

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عمار ثليجي - الأغواط
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة
نشاط رياضي مدرسي



مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر.

الموضوع:

العلاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية لدى تلاميذ الثانوي.

تلاميذ ثالثة ثانوي لثانوية أول نوفمبر بالأغواط "أنموذجاً"

عداد الطالبين:

* قيزانة احمد

*سفيان جعمات

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الصفة
د/كروم بشير	أستاذ التعليم العالي	رئيساً
د/ خالد بن سالم	أستاذ التعليم العالي	مشرفاً ومقرراً
د/روان محمد	أستاذ التعليم العالي	عضواً مناقشاً
د/حنه الهاشمي	أستاذ التعليم العالي	عضواً مناقشاً

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات والصلاة والسلام على سيد الخلق
أجمعين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين،
أما بعد:

قال الله تعالى: (وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا) "الإسراء
23"

أهدي ثمرة جهدي المتواضع إلى:

والدي "محمد قيزانه" وأمي "النخلة عزوزي" يا من كنتما لي دوما عوناً
وسنداً بالقول والعمل والتضحيات وصادق الدعوات.

إلى إخوتي: علي-مصطفى-أمين-بشير.

إلى أخواتي: حدة وعلي: وأبنائهم: زهرة، عبد الرزاق، كريم ومحمد وهبة
وعماد.

إلى الإخوان الذين لم تلدهم أُمِّي (الأصدقاء).

تخرجت وانتهت هذه المرحلة بحياتي والتي قدمت لي أشخاص أعتر
وأفتخر بمعرفتهم فهم أروع من صادفت في دراستي.

أحمد قيزانة

إهداء

إلى كل من أحب الله عز وجل وجعل طاعته سبيله، ورضاه مبتغاه ■

إلى والديا العزيزين أطل الله في عمرهما

إلى إخوتي و أخواتي

إلى كل عائلتي إلى كل أصدقائي

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي هذا

جمعيات سفيان

الشكر والتقدير

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا على أداء هذا الواجب ووفقنا لإنجاز هذا العمل، نتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد على إنجاز هذا البحث، إلى الأستاذ المشرف الذي تفضل بقبول الإشراف على هذا البحث ولم يبخل علينا بنصائحه المثمرة وتوجيهاته وملاحظاته العلمية القيمة جزاه الله عنا خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى الأساتذة أعضاء اللجنة الموقرة الذين نلت شرف إطلاعهم على مذكرتنا والشكر الموصول إلى كافة أعضاء هيئة التدريس بالمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الاغواط وجميع من أناروا دربنا بالعلم والمعرفة وعلمونا الحرف من الابتدائي إلى الجامعة دون استثناء.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين



فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

...	-شكر وعرفان
...	-إهداء
...	-مقدمة

الرقم	المحتوى
أ	- مقدمة.
	الإطار العام للدراسة
03	تمهيد:
04	1- الإشكالية.
04	2- الفرضيات .
05	3- أهمية البحث.
05	4- أهداف البحث.
05	5- أسباب اختيار الموضوع.
06	6- تحديد المفاهيم والمصطلحات.
	الفصل الأول : مفهوم القدرات العقلية.
9	- تمهيد.
10	1- تعريفها.
10	2- مفهومها وفق النظريات التجريبية.
13	3-مراحل وفترات النمو العقلي.
14	4-مكونات القدرة العقلية.
16	5-خصائص القدرات العقلية في المجال الرياضي.
17	خلاصة الفصل
	الفصل الثاني: مفهوم التفوق الرياضي
19	تمهيد.

20	1- تعريف الموهبة.
20	2- تعريف التفوق.
22	3- الفرق بين الموهبة والتفوق.
23	4- العلاقة بين القدرات العقلية والتفوق الرياضي.
24	5- تعريف التفوق الرياضي.
24	6- أبعاد التفوق الرياضي.
26	خلاصة الفصل.
	الفصل الثالث: الأنشطة الرياضية.
28	تمهيد.
29	1- ماهية النشاط البدني الرياضي التروي
30	2- أنواع النشاط البدني الرياضي.
32	3- الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي
33	4- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي.
33	5- وظائف النشاط البدني الرياضي.
35	6- أهداف النشاط البدني الرياضي.
39	خلاصة الفصل
	الجانب التطبيقي
41	تمهيد:
42	1- الدراسة الاستطلاعية.
42	2- أدوات الدراسة.
43	3- حدود الدراسة.
43	4- عينة البحث.
45	5- المنهج.
46	6- الدراسات السابقة
50	7- صعوبات البحث.
52	خلاصة .
54	خاتمة.

55	قائمة المراجع.
	الملاحق.

مقدمة عامة

مقدمة:

تلعب التربية دور بالغ الأهمية في المجتمع من حيث إسهامها في عملية التنمية الاجتماعية والثقافية والاقتصادية، ولا يوجد شك في أن استشارة وتنمية التفكير جانب هام وله قدرة عقلية في التغيير المعرفي والانفعالي والسلوكي الذي يريده تلاميذنا أن يحققوا فيه مستوى رفيعا، حيث تزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من العمليات العقلية العليا، كالذكر والتخيل والتعلم والتفكير بأنواعه وخاصة التفكير الناقد، الذي يعد تنمية مهارته من الأهداف، التربوية ويرجح الاهتمام به كونه يساعد التلاميذ المراهقين على التكيف مع الأوضاع وكذلك تنمية العلاقة بين القدرات العقلية والنشاط الرياضي التربوي، الذي يساعد على التخطيط للخبرات التعليمية والتربوية ولقد أردنا من خلال دراستنا معرفة العلاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية والتعرف على مدى فعالية النشاط الرياضي في تنمية هذه القدرات حيث أن الاهتمام المتفوقين والموهوبين لا يكون بالعمل على توفر البرامج ولا في وضع قوانين تنظم حياتهم بل تتعدى ذلك إلى رعايتهم نفسيا واجتماعيا وجسميا، ووضع برامج ومناهج تضمن نموهم نفسي وجسمي نموا متكاملا يحقق الشخصية المتكاملة (تقدير الذات) في جميع جوانبها لهذا يسلط هذا البحث الضوء على العلاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية لدى تلاميذ الثانوي ولمعالجة هذا الموضوع والإجابة على تساؤل البحث وضعنا خطة بحثية مقسمة كالتالي: حيث بدأنا بالإطار العام للبحث وفيه تطرقنا إلى موضوع البحث وتحديد إشكالية الموضوع بشكل منهجي، وصولا إلى طرح التساؤل، وجاءت عناوين الفصول كالتالي:

الفصل الأول: القدرات العقلية الأولية.

الفصل الثاني: التفوق الرياضي.

الفصل الثالث: الأنشطة الرياضية.

الجانب التطبيقي: من المفترض أن يتضمن مبحثين: الأول، يحتوي على منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

والمبحث الثاني: مناقشة وتحليل البيانات ونتائج الدراسة، لكن نتيجة ظروف مست العالم كافة والجزائر خاصة لم نقم به اجتنابا للإصابة بالمرض المستجد كورونا.

الإطار العام للدراسة:

- 1- الإشكالية.
- 2- الفرضيات.
- 3- أهمية البحث.
- 4- أهداف البحث.
- 5- أسباب اختيار الموضوع.
- 6- تحديد المفاهيم و المصطلحات.
- 7 - الدراسات السابقة.

تمهيد:

تناولنا في الإطار العام للدراسة أهم المعطيات الأولية والرئيسية التي سوف تبنى عليها الدراسة والتي تمثل المنطق الذي نمشي عليه في رحلة البحث، قدمنا فيه إشكالية الدراسة وما انبثق عنها من فرضيات. ثم قمنا بتحديد أهمية هذا الموضوع من خلال توضيح مدى قيمته في حياة المتعلم وخاصة تلاميذ الثانوي. تطرقنا بعد ذلك إلى أهم الأهداف التي نسعى إلى الوصول إليها من خلال هذه الدراسة، وبعدها تعرضنا إلى أسباب اختيار الموضوع، ثم تحديد بعض المفاهيم المتعلقة بالدراسة، كما تطرقنا إلى بعض الدراسات السابقة كانت بمثابة المفتاح الذي يمكننا من السير في عملية البحث.

1-الإشكالية :

يستطيع الإنسان مهما بلغ مقدار الثقافة أو عمره، أو مهارته ومؤهلاته العلمية التي حصل عليها زيادة قدرته العقلية، والعمل على تنمية عقله وزيادة قوته بالتدريب المستمر والعمل على تنمية عقله وبتكريس جزء من وقته وطاقته في توسيع مداركه وسلوكياته حتى ينعكس ذلك على مرونة عقله، ليصل إلى أقصى قدر ممكن من التحفيز للميَّارات الخلوية، العصبية التي تعمل وتتواصل مع بعضها البعض في الدماغ، فهي في كل مرة يقوم بها الإنسان بتدريب عقله على مهارة جديدة، أو تعلم معلومة حديثة لم يسبق له معرفتها يقوم دماغه بتكوين روابط عصبية جديدة، ولقد أوضحت الدراسات العقلية الكامنة مثل القدرات العقلية المنطقية الذكاء المنطقي أو الرياضي، الاهتمام الصحي وممارسة الرياضية يحفز الجسد لممارسة أي عمل بدني ففوة العقل تزداد بقوة الجسد.

ويقول: " عبد الحفيظ إسماعيل "أستاذ كلية التربية الرياضية أن الرياضة هي أسلوب حياة تعطي الفرد الرغبة في الانجاز والقدرة على تنظيم الوقت كما تحفز وتدفع من ممارستها للتفوق ومن يحققون بطولات يحرصون على الانجاز الشخصي.

فالرياضي لديه القدرة على وضع أهداف مستقبلية مثل وحدات التدريب ثم البطولة ثم منافسة فلو وضعنا هذا في الدراسة لوجدنا التلاميذ يضعون أهداف يسعون لتحقيقها، ويؤكد أن الرياضي لديه التفكير الإبداعي فهو دائما لديه الشعور العقلي أثناء التدريب ويستطيع أن يستدعي صورة سابقة هذه مهارة يسترجع بها أي معلومة ولو تطبق هذا على الدراسة يساعد على التفوق الأكاديمي والرياضي معا وكما أن معظم الرياضيين المتفوقين دراسيا ذلك يرجع إلى الرياضة فهي تساعد الفرد على تنظيم الوقت والجهد وما نحاول معرفته يدفعنا إلى طرح التساؤل التالي: هل توجد علاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية؟

التساؤل العام : هل تساهم القدرات العقلية الأولية في التفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية؟

التساؤلات الجزئية:

- 1- هل توجد علاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية؟
- 2- هل تساهم القدرات العقلية في التفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية؟
- 3- هل تنمي مهارة ضبط النفس في التفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية؟

-الفرضية العامة:

- تساهم القدرات العقلية الأولية في التفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية.

- الفرضيات الجزئية:

1- توجد علاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية.

2- تساهم القدرات العقلية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية.

3- تنمية مهارة وضبط النفس تؤدي إلى التفوق في الأنشطة الرياضية.

(3)-أهمية البحث :

أهمية الموضوع ترجع للدور الفعال الذي تلعبه التربية في التنمية الاجتماعية والثقافية والاقتصادية وكما أن القدرات العقلية تساعد على التخطيط للخبرات التعليمية والتربوية ،فأهمية الدراسة ترجع إلى معرفة الدور الذي تضيفه هذه القدرات للرياضة سواء من ناحية التفوق في الأنشطة أو التحقيق الشخصية المتكاملة لدى تلاميذ الثانوي.

(4)-أهداف البحث :

- 1- معرفة دور الأنشطة الرياضية في تنمية مهارات التفكير.
- 2- إبراز انعكاس الأنشطة الرياضية في تنمية بعض القدرات العقلية.
- 3- معرفة العلاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي.
- 4- الوصول إلى مجموعة من المقترحات والسبل التي تساهم في زيادة التفوق الرياضي والأنشطة الرياضية وفعالية القدرات العقلية في التفوق الرياضي،من خلال النتائج المتحصل عليها .
- 5- التعرف على مدى تأثير الأنشطة الرياضية على الجانب الصحي والجسمي والاجتماعي والنفسي.

(5)-أسباب اختيار الموضوع:

- يزودنا بمعلومات قيمة نستفيد منها كطلبة وأساتذة في مشوارنا في دراسة القدرات العقلية.

- إبراز أهمية القدرات العقلية حسب الفترة العمرية المدروسة .

- الرغبة الشخصية في خوض هذا الموضوع .

(6)-تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1- القدرات العقلية: قدرت الفرد على اتخاذ القرارات الخاصة به واكتساب المهارات المعرفية واستقبال المعلومات.

التعريف الإجرائي:

القدرات العقلية فيما يخص دراستنا هي اختيار الفرد لنوع الدراسة المناسبة لقدراته وإعداده للالتحاق بها وذلك ما يساعده في تحقيق ذاته.

2- التفوق الرياضي :

التفوق الرياضي هو من هم أكثر اتزاناً وتفوقاً وصحة عن أقرانهم العاديين وذلك في سبيل بناء قاعدة رياضية ،وهو حالة استعداد ،وقابلية الفرد وتكوينه الأفكار والأعمال للوصول إلى تحقيق الانجاز وتحسين الحياة.

