... وغيرها من القيم الإنسانية والاجتماعية.

4- طبيعة وخصائص التربية البدنية:

4-1- طبيعة التربية البدنية: لازال لحد الآن بعض الناس لا يؤمنون بالتربية البدنية والرياضية كنظام أكاديمي أو كمهنة أو كبرنامج لنشاطات متعددة وهذا يلقي عبء كبير أمام المشرفين على هذا الاختصاص، لأن أهمية التربية البدنية والرياضية لا تقتصر على التلاميذ المدرسة فقط فالرياضة للجميع حيث أصبحت حقيقة لجزء كبير من المجتمع، حيث أصبح الفرد ملزم بممارسة النشاط البدني للترويح والمحافظة على لياقته البدنية (عثماني عبد القادر، 2008، 99).

وتتلخص هذه الطبيعة فيما يلي:

-**التربية البدنية والرياضة كنظام أكاديمي:** يسعى كل فرع من المعرفة الإنسانية نحو تحديد هويته الأكاديمية، والتربية البدنية والرياضية تهتم ببحث دراسة ظاهرة حركة الإنسان، التي أخذت في الاتساع والتطور وانقسمت إلى عدة مباحث وعلوم، كعلم وظائف أعضاء النشاط البدني، وعمل النفس الرياضي وعمل الاجتماع الرياضي والميكانيكا الحيوية، وفلسفة وتاريخ التربية البدنية والرياضية، ولها أيضا مباحث فنية وتربوية بحيث تدرس الوسط التربوي كطرق تدريس التربية البدنية والرياضية ومناهج التربية البدنية والوسائل التعليمية (بن قناب الحاج، 2006، ص 39).

-التربية البدنية والرياضية كمهنة: إن المهنة تعتمد على بنية المعرفة وعلومها ومباحثها لتتقدم أرفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف المجالات التخصص المهني (أمين أنور الخولي، مرجع سبق ذكره، 17).

ويحترف عدد كبير من المختصين مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية، ولقد تنامت فروع ومجالات العمل المهني في التربية البدنية والرياضية بشكل كبير، بعدما كانت تقتصر على التعليم.

وأصبحت الآن تنضم التدريب الرياضية، الإدارة الرياضية، اللياقة البدنية، التأهيل الرياضي، الإعلام الرياضي، الترويج البدني، وبفضل جهود أبناء المهنة أصبحت لها عدد معتبر من الرابطات والجمعيات المهنية للحفاظ على المهنيين ومنع الدخلاء والغير مؤهلين الانضمام إليها (عثماني عبد القادر، 2008، ص 100).

-التربية البدنية والرياضية كبرنامج : وهو المنظور الأقدم والذي ارتبط بالتربية البدنية منذ القدم ومازال،

والذي يعبر عن الأنشطة البدنية التي تتيح الفرص للتلاميذ باشتراك في أنشطة بدنية منتقاة بعناية، ويتتابع منطقي وعملي، وذلك حسب المراحل العمرية، وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية الإنسانية عبر أنشطة مختلفة كالجمباز والسباحة وألعاب القوى (بن قناب الحاج، 2006، ص 27).

4-2- خصائص التربية البدنية: تتميز التربية البدنية والرياضة عن غيرها من النظم التربوية بعدد من الخصائص أهمها: (رحماني قوادري إبراهيم، 2011، ص 30).

-اعتمادها على اللعب كشكل رئيسي للأنشطة.

-اعتمادها على التنوع الواسع في الأنشطة، مما يساعد على مصادفة كل أنواع الفروق الفردية لدى

التلاميذ.

-ارتباطها بالتربية، إذ تزود الشباب بحركة ثقافية معرفية تساعدهم على إحراز مكانة اجتماعية.

-اكتساب الخصال والقيم المتصلة بالمعايير والأخلاق والأدب وغالبا ما يكون غير مباشر وفي ظروف حيوية ديناميكية بعيدة عن التلقين.

5-أبعاد التربية البدنية: تتخذ التربية البدنية أبعاد مختلفة وهي كما يلي: (كنيوة مولود، 2008، ص14-15)

-**البعد التربوي:** التربية البدنية والرياضية على غرار المواد التربوية الأخرى تعمل على تربية وتنقيف التلميذ وجعله مواطن صالح يؤثر و يتأثر بالمجتمع ويحترم عاداته وتقاليده.

-**البعد الصحي:** معظم الدراسات الطبية والفيزيولوجية المتخصصة في النشاط البدني والحركي إن لم نقل كلها أكدت على أهمية النشاطات البدنية والرياضية، حتى يرتقي الفرد بمستواه الصحي ويتفادى الأمراض الحادة والمزمنة وفي بعض الحالات العلاج بها. إذ أن الأنشطة والتمارين البدنية لها دور علاجي في تخفيف آلام منطقة أسفل الظهر وعسر الهضم المزمن وضمور العضلات وعلاج المفاصل وعلاج تصلب المفاصل والتأهيل لحالات ما بعد الجراحة وكذلك المستوى الصحي الجدد للفرد يعطي القدرة على العمل والإنتاج لأطول فترة ممكنة وبالتالي تقديم خدمة معتبرة للوطن.

-**البعد النفسي:** تهتم التربية البدنية والرياضية بالصدمات الخلقية والإرادية للتلميذ، وكذلك بمختلف المعطيات الانفعالية والوجدانية قصد تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج، وخلق نوع من التكيف النفسي، ومن بين هذه القيم النفسية السلوكية وتحسين مفهوم الذات النفسية والذات الجسمية، الثقة بالنفس وإشباع الميول والاحتياجات النفسية.

إن من خلال درس التربية البدنية والرياضية يعبر التلميذ عن شعوره ويحاول تحقيق حاجاته ورغباته التي يبحث عنها و بالتالي خلق نوع من الاتزان النفسي.

-**البعد الاجتماعي:** تعمل التربية البدنية والرياضية على تنمية الصفات الاجتماعية الإيجابية لدى التلميذ، فهي تساعده على التكيف مع الجماعة وخلق مظاهر التآلف والصدقة والتضامن وتشجيعه أيضا على خلق العلاقات الإنسانية الإيجابية، فعلى الرغم من غريزة الفرد التي تحث على التفوق والفوز دائما إلا أنه يتقبل الهزيمة ويحترم الآخرين كذلك تؤثر التربية البدنية والرياضية على أسلوب حياة الفرد فتجعله يمارس الأنشطة البدنية والرياضية خارج المدرسة بطريقة منظمة وبالتالى استثمار أوقات الفراغ.

6- أهداف التربية البدنية:

على غرار كل البرامج للمواد الدراسية المختلفة لا بد أن تكون هناك أهداف لمادة التربية البدنية والرياضية لعل أهمها تحكم التلاميذ في أجسامهم، كما أنها يمكن أن تساعد على الاندماج الاجتماعي وهنا تلتقي مع أحد أهم أهداف التنشئة الاجتماعية وبصفة عامة فإن أهداف هذه المادة هي تنمية قدرات كامنة لدى المتعلمين في مجالات مختلفة.

6-1- من الناحية البدنية: إن الأهداف القريبة أو تلك التي يعرفها أغلبية الناس حول أهداف التربية البدنية والرياضية هي تلك الأهداف التي تخاطب الجسم، وهذا صحيح فهذه المادة تساعد على تحسين القدرة المرفولوجية والفيزيولوجية والحركية من أجل التحكم في الجسم، كما أنها تستطيع أن تساعد الفرد على اكتساب لياقة بدنية، والمحافظة عليها. كما يمكن أن تقاوم الانهيار البدني، وتجديد الحيوية والنشاط (**حسن أحمد الشافعي، 2005، ص366**). ومن مؤشرات ذلك يمكن القول أنها تكسب مهارات عديدة في هذا المجال مثل المشي والحركة بأنواعها والرفع والدفع والحمل وجل أنواع النشاط البدني المستخدم في الحياة اليومية. كل هذه المهارات عليها أنت تتعكس إيجاباً على مردود الفرد في الحياة اليومية بما فيها الحياة المهنية مثل مقاومة التعب عند استخدام قوته في مجال مهنيته، ويمكن القول

بأنها تقلل من الإنفاق على الصحة العامة وذلك لارتباط النشاط البدني الرياضي بالوقاية من العديد من الأمراض المختلفة خاصة في الوقت الراهن حيث ينصح الأطباء عموماً والمهتمون بالصحة العامة بضرورة قيام الفرد بأي نشاط بدني رياضي نظراً لأهميته على الصحة كجانب وقائي قبل حدوث العديد من الأمراض المتفشية في العصر الحديث، كالسمنة والسكري وغيرهما.

6-2- في الجانب الاجتماعي والثقافي: هناك أهمية كبيرة لمادة التربية البدنية والرياضة،

في المجال الاجتماعي والثقافي، وهذا الجانب له أهمية لأهداف هذا المقال أيضاً يشير إلى الأهمية الاجتماعية والثقافية للرياضة بصفة عامة أعني أنواعها يكفي أن نرى اليوم أهمية الرياضات المختلفة في معرفة الشعوب والعادات والتقاليد لمختلف المجتمعات وذلك عن طريق المنافسات الرياضية المختلفة.

وإذا عدنا إلى الحديث عن الجانب الاجتماعي لهذه المادة فكثيراً ما يظهر التلميذ يعطي ملامح شخصية في حصة التربية البدنية والرياضية، ما كان ليظهرها في حصة نظرية لمادة أخرى حجرة الدراسة وذلك لعدة أسباب لعل أهمها أنه يستخدم أساليب مختلفة في التعامل مع زملائه ومع معلمه عكس استخدامه في القسم لأسلوب اللغة الأكاديمية والفصحى ففي حصة تدريبية خاصة نشاط رياضي تكون هناك أساليب مختلفة في التعامل تفرضها طبيعة هذا النشاط، كما أن التلاميذ تزداد دافعيتهم لإنجاز ما هو مطلوب منهم في هذه الحصة. كما تبرز العديد من المهارات الاجتماعية مثل التعاون والتنافس والصراع. إذن إن هذه العمليات الاجتماعية سيكون من الصعب ظهورها عند التلاميذ خارج إطار حصة تدريسية أو تنافسية لمادة التربية البدنية والرياضة.

إن مادة التربية البدنية والرياضة تستطيع أن تنمي قيماً اجتماعية وثقافية كتنمية الجانب الديمقراطي حيث يفتتح اللاعب (التلميذ) في تخصص رياضي معين أنه يمكن رابحاً أو

منهزماً وبالتكرار يستطيع أن يصل إلى درجة أنه يقدّر بتفوق المنافس دون عقدة أو تعصب ومن هنا تكمن أهمية هذه المادة في هذا المجال وبهذا المعنى يمكن أن تساعد التلاميذ على التخفيف من التوترات والخلافات التي يمكن أن تنشأ بين الفرق أو المجموعات وبالتالي الذهاب إلى بناء علاقات اجتماعية بين الأفراد وبفضل هذه الثقافة الرياضية يتحقق الوعي وتحقق ما يسمى بالروح الرياضية والفوز والنجاح.

6-3- في المجال النفسي: لمادة التربية البدنية والرياضة أهمية كبيرة في المجال النفسي

بدءاً بالتربية ومروراً بالدافعية وهي كلها معاني نفسية تتبع من نفسية التلميذ، ولكن قبل ذلك يمكن تتبع أهمية النشاط البدني وأهميته على النفس من الألعاب والحركات التي يقوم بها الأطفال في الشارع أو الملاعب وهم يقومون باللعب بالكرة . ويمكن القول بأن الرياضة تعتبر أحد دعائم الصحة النفسية وتجاوز الصراعات النفسية والانحرافات، كما أنها قد تنمي الثقة بالنفس وتساعد الفرد على التحمل والاجتهاد، وفي أحيان كثيرة تساعده على تجاوز الأناية والعمل مع الفريق، وتعمل تنمية مفهوم الذات وإشباع حاجات نفسية مختلفة (عصام الدين متولي عبد الله، 2007، ص113).

6-4- من الناحية العقلية: إن ممارسة الرياضة يمكن أن تساعد الفرد على اكتساب

أساليب التفكير الواقعي نتيجة للممارسة الواقعية، فالممارسة الرياضية لا تقتصر على الحركات البدنية بل يفكر أيضاً على الممارس للرياضة أن ينمي مفاهيم مختلفة منها ما يتعلق بتاريخ اللعبة أو القوانين التي تحتكم إليها.

