

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة عمار ثليجي_ بالاغواط

كلية العلوم الإجتماعية

قسم علم اجتماع والديموغرافيا



مذكرة بعنوان

دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلميذ المدرسة الابتدائية

(دراسة حالة بابتدائيات بلدية عين سيدي علي)

مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علم إجتماع التربية

تحت اشراف الاستاذ

• دلاسي أمحمد

من إعداد الطالبة

• تواتي نادية خديجة

لجنة المناقشة		
الرتبة العلمية	الاسم واللقب	الصفة
الدكتور	بودالي بن عون	رئيسا
الدكتور	دلاسي أمحمد	مشرفا ومقررا
الدكتور	الزويبير بن عون	مناقشا

السنة الجامعية 2024/2023

شكر و اهداء

إهداء

لى من كانت لى سندا وعونا عند الشرائد طول عمري، لى المرأة الأبرز فى
حياتى أسمى العزىزة لى القلب المعطاء والصدر الحانى لى لى حبىب لى من
شده الله بهم عضدى فكانوا خير معين إخوانى لى كل من ساعدنى وولو

بحرف فى حياتى الدراسية

لى اساتذتى وكل من درسنى

لى هؤلاء جميعاً: أهدىكم هذا العمل

شكر وعرفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله

وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين، وبعد

فإني أشكر الله تعالى على فضله حيث اتاح لي انجاز هذا العمل فله الحمد أولاً وآخراً، ثم

أشكر أولائك الأخيار الذين مدو لي يد المساعدة، خلال هذه الفترة، وفي مقدمتهم

أستاذي المشرف على المذكرة الأستاذ **دلاسي أحمد** الذي لم يدخر جهداً في

مساعدتي، وكان يحثني على البحث، ويرغبني فيه، ويقوي عزمي عليه فله من الله الأجر

ومني كل تقدير حفظه الله ومتعته بالصحة والعافية ونفع بعلمه

الفهرس

الفهرس:

مقدمة

الفصل الأول

5	أولاً- اشكالية الدراسة:
7	ثانياً- فرضيات الدراسة:
7	الفرضية العامة:
7	الفرضيات الجزئية:
8	ثالثاً- اسباب اختيار الموضوع:
8	الأسباب الذاتية:
8	الأسباب الموضوعية:
8	رابعاً- أهمية الدراسة:
9	خامساً- أهداف الدراسة:
9	سادساً- تحديد المفاهيم:
13	سابعاً: دراسات سابقة والمشابهة
13	الدراسات السابقة:
16	ثامناً: صعوبات الدراسة

الفصل الثاني

- تمهيد: 18
- المبحث الأول: ماهية التربية البدنية 19
- المطلب الأول: مفهوم التربية البدنية:..... 19
- المبحث الثاني: دوافع الإنخراط في التربية البدنية 30
- المطلب الأول : مفهوم الدافعية..... 30
- المطلب الثاني: انواع الدافعية..... 34
- المطلب الثالث : تصنيف الدوافع 35
- خلاصة الفصل: 38

الفصل الثالث

- الفصل الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة..... 43
- المبحث الأول: مفهوم الكفاءة 43
- المطلب الأول: تعريف الكفاءة 43
- المطلب الثاني : أنواع الكفاءة 46
- المبحث الثاني: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى التلميذ..... 54
- المطلب الأول: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة الجسدية والصحية للتلميذ 54

المطلب الثاني: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة العقلية واهميتها في تحقيق الصحة النفسية.....	61
دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة العقلية والنفسية.....	61
المطلب الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة الاجتماعية.....	63
خلاصة الفصل:.....	66

الفصل الرابع: الجزء التطبيقي

المبحث الأول: الإجراءات المنهجية للدراسة:.....	65
المطلب الأول: منهج الدراسة:.....	65
المطلب الثاني: ادوات جمع البيانات:.....	65
المطلب الثالث: عينة الدراسة:.....	68
المبحث الثاني: تفريغ البيانات:.....	68
المحور الأول: البيانات الشخصية.....	68
المحور الثاني: اقبال التلاميذ على التربية البدنية:.....	71
المحور الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة.....	80
النتائج العامة.....	85

الخاتمة

المراجع

الملاحق

مقدمة

مقدمة:

التربية البدنية هي جزء أساسي من النظام التعليمي، تلعب دوراً حيوياً في تطوير الكفاءة البدنية والنفسية والاجتماعية للتلاميذ. في المدارس الابتدائية، تسهم التربية البدنية في تحقيق أهداف تربوية عديدة، منها تنمية القدرات الجسدية وتعزيز الصحة العامة، بالإضافة إلى تعزيز القيم الاجتماعية مثل التعاون والانضباط.

تعتبر التربية البدنية مكوناً أساسياً في مناهج التعليم الابتدائي لأنها تهدف إلى تنمية القدرات الحركية، تساعد الأنشطة البدنية على تطوير المهارات الحركية الأساسية مثل التوازن، التنسيق، والمرونة، وهي مهارات ضرورية لنمو الطفل. كما ان ممارسة الرياضة بانتظام تساهم في تعزيز الصحة العامة للتلاميذ، من خلال الوقاية من السمنة والأمراض المزمنة، وزيادة اللياقة البدنية. و تسهم التربية البدنية في تخفيف الضغوط النفسية والعاطفية التي قد يواجهها الأطفال، من خلال توفير بيئة تفاعلية مرحة تساعد على التعبير عن الذات. كما ان الرياضة تشجع على التعاون والعمل الجماعي، وتعزز قيم الاحترام المتبادل والانضباط.

لذلك اجرينا الدراسة الميدانية في ابتدائيات بلدية عين سيدي عيسى في إطار دراسة ميدانية شملت مدارس ابتدائية في بلدية عين سيدي عيسى، تم تقييم تأثير برامج التربية البدنية على الكفاءة الشاملة للتلاميذ. هذه الدراسة تهدف إلى تحديد الأثر المباشر للتربية البدنية على اللياقة

البدنية والصحة النفسية والجسدية عن طريق ملاحظة التغيرات في المهارات الحركية والسلوك الاجتماعي للتلاميذ المشاركين في برامج التربية البدنية.

وبناءً على نتائج الدراسة، يتم تقديم توصيات لتحسين وتطوير برامج التربية البدنية بما يتناسب مع احتياجات التلاميذ.

الفصل الأول

الإطار المفاهيمي للدراسة

أولاً- اشكالية الدراسة:

يعد النشاط البدني الرياضي أحد الأنشطة المهمة في إعداد الفرد اجتماعيا بما يساهم في مواكبة الحضارة والتقدم العلمي يستغل ميل الأفراد للحركة والنشاط في عمليات النمو المتكامل و المتزن من خلال استثمار الفرد لأوقات فراغه فيما يعود عليه وعلى المجتمع بالنعف - فالتربية البدنية تعد جزء هاماً من خطة العامة للدولة حيث تتم بتربية الفرد، فهي نظام تربوي له أهدافه تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام من خلال الأنشطة الرياضية المختارة كوسيط تربوي متميز بخصائص تعليمية وتربوية مهمة تعمل على تعزيز مهارتي الثقة بالنفس والتعاون و العناية باللياقة البدنية -

ويرى بعض العلماء أن ممارسة حصة التربية البدنية تؤثر في تحسين مفهوم الذات وتقديرها، كما تساعد على التخلص من بعض الأمراض النفسية وخفض السلوك العدواني بتطوير الجانب النفسي والعمل على التعاون باعتباره وسيلة لتنفس الطاقة، ويؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية دوراً أساسياً ومهماً في عملية تعلم وممارسة النشاط البدني الرياضي فهو بحكم موقعه يغرس ويعدل في سلوكيات واتجاهات والأفكار خاصة مهارتي الثقة بالنفس والتعاون.

وانطلاقاً من مبدأ التربية البدنية المستدامة : فإن أستاذ التربية البدنية مطالب بان يغدو متعلماً وفعالاً يجدد

مهاراته ومعارفه ويعمل على التكيف المعطيات الجديدة , وتتحمل المدرسة جزء كبيرا من المسؤولية في هذا الأمر، فهي مطالبة بتوفير مستلزمات التدريب والتعلم المستمر وتقديم التحفيز اللازم الذي يمكن الأساتذة من أداء أدوارهم التعليمية بفاعلية .

وإذا كانت التربية البدنية لها أهميتها الخاصة في جميع المراحل العمرية للفرد , فإن أهميتها تزداد في مرحلة الطفولة وخاصة تلك المرحلة المتعلقة بالدراسة في مرحلة الابتدائية إلى وصفها أنسب المراحل السنوية لتنمية المهارات الثقة بالنفس و التعاون ,ويعد طور الابتدائي في كونه البداية الحقيقية لعملية التنمية الشاملة للأطفال وتزويدهم بكل

ما من شأنه أن يحقق النمو الشامل والامتزن لشخصياتهم فالطور الابتدائي القاعدة العريضة في الدولة لأنها تخدم الأغلبية المطلقة من أبناء البلاد يستند إليه المجتمع في بناء مستقبله, فالتلميذ اليوم هو رجل المستقبل, لذا اتجه العديد من دول العالم إلى إنشاء الإدارات و المنشآت الرياضية الخاصة برعاية الأطفال ووضع إستراتيجيات المختلفة لإعدادهم عقليا ونفسيا , وإعداد البرامج الدراسية التي تتفق مع خصائصهم المختلفة بارتقاء بمستوياتهم بالإضافة إلى التخطيط الجيد للإدارة وتنظيم منهاج التربية البدنية على مستوى مدارس الابتدائية لكن بعد البحوث والزيارات الميدانية التي قمت بما اتضح لي واقعين لا يقل أول أهمية عن الآخر أولهما سواء كانت التربية البدنية والرياضية موجودة ولكن وجودها لا يتعدى الشكل أو الهياكل أو - جسم بدون روح وهذا راجع لغياب المنشأة الرياضية أو نقص

المؤطرين والأساتذة في مادة التربية البدنية . ومن جهة أخرى وأكثر خطورة الغياب الكامل لأبعاده مادة التربية البدنية بجانبها الحسي والوجداني والحركي . وهذه العوامل وغيرها أدت بي إلى طرح الإشكالية أو بالأحرى السؤال التالي :

-كيف تساهم حصة التربية البدنية من وجهة نظر الأساتذة في تحقيق الكفاءة المعرفية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟

ومن ثم طرح التساؤلات التالية :

- الى أي مستوى تساعد حصة التربية البدنية في تعزيز مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ ابتدائي من وجهة نظر الأساتذة ؟
- أين تكمن النتائج الفعلية في ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية؟

ثانيا - فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- تساهم حصة التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الفرضيات الجزئية:

- تساعد حصة التربية البدنية في تعزيز مهارة الثقة في النفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

- تساعد حصة التربية البدنية في تعزيز الكفاءة الدراسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

ثالثا - اسباب اختيار الموضوع:

الأسباب الذاتية:

- الميول الشخصي حول معرفة تأثير التربية البدنية على التحصيل الدراسي.
- محاولة معرفة مدى الاهتمام بالتربية البدنية من طرف التلاميذ.
- الرغبة في إجراء دراسة ميدانية، ومتابعة الموضوع مع مختلف التلاميذ المعنيين بالدراسة

الأسباب الموضوعية:

- تعزيز وجود حصص رياضية في البرامج الدراسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي.
- معرفة إن كان للتربية البدنية تأثير على التحصيل الدراسي لدى التلاميذ.
- محاولة التعرف على مدى أهمية التربية البدنية على التلاميذ.

رابعا - أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في أهمية الموضوع في حد ذاته ، حيث نحاول الكشف عن دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلاميذ الطور الابتدائي ، و رصد الايجابيات واهمية التربية البدنية للتلاميذ ، و تكمن أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على العلاقة بين التربية البدنية

وتحقيق الكفاءة للتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي . هذه الدراسة مهمة من خلال وضع اقتراحات ونشاطات مضافة الى البرنامج الدراسي للتلاميذ.