-التعريف الإجرائي:

إن التفوق يشمل تحديد مجالات الموهبة والمحاكاة أي انجاز للوصول للأعمال والوصول إلى مستوى معين في الأداء من خلال المهارة النفسية،طاقات رياضية وظيفية النفسية وعقلية وصحية.

3- تلاميذ الثانوي:

هي المرحلة الأخيرة من التعليم المدرسي وهم ما بين سن 15 إلى 19 سنة وهو تعليم إلزامي في بعض البلدان وليس كلها.

-التعريف الإجرائي:

هم أفراد في سن المراهقة يتم تهيئتهم لمواجهة واقع الحياة العلمية وتحضيرهم لمواصلة التعليم العالي.

4- مفهوم النشاط البدني والرياضي :

هو النشاط البدني المنظم والموجه الذي تحكمه قواعد وأسس منظمة تهدف إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملا بدنيا واجتماعيا وعقليا ونفسيا كما يعتبر النشاط المفعم باللعب التنافسي الداخلي والخارجي المردود ليضمن أفرادا أو فرقا تشترك في المسابقات وتقرر النتائج على ضوء التفوق في المهارة البدنية والمخطط.

- كما يعرف أنه نشاط بدني اجتماعي يساهم في الارتقاء بكفاءة الرياضي الحركية والصحية والنفسية ويتحدد بصفة أساسية في التدريب والمنافسة ويتضمن صراعا يتناسب مع الغير ومع الذات أو مع عناصر الطبيعة. وتعكس كلمة النشاط البدني الرياضي مفهوم النشاط البدني ومفهوم النشاط الرياضي حتى إن هذان المفهومان نجدهما دوما وهو ظاهرة سوسولوجية مبنية على أساس اهتمام الإنسان بترقية مستوى أدائه للألعاب الرياضية المختلفة على طريق التدريب الشاق المستمر والمنظم في إطار تنافسي للأفراد والجماعات .

ويعرفه لوبوف (lebeuf) 1974 في مصطلحاته بأنه تطور بيداغوجي وجهد يهدف لتحسين حالة وظائف الجسم، تربية وتطوير الوظائف الحركية من اجل وضع الفرد في حالة تكييف حسن لحالات الممارسة .

التعريف الإجرائي:

النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من التمرينات والألعاب والمباريات والمسابقات التي يؤديها الفرد داخل المدرسة أو خارجها، قصد تنمية مهاراته الحركية والبدنية، أو قصد الترفيه والترويح عن النفس في أوقات الفراغ.

الفصل الأول:

مفهوم القدرات العقلية:

تمهيد

مفهوم القدرات العقلية الأولية

عوامل القدرات العقلية الأولية

مراحل وقدرات النمو العقلي

مكونات القدرات العقلية الأولية

خصائص القدرات العقلية في المجال الرياضي

خاتمة

تمهيد:

حظي مفهوم القدرات العقلية بقدر كبير من اهتمام علماء النفس والباحثين ،وعلى الرغم من أن هذا الاهتمام قد تعكس في عدد كبير من الدراسات والبحوث والنظريات التي تناولت الذكاء على مدى عقود القرن الماضي، إلا أن هذه الدراسات والبحوث على كثرتها ،وتعدد مناهجها وأساليبها،وتباين النظريات التي قامت عليها ،لم تصل إلى تصور جامع مانع،يمكن أن يتكامل تحت لوائه تعريف محدد للذكاء الإنساني ،يعكس طبيعته ومكوناته ومراحله...،وأساليب التعبير عنه،وقياسه وتقويمه ومع أن استمرار البحث حول هذا المفهوم قد أحرز تقدما لا يمكن إغفاله ألا أنه مازال يكتنفه الكثير من الغموض،خاصة طبيعته ومكوناته.

1- مفهوم القدرات العقلية:

زود الله الإنسان بقدرات عقلية متعددة ،فاختلف العلماء في تصنيفها وتحديد العلاقات بينها،ويشير ذلك إلى أهمية هذه القدرات في حياة الفرد الحالية والمستقبلية فضلا عن حياته المهنية والتعليمية والاجتماعية.

وللقدرات أهميتها في عملية التوجيه التربوي ،ويقصد بالتوجيه التربوي اختيار الفرد لنوع الدراسة المناسبة لقدراته وإعداده للالتحاق به ثم النجاح فيها،ما يساعده على تحقيق ذاته وللقدرات فائدتها في مجال التوجيه المهني ،ويقصد بالتوجيه المهني عملياته فنية منظمة تهدف إلى مساعدة الفرد على اختيار المهنة المناسبة له. وإعداده للالتحاق بها والنجاح فيها ،كما تهدف إلى مساعدة الفرد على تنمية وتحقيق صورة متكاملة لذاته تتلاءم مع إمكانياته،وعلى أن ينمي ويتقبل الدور الذي يقوم به في عالم العمل .وتلعب قدرات الذكاء الاجتماعي دورا مهما في توافق الفرد الاجتماعي،لأنها تساعد على تحليل المشكلات المرتبطة بالعلاقات الاجتماعية واختيار أفضل الحلول لها.

أولا:تعريف القدرات العقلية الأولية:

اختلف علماء النفس في تعريفهم للقدرة العقلية ،فمنهم من عدها الإمكانية أو القوة الفعلية على الأداء ،ومنهم من عدها نشاط معين أو مجموعة من الأداء أو الاستجابات فمفهوم القدرة العقلية مصطلح تم دراسته في نهاية القرن 19 وبداية القرن 20 في فرنسا مرتبط بقياس الذكاء في أبحاث العالم (الفردينييه) ثم تطور على يد العالم "تشارلز سبيزمان" الذي رفض مصطلح (الذكاء)لأنه يحمل الكثير من المعاني وقام باستبداله "بالمعامل العام" الذي يعبر عن الطاقة العقلية العامة التي تهيمن على جميع النشاطات العقلية للفرد والتي يكون المسؤول عنها الجانب الاسبوي من الدماغ.¹

ويعرفها "محمود عبد القادر" الذي يرى أنها الإمكانية الحالية للفرد على الأداء الذي وصل إليه من طريق التدريب أو من دونه ومن ثم فإنها تمثل إمكانية الفرد حاليا فيما يمكنه القيام به من أعمال في حالة توافر الظروف الخارجية اللازمة.²

ويرى "عطية محمود" أنها القوة الفعلية على الأداء التي يصل إليها الإنسان من طريق التدريب أو دونه أي إنها هي قوة الإنسان الحالية للقيام بعمل ما ،إذا توافرت الظروف الخارجية المناسبة.¹

¹ القدرات العقلية/د. سعيد غني نوري.

² محمود عبد القادر ،دراسة تجريبية للعوامل التي تتضمنها القدرة الميكانيكية،رسالة ماجستير غير منشورة كلية عين الشمس القاهرة 1963 .

ويرى "محمد عبد السلام أحمد" القدرة بأنها المستوى الراهن من الوظيفة ،سواء كانت متأثرا بالتدريب أم لم يكن متأثرا به.²

ثانيا عوامل القدرات العقلية الأولية:

إن العوامل و القدرات العقلية الأولية متعددة ،منها :

1- أن القدرة تكوين فرضي نفترض وجوده لإعطاء معنى لمظاهر وأدوات متعددة (فالغضب) تكوين فرضي لانراه بل نرى مظهره،مثل تغير ملامح الوجه واندفاع الدم وعلوا الصوت وحدته. كذلك "القدرة " تكوين فرضي نستكشفه أو نستنتجه من أساليب الأداء،التي يمكن ملاحظته مباشرة ،فمن تفوق شخصي في العلاج المشكلات الميكانيكية وزيادة معلوماته الميكانيكية،نستنتج وجود قدرة ميكانيكية عالية وهي ارتفاع الحويلة اللفظية للفرد وقدرته طلاقته في التعبير،نستنتج وجود قدرة لفظية عالية.

2-تعدد مظاهر تلك القدرات ،فمنها مظاهر خاصة بالأداء ميكانيكي ومظاهر خاصة بالأداء اللغوي،ومظاهر خاصة بالأداء الرياضي أو العدد ومظاهر خاصة بالإبداع والابتكار ومظاهر خاصة بالنقد والتحليل ،ومظاهر خاصة بالحساسية الجمالية والحكم الجمالي والتفصيل والتذوق الجمالي وغيرها.....

3-وجود الفروق داخل الفرد الوجداني في الأداء المختلفة ،إذ لا تكون جميع أداءات الفرد على مستوى نفسه،فبعضها قد يرتفع ،وبعضها قد يكون متوسط وبعضها قد يكون منخفضا،ويذكر تراث علم النفس حالات تسمى (الحكماء المعتوهين)مثل الموسيقى الصيني البار الذي كان ذكائه منخفضا،وطفل عمره 11 عاما كانت ذاكرته للكلمات ومهاراته العددية غير عادية بينما،انخفضت نسبة ذكائه.

4-اختلاف النظرة في علاقة القدرات العقلية بالذكاء فمن العلماء من رأى أن الذكاء عامل عام يدخل بنسب متفاوتة في القدرات العقلية المختلفة،ومنهم من رأى أن القدرات العقلية الأولية بمثابة قوالب الطوب التي تنظم مع بعضها البعض لتكوين الذكاء ،بل يرى علماء النفس المعروفين أن السلوك الذي يكون بالتعرف على العمليات الأولية من المحتوى أو بعبارة أخرى يسعون إلى معرفة أي نوع من أنواع (آلات) معالجة المعلومات هي التي تؤدي للظاهرة التي نعرفها بالتفكير ،فالفرد لا يؤدي بشكل سيء في

¹ عطية محمود هنا، التوجيه التربوي والمهني،النهضة المصرية القاهرة،1959.

² محمود عبد السلام أحمد،القياس النفسي التربوي -المجلد الأول ،النهضة المصرية القاهرة 1960 .

الرياضيات مثلاً لأنه حصل على درجة منخفضة في اختيار "القدرة الرياضية" بل إن الأداء على الاختبار في حد ذاته مقياس العمليات التفكير المسؤول عن الأداء.

5- اختلاف النظرة إلى طبيعة القدرات العقلية ذاتها: هل هي قدرات أولية لا تنقسم إلى قدرات أبسط منها؟ رأى أناس أن القدرات الأولية تمثل اللبنة الأولى للعقل البشري كما تمثل عناصر المادة الوحدات الرئيسية للكون المادي الطي في إطاره، ويعتمد فكرة القدرات الأولية (الطائفية) في جوهرها على تصنيف النشاط العقلي المعرفي إلى أنواع منفصلة غير مرتبطة أو متداخلة وبذلك تصبح العلاقة بين أي قدرتين من هذه القدرات تساوي الصفر ويتلاشى بذلك التداخل بينهما.

6- اختلاف النظرة إلى العلاقة بين القدرات المختلفة فمن النماذج من حدد العلاقة بين القدرات المختلفة في الشكل هرمي يعتمد على وضع فئات للقدرات وعلى التعرف على الفئات الفرعية داخل تلك الفئات ويترتب على ذلك أن يصبح أسلوب التصنيف كالشجرة المعكوسة جذرها إلى الأعلى وأعضائها إلى الأسفل إما النوع الآخر من النماذج فهي نماذج المصفوفة التي تعتمد على تداخل فئات التصنيف وفي هذا النموذج تصنف العناصر في صورة سطور وأعمدة، وتدل كل خانة يتلقى عندها سطر مع عمود على قدرة معينة لها خصائصها وأبعادها.

7- تراكم قدر كبير من المعلومات عن بنية العقل البشري ومكوناته وذلك بسبب تقدم أساليب ووسائل الدراسة والتحليل. وقابليتها للاستخدام في دراسة العمليات المعقدة وفي بناء النظريات. هذا بالإضافة على تراكم البحوث عن القدرة العقلية في المجالات التطبيقية كالتربية والصناعة والإدارة والجنس.

8- تداخل مفهوم القدرة العقلية مع مفاهيم أخرى مختلفة، كالأستعداد والكفاية الوصول إلى درجة من الكفاية والمقدرة والموهبة فالأستعداد هو إمكانية الوصول إلى درجة من الكفاية عن طريق التدريب المقصود أو غير المقصود أي انه قوة كامنة هي القدرة على ممارسة الأعمال التي تتطلبها مهنة من المهن أو هي القدرة على القيام بالأعمال التي تتطلبها وظيفة من الوظائف. مثل الكفاية في تصليح الأجهزة الدقيقة والمقدرة أقصى قدرة للإنسان يستطيع أن يصل إليها من أفضل تدريب ممكن، والموهبة أقصى درجات الأستعداد أو القدرة.¹

وأخيراً، فإن القدرة هي مجموعة من أساليب الأداء، التي ترتبط فيما بينها ارتباطاً عالياً، بما يميزها عن غيرها من أساليب الأداة الأخرى، تلك التي ترتبط مع غيرها ارتباطاً ضعيفاً.

¹ مرجع سبق ذكره، القدرات العقلية/أ.د. سعيد غني نوري.