6-5- من الناحية التربوية: يمكن الحديث هنا على تأثير التربية البدنية والرياضية على

تنمية شخصية متكاملة عن طريق تزويد الفرد بمجموعة من الخبرات المختلفة يمكن أن تظل معه حتى في حياته المهنية والاجتماعية لاحقاً كما يمكن الحديث أيضاً من الجانب التربوي على تكوين شخصية متكاملة في المجال النفسي والاجتماعي وغيرها. إن أهمية التربية

البدنية والرياضية في المجال التربوي يمكن اعتبارها جزءاً لا يتجزأ من العملية التعليمية ككل وهي تساعد من جانبها في تنمية بعض القدرات مختلفة جاء الحديث عنها سابقاً تضاف إلى الأهداف التربوية التي ينشدها المنهج التربوي، وحتى الدين الإسلامي حث عن وجوب الاعتناء بالبدن ولبدنك عليك حق، ودعا الإسلام بتعلم السباحة والرمية وركوب الخيل (أنور الجندي، 1987، ص116).

وإذا عدنا إلى أهمية ومميزات مادة التربية البدنية والرياضية فإنه يمكن الحديث مثلاً عن درس التربية البدنية والرياضية حيث يؤدي هذا الدرس إلى التوافق والتكيف وذلك من خلال وجود التلاميذ في جماعات يتم بينها التفاعل وذلك من شأنه أن ينمي العديد من المهارات الاجتماعية وحتى بعض السمات الأخلاقية مثل الطاعة والشعور بالصدقة، وتنمية روح الشجاعة (محمود عوض بسيوني، 1987، ص96). ولهذه الصفات دوراً كبيراً في بناء شخصية متكاملة، وإذا كان هذا الحديث يتعلق بالمادة نفسها فإنه يجب علينا التطرق أيضاً إلى أستاذ مادة التربية البدنية والرياضية وذلك من خلال مميزاته وتكوينه وحتى منهجه التربوي، وعليه يجب أن يتصف بمميزات لكي يحقق أدواً مختلفة في علاقاته مع التلاميذ من حيث اكتسابهم معارف هامة حول المادة والتخصص بصفة عامة وتنمية بعض المهارات وإن يكون مريباً مهذباً حتى يكون قدوة لهم وبيتعد عن الكذب والخيانة والانحلال وغيرها (علي راشد، 1993، ص22). هذا من جهة، ومن جهة أخرى فالذي يشرف على عملية التربية يجب أن يكون مقتنع بها لأن المتعلم يأخذ بالقول والفعل والملاحظة داخلياً وخارجياً (عبد الله صالح علوان، 1981، ص633).

ومن هنا يأتي الحديث عن علاقة الأستاذ بالتلاميذ وخاصة وأنهم مراقبين وهذا ليس بالأمر السهل في كل الأحيان ويرتبط بالعديد من العوامل المختلفة لعل أهمها طريقته في التعامل مع التلاميذ ومدى اطلاعه وفهمه عن المراقبة وذلك من خلال المميزات النفسية والاجتماعية للمراهق، إذن يعتبر أستاذ مادة التربية البدنية والرياضية المنشط الأساسي

لمواقف التلاميذ في الحصة ويحدد ذلك كما أشرنا على طبيعة المعاملة التي تنشأ بينهم، فإذا كانت مقبولة من طرف التلاميذ واستطاع أن يتسلل إلى عقولهم ونفوسهم كان لذلك الأثر الإيجابي على سلوكياتهم ليس فقط في إنشاء الحصة أو في المدرسة ولكن ربما حتى خارج جدران المدرسة وحتى في حياتهم الاجتماعية، أما إذا لم يتقبلون طريقته ومعاملته فقد يؤدي إلى النفور، وإذن فعليه أن يتبنى طريقة أخرى كالعامل على تخفيض العدوانية والتوتر لكي يتسنى لهم متابعة دروسهم (ميخائيل خليل عوض، 1971، ص 89).

من خلال كما ما تقدم نستنتج أن هناك أهمية كبرى لعلاقة ومعاملة الأستاذ للتلاميذ ويكون الأثر البالغ في توجيه سلوكياتهم لاحقاً. وبالتالي فعليه أن يتعرف عليهم جيداً كمميزات الفردية والفروق الفردية مثل ميولاتهم وحاجاتهم المختلفة وخصائص كل تلميذ. إذن يعتبر الأستاذ أحد العوامل الهامة في نجاح أهداف مادة التربية البدنية والرياضية وهي أهداف منبثقة من أهداف ممارسة النشاط البدني الرياضي عامة، هذا النشاط والذي سيساهم في إعداد ونمو شخصية الفرد من نواحي عديدة يستفيد منها الإنسان، ليس فقط داخل المدرسة وربما حتى خارج المدرسة، وليس إعداد أو نمو شخصية الفرد والتلميذ كما يعتقد العديد من الناس في الجانب البدني أو الجسمي والاجتماعي والجانب النفسي فكثيراً ما يستطيع الإنسان تحقيق بعض طموحه عن طريق ممارسة نشاط رياضي ويكتسب علاقات اجتماعية عن طريق ممارسة الرياضة.

7- أهمية التربية البدنية:

منذ القرون الأخيرة، أخذت أهمية التربية البدنية بالازدياد شيئاً فشيئاً، وذلك بسبب دورها في خلق التوازن بين كافة جوانب الإنسان، عقلية كانت، أم أخلاقية، أم جسمية. أيضاً فإن التربية البدنية هامة في جعل الجسم لائقاً صحياً، كما وتساهم في التنمية الاجتماعية في

المجتمع ككل، فالعديد من المبادرات الاجتماعية الهامة في يومنا هذا خاصةً الشبابية منها لها جذور أو ارتباطات رياضية بشكل أو بآخر.

تساعد التربية البدنية الفرد على أن يتفاعل بشكل إيجابي مع محيطه، كما وتقوي شخصية الإنسان، وتصلق مهارات الاتصال لديه؛ لهذا فنحن نرى الأشخاص الذين يعملون في الحقول الرياضية المختلفة كيف استطاعوا تكوين علاقات متينة مع أفراد محيطهم، وكيف استطاعوا نيل الاحترام الكبير من قبل الآخرين.

وتعدّ التربية البدنية بأنها قادرة على استغلال الطاقات الكامنة داخل الأفراد وتفرغها بالطرق الصحيحة المناسبة؛ فبدلاً من أن تهدر طاقات الشباب على أوقات الفراغ، والأمراض المجتمعية كالانحرافات الجنسية، أو المخدرات، يمكنهم أن يملئوا أوقات فراغهم بما هو مفيد ونافع بجو مليء بالمرح والسعادة والبهجة.

ومادة التربية البدنية والرياضية تؤدي وظيفتها على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة لأهميتها ودورها داخل المنظومة التربوية، ويحدد "كال بوكولتر" أهمية التربية البدنية والرياضية في كونها تساعد على نمو كامل وتكيف الفرد بدنياً، عقلياً واجتماعياً، من خلال الإرشاد والتوجيه التعليمي، والاشتراك في الأنشطة المختلفة، وممارسة ذلك طبقاً لمعايير اجتماعية وصحية (حيمود أحمد، 2010، ص 10).

8- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة:

اكتسب تعبير التربية البدنية والرياضية معنى جديد بعد إضافة كلمة التربية إليها، حيث يقصد بكلمة التربية البدنية تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي وتصون الجسم الإنسان وحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يتدرب أو يمشي أو يياشر لون

من ألوان النشاط البدني الذي يساعده على تقوية جسمه وسلامته فان عملية التربية تتم في نفس الوقت.

ومن ذلك أصبحت الصلة الاسمية التي تربط بين الغرض والتطبيق أي التربية والرياضة مقرونين ببعض تحت عنوان التربية البدنية لرياضية وأصبح ارتباطهما واضحا وجليا متفقتين في الغرض والمعنى وكذا المظهر الذي يحدد تنمية وتطوير وتكيف النشء من الناحية الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختارة بغرض تحقيق أسمى المثل والقيم الإنسانية تحت إشراف قيادة صالحة ومؤهلة تربويا.

فالتربية البدنية والرياضية جزء بالغ الأهمية من التربية العامة حيث يرى "كوثر" أن التربية البدنية ذلك الجزء من التربية العامة، الذي يختص بالأنشطة القوية التي تتضمن عمل الجهاز العضلي و ما نتج عن الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط في التعلم.

وقد تعرض لهذه العلاقة الكثير من العلماء منهم فيري الذي يرى " أن التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة وأنها تشغل دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية.

ومن كل هذه المعطيات نستخلص أن التربية البدنية والرياضية هي مفتاح الجهاز التربوي بحيث تزوده بمتطلبات، وذلك بإعطائها للتلميذ كل القدرات اللازمة من أجل الاستمرار الجيد والمتواصل لعملية التربية (عمار محمد عزيز، 2001، ص82).

خلاصة الفصل:

ومن خلال دراستنا هذه وضح لنا أن التربية البدنية تحقق التوفيق بين الجانب العقلي والجسمي فسلامة الجسم بسلامة العقل والعكس صحيح، وبين قوى الفرد الكاملة عقليا وجسميا واجتماعيا والرقى بحياة المجتمع، فهي تعمل على جعل الجسم صحيحا قادرا على التحمل والعناء والعمل وتجعل العقل نشيطا قادر على التفكير والاستيعاب فتجعل الفرد سليما ومقبولا في المجتمع، فالتمارين الرياضية تساعد أجهزة الجسم الحيوية الحركية بالعمل بكفاءة عالية، فضلا عن الصفات الترويضية للجسم والعقل، وكما أن النشاطات التي يمارسها الفرد وخاصة التلميذ في التعليم الثانوي.

الفصل الثالث: التوافق الحركي

فهرس الفصل الثالث: التوافق الحركي

تمهيد

- 1-تعريف التوافق الحركي.
 - 2-أنواع التوافق الحركي.
 - 3-الخصائص العامة للتوافق.
 - 4-مظاهر التوافق الحركي.
 - 5-مكونات التوافق الحركي.
 - 6-طرائق تطوير التوافق.
 - 7-العوامل المؤثرة في التوافق.
 - 8-أهمية التوافق الحركي.
 - 9-اختبارات خاص بالتوافق.
 - 10-تمارين التوافق الحركي.
- خلاصة الفصل.

تمهيد:

يعد التوافق من عناصر اللياقة البدنية ومن مكوناتها المتعددة التي متى ما يكتسبها الرياضي ستحدد له الخبرة الحركية والتي هي حاصل جمع وتمازج عناصر ومكونات اللياقة البدنية المختلفة لأنه قدرة الفرد للسيطرة على عمل أجزاء الجسم المختلفة والمشاركة في أداء واجب حركي معين وربط هذه الأجزاء بحركة أحادية الانسيابية ذات جهد فعال لأخذ ذلك الواجب الحركي.

ويؤدي التوافق العضلي العصبي دورا أساسيا فعلا في مختلف حركات الإنسان لذلك فإن الحاجة إلى التوافق تكون مهمة في أداء المهارات الرياضية، وأنا نجد بجانب دقة الاستيعاب الحركي بواسطة المعلومات المتأتية من حاسة الشعور العضلي وأيضا المعلومات المتأتية من الحواس الأخرى ومن ضمنها حاسة النظر ولذلك تزداد وتتحسن حاسة النظر فيما يخص الوضع وأجزاء الحركة وكذلك وضع الخصم ووضع الكرة المراقبة عن طريق النظر.

ويعد التوافق بين العين واليد والرجل أكثر العوامل أهمية بالنسبة لأداء اللاعب، إذ إنه خلال الأداء يكون هناك انتقال للإشارات العصبية بين الجهازين العصبي والعضلي ولذلك فإن جميع الحركات التي يقوم بها الفرد سواء كانت الحركات العادية اليومية أو حركات ترتبط بمجال الأداء الرياضي إنما تتطلب قدر من التوافق بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي.

وللتوافق العصبي العضلي أهمية كبيرة ودور بارز في تحقيق الفوز، وهذا ما سنؤكدده المعلومات الآتية في هذا الفصل.

1-تعريف التوافق الحركي:

قبل أن نتطرق إلى مفهوم التوافق الحركي علينا معرفة معنى التوافق حتى نتمكن من الوصول في الموضوع.

فالتوافق هو ترتيب وتنظيم الجهد المبذول للكائن الحي طبقا للهدف ويختلف التوافق كل حسب العلم الذي فالتوافق هو ترتيب وتنظيم الجهد المبذول للكائن الحي طبقا يبحث فيه ففي الفيزيولوجيا معناه توافق عمل العضلات أو توافق العمل العصبي مع العضلي أو توافق الأنسجة العضلية وفي البيوميكانيك معناه تنظيم عمل القوة ولكن في علم الحركة لا يأخذ ناحية دون أخرى فنأخذ التوافق على أساس وحدة واحدة (عامر فاخر شغاتي، 2014، ص380).

ويقصد بالتوافق الحركي قدرة الرياضة على سرعة الأداء الحركي مع دقة الأداء في تحقيق الهدف مع الاقتصاد في الجهد.