خامسا-أهداف الدراسة:

لكل دراسة أو بحث هدف أو مجموعة من الأهداف يسعى الباحث إلى تحقيقها، وهذه الدراسة تسعى لتحقيق جملة من الأهداف وهي:

- التعرف على الآثار الإيجابية والسلبية للتربية البدنية على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

- الوقوف على كفايات وأنماط تحقيق الكفاءة من قبل تلاميذ الطور الابتدائي.

- . تعرف على طرق تحقيق الكفاءة في حياة تلميذ الطور الابتدائي بواسطة التربية

البدنية

- معرفة الدور الذي تؤديه التربية البدنية في خدمة التلاميذ.

سادسا- تحديد المفاهيم:

1-تعريف الكفاءة: الكفاءة هي نشاط مهاري يمارس على وضعيات و يستدعى

مصطلح الكفاءة مجموعة من المواد التي يقوم الفرد بتعبئتها في وضعية ما بهدف

النجاح في انجاز فعل كما أن الكفاءة تعني توظيف الشخص لمعارف ، معارف

كونية، معارف استشراف في وضعية معينة بمعنى أن لا تخرج الكفاءة من سياق وضعية ما، وهي دائما تابعة للتصور الذي يحمله الشخص عن الوضعية ، من جهة أخرى يستدعي التوظيف تعبئة ناجحة لجملة من المواد الوجيهة في علاقتها بالوضعية و يمكن أن تكون هذه المواد معرفية (معارف) أو وجدانية (انتماء الوضعية لموضوع شخصي) أو اجتماعية (الإعانة المطلوبة من المدارس أو الزميل) أو التي يستجوبها السياق إلى جانب تعبئة الموارد ، على الشخص أن ينتقي أنجعها بالنسبة للوضعية و عليه أيضا أن يحسن الربط بين مختلف الموارد المتخيرة..... أنشطة الانتقاء و الربط لا تعني تكديس المواد و إنما نسج شبكة عملياتية لمواد منتقاة¹.

- **التعريف الإجرائي:** الكفاءة هي مجموعة القدرات و المعارف المنظمة و المنجزة بشكل يسمح بالتعرف على إشكالية و حلها من خلال نشاط تظهر فيه أدوات أو مهارات المتعلم في بناء معرفته²

2- **التحصيل الدراسي:** يعرفه "هاوز و هاوز" على انه الانجاز والاداء الناجح والمتميز في مواضع وميادين دراسات خاصة ، والناتج عادة عن المهارات والعمل الجاد

¹ (طبيب نايت سليمان، زعتوت عبد الرحمان، قوال فاطمة، 2004، صفحة 20)

²(المجلة الجزائرية للتربية، المرعي ، 2006، صفحة 15)

المصحوبين بالاهتمام، وهو الذي كثيرا ما يختصر في شكل علامات ونقاط ودراجات

او ملاحظات وصفية¹.

ويعرفه "روبيرلافون" بانه هو المعرفة التي يحصل عليها التلميذ من خلال برنامج مدرسي

قصد تكييفه مع الوسط والعمل الدراسي².

ويعرفه "عبد الرحمن العيسوي" بانه مقدار المعرفة والمهارة التي حصلها الفرد نتيجة

التدريب والمرور بخبرات سابقة وتستخدم كلمة تحصيل غالبا لتشير الى التحصيل الدراسي

والتعليم ، او تحصيل العامل من الدراسات التدريبية التي تلحق بها³.

و قد قال الدكتور يحي سعد عن مفهوم التحصيل الدراسي أنه يتمثل في كمية المعلومات

التي يتمكن الطلاب من فهمها واستيعابها أثناء دراستهم. كما يمكن تعريف التحصيل

الدراسي بأنه: بلوغ مستويات معينة من حفظ وفهم المعلومات، واكتساب المهارات أثناء

الدراسة. ولا شك أن التحصيل الدراسي يتوقف على قدرات الطالب وكفاءة المنظومة

¹ باعلي يمينة، بوخيرة حياة: اثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (فيسبوك) على التحصيل الدراسي، مذكرة لنيل شهادة ماستر علم النفس

تخصص علم النفس المدرسي، جامعة احمد دراية، ولاية ادرار 2020-2021، ص 25

² م.ن، ص 25

³ قنيش سعيد:الاتصال التربوي وعلاقاته بمستويات التحصيل الدراسي، مذكرة ماجستير في علم النفس العمل والتنظيم، جامعة احمد بن بلة

وهران، 2012، ص 56

التعليمية. حيث يمكن قياس التحصيل الدراسي عبر العديد من المؤشرات كالاختبارات المناسبة والأنشطة المختلفة¹.

التعريف الاجرائي: هو عبارة عن محصلة عن عملية التعليمية في المدارس، وهو مايتحصل عليه التلاميذ من معلومات وذلك وفق برنامج معد وذلك بهدف تحقيق تكييف مناسب للتلاميذ مع الوسط الاجتماعي عامة والوسط المدرسي خاصة.

3-تعريف التربية البدنية :

اصطلاحا: يعرفها ويستب وتشر التربية البدنية والرياضية هي تلك العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك.

التعريف الإجرائي: هي ذلك الجزء من التربية الذي يهدف إلى تنشئة الأفراد وتطور نموها النفسي البدني - العقلي - عن طريق ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية أي ان التربية هي بناء ضخم يتكون من مجموعة من الفروع , ويتمثل التربية البدنية والرياضية أحد فروعها , وإذا تخيلنا أنها بناء كبير فالتربية البدنية من هذا البناء يضعف البناء ويهدم إذا سقط منه هذا الجزء² .

¹ د.يجي سعد: التحصيل الدراسي مفهومه وأنواعه وأهميته والعوامل المؤثرة فيه، 2022/06/29،

<https://drasah.com/Description.aspx?id=6240>

² أمين انور الخوالي، التربية الحركية للطفل، الدار العالمية للنشر والتوزيع، 1998ص 35

سابعاً: دراسات سابقة والمشابهة

تمهيد:

من البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية، والبحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاءت بعده دراسات وبحوث عديدة قد تناوله هو بالشرح والتحليل، أو تشترك معاً في الموضوع وبعض جوانبه وبذلك يشكل هذه الدراسات. ويعرفها رابح تركي "كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه"¹

¹ محمد العربي شمعون وعبد النبي جمائى، التدريب العقلي والتنس، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، ط 1، ص 35

الدراسات السابقة:

- دراسة محمد العربي شمعون 1996:

بحيث اسفرت نتيجتها أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في الاسترخاء - الثقة بالنفس - تركيز الانتباه - التصور العقلي - الاسترجاع العقلي - يجب ان تسير جنبا الى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة¹.

- دراسة محمد حسن أبو عيبة 1987 :

بحيث استنتجت أن الفرد الرياضي الذي يفتقر الى السمات النفسية، لن يستطيع أن مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق المستويات، نظرا لأن هذه السمات تؤثر مباشرة في مستوى الشخصية².

- دراسة نبيلة أحمد محمود 2000:

كانت أهم ما استنتجت أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدرا ايجابيا هاما لتحقيق الطاقة النفسية

¹ المرجع السابق نفسه.

² محمد حسن أبو عيبة، المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف القاهرة، 19

الاجابية، كذلك ان تنمية الثقة بالنفس للتلاميذ المتمدرسين يعمل على ضبط مختلف السلوكيات، وكذا اعطاء أكثر استقلالية في التفكير وبتقة أكبر .

• التعقيب على الدراسات السابقة:

خلال عرض الدراسات السابقة يتضح أن هناك تباين في النتائج التي تم علاجها من خلال تحليلها للفرضيات المعتمد عليها، وقد يرجع ذلك إلى استخدام أدوات مختلفة في القياس أو اختلاف العينات التي أجريت عليها الدراسات والإجراءات المتبعة في كل منها وهذا الاختلاف أفاد البحث الحالي في نواحي عديدة خاصة فيما يتعلق بتحديد خطة البحث ومنهج البحث المتبع والعينة التي تم استخدامها وكذا إعداد الاستبانة وقياس خصائصها السيكومترية على عينة الدراسة مما يوجه الباحث إلى دراسة طبيعة المشكلة وكذلك وضع الأهداف والفروض المناسبة.


والملاحظ أن هذه الدراسات اهتمت بجانب من جوانب بحثي هذا والذي يتناول الكفاء العلمية والثقة بالنفس والتعاون لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي وهي كمتغيرات دراستي، وهو ما يعني أن هذه الدراسة تناولت مهارتي الثقة بالنفس والتعاون لدى التلاميذ، وهي على عكس الدراسات الأخرى والتي تناولتها من جهة مغايرة.

وهذا إلى جانب أن كل الدراسات السابقة التي تطرقنا إليها اعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي باعتباره أنسب المناهج العلمية ملائمة لهذه الدراسات، وقد ركزت معظم الدراسات على التلاميذ من وجهة نظر أساتذتهم، مما سهل علينا في اختيار عينة الدراسة.

ثامنا: صعوبات الدراسة

مثل جميع الدراسات العلمية وخاصة التي تتسم بالمنهج الوصفي التحليلي تتخلل هذه الدراسات بعض الصعوبات نذكر منها مايلي:

- قلة المصادر العلمية من العلماء المتخصصين .
- قلة الكتب التي تتحدث خصيصا عن دور الرياضة في رفع كفاءة تلميذ المرحلة الابتدائية .
- صعوبة تجاوب التلاميذ مع الأسئلة المطروحة في الاستبيان.
- من الدراسات النادرة جدا على مستوى جامعتنا وفي تخصصنا بالذات.



الفصل الثاني

التربية البدنية وخصائصها

الفصل الثاني: التربية البدنية وخصائصها

تمهيد:

إن التربية البدنية مادة تعليمية كسائر المواد الأخرى، تساهم بقسط وافر في بلورة وتطوير شخصية الطفل. وتتميز بالتأثير المباشر على السلوك والتصرفات، وتحويلها من تلقائية موروثية إلى سلوكيات مبنية ومكيفة، بمنهج علمي شامل ذو نظرة متفتحة على المحيط بأبعاده.

ويعتبر اللعب المجال الأوفر في هذه المرحلة من التعليم، حيث يشكل الركيزة الأساسية لاكتشاف الطفل نفسه ومحيطه والتكيف معهما، والوسيلة المثلى لتطوير قدراته البدنية والفكرية، والرفع من درجة استثمار موارده الذاتية، والعمل على تنوع المهارة الحركية، موازاة مع تطوير الأجهزة الحيوية الوظيفية.

كما أنه يمنحه فرص التعلم عن طريق المحاولة، ويتيح له متعة التخيل والإبداع، ومواجهة الذات والغير في نفس الوقت، بإبراز قدراته وتفعيلها من أجل الفوز.¹

¹ اللجنة الوطنية للمناهج المجموعة المتخصصة للتربية البدنية، الوثيقة المرافقة لمنهج التربية البدنية والرياضة مرحلة التعليم الابتدائي، وزارة التربية والتعليم 2016.

المبحث الأول: ماهية التربية البدنية

المطلب الأول: مفهوم التربية البدنية:

1- تعريف التربية:

تعتبر التربية عملية تعلم تهدف إلى استثارة طاقات الفرد واستخدامها من أجل تكوينه وبناءه وإعداده لدمجه ضمن المجتمع الذي ينتمي إليه. فهي عملية تنمو باستمرار داخل الإنسان، وبمعنى آخر فإن التربية تحول الإنسان إلى كائن بشري ليمتاز بخصال البشر من تفكير واردة ووجدان¹

1-1- المفهوم اللغوي للتربية:

هي كلمة مأخوذة من الفعل الثلاثي "ربى" بمعنى غذى الطفل وجعله ينمو، وربى الولد أي هذبه بمعنى زاد ونمى ومن جعل أصلها "ربى" فلا بد أن يجعل المصدر تربية لا تربية، ويقال: ربى القوم تربية بمعنى ساسهم وكان فوقهم، وربى الولد معناه رباه حتى أدرك.