ثالثا:مراحل وقدرات النمو العقلي:

*يصنف "بياجيه" النمو العقلي إلى أربعة فترات رئيسية هي:¹

1-المرحلة الحسية الحركية:

من الولادة حتى نهاية العام الثاني،ومن مهارتها المميزة(التآزر بين أنماط السلوك البسيط والتميز
الوسائل والغايات)

2-مرحلة ما قبل العمليات:

من سنتين حتى ثلاث سنوات وتقسم بظهور القدرة ،التمثيلية المبكرة واستخدام اللغة واللعب
والإيهام أو التخيل.

3-مرحلة العمليات المحسوسة:

من (7-12) سنة أو المراهقة ومنها تتطور المفاهيم السابقة إضافة إلى قدرة الطفل على تطبيق
قواعد التفكير المنطقي.

4- مرحلة العمليات الشكلية والصورية:

من (12) سنة وما بعدها وتتميز باستخدام التفكير المجرد وقواعد المنطق الصوري وتنمو القدرة
على استخدام المنطق الفرضي والاستنباطي والتحليل الاستنباطي هذه المرحلة تبدو منفصلة عن بعضها
البعض،لكن المرحلة السابقة هي نواة للمرحلة اللاحقة وتطورها بمعنى ظهورها في مدة نضجية لاحقة:

أ)-المرحلة الانعكاسية؟أو الوراثة:

-في هذه المرحلة تظهر أولى الحوافز الغريزية الغذائية وأولى الانفعالات غير المتمايزة على شكل
استثارت عامة وأفعال منعكسة.

ب)-مرحلة العادات الحركية:

-وهي أولى المدركات المنظمة فضلا عن أولى الانفعالات الهادفة.

¹ مرجع سبق ذكره،القدرات العقلية/أ.د سعيد غني.

(ج)-المرحلة الحركية الحسية :

ويسمى أيضا الذكاء العقلي الذي يسبق قدرة الطفل على التعبير اللغوي، والنظام الوجداني الأولي.

(د)-مرحلة الذكاء الحدسي والمشاعر الإنسانية العفوية:

يتميز هذا الطور حتى السنة السابعة.

(هـ)-مرحلة العمليات العقلية الحياتية:

(بداية النطق) والمشاعر الخلاقة والاجتماعية في التعاون .

(و)مرحلة العمليات العقلية التجريدية :

تشكيل الشخصية والمدخل العقلاني والوجداني إلى مجتمع الراشدين.

رابعا: مكونات القدرات العقلية:

*أولا: القدرات العقلية الأولية:

يرى (ترستون) أن هناك سبع قدرات عقلية أولية مختلفة primary mental (Abilities) تشكل جوانب الذكاء العام هي:

(أ)-القدرة المكانية: وتشير إلى قدرة الفرد على إدراك العلاقات المكانية المختلفة وتصور الأشياء في المكان.

(ب)-القدرة العددية: وتشير إلى القدرة على معالجة الأرقام والقيام بالعمليات الحسية البسيطة على نحو سريع.

(ج)-القدرة اللفظية: تشير إلى قدرة فهم المعاني الكلمات والألفاظ واستيعابها.

(هـ)-الطلاقة اللفظية: وهي القدرة على استخدام الكلمات والألفاظ .

(و)-القدرة على التذكر: هي القدرة على استعادة ما تعلمه الفرد من كلمات وأشكال وأرقام.

(ز)- القدرة على الاستدلال الاستقرائي: تشير إلى القدرة على اكتشاف القاعدة أو المبدأ الذي يطن المادة موضوع البحث والوصول إلى تعميمات صحيحة اعتمادا على معلومات محددة وجزئية.¹

(ح)-القدرة الإدراكية: هي القدرة على تميز الأشياء بالوقوف على أوجه التشابه والاختلاف بينهما.

*ثانيا: القدرات العقلية الابتكارية :

¹ مرجع سبق ذكره، القدرات العقلية/أ.د سعيد غني.

يرى (جيلفورد) أن الابتكارية تنظيمات أو تكوينات مؤلفة من عدد من القدرات العقلية البسيطة وتختلف باختلاف مجال الابتكار، ومن أهم هذه القدرات:

1-الطلاقة:

وهي صدور الأفكار بسهولة على شكل سيل من الأفكار التي تصدر بسهولة سواء كانت طلاقة فكرية أو لفظية أو غيرها.

2-المرونة:

ويقصد بذلك تدفق المعلومات بسهولة ويسر وتكون من عاملين هما المرونة التلقائية والمرونة التفكيفية.

وتختلف الطلاقة عن المرونة في أن الأولى تتحدد بعدد الاستجابات أو سرعة الخصائص الكيفية الاستجابات وتقاس بمقدار تنوع هذه الاستجابات.

3-الأصالة:

وهي القدرة على إنتاج استجابات أصيلة أي بمعنى قليلة التكرار بالمعنى الإحصائي داخل الجماعة التي ينتمي إليها الفرد، أي انه كلما تقلصت درجة شيوع الفكرة زادت درجة أصالتها. وتعد هذه القدرة من "أهم العوامل المكونة للقدرة على التفكير الابتكاري"

4-التوسيع:

وبعني تعديل الاستجابة من خلال إضافة استجابة أخرى كأن يأخذ فكرة بسيطة يتم توسيعها وجعلها جذابة أكثر، مما يعني إضافة تفاصيل لفكرة معينة بحيث تتناسب هذه التفاصيل مع الفكرة الرئيسية.

5-الإحساس بالمشكلات:

وهي القدرة على تحديد مواطن الضعف أو النقص أو الفجوات في الموقف المثير. هذه المكونات الأساسية تبقى وحدة متكاملة ومتداخلة في كل عمل ابتكاري وهذا يعني أنه "إذا ظهرت واحدة من هذه المكونات كان ذلك دليلا عن ظهور بقية المكونات ولكن بدرجة متفاوتة"

(5)-خصائص القدرات العقلية في المجال الرياضي:

أظهرت نتائج الدراسات وبشكل عام للأنشطة الرياضية على اختلاف أنواعها أن القدرات العقلية لها خصائص عامة ومفيدة هي:¹

- 1- أن هذه القدرات تظهر بوضوح وخاصة عند الصراع الحاد، ويرتبط مستوى ظهورها بدرجة الاستنفار للقوى النفسية.
 - 2- في ظروف الاستنفار الأقصى تصل القدرات العقلية إلى أقصى ثقتها وتحسنها في أداء الوظيفة.
 - 3- إن حدة استمرار نشاطها يتوقف على نوع النشاط الممارس.
 - 4- سهولة ارتفاع ترددها ، وربما تتغير بشكل حاد عند ظهور بعض العوامل الانفعالية المؤثرة. و تتطور هذه القدرات وتحسن خلال الإعداد التكنيكي والتكتيكي ، وذلك باستخدام طرق ووسائل خاصة وتكمن الصعوبة في كيفية ربطها بالقدرات الأخرى مع مراعاة الفروق الفردية.
- ويمكن تحديد اتجاهات القدرات العقلية كما يأتي:
- (أ) - **الاتجاه النظري** : ويتضمن إلمام اللاعبين بالقدرات العقلية ووظيفة كل منها وديناميكيته وعلاقتها بالنشاط الحركي بشكل عام
- (ب) - **الاتجاه العملي** : وتنقسم إلى ثلاثة أقسام:
- القسم الأول** : ويشتمل على التدريب العقلي لمختلف المهارات باستخدام القدرات العقلية الموجهة لسير الحركة.
- القسم الثاني** : ويشتمل على التدريب العملي باستخدام الأجهزة وكذلك الاختبارات الورقية.
- القسم الثالث** : ويتضمن التدريب على القدرات العقلية المرتبطة بالمهارات على أرض الملعب الخاص بكل لعبة.

خلاصة الفصل:

تمكنا في هذا الفصل من تحديد مختلف التعاريف المرتبطة بمفاهيم القدرات العقلية الأولية كما تطرقنا إلى مختلف العوامل للقدرات العقلية ومكونات القدرات العقلية وخصائص القدرات العقلية في المجال الرياضي.

¹ عبد الستار جبار عبد الصمد : "فسيولوجيا العمليات العقلية" ، ط 1 ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن ، 2000 ، ص 20.

الفصل الثاني:

مفهوم التفوق الرياضي:

تمهيد:

- (1)-تعريف الموهبة.
- (2)-تعريف التفوق.
- (3)-الفرق بين الموهبة والتفوق.
- (4)-العلاقة بين القدرات العقلية والتفوق الرياضي.
- (5)-تعريف التفوق الرياضي.
- (6)- أبعاد التفوق الرياضي.

خلاصة الفصل

تمهيد:

خص الله سبحانه وتعالى بعضا من عباده بملكات عقلية معينة وهي ما يطلق عليها المواصلة التي تحتاج إلى العناية والرعاية والصقل ليصبح لها شأن كبير وإلا سوف تضمحل فهي الذخيرة التي تغذي الأمة وتثريها فكريا واقتصاديا بحيث أثبتت الدراسات العلمية أن 2-5" يمثلون المتفوقين والموهوبين والمتفوقين هو التلميذ الذي لديه القدرة على الأداء المتميز خاصة التفوق العقلي والابتكاري.

فالأفراد الموهوبون هم الذين يتميزون عن غيرهم بمجموعة من القدرات التي تظهر عليهم في المراحل العمرية الأولى من مشوارهم الدراسي والصفة التي تجمع هؤلاء الموهوبين كونهم يتمتعون بمستويات عالية من الذكاء إذا ما قورنوا مع أقرانهم فالطفل الموهوب هبة من الله عز وجل لوالديه ولوطنه إذا ما تمت العناية والاهتمام به فسيكون من دون شك فردا متفوقا ومبدعا يمكن أن يقدم الكثير لوطنه وأمتة وتعظم منفعته مهما كانت إبداعاته تفوقه، وحاليا اتجهت العديد من الدول إلى الاهتمام بالمتفوقين في مختلف المجالات من خلال تخصيص المدارس والأكاديميات من أجل العناية بهذه الفئة أكثر ومساعدتها على التفوق منذ المراحل العمرية المبكرة، ففي الجزائر مثلا وفي المجال الرياضي نجد اليوم الثانويات الرياضية، وأقسام دراسة ورياضة في الطور المتوسط، التي تعني بتكوين وتأطير هؤلاء التلاميذ الذين يملكون مؤهلات وقدرات رياضية، من أجل إعدادهم بالشكل اللازم للبروز في مختلف التخصصات الرياضية بهدف الرفع من مستوى الرياضة النخبوية وتحقيق نتائج إيجابية في مختلف المنافسات والبطولات المحلية والعالمية.

ينبغي الإشارة إلى المصطلحات المرتبطة بهذا الموضوع مثل الموهبة والعبقرية تعتبر أكثر شيوعاً واستعمالاً حيث يمكننا اعتبار مصطلح التفوق حديث الاستعمال إذا ما قورن ببقية المصطلحات.

(1)- مفهوم الموهبة :

إن الاهتمام بالمتفوقين والموهوبين لا يكون بالعمل على توفر البرامج والمناهج والنشاطات التربوية والتعليمية التي تهتم بتنمية قدراتهم العقلية والذهنية، ولا في وضع القوانين والأنظمة التي تنظم حياتهم وتسهل التعامل معهم فحسب، بل يتعدى ذلك إلى رعايتهم نفسياً واجتماعياً وتربوياً وجسدياً، ووضع البرامج والمناهج التي تضمن لهم نمواً جسدياً ونفسياً واجتماعياً متكاملًا يحقق الشخصية المتكاملة (تقدير الذات) في جميع جوانبها. الموهبة كغيرها من المفاهيم العلمية، تختلف في تعريفها وتحديداتها علماء النفس والتربية، وكافة العلماء، لأن الموهبة تعبر ببساطة شديدة عن جوانب متعددة من التكوين الإنساني ولذلك فهي تعبر عن ظاهرة إنسانية واسعة ومركبة تركيباً متعدد الجوانب والاتجاهات . عبد الكافي، 2008، 9

الموهبة في المعجم الوسيط هي الاستعداد الفطري لدى المرء للبراعة في فن أو نحوه . أما من الناحية الاصطلاحية فالموهوب اسم مفعول من وهب، ويدل على من وقع عليه فعل الوهب فمن رزق ولداً له بورك لك في الموهوب وشكرت الواهب، فمن حصل على الهبة لا يسمى موهوباً بل يسمى موهوب له أما الموهوب فهو العطية نفسها . ويعرف مجمع اللغة العربية بالقاهرة "الموهوب بأنه من لديه قدرة عالية سواء أكانت هذه القدرة عامة أو متخصصة تنمو بشكل طبيعي غير مقصود". والموهوب هو شخص لديه قدرات فطرية غير عادية تجعله يؤدي الإنتاج الفكري والحركي ويكون لديه عدد من الأفكار الإبداعية ويستجيب لمواقف معينة ومثيرة تجعله بصفة عامة متميزاً بشكل ملحوظ. (الصاعدي، 2007، 2

ويرى "لوسيتو" (1963) بأن الموهوبين هؤلاء الطالب الذين تؤهلهم طاقتهم العقلية للوصول إلى مستويات مرتفعة من التفكير الإنتاجي والتفكير التقويمي على نحو يسمح لهم بالوصول في المستقبل إلى مستويات مرتفعة من القدرة على حل المشكلات والاختراع وتقويم الثقافة وذلك إذا ما توافرت لهم الخدمة والإمكانات التربوية المناسبة.