وبما إن التوافق الحركي هو تنظيم وتنسيق وترتيب وتبويب للحركة لهذا يمكننا القول بأن التوافق هو (قدرة الرياضي على أداء الواجبات الحركية المطلوبة بتوافق عصبي عضلي عال).

ويتحقق ذلك من خلال عدة عمليات عصبية تتلخص في استقبال المخ للمعلومات المختلفة عن طبيعة الأداء الحركي عن طريق المستقبلات الحسية.

ثم يقوم بتحليل متطلبات الحركة من الناحية الحركية والزمنية والفراغية، سواء للجسم ككل أو لأحد أجزائه، وبعد ذلك يرسل المخ الإشارات العصبية الحركية إلى العضلات لتنفيذ خطة الأداء الحركي وفقا للمتطلبات التي حددها من ناحية طبيعة الأداء الحركي وشكله، والتقسيم الزمني للأداء الحركي واتجاهات حركة الجسم وأجزائه في الفراغ المحيط، أي حدود المكان،

وكلما ارتفعت دقة وسرعة تنفيذ الأداء الحركي دل ذلك على ارتفاع مستوى التوافق (عامر فاخر شغاتي، المرجع السابق، ص380).

ويرتبط التوافق بكثير من الصفات البدنية الأخرى مثل السرعة والرشاقة والتوازن والدقة فيظهر الارتباط التوافق بالسرعة في متطلبات الأداء الحركي من الناحية الزمنية ، كما تظهر صفة الرشاقة والتوازن والدقة في متطلبات الحركة من الناحية الشكلية والمكانية، أي تحريك الجسم وأجزائه بالدقة المطلوبة خلال الفراغ المحيط، وتعتمد كثير من الأنشطة الرياضية على التوافق كأحد العناصر الأساسية لإعداد الرياضي للمستويات العالية.

حيث أن اللاعب الذي يمتلك توافقا جيدا ليس لديه القدرة على أداء المهارة بصورة جيدة فقط، ولكنه يستطيع أيضا انجاز مهام التدريب بسرعة كيدة.

ويعد التوافق من القدرات الحركية والتي تتكون من مجموعة قدرات مندمجة مع بعضها البعض تشكل في مجموعها الكلي والمكونات العامة للتوافق (عامر فاخر شغاتي، المرجع السابق، ص380).

وبناء على ذلك يمكن القول بأن الجهاز العصبي هو المسئول الرئيسي عن تحقيق المستوى العالي من التوافق من خلال عمل المستقبلات الحسية والخلايا العصبية الحركية للرياضي، كذلك التوافق العصبي داخل العضلة وبين العضلات. حيث يلعب التوافق داخل العضلة الواحدة وبين مجموعات العضلات العاملة دورا عاما في تحقيق التوافق الحركي، ويتحقق ذلك من خلال ما يلي:

- 1- سرعة تنشيط الوحدات الحركية المطلوبة للمشاركة في العمل.
- 2- تحقيق التنسيق بين عمل العضلات الأساسية والعضلات المضادة لها.
- 3- سرعة التغيير ما بين التوتر أو الانقباض العضلي والارتخاء العضلي.

هذا وأن التوافق لا يقتصر على مجرد التنسيق بين عمل المجموعات العضلية وحدها ولكن أيضا يمتد يشمل التوافق ما بين الألياف العضلية داخل العضلة الواحدة بقدرة الجهاز العضلي على تجنيد مجموعة الألياف المطلوبة لأداء حركة معينة بسرعة معينة (أبو علا أحمد عبد الفتاح، 2012، ص213).

ومن خلال ما سبق يمكننا تعريف التوافق الحركي على أنه القدرة على التنسيق أو التوافق بين الحركات مجموعة من الأطراف عندما تعمل معا في وقت واحد.

2-أنواع التوافق الحركي: يتفق العديد من المختصين على تقسيم التوافق إلى الأنواع التالية: (عامر فاخر شغاتي، مرجع سبق ذكره، ص381).

2-1-التوافق العام: يمكن ملاحظته عن أداء المهارات الحركية الأساسية كالمشي، الجري، التسلق، إذا فالتوافق العام يعني قدرة الفرد على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية بغض النظر على نوع النشاط الممارس كما يملل الأساس للتوافق الخاص، وقد يشترك فيه كثير من الأفراد بمستويات متفاوتة.

2-2-التوافق الخاص: هو التوافق الذي يرتبط ب ن ملل طبيعة نشاط معي الجمباز، كرة السلة، الكرة الطائرة، رياضة الغولف، الهوكي، تنس الميدان، تنس الطاولة ... الخ.

كمثال: المبارزة يكون التوافق الخاص في التحكم بالي في السيف والنظر لتحديد نقطة على جسم المنافس.

2-3-توافق الأطراف: هي الحركات التي يستطيع بها الرياضي دمج مجموعة عضلات الذراع أو الذراعين مع الرجل أو الرجلين، في اتجاهات مختلفة عندما تعمل معا وبإيقاع حركي سليم.

2-4-توافق الجسم ككل: هي الحركات التي يستطيع بها الرياضي دمج مجموعات عضلات أجزاء الجسم المختلفة عندما تعمل معا في اتجاهات مختلفة وإيقاع حركي سليم.

2-5-توافق الذراعين مع حاسة البصر: وهي الحركات التي يستطيع بها الرياضي دمج مجموعات عضلات الذراع أو الذراعين عندما تعمل معا في اتجاهات مختلفة مع استخدام حاسة البصر وإيقاع حركي سليم.

2-6-توافق الرجلين مع حاسة البصر: هي الحركات التي يستطيع فيها الرياضي دمج مجموعات عضلات الرجل أو الرجلين عندما تعمل معا في اتجاهات مختلفة مع استخدام حاسة البصر وإيقاع حركي سليم.

3-الخصائص العامة للتوافق الحركي: تتطلب كثير من المواقف في التدريب أو المنافسة سرعة الاستجابة الرياضي لتغيير مواقف اللعب أو سرعة الأداء لمواجهة حركات المنافس السريعة أو التغيير من حركة لأخرى أو اختيار لحظة معينة للاستجابة، أو توقع مكان معين لاتجاه الهدف، كل هذه المواقف تتطلب قدرة على التوافق، بمعنى دقة تحديد المجال الزمني والمكاني والميكانيكي للحركة، ويعتمد ذلك على تحقيق التوافق كما يلي:

1-القدرة على تمييز وتوقع المكونات الزمنية والمكانية لمواقف المنافسة، وعلى سبيل المثال بالنسبة لحارس المرمى لتحديد لحظة وصول الكرة إلى المرمى كمكون زمني وزاوية التصويب كمكون مكاني وبناء على ذلك تكون استجابة حارس المرمى سليمة للنجاح في صد الكرة.

2-تحديد لحظة الأداء الحركي والتي يتوقف عليها النجاح في تحقيق هدف الحركة والاستجابة مع موقف المنافسة، ويظهر ذلك في مقدرة الرياضي على الاستجابة أو رد فعل الناجح على الحركة المضادة للمنافس، أو العلاقة الحركية الناجحة مع الزميل في نفس

الفريق نتيجة النجاح في توقع لحظات الأداء الحركي لهذا الزميل مثل حالة تفاهم ثنائي معين في مباريات كرة القدم.

3-التحديد السليم لمكونات الأداء للحركة المطلوب الاستجابة أو التوافق معها من ناحية اتجاه الحركة وسعتها وسرعتها وإيقاعها وفاعلية أداء الخصم (أبو علا أحمد عبد الفتاح، مرجع سبق ذكره، ص 216).

4-مظاهر التوافق: تختلف أشكال التوافق تبعا لاختلاف الأنشطة الرياضية حيث تتطلب طبيعة الأداء في الأنشطة نوعا معينا من التوافق ولذلك فإن التوافق، يتميز بنوع من الخصوصية، أو بالرغم من ذلك يمكن تحديد مظاهر التوافق وفقا لما يلي:

- 1- القدرة على تقويم وتنظيم المؤشرات الحركية والزمنية والفراغية للحركات.
- 2- المقدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الأوضاع المختلفة.
- 3- المقدرة على ارتخاء العضلات إراديا، ولا تظهر هذه المظاهر المختلفة للتوافق في التدريب أو المنافسة في شكل منفصل، ولكنها تظهر في مركب بحيث يكون في بعض المواقف أحد هذه المظاهر هو المكون الرئيس، بينما تعمل المظاهر الأخرى للتوافق كعامل مساعدة، وفي بعض المواقف الأخرى تتغير الأهمية النسبية لهذه المظاهر، ويظهر ذلك بشكل واضح في أنشطة الجمباز والأكروبات وألعاب الكرة حيث ترتبط النتائج إلى حد كبير بمستوى التوافق، وعلى سبيل المثال يتطلب الأداء في رفع الأثقال وإطاحة المطرقة الحد الأقصى للاحتفاظ بالتوازن والإحساس بالإيقاع، وفي مختلف أنواع المصارعة يتطلب الأداء التوافقي الحد الأقصى للاحتفاظ بالتوازن والأداء الحركي خلال الفراغ المحيط أو الإحساس المكاني (أبو علا عبد الفتاح، مرجع سبق ذكره، ص 217).

5- مكونات التوافق الحركي: يتفق "حامد الفقي" و"محمد صبحي حسانين" في أن أهم مظاهر النمو الحركي هو التوافق الذي يشتمل على الاتزان، الإيقاع، سرعة الحركة" (حامد الفقي، 1975، ص11).

يعتمد التوافق على بعض المكونات الأساسية التي تشتمل على التوازن والإحساس بالإيقاع والرشاقة والمقدرة على الارتخاء الإرادي للعضلات والتناسق الحركي، ولكن يستحق مستوى عال من التوافق يجب رفع مستوى هذه الصفات البدنية والتي تتناولها بالتفصيل فيما يلي:

5-1- التوازن: التوازن من المكونات الأساسية للتوافق وهو يمكن أن يكون توازنا ثابتا أو توازنا متحركا، ويلعب التوازن دورا هاما من أنشطة رياضية كثيرة مثل الجمباز والأكروبات ومختلف أنواع المصارعة، وكذلك ألعاب الكرة والغطس، ويظهر التوازن في مثل هذه الأنشطة في مختلف أوضاع الجسم سواء في الأوضاع ثابتة أو الحركات المختلفة، وفي حالة وجود نقاط ارتكاز أو عدم وجودها، بالرغم من أهمية التوازن في الأنشطة الرياضية الأخرى ليست نفس الدرجة إلا أن الاحتفاظ بأوضاع الجسم يلعب دورا هاما في تحقيق نتائج عالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل رفع الأثقال والرمي في ألعاب القوى والوثب والدراجات والجري و التجديف والسباحة، هذه الأنشطة جميعها تتطلب قدرا من تنمية صفة التوازن، وتلعب أعضاء الحس دورا هاما في تحقيق درجة عالية من التوازن، وتختلف العوامل المؤثرة على التوازن تبعا لنوعية التخصص الرياضي، ففي المصارعة مثلا هناك عوامل مثل مساحة قاعدة الارتكاز ومقدار تأثير دفعات الخصم والمقدرة على اتخاذ الزوايا المؤثرة وتغيير أوضاع الجسم لتقليل ارتفاع مركز الثقل عن قاعدة الارتكاز، وفي الجمباز عوامل مثل مقدرة اللاعب على التمييز بين مختلف مؤثرات الحركات في الفراغ المحيط والقوة العظمى وتحمل القوة خاصة في العضلات التي حول المفاصل الأساسية مثل مفصل الركبة والحوض والقوة الثابتة وتحمل القوة لعضلات الرجلين والجذع والحزام الكتفي والذراع،

كما تلعب الظروف البيئية المحيطة أيضا دورا هاما في التوازن مثل الرياح، مسطح الماء، طبيعة الأرض التي يتم عليها الأداء وغيرها (أبو العلا عبد الفتاح، مرجع سبق ذكره، ص218).

5-2- الإحساس بالإيقاع: يلعب الإحساس بالإيقاع دورا هاما في تحقيق المستويات الرياضية العليا حيث يؤدي إلى دقة الأداء وتوجيه القوة المميزة بالسرعة، ولكل حركة إيقاع للأداء يشمل سرعة الأداء والتغيير بين مكونات الأداء وتوقيتات الأداء، ويختلف هذا الإيقاع الحركي من نشاط رياضي إلى آخر فهو قد يكون منتظما في بعض الأنشطة الرياضية كالسباحة والجري والتجديف، وقد يكون غير منتظم في أنشطة أخرى كالجمباز والغطس وألعاب الكرة، حيث لا تتم جميع الحركات على وثيرة واحدة أو في توقيت واحد منتظم، ولذلك يتميز الإيقاع الحركي بالخصوصية والنوعية أي أن لكل نشاط رياضي الإيقاع الحركي الخاص به والذي يميزه عن غيره، والذي يمكن رؤيته بالعين والإحساس به بالأذن، ويشمل الإيقاع أيضا التبادل عمليات الانقباض والارتخاء العضلي وكذلك ترتيب توالي انقباض العضلات العضلة تلو الأخرى، ويمكن الاستفادة من استخدام الإشارات الصوتية أو الصوتية للتدريب على الإيقاع الحركي، ويمكن أن يكون ذلك في أبسط صورة عند التصفيق بالكفين لإعطاء الرياضي الإحساس بإيقاع الحركة أو استخدام الموسيقى.