1-2- المفهوم الاصطلاحي:

تفيد معنى التربية وهي متعلقة بكل كائن حي، النبات، الإنسان والحيوان ولكل منها طرق خاصة. فتربية الإنسان تبدأ قبل ولادته ولا تنتهي إلا بموته وهي باختصار أن نهئ

¹ محمد صلاح الدين، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية 1995، الجزائر، ط 2

الظروف التي تساعد على نمو الشخص نموا كاملا ومتوازنا من جميع النواحي الشخصية والعقلية والخلقية والجسمية والروحية¹.

1-3- التعريف الاجرائي للتربية:

وهي نمو الفرد من كل الجوانب الاجتماعية الخلقية البدنية العقلية والنفسية.

2- مفهوم التربية البدنية:

هي كلمة مأخوذة من الفعل الثلاثي ربي بمعنى غذى الطفل وجعله ينمو، وربى الولد أي هذبه بمعنى زاد ونمى ومن جعل أصلها "ربي فلا بد ان يجعل المصدر تريبا لا تربية ، ويقال : ربي القوم تربية بمعنى ساسهم وكان فوقهم ، وربى الولد معناه رباه حتى أدرك.

باعتبار التربية البدنية جزء لا يتجزأ من التربية العامة فنجد تطورها عبر العصور قد خضع لنفس المؤثرات التي خضعت لها التربية العامة حيث اختلفت وتطورت حسب تطور الحضارات والثقافات باختلاف النظم السياسية والاقتصادية للمجتمعات ويفهم الكثير من الناس التربية البدنية فهما خاطئا لذلك من الواجب العمل على توضيح المقصود بهذا التعبير في صفوف الطلبة والتلاميذ فبعض الأفراد يعتقدون أن التربية البدنية هي مختلف الرياضات وآخرون يفسرون التربية البدنية على أنها عضلات وعروق².

2-1- تعريف شارمن - :

1

² محمد صلاح الدين ، أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ط2، 1995

أنها ذلك الجزء البسيط من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يعتمد على الجهاز

الحري لجسم الإنسان والذي يكسبه بعض الصفات السيكولوجية الخاص به.¹

أ. مفهوم التربية البدنية والرياضية: يعرفها فيري على أنها جزء من التربية

العامة وإنها تشمل دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية

العضوية والتوافقية الانفعالية.²

ب. التعريف العام للتربية البدنية والرياضية:

هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة تهدف إلى تكوين فرد صالح من كافة الجوانب العقلية

والحسية والحركية والاجتماعية، في مختلف المراحل الابتدائية والمتوسطة والثانوية أم بمفهومها

المشرفي الذي يختلف في تقسيمه لمراحل التعليم، الابتدائي والإعدادي والثانوي فهي تشمل

كل المستويات بأهدافها العامة والخاصة وتتعدى أهدافها إلى كل المراحل العمرية.

1-الدافعية الخارجية

الدافعية هنا تتأثر بعوامل خارجية أو أشخاص آخرين وحتى العوامل المناخية منها. ويتم ذلك

عن طريق التدعيم أيضا. والبحث عن المكافآت والجوائز سواء كانت معنوية أو مادية ويرى

" فالبيرون وآخرون " : أن الدافعية الخارجية تترجم بأنها سلوك الرياضي من أجل الحصول

علمكافأة أو تعويض أو من أجل تجنب عقوبة" ويقصد بذلك أن الرياضي يمارس النشاط

¹ رابح تركي، اصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، 1989

² المرجع السابق نفسه

البدني من أجل البحث عن تعويض مثل البحث عن أصدقاء جدد في النادي الرياضي أو المدرس، أو محاولة تحطيم رقم قياسي. أو البحث عن المكافآت سواء كانت مادية أو معنوية سواء من المدرب أو الأستاذ أو المحيط الخارجي. أما تجنب العقوبة فالرياضي مثلاً يفضل أن يلعب مع الأصدقاء قصد تجنب التدريب مع الأبوبين أو الإخوة ويحدث هذا خاصة في مرحلة المراهقة.

مما سبق تبدو أنه توجد علاقة وطيدة بين مصادر الدافعية الداخلية و الخارجية. ولكن هناك اختلاف، فمن حيث درجة أهمية التأثير، وهناك يظهر دور الأستاذ في معرفة نمط الدافعية المسيطرة عند كل تلميذ حيث تتم استمالة الفرد إلى ممارسة الرياضة أو تطوير الأداء لفترة معينة وتضمن الاستمرار في المنافسة والدافعية الخارجية تفقد قوة تدعيمها أسرع من الدافعية الداخلية. وبالرغم من ذلك يمكن الاستفادة من مصدر الدافعية الخارجية لتدعيم المصادر الداخلية¹.

3- تاريخ التربية البدنية

تعود أصول التربية البدنية إلى العصور الأولى من تطور البشرية، فقد عرفت أنواع مختلفة من اللعب والمسابقات التي تعيد إنتاج عمليات العمل، كالصيد والدفاع، وأسهمت الشعائر في تدريب الجسد على التحمل والصبر وتقويمه. هذه الصفات كانت مطلوبة في تلك

¹ المصدر السابق نفسه.

العصور لأهميتها الحياتية. فقد ارتبطت التربية البدنية بتربية الصفات الإدارية في صراع الإنسان مع الطبيعة ومع خصومه من الأعداء. كانت التربية البدنية أمراً مهماً في اليونان القديمة كما في ألعاب الأولمبياد ورومة. وقد اهتم بها الحكام لإعداد الشباب للواجبات العسكرية وواجبات المواطن. ثم تناقص الاهتمام بالتربية البدنية في المراحل الأولى من عهود الإقطاعية في البلدان الأوروبية في القرون الوسطى، ويعزى ذلك إلى انتشار المسيحية الداعية إلى (التنسك، والزهد، وفناء الجسد.) أما في المراحل المتقدمة من عهود الإقطاعية فقد عادت التربية البدنية لتزدهر وتدخل في تربية أبناء طبقة النبلاء والفرسان. وقد حثّت التربية العربية الإسلامية في أوائل عهدها على التربية البدنية إذ دعت إلى ممارسة ركوب الخيل، والسباحة ورمي السهام، والمبارزة والنزال «المصارعة» إضافة إلى ممارسات الصلاة يومياً¹.

4- فوائد التربية البدنية:

4-1- التنمية العضوية

تهتم التربية البدنية في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجياً ورفع مستوى كفايتها الوظيفية وإكسابها الصفات التي تساعد الإنسان على قيامه بواجباته الحياتية دون سرعة شعوره بالتعب أو الإجهاد. فمن خلال الأنشطة البدنية ويكتسب الفرد اللياقة البدنية التي

¹ نلسون، المرجع في طب الأطفال، إعداد وترجمة مجموعة من الأطباء دار المعاجم، دمشق 1995

تساعده في زيادة القدرات الحركية كما يزيد من كفاءة عمل القلب والرئتين وتزداد السعة الحيوية للفرد الذي يؤدي الى تنمية عضوية بشكل عام بالنسبة لجميع الأعضاء في الجسم.¹

4-2- التنمية العقلية والمعرفية

يجب ألا يقتصر عمل القائمين بتدريس التربية البدنية على الجسم فقط فانه لن يتمكن من الوصول إلى كل ما تتمناه ومن الضروري أن نتذكر دائما أن العقل والجسم مرتبطان ارتباطا وثيقا. ففي ميدان التربية البدنية معارف ومعلومات هامة بالنسبة للمتعلمين ومن أمثلتها المعلومات الخاصة بأجسامنا وبالأمراض. وأهمية التدريب الرياضي وأهمية اللياقة البدنية ثم المعلومات المتعلقة بقوانين الألعاب ولوائحها وإستراتيجيتها كثير من أوجه النشاط البدني وتاريخها ومكانتها بالنسبة لثقافات الشعوب الأخرى، هذا بالإضافة إلى المعلومات اللازمة عن الجوانب الصحية المرتبطة بممارسة النشاط وكيفية إدارة النشاط وما إلى ذلك من الجوانب التي تشكل نوع من أنواع الثقافة اللازمة للأفراد.

4-3- التنمية الحركية

إن من أهم أهداف التربية البدنية هو التنمية البدنية الحركية حيث تبدأ برامجها منذ فترة الطفولة لتنشيط الحركة الأساسية وتنمية أنماطها الشائعة والتي تتمثل في المشي والجري والوثب، والرمي والدفع ، الركل والتسلق والتعلق، ومن المعروف ان النشاط البدني هام بالنسبة للأفراد بوجه عام وبالنسبة للأطفال بوجه خاص.²

¹ N.F.Kolynko, Istoria Iorganizatsia fizicheskoy vospitanie moskva, prosveshenya, publishikg (1982).

² N.F.Kolynko, Istoria Iorganizatsia fizicheskoy vospitanie moskva, prosveshenya, publishikg (1982).

4-4- التنمية النفسية الاجتماعية - :

إن النواحي الاجتماعية في التربية البدنية ذات اعتبارات هامة فالمهارات لا تؤدي دون أن يحدث شيئاً ما للشخص الذي يمارسها من ناحية شخصيته وسلوكه حيث تستفيد التربية البدنية من المعطيات الانفعالية والوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني في تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج بهدف التكيف النفسي الاجتماعي للفرد مع مجتمعه وتعتمد أساليب ومتغيرات التنمية الانفعالية في التربية البدنية على عدة مبادئ منها: الفروق الفردية وانتقال اثر التدريب على اعتبار ان الفرد كيان مستقل له قدراته الخاصة به التي تختلف عن بقية أقرانه وعلى اعتبار ان القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في البرامج المقننة للتربية البدنية تنعكس أثارها من داخل الملعب على خارجه في شكل سلوكيات مقبولة ومن هذه القيم النفسية السلوكية تحسين مفهوم الذات النفسية والجسمية- الثقة بالنفس إشباع الميول والاحتياجات النفسية والاجتماعية تنمية مستويات الطموح¹.

4-5- التنمية الجمالية - :

فمن خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي يتولد لدى الفرد التذوق الجمالي والاداءات الحركية المتميزة

من خلال الجمل الحركية والتمرينات الجمالية في العروض الخاصة بالتمرينات والجمباز والإحساس بالإيقاع وارتباط الحركة بالموسيقى وما ينبعث عنها من إحساس بالبهجة والمتعة.

¹ رايح تركي، مرجع سابق.

4-6- الاهتمام بالترويح وأنشطة الفراغ - :

يجب على كل فرد أن يشعر بالبهجة التي يمكن ان تتبع من الاشتراك في أوجه النشاط الترويحي التي تتناسب حاجاته وميوله ورغباته فالترويح له أغراض كثيرة قيمة، فالنشاط الترويحي يبحث على السعادة والرضا والحياة المتزنة والصحة وممارسة الفرد للنشاط الترويحي يساعد الفرد على النمو ويساهم في إشباع رغباته فالفرد يمارس النشاط ليس لقيمه المادية ولكن مجرد الشعور بالابتهاج والرضا النفسي والسعادة.