(2)- مفهوم التفوق:

تناول كثير من الباحثين في علم النفس والتربية مفهوم التفوق إلا أنه ظهر بينهم اتجاهات مختلفة في تعريفهم لمفهوم التفوق، فمنهم من عرفه في ضوء مستوى التحصيل الدراسي ومنهم من عرفه في ضوء مستوى الذكاء ومنهم من عرفه في ضوء مستوى الأداء ومنهم من عرفه في مستوى الموهبة. (عبد الله سليمان عبد الله، 1985)

1- تعريف التفوق في ضوء مستوى الذكاء:

عرف تيرمان و هو رائد الباحثين في ميدان التفوق العقلي أن الطفل المتفوق هو من تجاوزت نسبة ذكائه 140 إذا انطبق عليه مقياس استانفورد للذكاء وفي ضوء هذا التعريف عرف تيرمان و آخرون المتفوقين بأنهم الأطفال الذين يحصلون على نقاط عالية في اختبارات الذكاء العام التي تدل على استعدادهم واستمرارهم في جديتهم في الاختبارات و أن يكونوا أعضاء منتجين في المجتمع.

ونجد أنه في هذه التعريفات أقتصر تيرمان على اختبارات الذكاء لتحديد التفوق وبهذا يكون المعيار الأساسي عند تيرمان للتفوق هو الذكاء.

إلا أن هولنجورث 1923 قد توسعت في تعريفها للطفل المتفوق بأنه الطفل الذي يتعلم بقدرة وسرعة تفوق بقية الأطفال في مجال الفنون أو الموسيقى أو الرسم أو في المجالات الميكانيكية وفي مجال المجرّدات والتحصيل الأكاديمي. (عبد السلام عبد الغفار، 1977).

وعلى الرغم من هذا التوسع والشمول في تناول هولنجورث للتفوق إلا أن الباحثة اعتمدت على اختبارات الذكاء في اختيار العينة للدراسة التي قامت بها وحددت المتفوق بأنه من تجاوزت نسبة ذكائه 130 نقطة كحد أدنى للتفوق. و حينما سئلت الباحثة عن استخدامها للذكاء كمحك للتفوق في اختيارها لعينة الدراسة للمتفوقين عقلياً، أجابت بأنها بحثت كثيراً عن وسيلة أخرى للكشف عن المتفوقين عقلياً ولكنها لم تجد محكاً أفضل من معامل الذكاء يمكن الاعتماد عليه في اختيارها للمتفوقين. (محمد خالد الطحان، 1982).

2-تعريف التفوق في ضوء المستوى التحصيلي:

عرفت الجمعية الوطنية لدراسة التربية بأمريكا الشخص المتفوق بأنه من استطاع أن يحصل باستمرار تحصيلاً مرموقاً أو فائقاً في أي مجال من المجالات التي تقدّرها الجماعة. (عبد السلام عبد الغفار، 1966).

و قد عرف عطية هنا الطفل المتفوق بأنه الطفل الذي يتميز عن زملائه ويسبقهم في الدراسة ويحصل على درجات أعلى من الدرجات التي يحصلون عليها و يكون عادة أكثر منهم ذكاء و سرعة في التحصيل -تعريف

3-التفوق في ضوء مستوى الأداء:

عرف عبد السلام عبد الغفار المتفوق بأنه الفرد الذي يصل أدائه إلى مستوى أعلى من مستوى العاديين في مجال من المجالات التي تعبر عن المستوى العقلي و الوظيفي للفرد و يكون هذا المجال موضع تقدير الجماعة. ثم توسع بعد ذلك في تعريف التفوق و وضع أربع محكات يمكن الاعتماد عليها في التعرف على ذوي القدرة على التفوق.

1- مستوى تحصيلي أكاديمي يضع التلميذ في أفضل 15% إلى أعلى 20% من مجموع التلاميذ.

2- معامل الذكاء يقارب ب120 إذا قيس الذكاء باختبارات الشخصية.

3- مستوى عال من القدرة على التفكير الابتكاري.

ونجد هذه المحكات اشترط أن يكون المتفوق بالإضافة إلى نسبة الذكاء إن يكون ذا مستوى تحصيلي أكاديمي عال و أن يكون لديه مستوى عال من الاستعدادات الخاصة ولديه القدرة على التفكير الابتكاري. (طارق عبد الرؤوف، 2004).

(3)-الفرق بين الموهبة والتفوق :

تبدوا كل من مفهوم الموهبة والتفوق من المفاهيم المتشابهة، وقد يعتقد الكثير أن ما هي إلا كلمات مترادفة لمعنى واحد، ولكن لكن كلمة معنى معين ويوجد الكثير من الفروقات بين كل منهم، فليس شرطاً أن يكون المتفوق شخص موهوب، سنتعرف من خلال هذا الموضوع الفرق بين كل من الموهبة والتفوق.

(أ)-الموهبة :

هي امتلاك الشخص لخصلة معينة، أو قدرة معينة اتجاه مجال معين، ويستطيع من خلال هذه القدرة أن يصبح متميز عن من حوله في ذلك المجال، وتولد الموهبة مع ولادة الإنسان ولا تدخل الطبيعية أو البيئية في الموهبة، ولكنها ممكن أن تساعد على تطويرها ونموها، حتى يتطور الشخص الموهوب ويصبح مبدع وأكثر تميز عن الموهوبين في مجاله.

—تظهر الموهبة في العادة من سن صغير لأنها من السمات الفطرية الموجودة في الشخص، وهي تظهر من خلال سلوكه وتعبيره عن نفسه، وتظهر الموهبة من خلال قدرة الطفل على الرسم أو القاء الشعر أو كتابته أو كتابة القصص، أو ميله نحو ممارسة آلة موسيقية معينة أو صوته المميز وحبه للغناء والكثير من المواهب الأخرى الكثيرة والمتنوعة.

—يجب عند ظهور الموهبة في الطفل محاولة الأسرة في تشجيع الطفل، وتوفير الجو المثالي لممارسة الهواية التي يحبه الطفل، ومحاولة إفادته وتنمية مواهبه، مثلاً إذا كان يحب الشعر وتألف القصص يجب شراء المزيد من القصص والكتب المفيدة، حتى يستطيع أن يكون قاموسه اللغوي، ومساعدته في الاهتمام بالنحو، وإذا كان موهوب في الرسم يمكن إحضار اللوحات المخصصة بالرسم وإحضار أنواع مختلفة من الألوان ومرافقته إلى المعارض الفنية.

(ب)-التفوق :

—على الرغم من أن التفوق ليس فطرة يولد بها الإنسان، إلا أنها تحتاج إلى بعض الذكاء والكثير من الاجتهاد، وعلى الرغم من اختلاف القدرات العقلية بين الأشخاص، إلا أن الاجتهاد والمثابرة والكد يعملوا على التفوق والنجاح.

— يتميز الطفل المتفوق بأن لديه مستوى مرتفع من الذكاء مقارنة برفاقه الذين في نفس عمره، وأن يكون لديه القدرة على التفكير بطريقة جيدة ومبتكرة، كما أن يكون لديه بعض صفات القيادة، وحب

النجاح والتميز، ويتميز الشخص المتفوق بقدرته على الإلمام السريع والتفكير الابتكاري، والتفاعل الجيد مع الآخرين، ولا يشعر باليأس من كثرة المحاولات.

تعتبر من أهم مجالات التفوق التي تظهر تفوق الطفل هي المجال الأكاديمي والتفوق الدراسي، والتفوق في مجال الفنون مثل التفوق والتميز في الرسم أو الموسيقى، والتفوق في مجال الرياضة كالتفوق في رياضة معينة، والتفوق في مجال القيادة الاجتماعية كالتفوق في بعض النشاطات الاجتماعية سواء في المؤسسات أو في المجتمع.

4-العلاقة بين التفوق العقلي والتفوق الرياضي :

يشيع في الوقت الحاضر مصطلحي التفوق العقلي والتفوق الرياضي حيث يشير الأول إلى النواحي العقلية للفرد ويعتبر مصطلح حديث دفع بالمشتغلين في مجال علم النفس والصحة النفسية إلى استخدامه ليشمل كثنًا من أوجه النشاط الفعلي والمعرفي.

أما مصطلح التفوق الرياضي فقد لقي قبولا واهتماما من طرف الكثيرين من العاملين في مجال التعليم وكذا في المجال الرياضي، وهذا مرده إلى عدة أسباب مردها إلى ظهور اتجاه عام في الدولة نحو رعاية النشء من المتفوقين رياضيا من خلال أقسام دراسة ورياضة في الطور المتوسط وكذا إنشاء الثانويات الرياضية، ومن جهة أخرى حداثة هذا المصطلح في المجال الرياضي بعدما كان يستخدم مصطلحات مثل الموهوبين رياضيا والعمالقة، وذوي الاستعدادات الخاصة وغيرها، ومن الأسباب الأخرى التي أدت إلى استخدام هذا المصطلح استخدامه ليشمل

كثيرا من أوجه وأشكال الأنشطة الرياضية سواء الفردية أو الجماعية والتي تختلف في طبيعتها وممارستها وكذلك مهاراتها وخططها، والتي تتطلب أوجه من النشاط العقلي المعرفي الخاص بهذه الأنشطة، وذلك لأنه ظهر ونما في هذه الفترة التي ظهر فيها هذا المصطلح، وتميزت عن المراحل السابقة بالبحوث العلمية الجادة، وكذلك التصورات النظرية عن طبيعة التكوين الرياضي والعقلي للفرد، وعموما فإن هذا المصطلح لاقى قبولا بين العاملين في المجال الرياضي.¹

5-مفهوم التفوق الرياضي:

¹ محمد حسن، زكي: "التفوق الرياضي". الإسكندرية: المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع 2006، ص 18/17.

إن مفهوم التفوق الرياضي، مثله في ذلك مثل غيره من المفاهيم التي نستخدمها في مجال علم النفس الرياضي كما انه مفهوم نسبي يختلف من فرد إلى آخر باختلاف مستويات الممارسة ،وما يتطلبه الوصول إلى هذه المستويات من طاقة بدنية، ووظيفة ،وتشريحية، ونفسية وعقلية ولهذا لا يمكن أن يأتي التعريف بصورة أكثر تحديدا.... أيضا المتفوقون رياضيا هم هؤلاء الذين امتلكوا هذه الطاقات واستثمروها بحيث يصلون إلى مستويات مرتفعة من أدائهم في مجالات أنشطة معينة ترتبط بالتكوين الكامل للفرد، والذي يشمل في الحقيقة أمره المكونات الجسمية والبدنية والوظيفية.

إن المحك الذي يسوف نلاحظه هنا هو المستوى الذي وصل إليه الفرد في أدائه في لعبة أو نشاط رياضي أحبه ومال إليه وتخصص فيه منذ الصغر، مع ملاحظة حقيقة هامة في هذا الصدد أوفي هذا الشأن ،ألا وهي أن الناس أو المسؤولين من المتخصصين في هذه اللعبة أو هذا النشاط هم الذين يحددون المستوى الذي وصل إليه الذي اعتبر متفوقا رياضيا.

(أ)-تعريف التفوق الرياضي:

إن التفوق الرياضي بالنسبة للفرد يعني ما وصل إليه الفرد في أدائه في رياضة التخصصية إلى مستوى أعلى من مستوى أمثاله العاديين في ذات المجال (الرياضي) وعنة غيره من المجالات التي تعبر عن مستوى العقلي الوظيفي للفرد. بشرط أن يكون أدائه هذا المجال (النشاط) الذي اتخذه موضع احترام بينه وبين نفسه وبين الآخرين.

وبالنظرة الأولى نحن نجد أنه تعريف عم ويبدو عليه البساطة ،غير أنه شامل ،وقد اخذ عليه البعض عدم تحديد لمستوى الذي يعبر من الفرد عن المستوى الرياضي الوظيفي للفرد في هذا المجال (مجال تخصصه).¹

(6)- أبعاد التفوق الرياضي:

*التوجه نحو ضبط النفس:

إذ يرتبط هذا البعد إلى حد كبير بقدرة الرياضي على انفعالاته والعمل على توجيهها بالشكل الايجابي الذي يخدم مصلحة الفريق ككل ،إذ أن الرياضي وبالأخص لاعب كرة اليد في أمس الحاجة إلى الهدوء الانفعالي لأنه يتطلب منه إيجاد الحلول السريعة للمواقف التي يتعرض لها فيما يخص التخلص من الخصم والوصول بأسرع

¹ محمد حسن، التفوق الرياضي، الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 21/19.

الفصل الثاني:.....مفهوم التفوق الرياضي.