5-3- الرشاقة: هي قدرة الفرد على تغيير أوضاعه في الهواء، وبناء على رأي "علاوى" في أن تعريف هرتز من أنسب التعريفات للرشاقة حيث يرى أن الرشاقة هي قدرة الفرد على إتقان التوافقات الحركية المعقدة والقدرة على سرعة التعلم وإتقان المهارات الحركية الرياضية والقدرة على سرعة التعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة، ويتطلب ذلك أ، يقوم الجهاز العصبي باستقبال المعلومات من مختلف المستقبلات الحسية وخاصة حاسة البصر وأعضاء الإحساس الحركي بالعضلات والأوتار والمفاصل، ثم يقوم

المخ بناء على تحليل هذه المعلومات والظروف المحيطة باتخاذ القرار المناسب (أبو العلا عبد الفتاح، دس، ص 218).

6-طرائق تطوير التوافق:

1-العمل بأداء تمرينات من أوضاع مختلفة وغير معروضة مسبقا كأداء للتدريب مثل تمرينات القفز المتنوعة.

2-أداء المهارات الحركية بالذراع أو بالرجل المعاكسة (بالطرائق العكسية) من أوضاع مختلفة وغير معروضة مسبقا.

3-العمل على تغيير سرعة إيقاع أداء الحركة المراد تطويرها مثل التدرج عند أداء سرعة الإيقاع.

4-الحد أو تحديد مكان العمل عند أداء المهارات، مثل صغر الملعب أو وضع علامات على الأرض وفق الهدف المراد تحقيقه من المدرب.

5-العمل على زيادة صعوبة أداء التمرينات وذلك من خلال حركات مساعدة. مثل عدو الزكزاك مع الأدوات أو تمرينات التتابع وعلى وفق الهدف المراد تحقيقه من المدرب.

6-العمل على أداء مهارات غير معروضة أو معروفة باللعبة التخصصية فضلاً عن العمل بالمهارات المعروفة باللعبة ثم دمج هذه المهارات مع بعضها مثل أداء مهارات من رياضة أو فعالية أخرى مغايرة وبطريقة اللعب.

7- تنفيذ سرعة الأداء الحركي وإيقاعه وتحديد مسافة أداء المهارة.

8- زيادة مستوى المقاومة في أداء مراحل الحركة.

9- الأداء في ظروف غير طبيعية (أبو العلا عبد الفتاح، المرجع السابق، ص 219).

ويرتبط التوافق بكثير من الصفات والقدرات البدنية والحركية الأخرى مثل السرعة والرشاقة والتوازن والدقة، وتشير الدراسات إلى وجود ارتباط معنوي بين التوافق الحركي وكل من التوازن والسرعة والرشاقة، بينما يوجد ارتباط منخفض مع كل من القوة العضلية والمطاولة.

ويعد مصطلح القدرة الحركية من أكثر المصطلحات اتساعاً، إذ أن المكونات الأولية التي تتضمنها تشير إلى مفهوم القدرة الحركية في التربية الرياضية يعادل في اتساعها أهمية مفهوم الذكاء في علم النفس.

ويشير البعض إلى أن هنالك تمييز ما بين القدرات البدنية والقدرات الحركية من حيث مكوناتها وطبيعتها فيستخدم مصطلح القدرات البدنية للدلالة على الحالة الصحية والسعة الوظيفية في أداء نشاط بدني معين . بينما يستخدم مصطلح القدرات الحركية للدلالة على مدى كفاءة الأداء للمهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بالقدرات العقلية (أبو العلا عبد الفتاح، المرجع السابق، ص 219).

7-العوامل المؤثرة في التوافق الحركي:

-العامل الأول: قدرة الفرد على السيطرة على عمل الجهاز الحركي (عضلات + مفاصل) للجسم هناك العديد من المفاصل المتعددة التي تتحرك في جميع الاتجاهات والسيطرة الحركية، تعمل هذه المفاصل على تأدية أي حركة إلى نجاح التوافق الحركي (رمي الرمح، يتطلب السيطرة على المفاصل في القدمين والحوض) نقل الحركة يكون في مفصل إلى آخر من الأعلى إلى الأسفل خاصة الحوض (الجمباز).

-العامل الثاني: قاعدة الارتكاز لها دور في نجاح التوافق الحركي (عند الأداء) وهناك أوضاع يمر بها الجسم مما يؤدي إلى فشل الحركة إذ لم يستطيع تصليح الوضعية مثال: المراوغة - التحكم في ثقل الجسم في رياضة الجيدو.

-العامل الثالث: السيطرة على عمل الأربطة والعضلات، إن مطاطية الأربطة والعضلات تزيد من تعقيد التوافق الحركي في بعض الأحيان والحالات لأنها تسمح للأطراف بأن تتحرك إلى حدود أبعد من تلك المسموح بها ضمن نطاق مجال الحركة.

-العامل الرابع: العوامل الخارجية وهي التي تؤثر في الأداء مثل الجاذبية الأرضية، وقت الاحتكاك ومقاومة الهواء والماء، لذا على الرياضي التغلب على هذه القوى عند الأداء من خلال التوافق الحركي مثال: الساحة -رفع الأثقال -سباق الدراجات -الوثب الطويل (فاطمة الزهراء زيدان، 2020).

8-أهمية التوافق الحركي:

إن تنمية التوافق الحركي تعد احد الأهداف الرئيسية للتربية البدنية والرياضية وهذا يعكس مقدار أهمية هذا المكون الخطير، كما لا تقتصر أهميته على المجال الرياضي فقط، بل إن الفرد يحتاج في حياته العامة، وتبرز أهمية التوافق الحركي في الحركات المركبة التي تتطلب تحريك أكثر من جزء من أجزاء الجسم في وقت واحد، كما تتضاعف الأهمية إذا كانت هذه الأجزاء تتحرك في اتجاهات مختلفة.

كما لا تقتصر أهمية التوافق على المجال الرياضي فقط، بل إن الفرد يحتاج إليه في حياته العامة، ففي المشي وتقدير المسافات بين الفرد والمركبات وقيادة السيارات يحتاج الإنسان إلى التوافق، فقيادة السيارات تتطلب توافقاً بين العينين والذراعين والقدمين حتى تكتمل عملية القيادة، والتوافق هام في بعض المهارات مثل الكتابة الآلة الكاتبة، والعزف على البيانو، حيث يتطلب ذلك توافقاً بين العين والآلة وأصابع اليدين، وغير ذلك من الأمثلة الكثيرة في الحياة.

ويشير "ماتيوز" إلى كثيرا من الأداء الحركي يتطلب التوافق العضلي العصبي، فراقص الباليه والشخص الذي يؤدي الحركات فوق الترومبولين، والغطاس ولاعب الجمباز والتمرينات، كل هؤلاء تتوقف كفاءتهم في الأداء على مدى ما يمتلكونه من التوافق.

وتبرز أهمية التوافق في الحركات المركبة التي تتطلب تحريك أكثر من جزء من أجزاء الجسم في وقت واحد، كما تتضاعف هذه الأهمية إذا كانت الأجزاء تتحرك في اتجاهات مختلفة (محمد صبحي حسانين، دس، ص 216).

والتوافق الممتاز يتطلب الرشاقة والتوازن والسرعة والإحساس الحركي والمرونة ودقة الأداء الحركي وسرعته، ولا يتطلب التوافق القوة العضلية الزائدة أو الجلد إلا إذا استمر الأداء التوافقي لفترات طويلة نسبيا.

وفي دراسات أخرى أجراها 'عبد الرحمان حافظ إسماعيل' و'جروبير Gruber' بجامعة 'بيردو Purdue' موضوعها "الاستفادة باختبارات الاستعداد الحركي في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي" ثبت فيها وجود الارتباطات التالية:

- 1- وجود ارتباط موجب بين اختبارات التوافق واختبارات التحصيل الأكاديمي بصفة عامة.
- 2- وجود ارتباط موجب بين الاختبارات الفكرية واختبارات التوافق المتعلقة بالأطراف السفلى للمجموعة (العينة كلها) وللبنين وللبنات.

3- وجود ارتباط موجب بين النواحي الفكرية اختبارات التوافق بين العين واليد والقدم (محمد صبحي حسانين، دس، ص 216).

9- اختبارات خاصة بالتوافق الحركي: إن الاختبارات الآتية جميعها صالحة للتطبيق ولكلا الجنسين وهي: (عامر فاخر شغاتي، مرجع سبق ذكره، ص 284)

1- اختبار النقر على المسطحات: لغرض قياس التوافق بين اليد والجهاز والعين، يتم تسجيل النتيجة على أساس عدد مرات الانتقال بين المسطحات وليس على أساس عدد النقرات ولمدة (30 ثانية).

2- اختبار نط الحبل: الغرض منه قياس التوافق، وتسجل عدد مرات الوثب الصحيح من محاولات الخمس التي يقوم بها المختبر.

3- اختبار الركض: يهدف هذا الاختبار إلى قياس قدرة الفرد على تغيير وضع الجسم في أثناء حركته للأمام بسرعة. ويسجل الزمن الذي يقطع فيه أربع دورات.

4- اختبار الحبو على شكل رقم (8): يهدف الاختبار إلى قياس قدرة حركة الجسم الشاملة في أثناء الحبو، يسجل للمختبر الزمن الذي يقطع فيه الدورات الأربع.

5- اختبار العصا: لغرض قياس التوافق بين اليد والعين ويعتمد هذا الاختبار على مستويات لكل من الرجال والسيدات.

6- اختبار توافق حركة اليدين: بغرض قياس التوافق بين العين واليد، يحسب للمختبر الزمن الذي يستغرقه منذ بدء المحاولة حتى نهايتها كما تحسب له عدد الأخطاء.

7- اختبار الدوائر الرقمية: لغرض قياس توافق الرجلين والعينين يحسب للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر ثماني دوائر.

10- تمارينات التوافق الحركي:

يعتبر التوافق العضلي العصبي من الصفات البدنية المهمة اللازمة لإتقان المهارات الحركية المختلفة، ويتشكل التوافق من عدة خصائص فسيولوجية وبدنية كالتوازن وسرعة رد الفعل والإيقاع والإحساس الحركي والقدرة على توجيه الجسم.

وللتوافق علاقة كبيرة بمراحل النمو إذ أشارت دراسات "هرتز" 1979-1981 التي أجراها على عينة مكونة من (2200 تلميذ) من عمر 16-7 سنة إلى أن التوافق يرتبط بالعمر البيولوجي للطفل أكثر من ارتباطه بالعمر الزمني، بمعنى أن الأطفال الأصغر بيولوجيا في سن 11 سنة أظهروا نتائج أفضل في اختبارات التوافق من الأطفال الأكبر بيولوجيا (سن 13-14 سنة).

وهذا يعني أن البلوغ في التوافق يحدث قبل البلوغ الجنسي، وترجع إعاقة التوافق في فترة المراهقة إلى النمو المفاجئ خلال تلك الفترة من النمو الطفل، ولذا فإن أفضل فترة لتنمية التوافق لدى الأطفال هي الفترة التي تسبق المراهقة، وعند ذلك يفضل تعليم المهارات الحركية الصعبة كالسباحة والجمباز وبخاصة خلال المرحلة من 6-12 سنة.

مما يساهم في تأكيد ما ذكرناه حول الاهتمام بتنمية التوافق خلال مرحلة النمو وقبل سن البلوغ هو إمكانية استكمال نمو بعض الخصائص الفسيولوجية.

المهمة للطفل خلال مرحلة النمو، حيث ينمو الحد الأقصى للتردد الحركي وتوافق السرعة في سن 8-9 سنوات، وخلال سن 11-12 سنة يكتمل نمو استقبال الإشارات السمعية والبصرية كما تكتمل الكفاءة الإيقاعية.