5-أنواع التربية البدنية الرياضية وتصنيفاتها

تختلف الرياضات عن بعضها البعض من حيث كيفية اللعب وتصنيفها، وتقسّم إلى أقسامٍ عدّة، منها:¹

- الرياضات القتالية: تتمثل في مُبارزة شخصٍ لشخصٍ آخر ضمن قواعد وضوابط مُحدّدة.²
- ألعاب القوى: تُعدّ من الرياضات الأساسيّة في الألعاب الأولمبيّة ومن أمثلتها ما يلي:
رياضة الوثب، رياضة العدو، رياضة الرمي.
- الألعاب الجماعيّة: وهي من أفضل أنواع الرياضة، سُمّيت بهذا الاسم نظراً لأنها تُلعب من قِبَل شخصين أو أكثر، وبعضها من قِبَل أفرقة، ومن الأمثلة عليها: رياضة كرة القدم، رياضة كرة السّلة، رياضة كرة القدم الأمريكيّة، رياضة كرة اليد، رياضة الهوكي

¹ David Levinson, Karen Christensen (1999), Encyclopedia of World Sport: From Ancient Times to the Present, England: Oxford University Press, Page 1. Edited.

² Harry Tucker (5-6-2015), "E-sports: the world's biggest spectacle you've never heard of" «news.com.au, Retrieved 8-12-2016. Edited

- **ألعاب القوّة** : تشمل على الرياضات التي تتطلب قوّة العضلات لإتمامها، ومن أبرز أمثلتها: رياضة كمال الأجسام، رياضة رفع الأوزان.
 - **رياضة التسلُّق** والتي تتضمن تسلق المرتفعات، ومن أمثلتها: ¹ تسلُّق الجبال. تسلُّق الجليد.
 - **رياضة ركوب الدراجات** : تشمل الدراجات الهوائية والنارية، بالإضافة إلى أنواعٍ أخرى من الدراجات.
 - **الرياضات المائية والتجديف** : تشمل تجديف القوارب، والكرة المائية، والغوص، وغير ذلك.
 - **الرياضة الإلكترونية بالإنجليزية e-Sports** : هي رياضةٌ حديثةٌ غريبةٌ نسبياً من أنواع الرياضات المنزلية، تختلف عن الرياضات الأخرى بأنها لا تتطلب أيّ مجهودٍ بدنيٍّ من الإنسان، بل تُلعب على الأجهزة الحاسوبية، ويكون التحدّي عادةً بين أفرادٍ أو فرقٍ تتنافس بعضها البعض على الشبكة، وأصبحت هذه الرياضة مصدراً لكسب المال للمُحترفين؛ إذ قد تصل جائزة المُنافسات إلى ملايين الدولارات.²
- وتوجد عدّة تصنيفاتٍ رياضيةٍ مُختلفةٍ عمّا سبق ذكره، ولا يُمكن حصرها؛ وذلك لأنّ أسباب نشأة الرياضات عديدة، ويمكن لكلِّ رياضةٍ أن تُدّ رياضةً أخرى شبيهةً بها. أمثلةٌ على أنواع الرياضة من الأمثلة على الرياضات المتنوّعة

Gawker, Retrieved 8-12-2016. · Hamilton Nolan (8-2-2012), "All 47 Sports and Fitness Activities, Ranked"¹ Edited.

NCBI, Retrieved 8-12- · ↑ Oja P, Titze S, Bauman A, et al., "Health benefits of cycling: a systematic review."² 2016. Edited

- **المشي والركض** رياضتا المشي والركض مفيدتان جداً، ومن الممكن ممارستها باستمرار، لكن تفضل ممارستها في فترة الصباح؛ فالجسم في ذلك الوقت يكون في ذروة النشاط، وهما وسيلتان جيدتان لحرق الدهون وتخفيف الوزن، مع الحرص على زيادة المسافة المقطوعة يوماً بعد يوم
- **ركوب الخيل**: هذه الرياضة تعتمد على تحريك الجزء السفلي من الجسم، وهي مفيدة لحرق الدهون ويجب التدرّب عليها جيداً؛ لتجنّب التعرّض للإصابات.
- **السباحة**: وهي من أنواع الرياضة للأطفال، فالسباحة رياضة مفيدة جداً لعضلات الجسم ولياقته؛ لأنّ الشّخص يحرك أعضاء جسمه كلّها فيها، ويستطيع الأفراد جميعهم ممارستها حتّى الأطفال، والمسنّون، والحوامل بطرقٍ معيّنة.¹
- **الدراجات الهوائية**: تكون ممارستها في الأماكن الجبلية، وتساعد هذه الرياضة على تنظيم عمليّة التنفّس، وحرق الدهون.
- **كرة المضرب**: تحتاج هذه الرياض إلى سرعة في الأداء، وقوّة في العضلات.²
- **كرة الطائرة**: مفيدة للسّاقين واليدين.³
- **التنس**: تساعد على تقوية التّركيز، وتحريك اليدين والقدمين. هذه الرياضة مفيدة للقدمين، والدّورة الدّمويّة واللياقة، كما تُساعد على حرق الدّهون، وتسهيل الهضم.

² Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Endurance" ·Motley Health, Retrieved 8-12-2016. Edited.

³ nathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Endurance" ·Motley Health, Retrieved 8-12-2016. Edite

• التزلج على الجليد

تُمارَس هذه الرياضة بواسطة الزلاجة المقوسة المثبتة في الحذاء الرياضي، وهي مُفيدة لتخفيف الأرداف والتسلية أيضاً.¹

• رياضة الألعاب القتالية: تُعتبر مُفيدة للدِّفاع عن النَّفس، كما تُحسِّن لياقة الجسم، ومن أمثلتها: الجودو، والكونغ فو، والكاراتيه والملاكمة²

• كرة السلة: مفيدة لتحريك الأقدام والجسم جميعه، بالإضافة إلى تحريك الذَّهن

• كرة الماء: تكون رياضة كرة الماء جماعية داخل الماء؛ حيث تُحرِّك عضلات الجسم جميعها فيها، فهي تقريباً مزيج بين السباحة والكرة الطائرة.

• الملاكمة: هي رياضة عنيفة، يتم القتال فيها باستخدام اليدين فقط، ولها شروطٌ مُعيَّنة، فيجب أن يكون القتال بين فردين اثنين فقط، وزنهما مُتقارب.

• الرقص: رياضة مُسلية وممتعة، تُحرِّك بها عضلات الجسم جميعها.

• الرياضات العقلية: هنالك بعض الرياضات العقلية التي يتم فيها تشغيل العقل دون تحريك

الجسم، مثل: لعبة الشطرنج، وحلّ الكلمات المتقاطعة، والسودوكو، وغيرها.

المبحث الثاني: دوافع الإنخراط في التربية البدنية

المطلب الأول : مفهوم الدافعية

رغم أن هناك فرق بين مصطلح الدوافع ومصطلح الدافعية، إلا أن الحديث عن دوافع سلوك الفرد يجعلنا نتحدث عن الدافعية مباشرة، وسنحاول إعطاء صورة أوضح عن هذا المصطلح بالتعرف على مفهومه، أهميته وأنواعه.

1- مفهوم الدافعية :

الدافعية هي عبارة عن قوى محركة ومنشطة في وقت واحد، تدفع الفرد للقيام بسلوك

معين في ظروف معينة، وتوجهه نحو إشباع حاجة أو تحقيق هدف محدد.

1961 على أنها "عملية إستثارة وتحريك السلوك أو العمل وتقوية النشاط " Young"

يعرفها "يونغ وتنظيمه" ³ كذلك تعرف "بأنها الميل العام للوصول إلى أهداف معينة، وهي

بهذا المعنى تعتبر إحدى خصائص الشخصية الثابتة نسبياً" ⁴ أما أسامة كامل ا رتب يعرفها

بأنها "إستعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين"

لا يمكننا إعطاء تعريف كامل للدافعية إلا بالتطرق إلى العناصر الأساسية لها:

الدافع،الباعث والتوقع.

¹Benefits of Physical Activity", NHLBI,22-6-2016 ,Retrieved 8-12-2016. Edited

² Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength

³ طلعت منصور إبراهيم قشقوش،دافعية الإنجاز وقياسها المجلد 02، مكتبة الانجلو القاهرة 1979،ص 110.

⁴ نفس المرجع السابق ص 345.

الدافع: هو مثير داخلي مصحوب بالتوتر الإيجابي، يثير سلوك الفرد قصد القيام بمواقف معينة في ظروف محددة، كتعلم التلميذ مختلف المهارات الحركية، وهو مرتبط بعمر العملية التعليمية أو قد يستمر إلى أمد طويل، الدافع يهدف إلى مساعدة التلميذ المتعلم بمعرفة نفسه وذاته، وكذا معرفة المحيط الخارجي، وبالتالي التصرف قصد الظروف والمواقف المختلفة (النضج الفكري والجسمي).

الباعث: هو مثير خارجي يحرك الدافع وينشطه، إذ يعتبر بمثابة حافز يدفع الفرد إلى السلوك بطريقة تقلل ذلك الدافع بإشباع الحاجة التي هي سبب تنشيط التلميذ وتعمل على تحفيزه قصد تقديم أكبر عمل.

هذه الحوافز قد تكون معنوية (المديح، الشكر، التهئة)، وقد تكون مادية (هدايا، مبلغ مالي، نقاط)، ويهدف الباعث إلى تشجيع التلميذ قصد المثابرة والمواظبة في العمل، كذلك يساعده في معرفة الأسباب والعوامل التي تكون دوافع إتجاه ممارسة النشاط البدني والرياضي، وبالتالي يستطيع الأستاذ صقلها وتوجيهها حسب الظروف المناسبة.

الباعث يساعد الأستاذ أيضا في تعليم مختلف المهارات الحركية خلال درس التربية البدنية والرياضية، وذلك بإشباع حاجات الطلاب (الشكر، التقدير، إظهار مختلف القدرات التي يتميز بها التلميذ) كذلك زيادة أهمية الأنشطة البدنية والرياضية خاصة للحصول على نتائج إيجابية خلال المسابقات و الإمتحانات¹.

¹ أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة (ط2) 1979 ص 137.

التوقع: هو مدى إحتمال تحقيق وبلوغ الهدف المنشود إليه وبالتالي زيادة الرغبة في إتخاذ سلوك معين.

والحقيقة أن التوقع وحده ليس هو المسؤول عن زيادة قوة الدافع وإنما قيمة الباعث أيضا، حيث أنه كلما زادت أهمية الباعث زاد الدافع، وكلما زاد التوقع بالنجاح تزيد قوة الدافع. ومن بين أهداف التوقع¹ :

- محاولة تأكيد الذات وتحريرها من كامل عوامل الفشل والخوف والقلق قصد تحقيق الهدف.

الثبات على الأثر الإيجابي قصد الوصول إلى الهدف.

- محاولة تخطي مختلف الأنشطة حتى ولو كانت صعبة ومعقدة، قصد تحقيق الهدف.

2-أهمية الدافعية:

إن المقولة المأثورة في التراث الغربي "إنك تستطيع أن تقود الحصان إلى النهر، ولكنك تستطيع أن تجبره على الشرب" تعبر وبشكل واضح على أهمية الدافعية في مجال الأنشطة البدنية والرياضية.

يمكن نقل هذه المقولة إلى المجال التربوي، حيث أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يمكنه أن يقود التلميذ إلى ممارسة نشاط بدني معين، لا يستطيع أن يجبره على بدل أقصى جهد ممكن، لأن التلميذ يفتقد الدافع قصد ممارسة هذا النشاط.

¹ أسامة كامل راتب، مرجع سابق ذكره.

لهذا كانت وما زالت معرفة دوافع ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية تكتسي أهمية كبيرة لدى أساتذة التربية البدنية، وكذا الأخصائيين في مجال علم النفس الرياضي، لأن من خلاله يمكن معرفة مختلف سلوكيات التلميذ، وكذا الأخصائيين في مجال علم النفس الرياضي، لأن من خلالها يمكن معرفة مختلف سلوكيات التلميذ، وكذلك معرفة شخصيته بشكل واضح.