وأسهل طريقة للهدف في حين نجد أن الانفعال العنيف يشوه الإدراك ويعطل التفكير المنظم والقدرة على حل المشكلات ويضعف القدرة على التفكير ويشل السيطرة والإرادة.¹

***التوجه نحو الإحساس بالمسؤولية:**

إن عملية التوجه نحو بذل الجهد في التدريب والمنافسة ومحاولة التعرف على مستوى اللياقة البدنية ودرجة التطور المهاري تعتمد إلى حد كبير على الهدف الذي يرسمه لنفسه ويسعى لإنجازه فلا تمكن لأي رياضي أن يتطور مستواه أو يستمر في العملية التدريبية برغبة وإصرار دون أن يكون لديه هدف واضح المعالم إذ أن تحديد الأهداف خلال الممارسة الرياضية تسمح بتحقيق فوائد عديدة في مقدمتها (تحسين الأداء، تحسين نوعية الممارسة، توضيح التوقعات، التخلص من الملل مما يجعل التدريب أكثر تحدياً، تنمية الشعور بالفخر الرضا بالنفس) ولكن الناشئ يشعر بعملية تطور كبير في مستواه المهاري والبدني ولكن بعد أن يصبح متقدماً يكون التطور بطيء بسبب الاقتراب من الحدود البيولوجية وهذا يدخل دور المدرب لمساعدة الرياضي لكي يعرف ذلك حتى لا يؤثر سلباً على تقييمه لنفسه أو مستوى أدائه.²

***احترام الآخرين :**

إذا يتمثل هذا البعد في درجة احترام الرياضي للأشخاص والمنافسين الذين هم في محيطه الرياضي كالمدرسين والحكام والمنافسين وزملاء اللاعبين، إذا يعد البعد مهماً جداً وذو تأثير بالغ في عملية عطاء اللاعب داخل الملعب، فعندما يكون اللاعب على ثقة واحترام لمن هم في محيطه تكون عملية تفكيره منصبّة على أدائه الفني وتطبيق خطط اللعب المخطط به إذ أن طبيعة ونوعية الأداء ونجاح التصرفات الخططية والمهارية للاعب إنما تحدّد بنشاطه الخاص وتصرفات زملاءه في نفس الفريق والذين ترتبط بهم مهام محددة للاعب نفسه بطريقة غير مباشرة من خلال الكرة والتفكير الخططي الجماعي أي أن الانجاز للفريق يتحقق بصورة جماعية.³

¹ أسامه كامل راتب، مرجع سبق ذكره، ص117.

² المرجع نفسه، ص242.

³ محمد عدنان، التعلم والدفاعية في الرياضة، ب.م. 2004، ص95.

خلاصة الفصل:

إذا نستنتج أن التفوق هو من تجاوزت درجته ذكائه فوق الحد الفاصل عن الوسط ،أي هو الذي يظهر في أدائه التميز والإبداع ويشمل جميع جوانب الحياة المختلفة لهذا حمايتهم ورعايتهم واجب لتنمية وترقية الدول.

الفصل الثالث:

الأنشطة الرياضية.

تمهيد:

- 1- ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي
- 2- أنواع النشاط البدني الرياضي التربوي.
- 3- الأسس العلمية للنشاط الرياضي البدني.
- 4- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي.
- 5- وظائف النشاط البدني الرياضي.
- 6- أهداف النشاط البدني

خلاصة الفصل.

تمهيد :

النشاط البدني الرياضي التربوي هو جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية الاجتماعية، كونها تساعد الفرد مع التكيف مع الجماعة و تفرغه إلى ممارسة هذا الأنشطة الرياضية بدلا من الهروب إلى ممارسة بعض الأشياء التي تؤدي به إلى التهلكة، ولقد أضحت هذه الأخيرة اليوم تكتسي من الأهمية ما يجعلها عنصر فعال لدى كل فرد.

وفي هذا الفصل سنقوم بعرض أهم المفاهيم و العناصر المرتبطة بالنشاط الرياضي البدني، حيث قمنا بتحديد مفهوم النشاط البدني الرياضي، مختلف أسسه والدوافع المرتبطة به، أهم الأدوار والوظائف التي يقوم بها، وأخيرا قمنا بتوضيح أهمية هذا النشاط ومختلف الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها.

1- ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي :

(أ)-تعريف النشاط :

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد و دوافعه و ذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية¹ .

(ب)- تعريف النشاط البدني :

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط و التربص في مقابل الكسل و الوهن والحمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، و التي يستخدم فيها بدنه بشكل عام و لقد أستخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال و أطوار الثقافة البدنية للإنسان و من هؤلاء بيرز "larsen" الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى² .

تعريف النشاط البدني الرياضي :يعتبر النشاط البدني و الرياضي أحد الأشكال الراقية لمظاهرة الحركة لدى الإنسان و هو الأكثر تنظيماً و الأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني . ويعرفه " مات فيف " بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات و ضمان أقصى تحديد لها، و بذلك فعمى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني يهدف لتحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته³ . هو ذلك النشاط الترويجي الذي يختاره الطالب لإشباع رغباته وميوله واتجاهاته.

ويضيف "سوكولا" أن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي نتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي⁴ . أو نسبة إليه، كما يتميز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط

¹ محمد الحماوي، أنور الخولي: "أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العرب ، القاهرة ، 1996، ص20.

² أنور الخولي: "أصول التربية البدنية والرياضية" ، ط 2 ، دار الفكر العرب ، القاهرة ، 2002 ، ص12.

³ بوالحية عدلان : "أهمية النشاط البدني الرياض في التقليل من الضغط النفسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط". مذكرة ماستير، جامعة جيجل، 2017، ص

42 .

⁴ الحاج صدوقي عبد الرحمن وشماني محمد: "دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ مستوى الثالثة"

ثانوي، أطروحة ماستر، 2014، ص42.

البدني بالاندماج البدني الخالص ، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي له قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة .

- وعرفه "قاسم حسن" :على أنه ميدان من ميادين التربية عموما والتربية البدنية خصوصا، ويعد عنصر فعال في إعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد بنفسه ومن خلال خدمة المجتمع.¹

-الواقع أن النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير عام وفضفاض، يتسع ليشمل كل ألوان النشاط البدني التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام.

من هنا فان الرياضة تعتبر عاملا أساسيا في تكوين الشخصية المتكاملة للفرد من خلال البرامج الهادفة التي تعمل على تأهيل وإعداد وعلاج الطلاب عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية الصحيحة للوصول إلى المستويات الرياضية العالية، بالإضافة إلى ما يحققه ممارسة النشاط من مردودات صحية وجسدية ونفسية للطلاب.

-وعليه يمكن القول بأن الأنشطة الرياضية بصفة عامة والنشاط الرياضي بصفة خاصة عبارة عن عنصر فعال لتزويد الفرد بخبرات ومختلف المهارات الحركية كما أنها تكسبه روح المنافسة وبالتالي مساعدته على إكتساب نموا بدنيا وخلقيا ونفسيا واجتماعيا.

(2)-أنواع النشاط البدني الرياضي التربوي :

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده و هو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط : الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق و من أمثلته كرة السمة ، كرة اليد ، كرة الطائرة ، فرق التتابع في السباحة و الجري ، ورياضة اليوكي.

¹ مازوزي ميادة ومنصوري عبد الرحمان : "أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا"، مذكرة ماستير، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2016، ص8.

(أ)-النشاط الرياضي الترويحي

تعد الممارسة الرياضية من أبرز الوسائل الترويحية البدنية الهادفة، المساهمة في تحقيق حياة متوازنة، وهو الهدف من اكتساب المهارات الحركية والرياضية والمعلومات المتصلة بها.¹

وعليه يصبح النشاط الرياضي تروحي الذي يستثمره الفرد في وقت فراغه، ما يعود عليه بالصحة الجيدة والارتياح النفسي والانسجام الاجتماعي.

(ب)-النشاط الرياضي التنافسي

موقف نزاع حركي مشروط بقواعد تحدد الأداء، يتسم عادة بالاستثارة الانفعالية التي تدفع الرياضي إلى تعبئة وتوظيف طاقاته البدنية، لتحقيق ذاته الرياضية، وتأكيدها وتميزها على من ينافسه، وإذا تم التنافس الرياضي في الأسس التربوية المؤكدة على ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي، وقبول قرارات الحكام، اللعب النظيف، التواضع عند الفوز يصبح من أهم القوى التي تدفع الأفراد لممارسة، النشاط الرياضي والمحفزة للرياضي للوصول إلى أعلى المستويات، وتتطلب المنافسة الرياضية استخدام الرياضي لأقصى قدراته وعملياته العقلية والبدنية لتسجيل أفضل مستوى ممكن، مما يساهم في الارتقاء بالانتباه، والإدراك، والتذكر والتصور، التخيل لدى الرياضي.

فممارسة النشاط الرياضي تتصف ببذل الجهد لتحقيق الفوز على الخصم ويندرج هذا ضمن ما يدعى بالنشاط الرياضي التنافسي، حيث يعلم الفرد المواجهة النزيهة والروح الرياضية وحتى التعاون بين الأفراد، ومواساة الخاسر وتواضع الفائز وتشجيع الخاسر للفوز مرة أخرى.²

(ج)-النشاط الرياضي التربوي:

النشاط الرياضي هو نشاط تربوي يعمل على تربية الفرد تربية متزنة و متكاملة من النواحي الوجدانية والاجتماعية والبدنية والعقلية عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة متخصصة .حيث يرى بيتر أرتلو أن النشاط الرياضي التربوي " ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري و توافق الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني المباشر"

وعلى هذا النشاط الرياضي التربوي عبارة عن نظام متكامل و شامل لا يهدف إلى إعداد الفرد بدنيا وتلقينه بعض المهارات الحركية وإيجاد فرص للترويح فحسب، بل تعليم الفرد الخلق الحسن والتربية المثلى في إطار اجتماعي.

¹ بومعرف نسيم،" تأثير النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق"، العدد8، جامعة

الوادي:مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية،2014،ص113.

² بومعرف،مرجع سبق ذكره،ص113.

ومن هنا نستنتج أن أنواع النشاط الرياضي تختلف لكن هدفها واحدة فالنشاط الترويحي هو ذلك النشاط الذي يسمح للفرد تفريغ الطاقات السلبية والشحنات عن طريق ملأ وقت الفراغ والترويح عن النفس، أما التنافسي يساعد على تعلم الروح الرياضية، و المنافسة الشريفة، والنشاط التربوي في تساعده في الجانب الخلفي عن طريق احترام الغير و التعامل الحسن معهم .

(3)-الأسس العلمية للنشاط الرياضي البدني

هناك مجموعة من الأسس التي يقوم عليها النشاط، وتعتبر بمثابة الركيزة التي يبنى عليها هذا النشاط. " اعتبر المختصين في الميدان الرياضي أن لأي نشاط أسس يرتكز عليها، بحيث تعتبر كمقومات للنشاط لا تخرج عما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين، خاصة العلمية منها، وهو ما يجعلهم لا يفصلون الأسس التالية كقاعدة للنشاط البدني:

(أ)-الأسس البيولوجية

المقصود بها طبيعة عمل العضلات أثناء النشاط البدني الرياضي، إضافة إلى مختلف الأجهزة الأخرى التي تزوده بالطاقة كالجهاز الدوري التنفسي العظمي.

(ب)-الأسس النفسية

هي كل الصفات الخلقية والإرادية والمعرفية والإدارية لشخصية الفرد ودوافعه وانفعالاته، وهي تساعد على تحليل أهم نواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك، كما تساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الرياضي إضافة إلى المساعدة في الإعداد الجيد والمناسب والتدريب الحركي المناسب.

(ج)-الأسس الاجتماعية

ويقصد بها العمل الجماعي والتعاون، الألفة، الاهتمام بأداء الآخرين، ويمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة.¹

-مما سبق يتضح أن هذه الأسس سواء كانت البيولوجية منها أو النفسية أو الاجتماعية، هي جد مهمة للفرد في ميدانه الرياضي للسير بها بطريقة حسنة و جيدة في هذا المجال.

4-الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي

لقد تعددت الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وذلك لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي بصورة مباشرة وغير مباشرة وتمثل هذه الدوافع فيما يلي:

¹ محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، 2014، ص12.

-(1/4)- الدوافع المباشرة :

يمكن تلخيصها فيما يلي:

- الإحساس بالرضا و الإشباع كنتيجة للنشاط البدني الرياضي.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة و جمال ومهارة الحركات الذاتية.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها والتي تتطلب المزيد من الشجاعة الرياضية و ما يرتبط بها من خبرات الفعالية المتعددة.
- تسجيل الأرقام والبطولات واثبات التفوق واحراز الفوز.
- التخفيف من حدة التوتر والضغط النفسية الناجمة عن المشاكل النفسية.
- نستخلص مما تم عرضه للدوافع المباشرة أنها تعمل على توفير الراحة النفسية للفرد.

-(2/4)-الدوافع الغير مباشرة:

- إن من أهم الدوافع الغير المباشرة للنشاط الرياضي ما يلي:
- محاولة اكتساب اللياقة البدنية والصحة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- ممارسة النشاط البدني يساهم في رفع مستوى قدراته في عمله ويرفع من مستوى إنتاجه في العمل والإحساس بضرورة النشاط البدني والرياضي.
- الوعي بالدور الاجتماعي والنفسي الذي تقوم به التربية البدنية والرياضية إذ يرى المراهق أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية ويسعى إلى الانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها .
- من خلال عرض الدوافع الغير مباشرة نرى بأنها تعمل على توفير الصحة الجسدية والجسمية للفرد.¹

(5)-وظائف النشاط البدني الرياضي:

- (أ)-النشاط البدني لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة :قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من أوقات فراغهم، ومن نشاط يعود عليه بالصحة والعافية رغم وجود كثير من أنشطة المفيدة كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها، إلا انه لا يجب أن تكون بداية النشاط الرياضي والوسيلة الوحيدة للتنمية الكفاءة البدنية والحركية اللازمة للحياة المتدفقة، ولكن لا يمكن أن تكون هذه النشاطات وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة .²

¹ الحاج صدوقي،مرجع سبق ذكره،ص14.