المهارات الحركية التوافقية خلال المرحلة من 6-12 سنة والمرحلة من 12-15 سنة يراعي تعديل مقاييس الأدوات المستخدمة كالأثقال والأدوات. وتعديل أحجام الكرات مقاس

3,4 وأوزانها مثل كرة قدم، وارتفاع شبكة الكرة الطائرة أو حلقة كرة السلة مع ملاحظة ألا يزيد تقليل وزن الأدوات بدرجة كبيرة حتى لا يؤثر ذلك على خصائص الإيقاع وسرعة الحركة (أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعبان، دس، ص 53-54).

خلاصة الفصل:

التوافق الحركي له دور كبير في رفع مستوى الأداء الحركي للفرد للوصول إلى أعلى انجاز.

ويعتبر التوافق الحركي من الصفات البدنية الحركية حيث تدخل عدة صفات في محتوياته من السرعة والرشاقة وسرعة رد الفعل والتوازن ، فلهذا لا بد من إعطاء الاهتمام لكل صفة من الصفات المركبه له، كما يرتبط التوافق الحركي بين عمل الجهاز العصبي المركزي والجهاز العضلي.



الفصل الرابع: روضة الأطفال

فهرس الفصل الرابع: روضة الأطفال

تمهيد

1-نبذة تاريخية عن روضة الأطفال.

2-مفهوم روضة الأطفال.

3-أهداف روضة الأطفال.

4-مميزات روضة الأطفال.

5-شروط إنشاء روضة الأطفال.

6-واقع روضة الأطفال في الجزائر.

خلاصة الفصل

تمهيد:

لاشك أن البذرة الأولى في حياة الإنسان تبدأ من روضة الأطفال وهذه المرحلة تعتبر من أهم فترات الحياة الإنسانية وأخطرها لذا كان الاهتمام بإنشاء مدارس للأطفال قبل سن المدرسة وقد سميت بروضة الأطفال وهي مؤسسات تربية تنموية لها دور هام في تنشئة الطفل وإكسابه فن الحياة باعتبار دورها هو امتداد لدور الأسرة، فالروضة توفر للطفل الرعاية لكل صورها وتحقق مطالب نموه وتشبع حاجاته وتتيح له فرص اللعب المتنوعة ليكتشف ذاته ويعرف قدراته ويعمل على تنميتها ويتشرب ثقافة مجتمعه، فيعيش سعيدا متوافقا مع ذاته ومجتمعه.

وفي إطار انجاز هذه المذكرة حاولنا تصور إنشاء روضة أطفال وسوف نحاول من خلال هذه الدراسة إظهار كل من مفهوم، وأهداف ومميزات وشروط إنجاز روضة الأطفال.

1- نبذة تاريخية عن نشأة روضة الأطفال:

في عصر ما عندما كانت المدرسة مقتصرة على الأطفال الذين تعلموا القراءة والكتابة في المنزل، كانت هناك محاولات كثيرة لجعل المدرسة متاحة لأطفال النساء العاملات في المصانع. في اسكتلندا عام 1816، افتتح روبرت أوين، الفيلسوف والتربوي، مدرسة الحضانة في "نيو أنارك". ثم افتتحت أخرى بواسطة **ايلدرسبين صموئيل** في لندن عام 1819. وفي مايو عام 1828، افتتحت **الكونتيسة تيريزا** ما أسمته بروضة الملائكة في مقر سكنها في مدينة "بودا". وأصبح مفهوم رياض الأطفال إثرها منتشراً بين الطبقتين النبيلة والوسطى وتم نسخه فيما بعد إلى أرجاء المملكة المجرية. ففي عام 1839، افتتح **فريدريش فرويل** معهداً للمسرح والأنشطة في قرية "باد بلاكنبيرغ" بإمارة "شوارزبرغ - رودلستات"، وبعد ثلاث سنوات، تم تحويل المعهد إلى روضة أطفال. ثم إن النساء اللواتي تدرين في معهد "فريدريش" هذا، نشرن وأقمن رياضاً للأطفال في جميع أنحاء أوروبا. بالنسبة للولايات المتحدة، تم افتتاح أول روضة أطفال في ولاية "ويسكونسن". وكان ذلك عام 1856، على يد تربوية ألمانية تدعى **مارغريت ماير**، والتي كانت شقيقتها افتتحت قبلها أول روضة أطفال في لندن. في بعض النظم الدراسية، يطلق على روضة الأطفال "المرحلة صفر"، وهذا يدل على أن هنالك مزج بين نظام الروضة ونظام المدرسة. أما أول روضة أطفال تدرس الإنجليزية في أمريكا فقد تم افتتاحها في "بوسطن" عام 1860 على يد مربية أمريكية جالت أوروبا من قبل. بعدها بعشر سنوات تم افتتاح روضة أطفال مجانية في "كولج بوينت نيويورك" عن طريق رجل أعمال ألماني يدعى **كونراد بوبنهاوزن**. أما أول روضة أطفال حكومية فقد أسستها **سوزان بلو** في "سانت لويس" عام 1873. في عام 1886، تم في أمريكا تأسيس الكلية الوطنية للتعليم على يد **إليزابيث هاريسون**، التي عملت على إيجاد معايير لتطوير جودة طرائق التدريس عند المعلمين (**أمل خلف، 2005، ص7**).

أسست أول روضة للأطفال في الولايات المتحدة الأمريكية في "ووترتاون" بولاية "ويسكونسن"، من قبل **مارغريث مير شورز** في عام 1856 وكانت تدار باللغة الألمانية. أما أختها فأسست أول روضة للأطفال في مدينة "لندن بإنجلترا". في بعض الأنظمة تسمى رياض الأطفال بالصف رقم صفر، والتي تصنف أحياناً على أنها "خليط بين رياض الأطفال ونظام المدرسة".

في عام 1860 أسست **اليزابيث بيبودي** أول روضة للأطفال باللغة الإنجليزية في مدينة "بوسطن" الأمريكية، وذلك بعد زيارة مدينة "ووترتاون" والسفر إلى أوروبا. وتأسست أول روضة مجانية للأطفال في أمريكا في عام 1870 من قبل **كونراد بوينهوسن**، وهو رجل ألماني صاحب مصنع وسخي وقد استقر في حي "كولج بوينت" بنيويورك، حيث أسس معهد "بوينهوسن" والذي لا يزال موجوداً حتى اليوم. وتأسست أول روضة يمولها القطاع العام في الولايات المتحدة في "سانت لويس" في عام 1873 من قبل **سوزان بلو**. كتبت **اليزابيث هاريسون** على نطاق واسع حول نظرية التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة، وعملت على تحسين المعايير التعليمية لمعلمي رياض الأطفال وذلك من خلال تأسيس ما أصبح يعرف بالكلية الوطنية للتعليم في عام 1886 (**أمل خلف، المرجع السابق، ص 8**).

بينما يرجع انتشار روضة الأطفال إلى أواسط القرن الثامن عشر تحديداً سنة 1896 عندما انشأ **جون فردريك**، أول روضة أطفال في منطقة الالزاس واللورين وهي منطقة شبه جرداء في الشمال الشرقي من فرنسا و كان يهدف من وراء ذلك مساعدة سكان هذه المنطقة التي كانت تعاني من الفقر وسوء الأحوال الصحية والاقتصادية.

عمل **روبرت اوبين** في " إنجلترا" على إنشاء مدرسة للأطفال الصغار عام 1816 وكانت

أساليب التعلم المتبعة في تلك المدرسة ممتعة ومسلية إذ يقوم التعليم على استخدام المجسمات والنماذج والرسوم في تعلم مبادئ القراءة والكتابة والتعرف على البيئة المحيطة (روبرت أوير لين، 1896).

2- مفهوم روضة الأطفال:

-لغة: جمعها روض، ورياض، وروضات، وريضان. الروض: هي أرض مخضرة بأنواع النباتات (قاموس أطلس، ص760).

اصطلاحاً: الروضة أو رياض الأطفال أو الحضانة بالألمانية Kindergarten : مؤسسة تعليمية للأطفال قبل دخولهم المدرسة. وقد وضع هذا المصطلح من قبل العالم الألماني فريدريك فرويل، حيث أطلقه على مؤسسة اللعب والنشاطات التي أنشأها في عام 1837 م في "بادبلانكنبيرج" كتجربة اجتماعية للأطفال لانتقالهم من المنزل للمدرسة. وقصد فرويل بذلك أنه يجب العناية بالأطفال وتغذيتهم في (حدائق الأطفال) مثل النباتات في الحديقة. يختلف عمر الالتحاق بالروضة باختلاف البلدان ففي أغلب الدول يطبق هذا النظام للأطفال ما دون سن السادسة وتحديداً بين عمر 3-5 سنوات. يركز هذا النظام على أمرين، الأول تعريف الطفل بمجتمع أوسع من الذي تعود عليه وإكسابه مهارات الاختلاط والثاني هو تعليم الطفل من خلال اللعب.

استخدم مصطلح رياض الأطفال حول العالم لوصف أنواع عديدة مختلفة من المؤسسات التي طورت للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين عمر سنتين إلى سبع سنوات بحسب اهتمام الدولة. وقد أطلقت مسميات مختلفة حول العالم على العديد من الأنشطة التي طورها فرويل. فقد صار الغناء وزراعة النبات جزءاً لا يتجزأ من التعلم مدى الحياة. وأصبح اللعب والنشاطات والخبرات والتفاعل المجتمعي الآن أدوات مقبولة وأساسية لتطوير المهارات والمعرفة. تعد رياض الأطفال في أغلب دول العالم جزءاً من نظام ما قبل المدرسة لتعليم الطفولة المبكر (محمد الشناوي، 2001، ص220).

تُعرف رياض الأطفال بأنها برنامج يأتي ما قبل المدرسة في فترة الطفولة المبكرة، يدمج ما بين التعليم واللعب، يُديره مجموعة من المدربين والمُؤهلين مهنيًا، وتتراوح أعمار الأطفال الذين يُسجلون في رياض الأطفال ما بين ثلاث إلى خمس سنوات، حيث تُركّز رياض الأطفال على تطوير مهارات الطفل وتعليمه (محمد الشناوي، المرجع السابق، ص220). رياض الأطفال هو المكان الأوّل الذي يتّجه إليه الأهل كمرحلة ثانية في حياة الطّفل، حيث ينتقل للاعتماد على نفسه والتعرف على البيئة الاجتماعية والتّعاون بين الأطفال واكتساب مهارات الاتصال والتواصل بشكلها الأوّلي بما يتناسب مع عمره. وهنا تبدأ شخصية الطّفل بالظهور بشكلها الأساسي حيث ترسم ملامحها لتتضح أكثر، وهنا سنتناول تعريف وماهية رياض الأطفال.

رياض الأطفال يشكّل منعطفًا هاماً في حياة الطّفل، ويملك من التأثير نسبة كبيرة على حياة الطّفل وتوجهاته وسلوكياته وطريقته في التعامل في المراحل التي تلي رياض الأطفال. ولهذا يجب أن ينال من الاهتمام قدرًا كبيراً من قبل المختصين والقائمين عليه.

3-أهداف روضة الأطفال:

3-1- تنمية قدرات الأطفال: ضرورة تنمية قدرات الأطفال وإعدادهم للمدرسة، لذا كان لا بد من أن يكون تنظيمها بطريقة تجعلها حقلاً غنياً بالخبرات يكتسب الطّفل وبيني من خلاله المرتكزات الأساسية الضرورية لمجابهة مراحل الحياة المختلفة في انسجام مع بيئته.

3-2- توفير أماكن للحركة: توفير أماكن للحركة وأماكن التعبير عن الذات تساعد في تشكيل الأساس الذي سيؤثر على النمو المستقبلي للطفل، حيث تشير الأبحاث إلى أن الأطفال يستجيبون للألوان في بيئتهم بقدر ما يستجيبون للأشكال والتنظيم من حولهم. حيث أن طريقة تنظيم البيئة مع الألوان تساعد على تطوير الخارطة المعرفية ووضع خطط وتنبؤات لتحركاتهم في الروضة. فذلك يؤثر على التوجه والسلوك الإبداعي والذاكرة وهي كلها عوامل مهمة في التعلم.

4-مميزات روضة الأطفال: والتي تتمثل فيما يلي (شبل بدران، 2006، ص65):

1-من المهم جدا الانتباه إلى النظافة والصحة والأمان في الروضة فهذه الأمور من الأشياء الهامة. العاملين فيها يجب أن يكونوا على مستوى جيد من الخبرة في التعامل مع الأطفال بالإضافة إلى أن عدد العاملين يجب أن يكون مناسب لعدد الأطفال الموجودين فيها.

2- الألعاب الموجودة في الروضة يجب أن تكون مناسبة للطفل ومتنوعة بحيث لا يشعر الطفل بالملل وتساهم في تطويره وتقدمه في هذه المرحلة من العمر.