كما أن معرفة دوافع التلميذ تسهل لأستاذ التربية البدنية وتساعد على توجيه وتعديل سلوك الفرد حسب المواقف والظروف المناسبة، لأنه هناك من يعرف الدوافع بأنها "الطاقات الكامنة في الكائن الحي التي تدفعه لسلوك معين في العالم الخارجي، وهذه الطاقات هي التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق أحسن تكييف ممكن من البيئة الخارجية مما سبق يمكن وضع المعادلة التالية¹:

$$\text{الأداء البدني} = \text{التعلم} + \text{الدافع}$$

كل سلوك وراءه دافع أي تكمن وراءه قوى دافعية معينة، وهذه القوى تتمثل في دوافع ممارسة التلاميذ

للأنشطة البدنية الرياضية، وهذا ما يهتم أستاذ التربية البدنية حتى يستغلها في تحفيزهم على تطوير وتحسن أدائهم نحو الأفضل، ذلك أن النجاح في نشاط بدني معين يتطلب تعلم واكتساب مختلف المهارات الحركية والبدنية، ثم بعد ذلك يأتي دور الدافع الذي يحث التلميذ

¹ محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية بدون سنة.

على المثابرة وبذل الجهد قصد تعلم تلك المهارات ومحاولة إتقانها، لأن أي أداء لا يكون ناجحاً ومثمراً إلا إذا كان يرضي دوافع التلاميذ¹.

المطلب الثاني: انواع الدافعية

يمكن تقسيم الدافعية في المجال الرياضي حسب مصادرها إلى قسمين، المصدر الأول يأتي من داخل الفرد. أما المصدر الثاني يأتي من العوامل الخارجية المؤثرة.

2-الدافعية الداخلية

التلميذ أو الرياضي الذي يمارس الأنشطة البدنية والرياضية بدافع الحب والاستمتاع والرضا والرغبة

دون تأثر بالمظاهر الخارجية، تعتبر دافعية ذاتية (داخلية) "

يرى " فالبيرون وأصدقائه أن الدافعية الداخلية تنقسم إلى ثلاثة أقسام:

الدافعية الداخلية من أجل المعرفة، والدافعية الداخلية من أجل الإحساس والتنشيط.²

ويقصد بالمعرفة محاولة معرفة أشياء جديدة مثال: مهارت حركية أو قوانين . أما الدافعية

الداخلية من أجل الإنجاز فيقصد بها البحث عن المتعة والكفاءة، أما الدافعية الداخلية من

¹ محمد الشحات، التربية الرياضية نحو مفهوم جديد لتدريس المواد والأنشطة، العلم والايمان للنشر والتوزيع، المنصورة جمهورية مصر العربية، 2007

² Une mesure de motivation. In international journal of Vallerant et ALL. Developpement et validaaion De Sport psychologie

أجل التنشيط فيقصد به تنشيط صفة بدنية معينة مثلا ممارسة رياضة معينة من أجل تحسين صفة السرعة.

المطلب الثالث : تصنيف الدوافع

1-تصنيف الدوافع

ليس من السهل إعطاء تصنيف واحد للدوافع، وذلك بسبب تعقدها واختلافها، ويمكن إرجاع ذلك إلى:

-قد يكون السلوك الواحد للفرد يحمل مجموعة من الدوافع، وذلك بالنسبة للدوافع التي يمكنها أن تؤدي إلى سلوكات متعددة ومختلفة الدوافع تختلف باختلاف الأفراد¹.

- وعلى الرغم من ذلك يمكن تقسيمها إلى الأصناف التالية:

- أ_ تصنيف الدوافع على أساس فطري ومكتسب.
- ب_ تصنيف الدوافع على أساس شعوري ولاشعوري.
- ج _ تصنيف الدوافع على أساس داخلي وخارجي.

1-1 تصنيف الدوافع على أساس فطري ومكتسب:

أ-الدوافع الفطرية : ويطلق عليها اسم الأولية أو العضوية أو الفسيولوجية. وهذه الدوافع ضرورية تولد مع الفرد، وذلك قصد إشباع الحاجات الأساسية وضمان عيشه والتأقلم مع

¹ Une mesure de motivation. In international journal of Vallerant et ALL.Devloppement et validaation d Sport psychologue

محيطه. فمثلا دافع العطش والجوع يدفع الفرد إلى الشرب والأكل لمواصلة الحياة، أما

دافع الأمومة يدفع الفرد إلى الإنجاب لضمان النسل والحفاظ على النوع البشري.

رغم اشتراك بعض الدوافع الفطرية بين الإنسان والحيوان كالأكل إلا أن طريق التحقيق وإشباع

الحاجات تختلف بينهما، ذلك أن الإنسان يتميز بصفة العقل والتفكير¹.

ب- **الدوافع الثانوية (المكتسبة):** هي دوافع يكتسبها الفرد خلال عملية التطبيع الاجتماعي

وتساعده على استمرار العلاقات الإنسانية والاجتماعية، وتنظم سلوكه وعلاقاته، وعدم

إشباعها يؤدي إلى الشعور بالقلق و الاغتراب والتعاسة واحتقار الذات. ولا تنشأ الدوافع

المكتسبة بل تستند أساسا على الدوافع والاستعدادات الفطرية. إذن الدوافع الأولية ضرورية

لتحقيق الحاجات الأساسية للفرد، لكن الفرد داخل محيطه يتوجب عليه إرضاء مجموعة

من الدوافع الاجتماعية كإثبات الذات، الحب والأخلاق، والتعاون واحترام الآخرين. وهذا

ما يوضح أن الدوافع المكتسبة هي امتداد للدوافع الفطرية².

1-2- تصنيف الدوافع على أساس شعوري ولا شعوري:

أ- **الدوافع الشعورية:** هي الدوافع التي يقوم بها الفرد وهو على وعي وإدراك تام بالسلوك

الذي يقوم به أي ناتج من نشاط فكري، يقول أحد علماء النفس: "هي الدوافع التي يشعر بها

¹ Une mesure de motivation. In international journal of Vallerant et ALL. Développement et validation d Sport psychologie

² Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Endurance" ·Motley Health, Retrieved 8-12-2016. Edited.

² nathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Endurance" ·Motley Health, Retrieved 8-12-2016. Edite

الفرد ويكون على وعي بها، وهي ناتج نشاط عقلي، لأن الفرد يقوم بإختيار الدافع الذي يسعى لتحقيقه. والمعروف أن .الدوافع الأولية التي تشبع أولاً¹

ب- **الدوافع اللاشعورية:** الدوافع اللاشعورية هي الدوافع التي لا يشعر بها الفرد أثناء فقيامه بسلوك معين، ويرى أصحاب التحليل النفسي أن هذه الدوافع مؤقتة يمكن أن يعرفها الفرد بعد وقت معين أو من خلال مراقبة سلوكه. لكن هناك المعقدة منها والتي لا يستطيع معرفتها إلا من خلال طرق علاجية معينة.

يرى علماء التحليل النفسي أن وجود الدوافع شرط مهم للفهم معنى السلوك ويؤكد على أن ظواهر التي لا تظهر لامعنى لها، يبين التحليل النفسي أن لها معنى خفي فعمل على كشفه، حيث أن هذا المعنى الخفي هو الذي يوجه سلوك الإنسان نحو تحقيق هدف مرغوب فيه أو لتجنب حادث غير مرغوب فيه. إذا الدوافع اللاشعورية تحرك السلوك.

1-3- تصنيف الدوافع على أساس داخلي وخارجي:

أ- **الدوافع الداخلية:** هو اختيار نشاط معين، وعند ممارسته يشعر التلميذ بالاستمتاع والرغبة والراحة النفسية، دون مراعاة الظروف الخارجية المحيطة به، وعندما يفقد التلميذ هذا النشاط يشعر بنوع من الخيبة وفقدان شيء هام في نظره.

¹ TOUrnier. Jet PON chon .Manuel des. Sciences. Economiques. ETHcl. Mai NES. Baillier. Paris. ED 1977.(P105.106.108)

ج_2_الدوافع الخارجية: هو ممارسة نشاط رياضي معين تبعا لمؤثرات وظروف خارجية حيث أن الممارس يحاول إيجاد أو تعويض شيء ما ينقصه ، كالبحت عن الأصدقاء داخل المدرسة أو النادي، أو البحت عن إنجاز ما أو مكافآت سواء كانت مادية أو معنوية¹.

خلاصة الفصل:

لقد تكلمنا في هذا الفصل عن ماهية التربية البدنية، تعريفها ومفهومها كما تكلمنا عن تاريخ التربية البدنية وفوائدها وانواعها هذا فيما يخص المبحث الأول.

اما فيما يخص المبحث الثاني فقد تضمن ثلاث مطالبنا تكلمنا في المطلب الأول عن دوافع الانخراط في التربية البدنية، كما تطرقنا الى شرح مفهوم الدافعية واهميتها، وفي المطلب الثاني تحدثنا عن أنواع الدوافع التي تحفز التلميذ للقيام بالرياضة البدنية، ام المطلب الثالث والأخير تصنيف الدوافع على اسس معينة.

¹ Vallerand.et Thill. Lntroduction a la psychology de la motivtion. Canada .ed. M-Etudes vivantes.1993 (P182)

الفصل الثالث

الفصل الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة

المبحث الأول: مفهوم الكفاءة

المطلب الأول: تعريف الكفاءة

1-تعريف الكفاءة :

يكتنف مصطلح الكفاءة من الناحية العلمية كغيره من المفاهيم التي عرفتھا التربية الحديثة نوعا من الغموض والضبابية ، و هذا ما جعله محل تساؤل منذ ظهوره في حقل التربية من طرف العديد من الباحثين المختصين ، كما أن تطور هذا المفهوم ضمن الأدبيات التربوية والديداكتيكية الحالية قد اتخذ منظورات متعددة، فكل مختص يتناوله بصفة تتوافق مع منظوره الخاص في ضوء الخلفية النظرية التي يتبناها ، وهذا ما جعل منه مفهوما غامضا ويحمل عدة مدلولات². إذ يعتبر معظم الباحثين المنظرين للكفاءات أن الكفاءة مفهوم متعدد المعاني وتتغير دلالاته بتغير السياق الذي يوضع فيه (سياق تربوي ، مهني ، لغوي... ويتخذ أحيانا دلالات متنوعة بتنوع السياقات التقاربية التي نشأ فيها ، فهو كالحرباء التي يتغير لونها بتغير المكان الذي ترسو فيه ، ويتلون أحيانا بألوان مختلفة عندما تقل الفترة التي يقضيها في المكان الذي تتواجد ويبقى مصطلح الكفاءة إلى حد الساعة عرضة لكثير من الانتقادات، فمن المختصين من يذهب إلى وصفه بأنه غير

² Perrenoud Ph. (1997). Construire des compétences dès l'école, ESF éditeur, Paris.

قابل للاستعمال في مجال التربية ، كما أنه مفهوم تعوزه الاستقلالية ولا يعدو أن يكون انعكاسا لعينة من تأثيرات مجالات أخرى³.

2- خصائص الكفاءة:

أشار المفكرون إلى العديد من المميزات والخصوصيات لمفهوم الكفاءة، كل حسب تخصصه، وسنحاول إبراز وتحديد أهمها في النقاط الرئيسية التالية:

- الكفاءة ذات غاية ومرتبطة بنشاط محدد :حيث أنه يتم تشغيل معارف مختلفة قصد تحقيق هدف محدد أو تنفيذ نشاط معين، فالشخص يكون كفاء إذا ما استطاع تأدية هذا النشاط بصفة كاملة؛

- للكفاءة عناصر متفاعلة ومتداخلة: إذ أن صياغتها تتم بطريقة ديناميكية، حيث أن كل العناصر المكونة لها تتفاعل في حلقة متكاملة من: "درايات/ درايات فنية/ درايات سلوكية" .