² فؤاد البهي السيد " الذكاء"، ط، القاهرة، دار الفكر العربي،1969، ص38.

(ب)-النشاط البدني الرياضي للتنشيط الذهني :

إن الفرد إذا أقبل على نشاط بدني رياضي بحبوية وصدق ويكون في حالة تهيؤ عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول¹ . نجد أن الممارسون للأنشطة الرياضية متفوقون في القدرة العقلية لأن مجالات الرياضة زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية القدرة وبالتالي تنمية وتطوير التفكير والذكاء العام ويعني هذا أن النشاط البدني الرياضي يساهم في الانتعاش الذهني واستخدامه أكثر فائدة وتأثيرا كما يعمل على فتح العقول وتقوية العضلات.

(ج)-النشاط البدني لتنمية الفكر :

إن للأداء الرياضي الحركي جانبين، الأول فكري ويتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها، وتحديد غرضها ومسارها (القوة، السرعة، الاتجاه)..... وهذا التحديد العقلي مما يسمى بالتوقع الحركي أي المداومة الفكرية الرياضية .والجانب الآخر علمي هو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد وصاغها عقليا على ضوء رؤيته المسبقة للعلاقات الكائنة بين الوسيلة والهدف، وهو ما يسمى بالإيقاع الحركي². والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغتها من طرف العقل وإبعادها هو الذي يتوقف عليها نجاحها، فكلما كان التفكير سلميا كلما كان الأداء ناجحا محققا لأغراضه وأهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي الحركي لا يتم بصورة آلية ولكن يتناسب مع التفكير الذي يؤثر فيه ويتأثر به، وهنا تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير.

(د)-النشاط البدني لدعم مقاومة الإنسان لمناعب الحياة الحديثة :

والمؤكد أن يحتل النشاط البدني الرياضي مكانة بارزة بين وسائل الترويحية والبريئة الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة والتخلص من أن السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تحقق من وطأتها عن طريق RYDON الوحدة أو التوتر العصبي .ويرى النشاط البدني، وأن الملاعب والساحات والشواطئ بمثابة معاملة ممتازة يستطيع الفرد أن يمارس فيها التحكم في العواطف ويطرح القلق جانبا ويشعر بالثقة الناتجة من قبل³.

(هـ)-النشاط البدني الرياضي لإثراء العلاقات الاجتماعية :

¹ المرجع نفسه، ص39.

² علي عمل المنصوري "الرياضة والمجتمع"، ط 2، القاهرة، دار الفكر، 1980، ص42.

³ يحيى المنصوري "المكونات النفسية للتفوق الرياضي" ط، الإسكندرية، دار الفكر العربي، 1987، ص30.

لا يقتصر النشاط الرياضي على تقديم وسائل تتيح للشباب فرص الاقتراب من بعضهم فقط وإنما يساعد هؤلاء الشباب أيضا على التكيف الاجتماعي وإثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليست في مجال الرياضة فحسب بل في مجال الحياة كلها.

(و)-النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها :

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الإنسان والمجهودات البدنية الاعتيادية هي محدودة ومتكررة، وهذا يجعل الإنسان يفقد تدريجيا مرونته وحساسيته وقدرته، ويقع فريسة للأمراض مثل(السمنة) ويشتهي من أم ارض لم يكن يشتهي منها من قبل، مثل أمراض الدورة الدموية، الجهاز العصبي، الجهاز الهضمي، الأم ارض التنفسية . ولقد استطاع الطب البشري أن يسيطر على معظم الأمراض ولكنه وقف عاجز أمام الكثير من الأمراض الأخرى والراجعة لانتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول، مما يجعله يتجه إلى مزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم القدرة على القيام بواجباته الإنسانية لأن ذلك يتطلب منه القدرة الكبيرة على اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات.¹

(6)-أهداف النشاط البدني الرياضي :

يهدف النشاط البدني الرياضي بمفهومه الحديث إلى توفير القوة الكاملة داخل الفرد ليسعد في حياته ويكون عنصر فعال في المجتمع، فالتمارين البدنية تنمي في الفرد النشاط والحيوية وتكسبه الصحة والعناية لجسمه والنمو المستقر، واتجه النشاط البدني الرياضي اليوم اتجاها قويا نحو العناية بالكمال الجسمي واللياقة البدنية بما فيها رشاقة الجسم وتنمي الثقة بالنفس ولذلك يجد النشاط البدني الرياضي أغراض كثيرة متعددة وأهمها ما يلي:

(أ)- هدف التنمية البدنية :

يعتبر من أهم العناصر الأساسية في بناء كافة الفرد عن طريق تقوية أجهزة الجسم مختلفة الفعاليات الرياضية المتنوعة²، ومن خلال هذه الممارسة يتمكن الفرد من الاحتفاظ بمجهود تكيفي أو مقاومة التعب والعودة إلى حالة الشفاء والراحة، ويتضمن هذا الغرض قيم بدنية وجسمية مهمة تصلح لأن تكون أغراضا مهمة على المستويين التربوي والاجتماعي وتتمثل في ما يلي:

-اللياقة البدنية.

-القوام السليم الخالي من العيوب والانحرافات.

¹ عبد العظيم قياز " المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية" الإسكندرية، محلية التربية البدنية والرياضية، 1980، ص 39.

² أمين أنور الخولي. أصول التربية البدنية والرياضية"، مرجع سبق ذكره، ص29.

-التركيب الجسمي المتناسق والجسم السليم.

-السيطرة على البدانة والتحكم في الوزن.

(ب)-هدف التنمية النفسية :

في هذا استلزم الحاجات النفسية لإشباع الكثير من الميول ويغلب عليه الاستقلال بالذات من ناحية والرغبة البنائية من ناحية أخرى، وفي أثناء محاولته لإشباع هذه الحاجات إنما يحاول أن يحقق أهداف موضوعية . ويحقق النشاط البدني الرياضي كلا من اللذة والارتياح وحين تتوفر فيه التلقائية يحقق ذاته وتسيطر الذات على الميدان كله، وتخضع لأي ف ا رغ نفسي وهي تتحرك في كل ما هو مكبوت حين يغمرها الفرح والسرور والحماس عند النجاح في السيطرة على حركاته والأدوات .¹

(ج)-هدف التنمية المعرفية :

حيث تتناول التنمية المعرفية العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي وبين القيم والخبرات والمفاهيم التي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة النشاط، ويهتم الهدف المعرفي بتنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم، التطبيق، التحليل، التركيب والتقدير لجوانب معرفية في جوهرها مثل² :

-تاريخ الرياضة وسير الأبطال.

-المصطلحات والتعبيرات الرياضية.

-مواصفات الأدوات والأجهزة.

-قواعد اللعب ولوائح المنافسات.

-طرق الأداء الفني والمهارات وأساليبها.

-الخطط و استراتيجيات المنافسة.

-الصحة الرياضية والوقاية.

-أنماط التغذية وطرق ضبط الوزن.

وعليه فإن الحركة والنشاط تعد أحد مصادر اكتساب المعرفة والمدرجات

(د)-هدف التنمية الحركية :

¹ عصام عبد الخالق: " التدريب الرياضي ونظريات وتطبيقات ". ط2، مصر، دار الكتب الجامعية، 1996. ص14.

² المرجع نفسه، ص15.

في ممارستنا للحركات الرياضية نحتاج إلى التفكير لجعل حركات الجسم متناسقة ومفهوم النمو الحركي يعتمد بالدرجة الأولى على العمل المنسق والمنظم الذي يقوم به الجهاز العصبي ويشمل هدف التنمية الحركية على عدد من القيم والخبرات والمفاهيم حيث نعمل على تطويرها والانتفاع بكفاءتها ومن هذه المفاهيم الحركية:-
-المهارات الحركية.

-الكفاية الإدراكية الحركية¹.

-المهارة الحركية تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.

-المهارة الحركية تشمل أهمية اكتساب الصحة والترويح عن النفس أثناء الفراغ وأنشطة الترويح .

ه)-هدف التنمية الاجتماعية:

إذ تعد التنمية الاجتماعية غير البرامج والنشاطات البدنية الرياضية أحد أهداف المهمة والرئيسية، فأنشطة الرياضية تتسم بثناء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها اكتساب الممارسة الرياضية، للرياضة عدد كبير من القيم والميزات المرغوبة، والتي تنمي الجوانب الاجتماعية في الشخصية ومن بين الأهداف الاجتماعية للنشاط البدني:²

-الروح الرياضية.

-التعاون.

-الانضباط الذاتي.

-اكتساب المواطنة.

-تقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق.

-التعود على القيادة التبعية.

-تنمية العلاقات الاجتماعية كالصداقة والألفة الاجتماعية .

و)-هدف التنمية الترويحية :

تشير الأصول الثقافية للنشاطات الرياضية إنها تنشأ بهدف التسلية، المتعة الترويح تشغل أوقات الفراغ، ولا تزال تحتفظ بها كإحدى أهم أهدافها، فهي ترمي إلى اكتساب الفرد المهارات الحركية الرياضية زيادة عن المعلومات والمعارف المتصلة بها وكذا إثارة اهتماماته بالأنشطة الرياضية و تشكيل اتجاهات ايجابية نحوها، بحيث تصبح ممارسة

¹ ليلي يوسف " سيكولوجيا اللعب والتربية الرياضية"، ط2، مصر، دار الفكر العربي 1962 ، ص 23.

² ليلي يوسف:مرجع سبق ذكره،ص24.

الأنشطة تروىحا يستمتع به الفرد في وقت فراغه، مما يعود عليه بالصحة الجيدة والارتياح النفسي والاجتماعي. وتتمثل التأثيرات الايجابية للترويح من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي فيما يلي:

- الصحة واللياقة البدنية.
- البهجة والسعادة والاستقرار الانفعالي.
- نمو العريقات الاجتماعية السليمة.
- إتاحة فرص الاسترخاء وإزالة التوتر والتنفس المقبول.
- التخلص من الضغوطات اليومية للحياة.
- الراحة النفسية ¹.

¹ عصام عبد الخالق، مرجع سبق ذكره، ص 19/17.

خلاصة:

إن ممارسة أوجه أنشطة التربية البدنية والرياضية دروس التربية البدنية : "أنشطة داخلية، أنشطة خارجية"، تعمل كوحدة واحدة وتكمل عمل بعضها البعض، وتعتبر أيضا جوهر العملية التربوية فبدونها لا يمكننا من تنمية وتطوير الجوانب المتعمقة بالشخصية الرياضية فذلك يلزم الاهتمام بها وإعطائها الكافي من العناية والحرص، قصد تحقيق عملية التفاعل الاجتماعي وهذا قصد الوصول للأهداف المرجوة منها باكتساب الفرد لمقيم والاتجاهات التي تفرضها القيم الاجتماعية.

وهذا ما أكدته دراسة " نيمي رمزي " ، " ناهد محمود سعد " بأن برامج الأنشطة التربوية الرياضية(داخلي ، خارجي) يجب أن لا تركز على الموهوبين فقط، فالتعميم يجب أن يكون لجميع التلاميذ وإتاحة الفرصة لهم بالاشتراك وهذا لكي يتسنى لهم الاندماج الاجتماعي داخل المؤسسة والذي ينتج عنه الاندماج الاجتماعي خارج أطر المدرسة.

إذن فالأنشطة البدنية الرياضية من العوامل الأساسية التي تساعد على تنمية القدرات المختلفة والتي تحدث عنها العديد من العلماء و بينتها الكثير من الدراسات، إذ أن الممارسة الرياضية تؤدي دورا هاما في تكوين شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية، بالإضافة إلى تعديل وتغيير سلوكه بما يتناسب واحتياجات المجتمع، فهي بالنسبة لكل فئات المجتمع على اختلاف أجناسهم ومستوياتهم وأعمارهم، ذات أهمية بالغة في تحسين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وتعمل على التخفيف من حدة التوترات والانفعالات التي يعاني منها كل فرد.

الجانب التطبيقي:

تمهيد:

- 1- الدراسة الاستطلاعية.
- 2- أدوات الدراسة.
- 3- حدود الدراسة.
- 4- عينة البحث وكيفية اختيارها.
- 5- المنهج .
- 6- صعوبات البحث.

خلاصة:

تمهيد:

بعد تطرقنا إلى الجانب النظري وبعد تكوين خلفية نظرية عن موضوع الدراسة ، سوف نحاول فيما يلي وضع الموضوع في إطار الميداني محاولين تحديد أهم إجراءات المنهجية بدأ ب دراسة استطلاعية، المنهج البحث بالإضافة إلى مجتمع و عينة البحث ومجالاته و تحديد متغيرات البحث أيضا أدوات البحث وأداة البحث وأخيرا الأسلوب الإحصائي المستخدم ، وهاته الإجراءات التي تعتبر ذات أهمية كبيرة قبل النزول إلى الميدان فبواسطتها تتحدد كيفية الدراسة الميدانية وبالتالي تحدد درجة صحتها وصحة نتائجها وهذا من خلال اختيار التقنيات التي تتلاءم مع طبيعتها.