3-شكل الروضة العام من ناحية الألوان والصور وعبارات الترحيب التي يجب أن تكون في مكان واضح بحيث يشعر الأهل والطفل بأنهم مرحب بهم. إذ يجب أن تكون الروضة مليئة بالألوان البراقة الجميلة حتى تجذب الأطفال.

4-وجود برنامج يومي يوضح فيه كل ما سيفعله الطفل من لحظة دخوله إلى الروضة إلى الوقت الذي يغادر فيه.

5-أن يكون هناك ملف خاص لكل طفل يوضح في ه كل ما يتعلق بالطفل أثناء وجوده في الروضة تطوره، الأشياء التي تعلمها، الأمور التي يجب أن يتعلمها ويحتاج إلى مساعدة فيها.

6- المعاملة مع الأطفال يجب أن تكون متساوية ومنح الفرص لكل طفل في اللعب والمرح.

5-شروط إنشاء وتصميم روضة الأطفال:

حسب المرسوم التنفيذي رقم 08- 287 مؤرخ في 17 رمضان عام 1429 الموافق 17 سبتمبر سنة 2008 يحدد شروط إنشاء مؤسسات ومراكز استقبال الطفولة الصغيرة وتنظيمها وسيرها ومراقبتها.

5-1-شروط الإنشاء: يمكن لأي شخص أن ينشئ أو يدير مؤسسة أو مركز استقبال الطفولة الصغيرة إذا:

- لم يكن جزائري الجنسية.
 - يحوز الشهادات والمؤهلات المطلوبة.
 - يتمتع بحقوقه الوطنية المدنية.
 - لا يكون محل عقوبة مشينة.
- يخضع إنشاء مؤسسة أو مركز استقبال الطفولة الصغيرة إلى ترخيص مسبق من الوالي وبعد رأي اللجنة الخاصة المنصوص على ها في المادة 28 وعلى أساس ملف إداري وتقني واكتتاب دفتر الشروط النموذجي المرفق بهذا المرسوم. وعلى هذا الأساس يمكن إنشاء الروضة (شبل بدران، المرجع السابق، ص 67).

5-2- شروط التصميم:

- يجب أن تستجيب مؤسسات استقبال الطفولة الصغيرة للمتطلبات الآتية:
 - أن تكون بعيدة عن مختلف الأضرار التي تلحق أذى بأمن الأطفال وصحتهم البدنية والذهنية.
 - أن تكون مكيفة مع النشاطات الاجتماعية التربوية.
 - أن تكون موجهة حصرا لنشاطات تنمية الأطفال وتربيتهم ومشاركتهم واندماجهم الاجتماعي.
 - أن تتوفر على المحلات والتجهيزات الملائمة.
- يجب أن تستجيب مؤسسات استقبال الطفولة الصغيرة للمقاييس الآتية
 - (<http://www.ikhwanwiki.com>):
 - أن تحدد العلاقة بين مساحة المحل وعدد الأطفال المستقبلين ب 1.4 م 2 لكل طفل.
 - أن يكون حجم الهواء الضروري للأطفال 4 م 3 من الهواء لكل طفل.
 - أن تكون مساحة الواجهة المفتوحة من 10 إلى 15 % من مساحة أرضية المحل بحيث تضمن الإضاءة والتهوية.

- أن يكون فتح أبواب الدخول نحو الخارج.
 - أن تخصص دورة مياه لكل مجموعة من خمسة عشر (15) طفلا تكون أبعادها وتجهيزاتها مناسبة.
 - أن يوضع جهاز تدفئة أو تكييف الهواء على مستوى كل محل.
 - أن تزود بإمكانيات مكافحة الحريق.
 - أن تتوفر على خزان ماء مناسب.
 - أن تخصص قاعة للعلاج مجهزة معدات الإسعافات الأولية.
- 5-3- الملف الإداري:**

• يمسك بالنسبة لكل طفل ملف إداري يشمل:

- شهادة الميلاد.
 - نسخة من دفتر التطعيم الإجباري.
 - صورتين شمسييتين.
 - شهادة طبية.
 - ترخيصا من الأب أو الولي مصادقا عليه قانونا.
- يجب على مسئول المؤسسة إعداد نظام داخلي وإصاقه يحدد:
- كيفية قبول الأطفال.
 - أوقات وصول وخروج الأطفال.
 - الأسعار المطبقة.
 - كيفية التكفل والتدخل الطبي في الحالة الاستعجال.
 - كيفية إعلام الأولياء ومساهماتهم في حياة المؤسسة.

5-4- عند قيامنا بإنشاء المبنى لابد أن نأخذ بعين الاعتبار عدة أمور أهمها:

- 1- أن يكون المبنى في منطقة صحية تصلها أشعة الشمس والهواء الطلق. وتكون بعيدة

- عن المناطق الصناعية. يفضل إنشاء المبنى بالأماكن ذات التجمعات السكنية حتى يتمكن الأطفال من الوصول إليها مشيا على الأقدام سواء بمفردهم أو بصحبة أولياء أمورهم.
- إحاطة الروضة بالمساحات الخضراء لإضافة البهجة وأيضا المساعدة في تنقية الجو.
- 2-مساحة الروضة لابد أن تفي بالحاجات الأساسية للأطفال بغض النظر عن الأثاث للحجرة الدراسية.
- 3-يتكون المبنى من طابق واحد ملحق به حديقة مناسبة للإشراف عليها تخصيص المرافق الصحية بأن تكون ملحقة لمجموعة من الفصول.
- 4-أن تكون أحجام الأدوات الصحية مناسبة لطول الأطفال وحجمهم.
- 5-لابد من وجود صالة استقبال كبيرة عند حضور الأطفال. فصول واسعة للنشاط الداخلي وتقسّم من خلال الأثاث ولعب الأنشطة في الأركان صالة ألعاب رياضية واسعة، حديقة كبيرة للعب الخارجي وأخرى داخلية تحسبا لظروف الطقس عند نزول المطر وارتفاع بدرجات الحرارة.
- 6-أن تكون مقابض الأبواب لحجر الدراسة بمستوى الطفل ليس هل عملية دخول الأطفال وخروجهم.
- 7-أن تكون النوافذ للفصول منخفضة تسمح برؤية الأطفال للحديقة.
- 8-أعطى جدران الروضة بألوان هادئة غير براقّة، من المهم أن تكون غرف النشاط لها مرآة ذات وجه واحد يستطيع الآباء أو الزوار أو الأخصائية مراقبة الأطفال.
- 9-من المهم أن تحتوي الحديقة على ألعاب التسلق والقفز والكرات المختلفة الألوان والحجم أن تشتمل ملاعب الأطفال مساحة مغطاة بالحشيش والأخرى بالرمل للتقليل من وقوع الأضرار، توفير مياه الشرب في أنحاء متعددة.
- 10-وجود مكان مخصص لهيئة الإدارة وحجرة للمشرفات والمطبخ (الجريدة الرسمية للجهوية الجزائرية، ص 18-19).

6- واقع روضة الأطفال في الجزائر:

ترجع البوادر الأولى لظهور فكره رياض الأطفال في الجزائر بشكل رسمي إلى أواخر السبعينات من القرن العشرين بمقتضى أمر رقم 35/ 76 المؤرخ في: 16 ربيع الثاني عام 1376هـ الموافق لـ 16 أفريل سنة 1976 المتضمن تنظم التربية والتكوين في الجزائر والذي أعتبر التعليم التحضيري في رياض الأطفال قاعدة الهرم التعليمي. من خلال هذا القانون بدأ الاهتمام بالأطفال ما قبل التمدرس بتخصيص أقسام في المدارس الابتدائية والذي كان مقتصرًا في البداية على بعض المدن الكبيرة ثم توسعت لتشمل كل المدارس الابتدائية تقريبًا. وبذلك ارتبطت الروضة في البداية بوزارة التربية والتعليم التي كانت تشرف مباشرة على العملية التحضيرية للأطفال لدخول المدرسة.

ونظرًا للتطورات والتغيرات التي حدثت في المجتمع الجزائري مع نهاية الثمانيات والبعينيات من القرن الماضي (القرن العشرون) تجسدت فكرة الروضة بشكل فعلي وأصبح لها وجود مستقل ومعنى واضح لدى عامة الناس وخاصتهم من خلال المرسوم التنفيذي رقم 382/ 92 المؤرخ في 16 ربيع الثاني عام 1413 الموافق لـ 13 أكتوبر سنة 1992، يتضمن تنظيم استقبال صغار الأطفال ورعايتهم والذين تقل أعمارهم عن ست 6 سنوات.

قبل صدور المرسوم التنفيذي السابق، كان وجود الروضة عبارة عن نشاط تابع للمؤسسات الإنتاجية والخدماتية المختلفة والذي يهتم فقط بأبناء النساء العاملات، ويشرف عليه مصلحة الخدمات الاجتماعية للعمال لكل مؤسسة. وتطور نشاط هذه المؤسسات بالانفتاح على المحيط الخارجي وأصبح يضم أطفال جميع فئات المجتمع الجزائري كما هو حادث في مؤسسات الضمان الاجتماعي البريد والمواصلات، الصندوق الوطني للتوفير والاحتياط،....إلخ.

إن الوضع القائم حاليًا، وبموجب المرسوم التنفيذي السابق، يضم إلى جانب مؤسسات رياض الأطفال التابعة للقطاع العام، التي تتولى الإشراف عليها المؤسسات التابعة للدولة،

أصبح يضم أيضا مؤسسات رياض الأطفال التابعة للقطاع الخاص مهمتها القيام باستثمارات في مجال الطفولة المبكرة مقابل الخدمات التي تقدمها للأسرة والطفل.

وتشرف على مؤسسات رياض الأطفال سواء التابعة للقطاع الخاص أو القطاع العام مديريات النشاط الاجتماعي الموجودة في كل ولاية من القطر الجزائري، وهذه الأخيرة تابعة لوزارة التشغيل والتضامن الوطني. إن الإشراف الذي تقوم به مديريات النشاط الاجتماعي يتعلق أساسا بالجانب الإداري الذي يحدد شروط فتح وسير مؤسسات رياض الأطفال الذي تشرف عليه " مصلحة المؤسسات المتخصصة" بالمديرية ومهمتها متابعة الملف التقني لإنشاء الروضة، ويتولى متابعته من طرف مكتب الاستثمار وتجهيز المؤسسات. أما الجانب البيداغوجي يتولى متابعته مكتب المتابعة البيداغوجية عن طريق تشكيل لجنة على مستوى المديرية، تتكون هذه اللجنة من ممثل الإدارة، أخصائي نفسي، مساعدة اجتماعية، طبيب، ومفتش التربية.

تهتم الدولة الجزائرية برياض الأطفال من خلال تشجيع انتشارها وبناء المراكز المختصة لاستقبال الأطفال، حيث بدأ منذ عام 2006 مشروع انجاز روضة أطفال في كل لدية على المستوى الوطني. وتشرف على تكوين " المربيات" المتخصصات في تربية الأطفال، حيث أدرج مؤخرا هذا التخصص في مراكز التكوين المهني والتمهين على المستوى الوطني بعدما كان مقتصرًا فقط على تربية مؤسسات الدولة عند الحاجة (شبل بدران، مرجع سبق ذكره).

خلاصة الفصل:

لقد اتضح أن الأسرة الحالية تعتبر روضة الأطفال مهمة وضرورية في حياة الطفل، ويلجأ إليها باعتبارها أفضل مكان له في الحياة بالنسبة للمرأة العاملة. وتعتمد في اختيارها الروضة المناسبة لأطفالها بالدرجة الأولى على كفاءة المربيات ثم قربها من المنزل في الدرجة الثانية. ونظرا لهذه الأهمية قمنا في هذا الفصل بدراسة كل الجوانب المتعلقة بالروضة.



الجانب التطبيقي

الفصل الخامس:

منهجية الدراسة

فهرس الفصل الخامس: منهجية الدراسة

تمهيد

- 1-الدراسة الإستطلاعية.
- 2-المنهج المتبع في الدراسة.
- 3-متغيرات الدراسة.
- 4-مجتمع وعينة الدراسة.
- 5-اساليب جمع البيانات.
- 6-الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.
- 7-تصميم الدراسة وأساليب المعالجة الإحصائية.

خلاصة

تمهيد:

نظراً للظروف التي تمر بها البلاد والعالم أجمع إثر تفشي وباء كورونا ، ونظراً للإجراءات التي اتخذتها السلطات الجزائرية لمحاولة السيطرة على انتشار الوباء من خلال الحجر الصحي والبروتوكول الصحي، تعذرت علينا الدراسة الميدانية، وبعد اجتماع السادة الأساتذة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تم اقتراح بعض الحلول البديلة، لذلك قرر الباحث أن يتخذ هذه اقتراحات كحل لإكمال هذه الدراسة وهو تحليل وتمحيص الدراسات السابقة.