-الكفاءة ذات طبيعة سياقية "موقفية": تتغير تركيبها وخصوصياتها وأهميتها من مكان لآخر ومن زمان لآخر؛⁴

-الكفاءة تركيبية إنسانية واجتماعية تتشكل بطريقة مستمرة ودائمة، بمعنى أنها دائمة التغيير و/أو التحسين؛

³ Perrenoud Ph. (1999). Dix nouvelles compétences pour enseigner, ESF éditeur, Paris.

⁴Dupuich F. (2011) L'émergence des compétences collectives, vers une gestion durable, Revue gestion 2000, No. 2, Vol. 28, p.107-125..

-الكفاءة قابلة للتحويل: ينبغي أن تكون قابلة للتحويل من وضعية عمل إلى وضعية عمل

أخرى ...، وينبغي أن تساعد على تنمية القدرات الفردية والجماعية؛

-الكفاءة غير ملموسة: هي مفهوم مجرد ومستتر إذ ما يمكن ملاحظته فقط هي الوسائل

المستعملة والأنشطة الممارسة، والنتائج المحققة؛

- الكفاءة مكتسبة وقابلة للتعلم: فالفرد لا يولد كفؤاً لأداء نشاط معين، وإنما يكتسب ذلك من

خلال تعلم مستدام وتدريب موجه، وممارسة عملية؛⁵

-الكفاءة تتولد بدرجة عالية في حالات التفاعل الجماعي؛

-الكفاءة مفهوم يعترف به في مكان العمل، وهو التصور الذي يبقى صحيحاً من خلال وجهة

النظر الاجتماعية، أي عبر العلاقات القائمة بين الشركاء الاجتماعيين والهيئات، وهذا يعني أن

الكفاءات المهنية والفردية لا يعترف بها إلا من طرف الأوساط المهنية؛

-الكفاءة حقيقة ديناميكية تتعلق بالموارد وبالهدف المحدد مسبقاً، أي أنها عملية تبدأ من كيفية

اختيار الموارد إلى غاية ضمان تحقيق الهدف؛⁶

-الكفاءة عبارة عن عملية تراكمية تظهر من خلال خريطة العمليات، حيث تنجر عن تلك

التفاعلات ما بين التكنولوجيا وعمليات التعلم الجماعي والسيرورات التنظيمية والمهارات العملية،

⁵ المرجع السابق نفسه.

⁶ كشاط انيس، مرجع سابق

وهو ما يسميه البعض بالروتينات التنظيمية ، فهي ليست بديل للموارد، بل أنها تسمح "تسهل" بتطويرها وتراكمها؛⁷ للكفاءة أهمية ومنفعة اقتصادية للفرد وللمؤسسة.

المطلب الثاني : أنواع الكفاءة

1-أنواع الكفاءة

تعتبر الكفاءة في السياق التعليمي من المفاهيم الهامة، وتشير إلى مدى قدرة الطلاب على تحقيق أهداف التعلم المحددة. في حالة تلاميذ المرحلة الابتدائية، يمكن تقسيم الكفاءة إلى عدة أنواع:⁸

1-1 الكفاءة الأكاديمية:

تعتبر الكفاءة الأكاديمية لتلاميذ المرحلة الابتدائية مؤشراً هاماً لقياس تحصيلهم الدراسي وقدراتهم في مجالات معرفية مختلفة. تشمل الكفاءة الأكاديمية عدة جوانب:

- **اللغة والقراءة:** وهي قدرة الطلاب على فهم واستخدام اللغة الأم بشكل صحيح، و مهارات القراءة والفهم للنصوص.
- **الرياضيات:** وهي فهم المفاهيم الرياضية الأساسية، و القدرة على حل المشكلات الرياضية بطرق مناسبة للصف الابتدائي.

⁷ Durand T. (1997) Savoir, savoir-faire et savoir-être, repenser les compétences de l'entreprise, 5^{me} conférence de l'AIMS, Montréal.

⁸ Fleury E., *L'évolution des compétences des forces de vente dans le cadre du multi-canal*, site web consulté le 12/10/2011,

- **العلوم:** وهي فهم المفاهيم الأساسية في مجالات العلوم، و المشاركة في التجارب وفهم أساسيات الظواهر العلمية.
 - **الدراسات الاجتماعية:** وهي فهم مفاهيم الجغرافيا والتاريخ والمجتمع في سياق الصفوف الابتدائية، والقدرة على فهم التطورات التاريخية الأساسية والعلاقات الاجتماعية.
 - **التكنولوجيا:** وهي القدرة على استخدام التكنولوجيا الأساسية في الدراسة والبحث⁹.
 - **الفنون واللياقة البدنية:** وهي المشاركة في الأنشطة الفنية والرياضية وتنمية المهارات ذات الصلة.
 - **مهارات الكتابة:** وهي قدرة الطلاب على التعبير بشكل مكتوب بوضوح وبطريقة منظمة.
- تقييم الكفاءة الأكاديمية يعتمد على عدة عوامل، بما في ذلك أساليب التدريس والتقييم المستخدمة، ودعم الأهل والمجتمع المحيط. يتطلب تعزيز الكفاءة الأكاديمية توفير بيئة تعلم مناسبة ومحفزة، وتوجيه الطلاب نحو أساليب فعالة لتعزيز مهاراتهم الأكاديمية.

2-1- الكفاءة الاجتماعية :

الكفاءة الاجتماعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية تعكس قدرتهم على التفاعل مع الآخرين والمشاركة بفعالية في البيئة الاجتماعية المدرسية. تشمل هذه الكفاءة عدة جوانب¹⁰:

⁹ المرجع السابق

¹⁰ باهي مصطفى حسين، و أحمد حشمت حسين. التوافق النفسي و التوافق الوظيفي. مصر: الدار العالمية، القاهرة 2006

- **التعاون:** وهو القدرة على العمل الجماعي والتفاعل الإيجابي مع زملائهم، و المشاركة في الأنشطة الجماعية والمشاريع التعليمية.
 - **الاتصال:** وهو مهارات التواصل الفعّال مع المعلمين والزملاء والأهل، والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر بوضوح.
 - **التحكم في النفس:** وهو فهم وممارسة التحكم في السلوك والتفاعل بشكل هادئ ومنتز، والتعامل بشكل بناء مع التحديات والصعوبات.
 - **فهم العواطف:** وهو القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معها بشكل حسن، والتعرف على مشاعر النفس وكيفية التعامل معها..
 - **المسؤولية الاجتماعية:** تحمل المسؤولية تجاه الآخرين والمجتمع، و المشاركة في الأنشطة الخدمية المجتمعية.
- تطوير الكفاءة الاجتماعية يساعد في بناء شخصية الطالب وتحضيرهم للتفاعل الإيجابي في المجتمع. يتطلب ذلك دعمًا من المعلمين والأهل لتحفيز التعلم الاجتماعي وتنمية مهارات التواصل والتعاون¹¹.

¹¹ المرجع السابق

1-3- الكفاءة الفردية:

الكفاءة الفردية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ترتبط بقدرتهم على تنمية مهارات شخصية وتحقيق

التقدم الفردي. تشمل هذه الكفاءة العديد من الجوانب¹²:

- **التنظيم وإدارة الوقت:** وهو القدرة على تنظيم الوقت بفعالية لإكمال المهام الدراسية والأنشطة الخارجية، ومهارات التخطيط لتحقيق الأهداف الشخصية والدراسية.
- **المبادرة والإبداع:** قدرة الطلاب على اتخاذ مبادرات والبحث عن حلول للمشكلات، وتنمية القدرة على التفكير الإبداعي والابتكار.
- **المسؤولية الشخصية:** وهي تحمل المسؤولية عن أعمالهم وتصرفاتهم والقدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة والتعلم من الأخطاء.

تعزيز الكفاءة الفردية يساعد الطلاب على تحقيق نجاحهم الشخصي والأكاديمي وتطوير شخصياتهم بشكل شامل. يلعب الدعم من قبل المعلمين والأهل دورًا هامًا في توجيه الطلاب نحو تطوير هذه الجوانب الشخصية.

¹² حسن حسين قاسم. علم النفس الرياضي والميداني و تطبيقاته في مجال التربية. بغداد: مطابع بغداد. 1990

1-4- الكفاءة الحياتية :

الكفاءة الحياتية لتلاميذ المرحلة الابتدائية تعنى بتطوير مجموعة من المهارات والصفات التي تساعد في التفاعل بشكل فعال مع العالم من حولهم وتحقيق النجاح في مختلف جوانب حياتهم. تشمل الكفاءة الحياتية عدة جوانب¹³:

- **مهارات حل المشكلات:** وهي القدرة على تحليل المشكلات وابتكار حلول فعّالة والتفكير الإبداعي والمرونة في التعامل مع التحديات.
- **مهارات التواصل:** وهي القدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر بوضوح والمشاركة في المحادثات وفهم آراء الآخرين.
- **مهارات التعاون:** وهو التفاعل بشكل إيجابي مع الفرق والعمل الجماعي و مشاركة الآخرين في أنشطة ومشاريع مشتركة.
- **تحديد الأهداف وتنظيم الوقت:** وهو تطوير قدرة وضع أهداف وتحديد خطط لتحقيقها و إدارة الوقت بشكل فعّال وتنظيم الأنشطة اليومية.
- **تنمية الثقة بالنفس:** وهي فهم القواطع الشخصية وتعزيز الثقة بالنفس والتغلب على التحديات وتطوير روح الإيجابية.

¹³ صالح سعيد ربوت. الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي، دراسة ميدانية لتلاميذ المرحلة الثانوية بثانويات ولاية تسميلت، مذكرة لنيل شهادة الماجستير تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي. الجزائر: جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية 2009

• **التحكم في العواطف:** وهي التعرف على المشاعر وتحكم في استجاباتهم العاطفية و

التعامل بشكل صحيح مع التوتر والضغط.

• **المسؤولية الشخصية:** وهو قبول المسؤولية عن قراراتهم وأفعالهم و الالتزام بالقيم

والأخلاقيات الشخصية.

تعتبر هذه المهارات الحياتية أساسية لتطوير فرد قوي ومؤثر في مجتمعه. يمكن تنميتها من

خلال تجارب التعلم العملي والدعم الشخصي والتوجيه من الأهل والمعلمين¹⁴.

1-5- الكفاءة التقنية:

تطوير الكفاءة التقنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية يعد أمراً هاماً في عصر التكنولوجيا

الحديثة. تشمل الكفاءة التقنية مجموعة من المهارات والمفاهيم التكنولوجية التي يجب أن

يكتسبها الطلاب. إليك بعض جوانب الكفاءة التقنية¹⁵:

استخدام الحواسيب والأجهزة الذكية: وهي التعرف على استخدام أجهزة الحاسوب والأجهزة

اللوحية و القدرة على التفاعل بفعالية مع البرمجيات والتطبيقات التعليمية.

¹⁴ المرجع السابق

¹⁵ Le Boterf G. (2006) *Ingénierie et évaluation des compétences*, Editions d'Organisation, Paris.

التواصل الرقمي: ¹⁶استخدام البريد الإلكتروني والتطبيقات الأخرى للتواصل ¹⁷و فهم قواعد السلوك الرقمي والأمان عبر الإنترنت.

تعزيز الكفاءة التقنية يمكن أن يسهم في تجهيز الطلاب بالمهارات التي تساعدهم على التفاعل بفعالية مع مجتمع متطور تكنولوجياً. يتطلب ذلك تضمين التكنولوجيا بشكل فعال في العملية التعليمية وتوفير الفرص لتعلم مهارات التكنولوجيا بشكل عملي.