الإجراءات المنهجية للدراسة:

-مجالات الدراسة.

إن أهم ما يميز منهج دراسة الحالة هو تحديد معالم الدراسة من خلال ثلاث مجالات تساعد في الحصول على المعلومة من ميدان الواقع، ومن الضروري تحديد مجالات الدراسة في البحوث الاجتماعية، لأنها تتميز بالطابع الميداني. وذلك لأن الظواهر الاجتماعية المدروسة في مثل هذه العلوم، قابلة للتغير في إطار تغير المجالات المكانية البشرية والزمنية، فتتغير النتائج حسب هذه المجالات الثلاثة أو حتى بتغير مجال واحد، من المجالات الثلاثة، هذه المجالات وتحدد انطلاقاً من عنوان الدراسة أو البحث المطروح وتتمثل هذه المجالات في : المجال الزمني، والمجال المكاني، والمجال البشري.

(1)-الدراسة الاستطلاعية :

الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث و مدى إصلحية الأداة المستعملة حول موضوع البحث، وقبل شروعا في الدراسة الميدانية والتي تتمثل في توزيع الاستمارة على الأساتذة والتلاميذ، أردنا أن نقوم بدراسة استطلاعية حتى يتسنى لنا معرفة بعض الجوانب المحيطة بموضوعنا من خلال هذه الدراسة لنتمكن من وضع الاستبيان، ألا أن جائحة الكورونا حالت بيننا وبين إكمال الدراسة وذلك للحجز الصحي الذي فرض.

(2) -أدوات جمع البيانات:

تتوقف دقة البيانات والمعلومات بشكل كبير على حسن اختيار الأدوات الملائمة لموضوع الدراسة، تمثلت فيما يلي:

- الاستبيان: تعد الأداة الأساسية في جمع البيانات عندما يكون مصدر البيانات العنصر الإنساني لكي تكون صالحة يجب أن تحتوي على عدد كافي من الأسئلة وتمس كل جوانب الموضوع وفرضياته. ويعرف الاستبيان على أنه: " مجموعة من الأسئلة والمركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين ثم يوضع في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها " ¹.

¹ محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: مرجع سابق ، ص146.

- **الملاحظة:** تستعمل في حالات معينة وخاصة بالنسبة للمواضيع السلوكية التي تحتاج إلى المعاينة والحصول على المعلومات اللازمة من مواقف معينة، وأسلوب الملاحظة يمتاز بالجوانب الملموسة في معاينة الموضوع والمشاهدة عن قرب، والاستعانة بالصور والعلاقات الموجودة بين الأفراد والجماعات المؤثرة في الموضوع .

- **المقابلة:** من خلال اللقاءات التي تجري بين مجموع أفراد العينة، ويمكن توجيه أسئلة وتبادل الآراء بشأن الموضوع محل الدراسة وتم استخدام المقابلة كأسلوب في ملأ الاستبيان بالنسبة للعينة ضعيفة المستوى التعليمي .

(3)-حدود الدراسة:

من أجل الإلمام بإشكالية البحث وفهم جوانبها المختلفة حددنا مجال دراستنا فيما يلي:

❖ **المجال الزمني:** أجريت الدراسة الحالية في الموسم الجامعي 2020/2019 بداية شهر فيفري وكانت

الانطلاقة الرسمية في إنجاز البحث الميداني كان ذلك من فيفري إلى غاية مارس .

الزيارة الأولى: وكانت هذه الزيارة عبارة عن زيارة استطلاعية للتعرف من خلالها على المؤسسة وهيكلها

الرياضية من أجل الدراسة.

لم تتم الدراسة كاملة بسبب جائحة كورونا ...

❖ **المجال المكاني:** أجريت الدراسة الميدانية بمدينة الأغواط في ثانوية أول نوفمبر .

❖ **المجال البشري:** وقد استهدفت الدراسة التي تم إجراؤها على مستوى ثانوية أول نوفمبر بالأغواط

تلاميذ الثالثة ثانوي بالمؤسسة.

(04)-عينة الدراسة:

تعتبر من أهم العناصر المنهجية في الدراسة لأنها هي المجتمع الذي تجمع منه البيانات الميدانية ويستخدم

أسلوب البحث بالعينة.

عند استحالة دراسة جميع أفراد المجتمع لظروف تتعلق بالكلفة أو الوقت أو لطبيعة المجتمع المدروس، دون أن

يؤدي ذلك إلى الابتعاد عن الواقع المراد معرفته، إلا أن اختيار العينة الممثلة للمجتمع المبحوث يعتبر من أصعب

الأمور التي تواجه الباحثين والدارسين، فقد ذكروا أن أول شروط اختيار العينة ضرورة تمثيلها لكل حالات المجتمع

المبحوث، وتعبيرها بصدق عن الظاهرة محل الدراسة والعينة.

تعرف العينة على أنها: "مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية و هي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة¹."

و تعرف أيضا على: "أنها جزء من كل أو بعض من المجتمع".²

إذن هذه العينة تتوزع فيها خصائص المجتمع بنفس النسب الواردة في المجتمع، ومنتقاة من حيث أنه يتم انتقائها من مجتمع الدراسة وفق إجراءات وأساليب محددة"

ومثال العينات هناك العينة العشوائية.

وتعرف العينة العشوائية" هي العينة التي تختار وحدا من الإطار الخاص على أساس يهيئ فرص انتقاء متكافئة لجميع وحدات المجتمع المسحوبة .

(03)-المعالجة الإحصائية :

لغرض الخروج بنتائج موثوقة علميا استخدمنا طريقة الإحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة و الأداة الحقيقية التي تعالج النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث و الاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا مايلي:

النسبة المئوية: بما أن البحث كان مختصرا على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المتحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية .

طريقة حسابها النسب المئوية تساوي³ :

$$\text{ع} \longleftarrow 100\%$$

$$\text{ت} \longleftarrow \text{س}$$

$$\text{س} = \frac{\text{ت} \times 100\%}{\text{ع}}$$

ع

حيث س: تمثل النسبة المئوية .

ع: عدد العينة

ت: عدد التكرارات

¹ رشيد زرواتي: "تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، دار هومة، ط1، الجزائر، 2002، ص91.

² محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: "البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، مصر، 1999، ص143.

³ عبده علي، صيف السامرائي: طرق الإحصاء في التربية البدنية والرياضية، ب ط، جامعة بغداد، 1977، ص75.

05-المنهج المتبع:

في ضوء طبيعة الدراسة والأهداف التي تسعى إلى تحقيقها اعتمد المنهج الوصفي, لان الباحث ليس حرا في اختياره للمنهج , إنما طبيعة المشكلة المراد بحثها هي التي تفرض عليها الأخذ بمنهج دون غيره , و انطلاقا من طبيعة الحالية وما تتطلبه من قواعد لجمع المعلومات والبيانات, تم التطرق إلى استخدام المنهج الوصفي , لكونه أكثر المناهج تلاؤما مع طبيعة الموضوع المدروس , حيث يركز هذا المنهج على وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة ما أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية رقمية وقد يقتصر هذا المنهج على وضع قائم في فترات زمنية محددة و بالتالي فهو الأنسب لتقصي الظاهرة التنظيمية موضوع الدراسة بالإضافة أنه لا يتوقف عند حد جمع المعلومات لوصف الظاهرة بل إلى كشف العلاقة بين أبعادها المختلفة وتفسيرها ومحاولة الوصول إلى استنتاجات تسهم في تحسين الواقع وتطويره.

وكان هذا في مرحلتين أساسيتين، الأولى هي المرحلة الاستطلاعية، تم فيها تكوين الأطر النظرية وتحديد مشكلة الدراسة وصياغة الفرضيات الأساسية والمرحلة الثانية وهي مرتبطة بالتشخيص والوصف الموضوعي للظاهرة موضوع الدراسة .

ولمعالجة مشكلة البحث وإثبات صحة الفرضية المتبناة من عدمها تم الاعتماد على المنهج الوصفي في الجانب النظري نظرا لما تقتضيه طبيعة الدراسة، وذلك لوصف الظاهرة المراد بحثها وتحديد العلاقة بين متغيراتها، من خلال التطرق إلى اثر برامج السلامة المهنية في الحد من حوادث العمل.

في الجانب التطبيقي اعتمدنا على منهج دراسة الحالة من أجل إسقاط الدراسة النظرية على تلاميذ الثالثة ثانوي(ثانوية أول نوفمبر بالأغواط) أنموذجا .

06) -الدراسات السابقة:

إن التطرق إلى الدراسات السابقة هو عامل مساعد للبحث و هذا المعرفة ما وفر الباحثون من آراء ونظريات و معارف ومعلومات تساهم توفير قاعدة للباحثين للانطلاق في إعداد بحثهم هذا فكلما أقيمت دراسة علمية لاحقتها دراسات أخرى تكملها و تعتمد عليها ، و تعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية ، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية ببعضها البعض ، حتى يتسنى لنا تصنيف و تحليل معطيات البحث و الربط بينهما و بين الموضوع الوارد.

فمن المواضيع التي سبقت و تناولت بعض الجوانب لهذا الموضوع نجد الدراسات الآتي ذكرها :

أ) - الدراسة الأولى:

دراسة أو بحث وصفي تحليلي إجرائي على لاعبي بعض الفرق الجهة الغربية (جمعية وهران ،اتحاد بلعباس،وداد تلمسان) من إعداد الطالبان: "مدوني محمد" و"سايج طاهر" .

أهداف الدراسة:

-معرفة المهارات النفسية المحددة للتفوق الرياضي.

-الكشف عن طبيعة الفروق على مستوى المهارات النفسية الموجودة بين المتفوقين والغير متفوقين.

فرضيات الدراسة:

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتفوقين والغير متفوقين .

2-المهارات النفسية هي دافعية الانجاز الرياضي.

توصلنا في دراستنا إلى تحديد المهارات النفسية المحددة للتفوق الرياضي :

1-دافعية الانجاز

2-القدرة على التصور العقلي

3-الثقة بالنفس تركيز الانتباه.

التعقيب:

ما استفدنا منه ومن هذه الدراسة هو معرفة المهارات النفسية المحددة للتفوق الرياضي والكشف عن طبيعة الفروق على مستوى المهارات النفسية الموجودة من المتفوقين والغير متفوقين.

(ب)-الدراسة الثانية:

دراسة حول تأثير برنامج تعليمي باستخدام بعض المهارات النفسية على مستوى الأداء الفني لسباحين، الزحف على مستوى الأداء (البطن، الظهر).

أهداف الدراسة:

-معرفة العلاقة بين القدرات العقلية والتفوق الرياضي.

-معرفة دور المهارات النفسية في المجال الرياضي.

نتائجها:

-أهمية استخدام المهارات النفسية للبراعم،للتطور والارتقاء.

-أهمية العمل على تخصيص الوقت المطلوب للإعداد النفسي،والربط على المهارات النفسية.

-التركيز على تطبيق علم النفس الرياضي خاصة ما يرتبط بالاستراتيجيات النفسية.

-مراعاة الفروق الفردية.

تعقيب:

ما استفدنا منه من خلال ما سبق هو معرفة أهمية القدرات العقلية والنفسية من جانب العلماء والباحثين في المجال الرياضي وإدراك أهميتها بالنسبة للرياضيين في المواقف المختلفة أثناء المنافسة الرياضية.

(ج)- دراسة بومعراف: (2014) تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق بجامعة بسكرة.

كانت عينة الدراسة تتكون من 30 تلاميذ ثانوية الشيخ محمد خير الدين يمارسون النشاط الرياضي داخل المؤسسة، حيث استخدم المنهج الوصفي كما استخدم مقياس التوافق النفسي لزينب شقير. وكانت النتائج كما يلي أن ممارسة النشاط الرياضي لها تأثير إيجابي على توافق التلاميذ نفسيا واجتماعيا وصحيا ودراسيا، كما أن ممارسة النشاط الرياضي تساعدهم في تفريغ الشحنات والأحاسيس السالبة لديهم، كما أن ممارسة النشاط الرياضي تساعد التلاميذ اجتماعيا حيث تساعدهم على التخلص من الخجل والانطواء.

(د)- دراسة عجرود وبوسطحة: (2012) دور المشاركة في الأنشطة الطلابية على مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطالب الجامعي.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى تأثير المشاركة في الأنشطة الطلابية على زيادة مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطالب الجامعي و التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي بالإضافة إلى معرفة مدى تأثير الأنشطة الطلابية المختلفة على شخصية الطالب الجامعي بلغت عينة الدراسة 90 طالب موزعة على ست نوادي علمية ناشطة، حيث اعتمد على المنهج الوصفي التحليلي، أما أدوات الدراسة فتمثلت في الاستمارة.

توصلت النتائج في مايلي: أنه النشاط الطلابي تؤثر في مستوى الذكاء الانفعالي عند الطالب الجامعي المشارك في الأنشطة الطلابية.

(ه)-دراسة " : بو خراز رضوان 2008"، أطروحة دكتوراه ،معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة الجزائر.

عنوان الدراسة : التحضير الذهني للمهام الحركية فعالية التصور الذهني في الأداء و التحكم الحركي عند الرياضيين الجزائريين.