وفي هذا الفصل سنتعرف على منهجية الدراسة والدراسة الاستطلاعية كما سنحدد عينة البحث الممثلة لمجتمع الدراسة ونحدد الأدوات المناسبة للقيام بالدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

في إطار تحديد موضوع الدراسة تحديداً دقيقاً، قمنا بالاستطلاع على بعض الروضات المتواجدة بولاية المسيلة، كان الهدف منها معرفة مدى تقبل العينة للأسئلة ومدى قابليتها واهتمامها نحو موضوع دراستنا، وهدفت أيضاً إلى التأكد من ملائمة تطبيق إجراءات البحث في حدود الإمكانيات والظروف المتاحة والتعرف على أهم الصعوبات والمشاكل التي قد تعيق السير السلس للدراسة ومعرفة الزمن المناسب وقياس صدق وثبات أداة الدراسة.

2- المنهج المتبع في الدراسة:

نظراً لطبيعة موضوع البحث وسعينا لإيجاد حل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة فقد اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، كمنهج مناسب وملائم لموضوع الدراسة والذي يعرف على أنه "أحد أشكال التحليل والتعبير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة".

3- متغيرات الدراسة:

حتى تكون الفرضيات واضحة ومفهومة وعملية يجب أن تكون مبنية على متغيرين أحدهما مستقل وهو الذي نريد قياس مدى تأثيره على المتغير الثاني وهو التابع.

3-1- المتغير المستقل: ويتمثل في التربية البدنية.

3-2- المتغير التابع: ويتمثل في التوافق الحركي لأطفال الروضة.

4- مجتمع وعينة الدراسة:

4-1- مجتمع الدراسة: هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث، وبذلك

يعرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة عن المجتمع الأصلي المحسوب من العينة.

وان الباحث لا يمكن له أبداً الشروع في إنجاز أي دراسة قبل التعرف على مجتمع دراسته. وقد ضم مجتمع بحثنا روضة الأحلام الكائنة بحي المنكوبين بالمسيلة.

4-2- عينه الدراسة:

يعرفها عمر "المكي" على أنها " مجموعة من الأفراد يبني الباحث أمله عليها، وهي مأخوذة من المجتمع الأصلي، فتكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً" (مكي، 1994). وتمثلت عينة بحثنا في 40 طفل وطفلة موزعين بالتساوي على قسمين متكافئين من روضة الأحلام، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

5- أساليب جمع البيانات:

بالاعتماد على نوع البيانات التي كنا سنقوم بجمعها وعلى الدراسة الاستطلاعية التي أجريت والظروف والإمكانات المتاحة لنا، وجدنا أن الأداة الأكثر ملائمة لإجراء هذه الدراسة هي الاستبيان، والاستبيان هو عبارة عن صحيفة أو كشف يتضمن عدداً الأسئلة تتصف باستطلاع الرأي أو بخصائص أي ظاهرة متعلقة بنشاط اقتصادي أو فني أو اجتماعي أو ثقافي ومن مجمل الإجابات عن الأسئلة نحصل على المعطيات الإحصائية.

ولهذا قمنا بقراءة ومراجعة لمختلف الاستبيانات المتوفرة لدينا من الدراسات السابقة. ويتحلّى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثري البحث وكون الاستبيان تقنية شائعة الاستعمال، ووسيلة علمية لجمع البيانات والمعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي والأسئلة هي استجابة للمحاور وبالتالي استجابة للفرضيات، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات.

6- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

6-1- الصدق:


- **صدق المحكمين:** وفيه يقوم الباحث بعرض أسئلة الاستبيان على المختصين في المجال، لمحاولة التأكد من صدق الاستمارة، ومدى تحقيقها للغرض الذي وضعت من أجله، وتتم العملية بتقديم الأساتذة لمجموعة من الملاحظات مثل تصحيح بعض العبارات أو تعديلها أو حذفها واستبدالها بعبارة أخرى إن كانت غير مفهومة أو غير واضحة. وبعد عرض الاستبيان على الأساتذة المحكمين قمنا بالعمل على ملاحظات وتعديلات الأساتذة المحكمين وتعديل الاستمارة لتصبح في صورتها النهائية الجاهزة للتوزيع.
- 6-2- الموضوعية: يذكر بعض الباحثين أن الإختبار الموضوعي يقل فيه التقدير الذاتي للمحكمين، فموضوعية الاختبار قلة أو عدم وجود اختلاف في طريقة تقويم أداء المختبرين مهما اختلف المحكمون، فكلما قل التباين بين المحكمين دل ذلك على أن الاختبار أو الاستبيان موضوعي.

7- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

بعد جمع الاستمارات يقوم الباحث بتفريغها وفرزها، وتتم هذه العملية بحساب عدد تكرارات الأجوبة الخاصة بكل سؤال وبعدها يتم حساب النسب المئوية عن طريق نظام الحزم الإحصائية spss.

خلاصة:

من خلال ما سبق نستنتج أنه لا دراسة علمية من دون منهج متبع، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها وأن تتوفر لدى الباحث الذي يقوم بها منهجية علمية معينة، ومناسبة تتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث، ولا بد أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة ومتغيرت واستبيان..... الخ تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث والمجتمع، ومنه فإن العمل بالمنهجية يعد أمراً ضرورياً في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى نتائج مؤكدة إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمتين في البحث واضحة وخالية من الغموض والتناقضات.



**الفصل السادس: عرض وتحليل
ومناقشة النتائج**

فهرس الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1- عرض الدراسات السابقة.

2- تحليل وتمحيص الدراسات السابقة.

3- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة.

1- عرض الدراسات السابقة:

1-1- عرض الدراسات المتعلقة بمتغير التربية البدنية:

1-1-1- عرض الدراسة الأولى:

-الدراسة: إقبال عيساوي 1998م.

-العنوان: أثر منهج مقترح لدرس التربية البدنية والرياضية في تطوير المستوى المعرفي للتلاميذ.

-أهداف الدراسة:

✓ بناء منهج خاص لدرس التربية البدنية و الرياضية للتلاميذ.

✓ التعرف على أثر المنهج المقترح في تنمية المستوى المعرفي للتلاميذ.

-فرضيات الدراسة:

✓ للمنهج المقترح تأثير إيجابي في تنمية المستوى المعرفي لعينة البحث.

✓ وجود فروق معنوية في مستوى التحصيل المعرفي.

-منهج الدراسة: استخدام الباحثان المنهج التجريبي.

-عينة الدراسة وطريقة اختيارها: واشتملت عينة البحث على 20 تلميذ وتلميذة قسما إلى مجموعتين.

-أدوات الدراسة: واعتمد الباحث على اختبار كأداة لجمع المعلومات واستخدم (الوسط الحسابي والانحراف المعياري) لمعالجة النتائج.

أهم النتائج:

✓ للمنهج المقترح تأثير فعال على التحصيل المعرفي لعينة البحث.

✓ هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية.

1-1-2- عرض الدراسة الثانية:

-الدراسة: من إعداد دراسة ناظم كاظم جواد، د . نبيل محمود شاكر 1999م.

-العنوان: أثر ممارسة التمرينات والألعاب الرياضية على تطوير مستوى التحصيل الدراسي لتلميذات الخامسة ابتدائي.

-منهج الدراسة: واستخدم الباحثان المنهج التجريبي.

-عينة الدراسة وطريقة اختيارها: اشتملت عينة البحث على 35 تلميذة من الصف

الخامس ابتدائي، قسمت المواد الدراسية إلى مواد علمية ومواد إنسانية.

-أدوات الدراسة: استخدم الاختبار التحصيلي كأداة لجمع البيانات لعينة البحث واستخدم

اختبارات للعينات المترابطة كوسيلة لمعالجة البيانات.

-أهم النتائج:

✓ للتمرينات والألعاب الرياضية تأثير إيجابي على مستوى التحصيل الدراسي.

✓ أظهرت نتائج البحث أن مادة اللغة الإنجليزية أقل تطور في مستوى التحصيل من

المواد الأخرى.

1-1-3- عرض الدراسة الثالثة:

-الدراسة: وهي دراسة من إعداد الطالبين: "أكواري محمد" و"مقدم سلمان".

-العنوان: مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان: "مكانة

التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي . الطور الثانوي (15-18) سنة وهي دراسة

ميدانية لمختلف ثانويات ولاية تمنراست.

-وتهدف هذه الدراسة إلى إبراز المكانة التي تحتلها التربية البدنية والرياضية في المجال

التربوي وإعادة الاعتبار الكامل لها من خلال إيجاد الحلول المناسبة لهذه المشكلة.

- منهج الدراسة: هو المنهج الوصفي التحليلي، الذي يلزم طبيعة المشكلة المطروحة،

والدراسة المراد القيام بها، وكذا كون المنهج الوصفي يعطي إجابة موضوعية وأكثر دقة.

- عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

- العينة الأولى: تتمثل في مجموعة من تلاميذ المرحلة الثانوية لمختلف ثانويات ولاية تمنراست وتضم 100 تلميذ.

- العينة الثانية: خاصة بأساتذة التربية البدنية والرياضية وتضم 10 أساتذة مقسمة على مستوى 07 ثانويات، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية.

- أهم النتائج:

إن للتربية البدنية والرياضية دور تربوي في الجهاز التربوي في المؤسسات التعليمية، إلى أن نقص الكفاءة المعرفية والتكوين عند المربين، ونقص الرقابة والوسائل والإمكانيات اللازمة، أدى إلى انهيار المكانة التربوية للتربية البدنية والرياضية.

1-2-1- عرض الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير التوافق الحركي:

1-2-1-1- عرض الدراسة الأولى:

- دراسة: الباحث: م.م مصر خالد عبد الرزاق الكيلاني من كلية التربية الرياضية 2011، جامعة الأنبار.

- العنوان: تأثير التمارين التوافقية في تحسين مستوى التوافق الحركي و بعض المهارات الأساسية لكرة اليد.

- منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث

عينة الدراسة وطريقة إختيارها: 40 طالب من نفس المرحلة وقسموا إلى مجموعتين بطريقه عشوائية (ضابط أو تجريبية) والتي تشكل 50 % من مجتمع البحث الأصلي. تم تنفيذ تجربة البحث واحده أسبوعيا لمدة ستة أسابيع بمجموع 12 وحده. تم التركيز على التغيير تمارين استخدام أكثر من كرة في اغلب التمارين.

1-2-2-1- عرض الدراسة الثانية:

- دراسة: ناهدة عبد زيد الدليمي، سعد حماد صالح وأزاد حسن قادر

-العنوان: تأثير تمارينات التوافق الحركي في تطوير بعض مهارات الكره الطائرة وعلاقتها بتركيز الانتباه.

-منهج الدراسة: المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعات المتكافئة للاثمته طبيعة المشكل.

-عينة الدراسة وطريقة إختيارها: قام الباحثون بإجراء عملية القرعة اختيار 40 طالبا بالطريقة العشوائية تم تقسيمهم بمجموعه تجريبية وأخرى ضابطة 20 متغيرات لكل مجموعة ومن اجل تجنب المؤثرات على البحث قام الباحثون بأجراء عملية تجانس العينة في متغيرات (الطول الوزن العمر) وتكافئ مجموعتي البحث في الاختبارات المهارية.

1-2-3- عرض الدراسة الثالثة:

-دراسة: مصطفى صلاح الدين .

-العنوان: تأثير تمارينات مساعده خاصة في اكتساب القدرة التوافقية الحركات السباحة الحرة.

-وهدف هذه الدراسة إلى إيجاد تمارين خاصة مساعده لتعلم التوافق الحركي في حركات السباحة الحرة ومعرفة استخدامها في تعلم حركات مهارة السباحة الحرة.

-منهج الدراسة: استخدام الباحث للمنهج التجريبي في إجراءات البحث.

-عينة الدراسة وطريقة إختيارها: وقد تمثلت العينة بمجموعتين من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية/ جامعة بغداد المتعلمين من غير الراسبين حيث تضمنت كل مجموعة 15 طالب أي كان عدد أفراد العينة جميعهم 30 طالب .

-أهم النتائج: استنتاج الباحث إمكانيه تطوير قابليه الترابط الحركي (القدرة التوافقية) العامة لدى المتعلم باستخدام التمارين المقترحة تمارين مساعده لتطوير التوافق الحركي العام.

1-2-4- عرض الدراسة الرابعة:

-دراسة: سعيود محمد الطاهر وبن سعدية محمد وليد

-العنوان: اثر تنمية صفتي المرونة والرشاقة على تحسين مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم 12-14 سنة.