1-6- الكفاءة البدنية

الكفاءة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية تعنى بمستوى اللياقة البدنية والقدرة على ممارسة النشاطات البدنية بشكل صحيح. يُعتبر اللياقة البدنية جزءًا هامًا من التنمية الشاملة للطفل وتأثيره على صحته العامة. إليك بعض جوانب الكفاءة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية:

- **القوة البدنية:** وهي القدرة على استخدام العضلات بشكل فعال لأداء الأنشطة اليومية والرياضية.
- **المرونة:** القدرة على تحريك المفاصل بشكل واسع ومرن دون إلحاق أي ضرر.
- **التحمل البدني:** القدرة على الاستمرار في الأنشطة البدنية لفترات زمنية طويلة دون شعور بالإرهاق الزائد.

¹⁷ Le Boterf G. (2006) *Ingénierie et évaluation des compétences*, Editions d'Organisation, Paris.

• **السرعة والرشاقة:** القدرة على التحرك بسرعة وبدون جهد زائد والحصول على توازن جيد

ورود فعل سريعة.

تعزيز الكفاءة البدنية للطلاب يتطلب إدماج الأنشطة الرياضية والحركة في برامج التعليم البدني

وتشجيع النشاط البدني المستمر كجزء من نمط حياتهم¹⁸.

يجدر بالذكر أن الكفاءة ليست مجرد قياس للمعرفة النظرية، بل تتضمن أيضاً القدرة على

تطبيق هذه المعرفة في مواقف الحياة الواقعية. الاهتمام بتطوير جوانب متعددة من الكفاءة

يساعد في تحضير الطلاب لمواجهة تحديات مختلفة في المستقبل.

2- أهمية الكفاءة :

الكفاءة لدى تلميذ المرحلة الابتدائية تعتبر أمراً ذا أهمية كبيرة، حيث تؤثر بشكل مباشر على

تطورهم الشخصي والأكاديمي. إليك بعض الجوانب التي تبرز أهمية الكفاءة لدى تلاميذ

المرحلة الابتدائية¹⁹:

النجاح الأكاديمي: الكفاءة الأكاديمية تسهم في قدرة التلاميذ على فهم المفاهيم الدراسية وتحقيق

التقدم الأكاديمي.

¹⁸ المرجع السابق.

¹⁹ محمد الحماحي، و أمين أنور الخولي. أسس بناء برامج التربية الرياضية . القاهرة: دار العربي. محمد بن ناصر 1990. و أحمد أحسن. انعكاسات منهاج التربية البدنية والرياضية على تنشئة الاجتماعية في ظل التغير الثقافي للمجتمع الجزائري. المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 13 ، العدد 13 ، ص 86 – 1 2016.

تطوير المهارات الحياتية: الكفاءة تشمل تطوير مجموعة من المهارات الحياتية مثل الاتصال، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات.

التفاعل الاجتماعي: الكفاءة الاجتماعية تسهم في قدرة التلاميذ على التفاعل بشكل إيجابي مع زملائهم وبيئتهم المدرسية.

تحفيز الفهم الذاتي: الكفاءة تساهم في تحفيز الفهم الذاتي وتعزيز الثقة بالنفس لدى التلاميذ.

المبحث الثاني: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى التلميذ

المطلب الأول: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة الجسدية والصحية للتلميذ

1- دور التربية البدنية في تحفيز النشاط البدني

تلعب التربية البدنية دورًا حاسمًا في تحفيز النشاط البدني، وذلك من خلال تقديم برامج تدريبية وأنشطة تحفز الطلاب على ممارسة النشاط البدني بشكل منتظم. وهي كالتالي²⁰:

تقديم أنشطة ممتعة: استخدام ألعاب وتمارين ممتعة ومحفزة لجعل التجربة البدنية للطلاب

مثيرة ومشوقة.

²⁰ محمد قمر اوي، المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاحات الرياض ي دراسة ميدانية لعينة من الناجحين في الرياضة، دكتوراه دولة في علم النفس العام. الجزائر: جامعة وهران السانية. (2008 - 2009).

تنوع الأنشطة: تقديم مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية، مثل الرياضات الجماعية والألعاب والرقص والتمارين التقليدية.

تحديث المحتوى: تكنولوجيا المعلومات والتواصل توفر فرصًا لتحديث المحتوى واستخدام تطبيقات وألعاب تفاعلية لتحفيز الطلاب.

تشجيع المشاركة الفعالة: توفير فرص للمشاركة الفعالة في الأنشطة البدنية والمسابقات الرياضية. تعزيز الروح الرياضية: تنمية قيم الروح الرياضية، مثل الفريق والتعاون، لتشجيع على المشاركة والتحفيز.

تضمين عناصر التحدي: إضافة عناصر التحدي في الأنشطة البدنية لتحفيز الطلاب على تحسين لياقتهم ومهاراتهم.

تفعيل الصور الإيجابية للنشاط البدني: تسليط الضوء على الفوائد الصحية للنشاط البدني وتعزيز الصور الإيجابية المتعلقة به.

تحفيز التنافس الصحي: تنظيم مسابقات وألعاب رياضية لتحفيز الطلاب وتعزيز روح التنافس الصحي.

توفير بيئة داعمة: إنشاء بيئة فعّالة وداعمة تشجع على ممارسة النشاط البدني²¹.

تعزيز الفهم الذاتي: تشجيع الطلاب على فهم فوائد النشاط البدني للصحة العامة والعافية النفسية.

2- دور التربية البدنية في تطوير الصحة القلبية والعضلية

تعتبر التربية البدنية أحد أقسام التعليم الذي يركز على تطوير اللياقة البدنية لدى الطلاب. يتمثل هدفها الرئيسي في تعزيز النشاط البدني وتحسين الصحة العامة للفرد. يتنوع تأثير التربية البدنية في تحسين اللياقة البدنية بالنسبة للطلاب، ولكن من بين الجوانب البارزة تأثيرها الكبير على تطوير اللياقة القلبية والعضلية²².

فيما يتعلق باللياقة القلبية، تقدم الدورات التدريبية في التربية البدنية تمارين تهدف إلى تعزيز القدرة القلبية والرئوية للطلاب. يشمل ذلك تمارين الركض، والسباحة، ورياضات القلب والأوعية الدموية، التي تعمل على تحسين طاقة القلب وزيادة الدوران الدموي. يعزز تحسين اللياقة القلبية القدرة على التحمل ويقلل من خطر الأمراض القلبية.

أما بالنسبة للياقة العضلية، تقدم الدورات التدريبية في التربية البدنية تمارين متنوعة لتقوية العضلات. تتضمن هذه التمارين رفع الأثقال، وتمارين القوة، وتمارين الاستقامة، مما يساهم في

²¹ المرجع السابق

²² محمد مصطفى زيدان. النمو النفسي للطفل والمراهق. جدة: دار الشروق جدة، ط 3 1990.

بناء وتقوية العضلات. تعزز اللياقة العضلية القوة والمرونة وتحسن التوازن والتنسيق الحركي، مما يسهم في تحسين أداء الأنشطة اليومية والرياضية.

بالمجمل، يُعتبر دمج اللياقة القلبية والعضلية في برامج التربية البدنية جزءًا أساسيًا لتحقيق صحة جسدية جيدة وتعزيز نمط حياة نشط وصحي للتلاميذ. يتيح هذا التنوع والتكامل في الأنشطة الرياضية للتلاميذ الاستمتاع بالفوائد الصحية الكاملة للتمرين البدني وتطوير قدراتهم البدنية بشكل شامل.²³

2- دور التربية البدنية في تحسين الجهاز القلبي والتنفسي:

تُعد التربية البدنية جزءًا أساسيًا من التعليم يهدف إلى تطوير الصحة العامة للأفراد، ومن بين الجوانب البارزة لها هو تحسين وتعزيز صحة الجهاز القلبي والتنفسي. يتيح تنفيذ تمارين التربية البدنية تحقيق فوائد صحية متعددة للقلب والرئتين.²⁴

أحد أهم الأثر الذي يُحدثه التمرين البدني هو تعزيز اللياقة القلبية. يتضمن ذلك تنفيذ تمارين تعزز قوة عضلة القلب وتقوية الأوعية الدموية. خلال التمرين، يتطلب الجسم كميات إضافية

²³ المرجع السابق

²⁴ VAN SCHAGEN KH (. 1993 .) Rôle de l'éducation physique dans le développement de la Personnalité .paris :P.U.F., Paris .

من الأكسجين لتلبية احتياجات العضلات، مما يؤدي إلى تعزيز قدرة القلب على ضخ الدم

بشكل أكثر فعالية، وبالتالي تحسين القدرة على التحمل والتحمل البدني

بالإضافة إلى تحسين اللياقة القلبية، يساهم التمرين البدني في تعزيز اللياقة التنفسية. يتم ذلك

عندما يزيد التنفس العميق والمنتظم أثناء التمارين، مما يقوي عضلات الصدر والرئتين. يساعد

ذلك على زيادة قدرة الجهاز التنفسي على نقل الأكسجين إلى الدم والتخلص من ثاني أكسيد

الكربون بشكل أفضل، مما يحسن وظائف الرئتين ويقلل من الشعور بالتعب وضيق التنفس.²⁵

تشمل التمارين التي تُحسّن الجهاز القلبي والتنفسي مجموعة واسعة من الأنشطة الرياضية، مثل

الركض، والسباحة، وركوب الدراجات، وألعاب القوة القلبية مثل الجري والزومبا. من خلال

تضمين هذه التمارين في الروتين اليومي، يمكن تحقيق تحسين ملحوظ في صحة الجهاز القلبي

والتنفسي، مما يساهم في تعزيز الرفاهية العامة والحفاظ على صحة القلب والرئتين.

3- دور التربية البدنية في الوقاية من الأمراض المزمنة:

تلعب التربية البدنية دورًا حيويًا في الوقاية من الأمراض المزمنة، وهي جزء لا يتجزأ من أسلوب

حياة صحي. فيما يلي نبين دور التربية البدنية في الوقاية من الأمراض المزمنة:

²⁵ المرجع السابق

تشير الأبحاث الطبية إلى أن نمط حياة نشط وممارسة النشاط البدني الدوري يلعبان دورًا حاسمًا في الوقاية من الأمراض المزمنة. يتسبب النمط الحياتي الجلوس الطويل ونقص النشاط البدني في زيادة خطر الإصابة بأمراض مثل أمراض القلب والأوعية الدموية، والسكري، والسمنة. تعزز التربية البدنية الوقاية من هذه الأمراض من خلال عدة آليات²⁶:

- **تعزيز اللياقة البدنية:** يُعتبر تحسين اللياقة البدنية هو العامل الرئيسي في الوقاية من الأمراض المزمنة. يساعد النشاط البدني المنتظم على تعزيز اللياقة القلبية والعضلية وتحسين وظائف الجهاز التنفسي.
- **تنظيم الوزن:** يلعب النشاط البدني دورًا في تحفيز فقدان الوزن والمساهمة في الحفاظ على وزن صحي، مما يقلل من خطر الإصابة بالسمنة وأمراض ذات صلة.
- **تحسين حساسية الأنسولين:** يساهم التمرين في تحسين حساسية الأنسولين، مما يقلل من خطر الإصابة بالسكري من النوع 2.
- **تقليل ضغط الدم:** يعمل النشاط البدني على تحسين تدفق الدم وخفض ضغط الدم، وبالتالي يقلل من خطر أمراض القلب والأوعية الدموية.

²⁶ غادة بنت عبد الرحمان الطريف. منظور علم الاجتماع: الرياضي لدور المؤسسات الرياضية في الوقاية من المخدرات. مكة المكرمة: مركز الدراسات والبحوث قسم الندوات واللقاءات العلمية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. 2014.