الهدف العام : مدى استعمال التحضير الذهني في التدريبات و المنافسات ضمن البرامج التدريبية المخططة من طرف المدرب.

المنهج المتبع : المنهج التجريبي.

العينة :مؤسستين التربية و التعليم لولاية الجزائر ، إحداهما الطور المتوسط و الأخرى للطور الثانوي ،المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ، تتكون كل واحدة من(30) تلميذ أي مجموع (60) تلميذ ، وقد اختير + أفراد العينة بطريقة عشوائية طبقية تعتمد على التقسيمات الطبقية للمجتمع الأصلي.

الأدوات المستخدمة : برنامج تدريبي مهاري + برنامج للتدريب الذهني، اختيار فني لتقنية التسديد ، مقياس التصور الذهني في المجال الرياضي وهو مقياس تيل و فلورانس.

أهم النتائج :اتضح من خلال النتائج المتحصل عليها قبل وبعد برنامج التدريب الذهني أن أفراد المجموعة التجريبية قد استفادوا من الحصص التدريبية لتطوير واستعمال التصور الذهني قبل و بعد البرنامج التدريبي عند مستوى الدلالة وعلى هذا الأساس نقول بأن هناك فعالية التدريب الذهني للتنمية المهارات النفسية وعلى وجه الخصوص التصور الذهني الذي يتم استعماله لتسهيل عملية اكتساب المهارة الحركية المتعلمة.

-تحليل نتائج الدراسات وتفسيرها:

وعموما فقد تباينت الدراسات السابقة من حيث بيئاتها وعيناتها وأساليبها الإحصائية ونتائجها فبعضها تؤكد على وجود علاقة بين القدرات العقلية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية وبعض المتغيرات الأخرى، كذلك هنالك أوجه تشابه والاختلاف بين دراستنا والدراسات السابقة ،ويستخلص الباحثون بصورة عامة مما تقدم أن موضوع القدرات العقلية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية من المواضيع المهمة الجديرة بالدراسة والتقصي ، وان الدراسات التي تم إجراؤها في هذا المجال لا تزال قليلة مما يستدعي الباحثين لإجراء المزيد من الدراسات والبحوث.

وقد كانت انطلاقة بحثنا في الاستفادة من هذه الدراسات في عدة أمور من أهمها:

1-تحديد وصياغة مشكلة الدراسة.

2-وضع فروض للدراسة.

3-ساهمت أيضا في إعداد الجزء النظري.

4-كما ساعدتنا في تحديد إجراءات البحث، واختيار المنهج العلمي المناسب وعينة البحث، أدوات جمع البيانات، الأسلوب الإحصائي المناسب للدراسة.

07)- صعوبات وعراقيل البحث:

من خلال قيامنا بهذا البحث في بداية العمل واجهتنا عدة صعوبات لم تقلل من عزمنا وإصرارنا على مواصلة هذا العمل، بل إنها كانت كفيلة بإعطاء نفس جديد وتتجلى هذه الصعوبات في:

- قلة الدراسات الجامعية في هذا المجال.
- قلة المراجع في المكاتب الجامعية.

آثار جائحة كورونا المستجدة وما ترتب عنها من إجراءات احترازية للوقاية من الوباء كغلق المراكز الجامعية والمكتبات وإيقاف وسائل النقل، وذلك مما شكل صعوبة في الحصول على أكبر قدر من المراجع وكذلك صعوبة الالتقاء مع الأستاذ المشرف وكذا بيننا كباحثين للتنسيق والتشاور وذلك نظرا لتوقف وسائل النقل، على اعتبار أننا لا نقيم في نفس البلدية.

خلاصة:

بعدما تم التطرق في هذا الفصل للمنهج المعتمد عليه وهو المنهج الوصفي، وكيفية اختيار عينة البحث، وكذلك مختلف الأدوات المستخدمة كان يجب علينا في الفصل الموالي عرض النتائج المتحصل عليها مع تحليلها ومناقشتها إلا أن ظروف الجائحة كرونا التي خصت العالم بصفة عامة والجزائر بصفة خاصة وقفت حائلا بيننا وبين استكمال دراستنا الميدانية.

خاتمة

خاتمة:

من خلال هذه الدراسة يمكننا القول بأننا لتربية البدنية والرياضية تلعب دورا هاما في تحسين علاقات التلميذ الاجتماعية والتربوية وممارستها في المدارس الأساسية حيث تساعد التلميذ على الانسجام مع زملائه وإبراز قدراته ، إضافة إلى مساهمتها في تنمية القدرات الفكرية كالذكاء والتركيز وسرعة الفهم والاستيعاب وغير ذلك من القدرات ،ومما يساعد في ذلك وجود أستاذ مختص في التربية البدنية والرياضية يحسن تعليمهم بطريقة علمية سليمة .. ومن خلال دراستنا المقدمة خلصنا إلى أن للتربية البدنية والرياضية مكانة أساسية في تطوير القدرات المعرفية عند الرياضي. إذ أن معرفة مستوى القدرات العقلية للرياضي أمر مهم في شتى المستويات و مختلف الأنشطة الرياضية نظرا لتأثيرها على الجانب النفسي، التقني والتكتيكي للرياضي. فالأنشطة الرياضية تلعب دورا كبيرا في التحصيل الدراسي الجيد للتلاميذ . وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا وان كل ما بذلته من جهد وكل مساهمتنا فيه بدت ضئيلة , لكن هذا لا يمنعنا من القول أننا أخلصنا فيه وكانت غايتنا في ذلك هو إبراز العلاقة بين القدرات العقلية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية لدى تلاميذ الثانوي ،ونرجو أن تكون هذه الخاتمة بمثابة مقدمة لدراسات أخرى في المستقبل.

قائمة المصادر والمراجع

المصادر والمراجع:

الكتب:

- 1- أسامه كامل راتب ،الإعداد النفسي للناشئين،دار الفكر العربي،القاهرة،2001.
- 2-أنور الخولي: "أصول التربية البدنية والرياضية" ، ط 2 ، دار الفكر العرب ، القاهرة ، 2002 .

- 3- يحيى المنصوري "المكونات النفسية للتفوق الرياضي" ط، الإسكندرية، دار الفكر العربي، 1987.
- 4- محمد عدنان، التعلم والدفاعية في الرياضة. ب.م. 2004.
- 5- محمود عبد السلام أحمد، القياس النفسي التربوي - المجلد الأول، النهضة المصرية القاهرة 1960 .
- 6- محمد حسن، التفوق الرياضي، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، مصر القاهرة، 2006.
- 7- عطية محمود هنا، التوجيه التربوي والمهني، النهضة المصرية القاهرة، 1959.
- 8- القدرات العقلية/أ.د سعيد غني نوري.
- 9- رشيد زرواتي: "تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، دار هومة، ط 1، الجزائر، 2002 .
- 10- عبد الستار جبار عبد الصمد : "فسيولوجيا العمليات العقلية "، ط 1 ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن ، 2000 .
- 11- عبده علي، صيف السامرائي: طرق الإحصاء في التربية البدنية والرياضية، ب ط، جامعة بغداد، 1977 .
- 12- عصام عبد الخالق: "التدريب الرياضي ونظريات وتطبيقات". ط 2، مصر، دار الكتب الجامعية، 1996.
- 13- علي عمل المنصوري "الرياضة والمجتمع"، ط 2، القاهرة، دار الفكر، 1980.
- 14- فؤاد البهي السيد "الذكاء"، ط، القاهرة، دار الفكر العربي، 1969.
- 15- ليلي يوسف "سيكولوجيا اللعب والتربية الرياضية"، ط 2، مصر، دار الفكر العربي 1962،.
- 16- محمد الحمامي، أنور الخولي: "أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1996.
- 17- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط 1، دار المعارف، القاهرة، 2014.
- 18- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: "البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، ط 2، القاهرة، مصر، 1999.
- 19- محمد حسن، التفوق الرياضي، الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

الرسائل الجامعية:

- 20- محمود عبد القادر ،دراسة تجريبية للعوامل التي تتضمنها القدرة الميكانيكية،رسالة ماجستير غير منشورة كلية عين الشمس القاهرة 1963 .

21- الحاج صدوقي عبد الرحمن وشماني محمد: "دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ مستوى الثالثة" ثانوي، أطروحة ماستر، 2014،.

22- بوالحية عدلان : "أهمية النشاط البدني الرياضي في التقليل من الضغط النفسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط". مذكرة ماستير، جامعة جيجل، 2017 .

23- مازوزي ميادة ومنصوري عبد الرحمان : "أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا"، مذكرة ماستير، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2016،.

المجلات:

24- بومعراف نسيم، "تأثير النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق"، العدد 8، جامعة الوادي: مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية، 2014.

25 - عبد العظيم قياز " المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية" الإسكندرية، محلية التربية البدنية والرياضية، 1980.

الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عمار ثلجي - الأغواط
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة
نشاط رياضي مدرسي



مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر .

الموضوع:

العلاقة بين القدرات العقلية الأولية والتفوق الرياضي في الأنشطة الرياضية لدى تلاميذ الثانوي.

تلاميذ ثالثة ثانوي لثانوية أول نوفمبر بالأغواط "أنموذجا"

تخصص :

-نرجو من سيادتكم التفضل بالإجابة على الأسئلة الواردة بهذه الاستمارة بدقة وموضوعية

-كما يضمن لكم الباحث سرية المعلومات المقدمة والتي لن تستخدم إلا في إطار هذه الدراسة.

-يرجى الإجابة بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة.

تحت إشراف الدكتور:

إعداد الطالبين:

* خالد بن سالم

* قيزانة احمد

*سفيان جعمات

السنة الجامعية: 2020/2019.

المحور الأول: البيانات الشخصية.

1- الجنس:

☐	ذكر	☐	أنثى	☐	
☐	التخصص:	أدبي	☐	علمي	☐

المحور الثاني: دور التربية البدنية و القدرات العقلية.

1- هل تساعدك حصة التربية البدنية و الرياضية على أداء أي مهارة رياضية في تخيلتك بصورة واضحة ؟

☐	نعم	☐	لا	☐	أحيانا	☐
--------------------------	-----	--------------------------	----	--------------------------	--------	--------------------------

2- هل تساهم الألعاب الرياضية في زيادة تصورك للمهارة الرياضية دون أدائها ؟

☐	نعم	☐	لا	☐	أحيانا	☐
--------------------------	-----	--------------------------	----	--------------------------	--------	--------------------------

3- هل تساهم الألعاب الرياضية في تنمية التنسيق الحركي لديك ؟

☐	نعم	☐	لا	☐	أحيانا	☐
--------------------------	-----	--------------------------	----	--------------------------	--------	--------------------------

4- هل تساهم حصة التربية البدنية و الرياضية في عملية الاسترخاء ؟

☐	نعم	☐	لا	☐
--------------------------	-----	--------------------------	----	--------------------------

5- هل ترى دور للقدرات العقلية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

☐	نعم	☐	لا	☐
--------------------------	-----	--------------------------	----	--------------------------

6- هل ممارسة الألعاب الجماعية في حصة التربية البدنية و الرياضية يعمل على تنمية القدرات العقلية لديك ؟

☐	نعم	☐	لا	☐
--------------------------	-----	--------------------------	----	--------------------------

7/- هل تساعد القدرات العقلية في رأيك على تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

☐

لا

☐

نعم

المحور الثالث: دور التربية البدنية و الرياضية في تنمية الانتباه .

8/- هل هنالك أفكار كثيرة تدور في ذهنك أثناء اشتراكك في حصة التربية البدنية والرياضية

وتتدخل في تركيز انتباهك ؟

☐

لا

☐

نعم

9/- هل يضايقك عدم قدرتك على تركيز انتباهك في الأوقات الحساسة من حصة التربية البدنية

والرياضية ؟

☐

لا

☐

نعم

10/- هل تستطيع بسهولة الاحتفاظ بتركيز انتباهك من بداية حصة التربية البدنية حتى نهايتها؟

☐

لا

☐

نعم

11/- هل قيامك بالتحكيم أثناء حصة التربية البدنية تجد صعوبات في الاحتفاظ بتركيز انتباهك

على كل ما يحدث في المباراة ؟

☐

لا

☐

نعم

12/- هل أثناء اشتراكك في حصة التربية البدنية والرياضية يقل تدريجيا انتباهك كلما قاربت الحصة

على الانتهاء؟

☐

لا

☐

نعم

13/- هل تستطيع تركيز انتباهك في أداء المهارات الرياضية في الأوقات الحساسة أثناء حصة التربية البدنية بدرجة كبيرة ؟

نعم ☐ لا ☐

14/- هل يكون انتباهك إثناء حصة التربية البدنية والرياضية منصب نحو الأستاذ؟

نعم ☐ لا ☐

15/- هل تشوش الأحداث والضوضاء التي تحدث خارج الفناء على انتباهك في اللعب ؟

نعم ☐ لا ☐

16/- هل تعاني من فقدان التركيز في بعض أوقات حصة التربية البدنية و الرياضية سواء كان هذا في الألعاب الفردية أو الجماعية ؟

نعم ☐ لا ☐

17/- هل حصة التربية البدنية و الرياضية تجعلك أكثر انتباه مما كنت عليه من قبل ؟

نعم ☐ لا ☐