-يهدف البحث إلى وضع برنامج تدريبي مبني على أسس علمية مقننة ومخططة يهدف إلى تنمية بعض الصفات البدنية(الرشاقة والمرونة) وتطوير مهارة المراوغة لفئة البراعم من 12-14 سنة لكرة القدم ومدى تأثير هذا البرنامج على متغيرات البحث، وقد افترض الباحثان أن هناك تأثير لتنمية صفتي الرشاقة والمرونة على تحسين مهارة المراوغة.

-عينة الدراسة: لاعبين من نادي الجيل الصاعد تاسوست وفريق الشباب الرياضي لبلدية الطاهير وبلغ عددهم 30 لاعب لفئة البراعم تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية بواقع 15 لاعب من كل فريق. والمجموعة الضابطة يطبق عليها البرنامج التدريبي الاعتيادي، أما المجموعة التجريبية فتخضع للبرنامج التدريبي المقترح، وقد تم مراعاة الفروق الفردية بين العينتين، وقد تضمن البرنامج التدريبي 16 وحدة تدريبية بواقع حصتين في الأسبوع وذلك لمدة شهرين وكان زمن الوحدة التدريبية 90 د.

2-تحليل وتمحيص الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة يتضح أن موضوع دراستنا الحالية لم يحظى بالكاف الكافي من البحث، حيث تناولت الدراسات السابقة موضوع التوافق الحركي بشكل خاص أي التطرق لمشكل التوافق الحركي الإدراك الحركي، التوازن، تعزيز الدقة، هناك بعض الدراسات التي حاولت دراسة موضوع التربية البدنية بشكل عام، ولكن ليس بالقدر الكافي لأنها لم تدرسها لدى أطفال الروضة.

بينما جاءت دراستنا لتجمع بين متغير التربية البدنية ومتغير التوافق الحركي لدى أطفال الروضة، وتكتشف دور التربية البدنية في تعزيز التوافق الحركي.

2-1- مقارنة الدراسات السابقة بالدراسة الحالية:

- من حيث العنوان: أغلب الدراسات اشتملت على أحد المتغيرات التالية التربية البدنية، والتوافق الحركي.

ولكن ولا واحدة منهم تطرقت إلى موضوع دور التربية البدنية في تعزيز التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.

- من حيث المجال الزمني للدراسة: أجريت هذه الدراسات في الفترة الممتدة من 1998 إلى 2011، بينما أجريت دراستنا الحالية في السنة الدراسية: 2020-2021.

- من حيث المنهج: أغلب الدراسات استعملت المنهج التجريبي، وهنا دراسة واحد اعتمدت على المنهج الوصفي وهي دراسة أكواري محمد ومقدم سلمان، وهي الدراسة التي تشابهت مع الدراسة الحالية من ناحية المنهج.

- من ناحية العينة: أغلب الدراسات مكونة إما من التلاميذ أو الطلاب الممارسين للرياضة، بينما عينة دراستنا الحالية مكونة من أطفال الروضة.

- من ناحية أدوات الدراسة: أغلب الدراسات لم تذكر الأدوات المستعملة، بينما في دراستنا الحالية اعتمدنا على الاستبيان.

- من حيث النتائج:


أكدت أغلب النتائج على أن التربية البدنية والرياضية دور تربوي في الجهاز التربوي في المؤسسات التعليمية وذلك في دراسة أكواري محمد" و"مقدم سلمان ، كما أكدت دراسة ناظم كاظم جواد، ونبيل محمود شاكر على أن للتمرينات والألعاب الرياضية تأثير إيجابي على مستوى التحصيل الدراسي، بينما تنص فرضيتنا على تؤثر التربية الحركية على التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.

ومن خلال نتائج الدراسات السابقة يمكن لنا القول بأن التربية البدنية تؤثر على الإدراك الحركي والتوازن لدى الطفل وكما تقوم أيضا بتعزيز الدقة لديهم.

3-مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

استعرضنا مجموعة من الدراسات المشابهة التي كانت لها صلة بموضوع الدراسة الحالية، ومن خلال تفحص هذه الدراسات تبين أنها تناولت في مجملها نقاط وأبعاد مختلفة من الدراسة منها:

- 1-أن التربية الحركية لها فوائد كثيرة على الجانب النفسي للتلاميذ.
 - 2-أن الأطفال في رياض الأطفال يعانون من سوء التوافق الحركي والذي يجب دراسته والإلتفات إليه.
 - 3-أن التربية البدنية تساهم بشكل فعال في التقليل من المشكلات السلوكية عند أطفال الروضة، وتساعدهم على تحقيق التوافق الحركي.
 - 4-كما الدراسات السابقة الباحث في تحديد منهجية بحثه وخطواته وتحديد الأداة المناسبة للدراسة.
 - 5-ساعدت الدراسات السابقة في إعداد الدراسة النظرية للبحث.
- وقد حاولنا من خلال تحليلنا للدراسات السابقة الخروج بنتائج لبحثنا عن طريق تمحيص هذه الدراسات وربطها بالدراسة الحالية.



**الفصل السابع: الاستنتاجات
والاقتراحات**

فهرس الفصل السابع: الاستنتاجات والاقتراحات

1-الاستنتاج العام.

2-الاقتراحات.

3-الفرضيات المستقبلية.

1- الاستنتاج العام:

لقد تعذر علينا القيام بالدراسة الميدانية لهذا الموضوع المهم الذي يتناول دور التربية البدنية في تعزيز التوافق الحركي لدى أطفال الروضة، وبسبب الظروف التي تمر بها البلاد، لذلك قمنا بمجهودات لمحاولة تحليل وتمحيص دراسات سابقة تتناول متغير أو متغيرين من بحثنا هذا بهدف الاستفادة منها والخروج بأفضل الحلول والنتائج الممكنة ولما لا بعض التوصيات التي قد تفيد مستقبلا وتكون نقطة انطلاق لعديد البحوث المثمرة التي نأمل أن تكون في المستقبل القريب ومن مجمل النتائج التي توصل إليها الباحث من خلال تحليله وتمحيصه للدراسات السابقة ومن خلال الدراسة النظرية المفصلة لمتغيرات البحث وصلنا إلى النتائج التالية:

تنمية الأطفال الممارسين للألعاب التربوية الموجهة لكفاءاتهم الحركية ولأدائهم الحركي نتيجة لمشاركتهم في برنامج التربية البدنية التعليمي المتبع في الروضة.

2- عدم تطور الكفاءات الحركية والأداء الحركي لأطفال المجموعة الضابطة نتيجة لعدم ممارستهم للألعاب التربوية الموجهة في الروضة.

3- يتأثر مردود الأطفال الحركي إيجابيا بانتهاج برنامج للألعاب التربوية الموجهة في الروضة.

4- ممارسة الأطفال للألعاب التربوية الموجهة يساهم في إيجاد تأثيرات إيجابية على الإدراك الحسي الحركي لديهم بالإضافة إلى الآثار الإيجابية على الجوانب الجسمية والبدنية والتربوية والنفسية والاجتماعية...

2- الاقتراحات:

-تشجيع الأبحاث العلمية والتجريبية في المجال الحركي في رياض الأطفال.

-العمل على دمج الموسيقى والأغاني الرياضية خلال حصة التربية الحركية لما لها من أثر كبير في خلق الحماس والدافع الكبير للعب خلال النشاط.

- ضرورة تضمين مناهج التربية البدنية والرياضية في مرحلة التحضيرية (الروضة).
 للمهارات الحياتية، وذلك من أجل المساهمة في إكساب الأطفال مهارات الإدراك الحركي.
 -التنوع في محتوى برامج المادة وتضمينه مواقف حركية وألعاب شبه رياضية مختلفة
 تستدعي العمل الجماعي والتواصل، والتي تتضمن أنواع أخرى من المهارات الحياتية، وفي
 مراحل عمرية أخرى.

-بناء برامج تعليمية في التربية البدنية والرياضية قائمة على التعليم المبني على تعزيز
 الدقة، وتطبيقها على الأطفال.

-إعادة بناء محتوى مناهج مادة التربية البدنية والرياضية بما يحقق تعليم واكتساب التوازن،
 وذلك من خلال الأنشطة التعليمية، وربطها بواقع الحياة.

-ضرورة إعادة النظر في مادة التربية البدنية والرياضية وإعطاء التلاميذ كامل حقهم في
 هذه المادة المهمة والضرورية جدا في هذه المرحلة، لأن إقبالهم على الممارسة كان كبيرا
 جدا وهذا ما يعكس حاجتهم لها.

3-الفرضيات المستقبلية:

نأمل في المستقبل القريب أن تكون هناك دراسات تتناول موضوع دور التربية البدنية في
 تعزيز التوافق الحركي لدى أطفال الروضة، وذلك في ظروف أحسن وأفضل:
 -التربية البدنية تؤثر إيجابا على التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.
 -للتربية البدنية دور في تحقيق التوافق الحركي لدى أطفال الروضة.



قائمة المراجع

قائمة المراجع

1-الكتب:

- 1- أمين أنور الخولي،(1997): أصول التربية البدنية والرياضة المدخل التاريخ الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 2-إبراهيم مقني، (1996): التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 3-أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعبان، فسيولوجيا التدريب في كرة القدم، دار الفكر الوبي.
- 4-أبو علا أحمد عبد الفتاح، (2012): التدريب الرياضي المعاصر.
- 5-أمل خلف، (2005): مدخل إلى رياض الأطفال، جامعة عين شمس، كلية البنات، عالم الكتب، قسم تربية الطفل، القاهرة.
- 6-أمين أنور الخولي، (1998): أصول التربية البدنية والرياضية، ط2، دار الفكر القاهرة.
- 7-أنور الجندي، (1987): التربية البدنية وبناء الأجيال في ضوء الإسلام، دار الكتاب، بيروت.
- 8-حسن أحمد الشافعي، (2005): حقوق الإنسان وحقوق الطفل في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر.
- 9-شبل بدران، (2006): معلمة رياض الأطفال، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- 10-عامر فاخر شغاتي، (2014): علم تدريب الرياضي (نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا) ، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

- 11- عبد الله صالح علوان، (1981): تربية الأولاد في الإسلام، الجزء 2 ، ط3، دار السلام للطباعة والنشر.
- 12- عصام الدين متولي عبد الله، (2007): الاتجاهات الحديثة لدراسة مناهج التربية الرياضية، ب.ط، دار الوفاء لنديا النشر والطباعة، الإسكندرية، مصر.
- 13- علي راشد، (1993): شخصية المعلم وأدائه في ضوء التوجهات الإسلامية، دار الفكر العربية، القاهرة.
- 14- محمد الشحاة، (2007): التربية الرياضية، ب.ط، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، المنصورة.
- 15- محمد الشناوي، (2001): التنشئة الاجتماعية للطفل، دار الصفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.
- 16- محمد سعيد عزمي، (2004): أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، دار الوفاء، الإسكندرية.
- 17- محمد صبحي حسانين، (دس): القياس والتقويم، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 18- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين التشاطي، (1987): نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية.
- 19- مصطفى أمين، (1926): تاريخ التربية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 20- ميخائيل خليل عوض، (1971): مشكلات المراهقة في الريف والمدن، دار المعارف، القاهرة.
- 21- وديع ياسين وياسين طه، (1996): الإعداد البدني للنساء ، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.

2- الرسائل الجامعية:

22-عثماني عبد القادر، (2008): اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية، دراسة ميدانية على مستوى المدارس الابتدائية لولاية مسيلة، مذكرة الماجستير في النظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.

23-بن قناب الحاج، (2006): تقويم تدريس مدرسي التربية البدنية والرياضية بالتعليم المتوسط كما يراها المدرسين، الموجه والتلاميذ، رسالة دكتوراه في نظريات ومناهج التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر.

24-حيمود أحمد، (2010): المكانة الاجتماعية لتلميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقتها بمفهوم الذات والاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي، مذكرة دكتوراه علوم في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإجتماعية، جامعة منتوري قسنطينة.

25-رحماني قوادري ابراهيم، (2011): إلى أي مدى يمكن للتربية البدنية والرياضية تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوي بالشلف، مذكرة الماستر في علوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة حسيبة بن بوعلي، الشلف.

26-عمار محمد عزيز، (2001): التغذية الراجعة وممارستها في حصة التربية البدنية والرياضية في المدارس الابتدائية اليمينية دراسة ميدانية متمحورة حول مطالب النمو التربوي، مذكرة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر.

3-القواميس:

27-الفضل جمال الدين محمد بن مكرم ابن المنصور، (دس): لسان العرب، دار صادر، بيروت، مجلد 15.

4-المنشورات الوزارية:

28-الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية، العدد 12.

5-المواقع الإلكترونية:

29-تمت الدخول في 12فيفري 2021، <http://www.ikhwanwiki.com>.