- **تحسين توازن الدهون في الدم:** يُظهر النشاط البدني تأثيرًا إيجابيًا على مستويات الكوليستيرول والدهون الثلاثية، مما يقلل من تراكم الدهون في الشرايين ويقلل من خطر أمراض القلب.
- **تعزيز الصحة النفسية:** يقوم النشاط البدني بتحسين المزاج وتقليل مستويات التوتر والقلق، وهو جانب مهم في الوقاية من الأمراض المزمنة ذات الصلة بالصحة النفسية²⁷.
- **تعزيز الجهاز المناعي:** يُظهر النشاط البدني الدور في تعزيز وظائف الجهاز المناعي، مما يساعد في التصدي للأمراض والالتهابات من خلال تحفيز النشاط البدني وتضمينه كجزء من أسلوب حياة يومي، يمكن أن تلعب التربية البدنية دورًا هامًا في الوقاية من الأمراض المزمنة وتحسين الصحة العامة.

المطلب الثاني: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة العقلية وأهميتها في تحقيق الصحة النفسية.

دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة العقلية والنفسية

يكتسب الممارس للرياضة المدرسية الطلاقة النفسية التي تعد عامل مهم ومساعد على الاتزان النفسي مما يجعلنا نعتبرها مؤشر وعامل لتعزيز الصحة النفسية إذ تعمل على تدريب الممارس على مواجهة مختلف المشكلات التي تعترضه، أين يضحى قادرا على التعامل معها مما يجنبه الدخول في مرحلة الأزمة النفسية وهو الأمر الذي يقوي المناعة النفسية لديه عن طريق تعزيز صحته النفسية.²⁸

بمعنى أن ممارسة النشاط الرياضي والبدني يكسب الجسم والنفس القدرة على مواجهة الأزمات والصعوبات مما يزيد من اتزانه النفسي، الأمر الذي يساعده على تحقيق رغباته وطموحاته في مختلف المجالات.

الأفراد من خلال الأنشطة البدنية والرياضية عن شعورهم، ويحاولون تحقيق حاجاتهم ورغباتهم التي يبحث يعبر عنها ومن ثم خلق نوع من الاتزان النفسي.²⁹

²⁸ صلات بن محمد الصغير التكيف الاجتماعي للطلاب الوافدين، دراسة تحليلية مطبقة على الطلاب الوافدين في جامعة الملك سعود بالرياض. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، المجلد 13 ، العدد 1 ، (2021). ص 30 - 53
²⁹ السيد عثمان فاروق، سيكولوجية العولمة. مصر: دار الأمين، القاهرة 2006.

العقل السليم في الجسم السليم، هي حكمة قديمة قدم البشرية، والدراسات المعاصرة أثبتت صدقها، فالطفل الصحيح البنية الممتلئ حيوية ونشاط يستطيع أن يواجه المشكلات اليومية ويحلها بسهولة. ويستطيع أن يقاوم القلق والمخاوف أكثر من الطفل المعتل الصحة. كما أنه سيتمكن من أداء الواجبات المطلوبة منه في سهولة، فيشعر بقدرته وثقته في نفسه، وبالتالي يشعر بالطمأنينة. إن ضعف الحيوية يؤثر على ثقة الطفل بنفسه، وذلك لعدم قدرته على عمل ما هو مطلوب منه، وهو يجد صعوبة في التوافق ويشعر بأن الدنيا صعبة، وأن كل الناس تكرهه.³⁰

تلعب الرياضة مهما كان نوعها دورا كبيرا في ترسيخ مجموعة من القيم والمهارات والقدرات لدى ممارسها إذ لا تكتفي فقط بتعديل السلوك لدى الممارس بل تتعداه في الكثير من الأحيان إلى تغيير سلوكياته، لذلك غالبا ما ينصح الأفراد بممارسة الرياضة من أجل الإقلاع عن عادات سيئة أو تغيير سلوك معين مثل: التدخين أو إدمان المخدرات، الكحول، إدمان شبكة الانترنت كإدمان مواقع التواصل الاجتماعي أو الألعاب الالكترونية.

قد نعتقد للوهلة الأولى أن النشاط البدني والرياضي له تأثير فقط على الجانب الجسمي أو العضوي، لكن كل الدراسات الحديثة بينت مدى ارتباط وفعالية هذه النشاطات على الجانب

³⁰ د، كلير فهميم، الصحة النفسية في مراحل العمر المختلفة، مكتبة انجلو المصرية ، مصر 2007 ، ص20

النفسي من حيث زيادة الثقة بالنفس، التخلص من مشاعر الغضب، الإنهاك النفسي، القلق، وزيادة القدرة على التركيز والانتباه.

نقدم كمثال نتائج دراسة أحمد يحيوي 2014 التي أظهرت تفوق التلاميذ الممارسين للتربية البدنية من الجنسين على التلاميذ غير الممارسين في الأبعاد التالية: دافعية الانجاز الرياضي، الثقة بالنفس، القدرة على الاسترخاء والقدرة على مواجهة القلق. كما أن هناك فروق دالة إحصائياً بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية ذكورا وإناثاً في أبعاد التوافق النفسي التالية: التحرر من الميل إلى الانفراد، الحالة الانفعالية، الاعتماد على النفس، المهارات الشخصية، الإحساس بقيمة الذات والحالة الصحية. وذلك لصالح التلاميذ الممارسين للتربية البدنية ذكورا وإناثاً.³¹

المطلب الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة الاجتماعية.

دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة الاجتماعية.

التربية البدنية والرياضية عند شارلز بيوكر هي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والانفعالية والاجتماعية وذلك من خلال ممارسة ألوان النشاط البدني والرياضي، والتربية الرياضية تستفيد من المعطيات الانفعالية والوجدانية المصاحبة لممارسة

³¹ أحمد يحيوي. دور التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي دراسة ببعض ثانويات وليات عين تيموشنت. المجلة العلمية لعلوم وتقنيات- لأنشطة البدنية والرياضية، العدد 11، 2014. ص 121 – 146.

النشاط البدني في تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج بهدف التوازن النفسي والتكيف الاجتماعي للفرد مع مجتمعه.

إن العلاقات الاجتماعية جد مهمة لتعزيز الصحة النفسية للفرد حيث أنها تخرجه من دائرة الانطواء عن النفس إلى عملية التعاون والمشاركة وهي عمليات من شأنها تعزيز الثقة بالنفس وبالأخر ما يجعله يتمتع بصحة نفسية عالية، خاصة وأن العلاقات تعد مؤشر يتحكم في الصحة النفسية على اعتبار أن الفرد هو كائن اجتماعي يتبادل المعلومات والخبرات عن طريق الآخرين، فالتفاعل الاجتماعي الذي يحدث لدى الفرد من خلال مشاركته في النشاطات البدنية. والرياضية مع أقرانه سواء كان ذلك في المدرسة أو خارجها يعمل على تطوير علاقاته الاجتماعية وبالتالي تحقيق تكيفه الاجتماعي.³²

إن للنشاط الرياضي بالغ الأثر في المشاركة الديمقراطية والتوجيه والإرشاد السليم. مما يؤدي إلى تماسك الجماعة، وحسن العلاقات والتعاون والتفاهم وإنكار الذات.

من جهة أخرى ممارسة الرياضة ووجود قائد في اللعبة يعلم الفرد النظام والانضباط للقوانين والقواعد، فهناك شخصاً يجب أن نحترمه ونتبع تعليماته، وهذا ينعكس إيجاباً على الأبوين في

³² منصورى عبد الحق، الإدماج الاجتماعي أقوى مؤشرات الصحة النفسية، 2024 ص 35

البيت والمعلم في المدرسة من خلال إسقاط قوانين اللعب في احترام القائد على المنزل، وبالتالي احترام وسماع كلمة الوالدين والمدرس على حد سواء .

تلعب ممارسة الرياضة دورا مهما في تنمية القيم الاجتماعية، وتعديل في بناء شخصية الطالب الممارس لها، ففتيح للطالب أن يتصرف في المواقف المختلفة التي يواجهها، مع ما يتفق وأبعاد الشخصية، فهي من أهم الوسائل الفاعلة لتحقيق النمو الجسمي، الذي يؤثر في جوانب النمو الأخرى، كما تهدف إلى تعميق المفهوم الأمثل للرياضة في صقل المواهب، وتهذيب النفوس، وتقويم السلوك، وإعداد الشخصية السوية المتوازنة.³³

من مظاهر تقويم سلوك الفرد الممارس للنشاطات الرياضية والبدنية هو أنه يصبح فردا متعاوناً في بيته مع والديه وإخوته، إذ يشعر بأن لكل شخص حقه، ولا بد من التعاون، والمشاركة، والعمل الجماعي، الأمر الذي يكفل التعاون بين جميع أفراد الأسرة، وبذلك تختفي روح الأنانية. ومن الصفات الجيدة التي يمكن أن يكتسبها الفرد من الرياضة لاسيما الطفل العديد من السلوكات الأخلاقية: كالصبر، الصدق، العدل، المحبة والتعاون، والتي يقتبسها بشكل تلقائي من خلال قوانين النشاط الرياضي أو البدني الممارس.³⁴

³³ محمود حمدي شاكر. النشاط المدرسي ماهيته وأهميته. دار الأندلس، المملكة العربية السعودية 1997..
³⁴ المرجع السابق .

خلاصة الفصل:

تلعب التربية البدنية دورًا حيويًا في تحقيق الكفاءة البدنية والذهنية للأفراد. من خلال الأنشطة الرياضية المنظمة، يتم تعزيز اللياقة البدنية، وتحسين المهارات الحركية، وزيادة القدرة على التحمل. تساهم التربية البدنية أيضًا في تنمية الانضباط الذاتي، والعمل الجماعي، والروح الرياضية. علاوة على ذلك، تساعد على تقليل التوتر وتعزيز الصحة النفسية، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي والمهني.

الجانب التطبيقي

المبحث الأول: الإجراءات المنهجية للدراسة:

المطلب الأول: منهج الدراسة:

بما أننا في دراستنا هذه نسعى إلى جمع معلومات حول دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلميذ المدرسة الابتدائية فإن هذه الدراسة تتدرج ضمن البحوث الوصفية التي تهتم بشرح وتوضيح الأحداث والمواقف المختلفة المعبرة عن ظاهرة أو مجموعة ظواهر مهمة ومحاولة تحليل الواقع الذي تدور فيه تلك الأحداث والوقائع.

وقد استعملناه في دراستنا لوصف مدى الكفاءة التي يصلها التلميذ عند تطبيقه للتربية البدنية

المنهج الوصفي: يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى وكلاهما متعلق بدراسة المشكلات المتعلقة بالمجالات الإنسانية وما زال هو الأكثر استخداماً حتى الآن.¹

¹ غرابية فوزي وآخرون، أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، 2010 ص 33

المطلب الثاني: ادوات جمع البيانات:

تعرف مناهج البحوث الاجتماعية عدة طرق في جمع المعلومات كأدوات منهجية للحصول على بيانات المواضيع المدروسة، وقد اعتمدنا هذا:

الملاحظة: قصد بالملاحظة المشاهدة والمراقبة الدقيقة لسلوك أو ظاهرة معينة، وتسجيل الملاحظات والبيانات، والاستعانة بأساليب الدراسة المناسبة لطبيعة ذلك السلوك أو تلك الظاهرة، بهدف تحقيق أفضل النتائج والحصول على أدق المعلومات، ويستعين الباحث بحواسه وتوجيهها لمشاهدة ومتابعة السلوكيات أو الظواهر المعنية بالبحث وتسجيل جميع جوانب هذه الظواهر وخصائصها، كما تعتمد طريقة الملاحظة على قابلية الباحث العلمي وقدرته على الصبر والانتظار فترات مناسبة، ليتمكن من تسجيل ورصد المعلومات التي سيستفيد منها في البحث الخاص بها².

وقد استعملنا عنصر الملاحظة من طرف الاساتذة المدرسين لمادة التربية البدنية و اعتمدنا على ملاحظتهم للتلاميذ ومدى تأثير التربية البدنية على كفاءتهم

². سيف الدين، هدى برهان. أساسيات البحث العلمي. مقال منشور في بوابة البحث، (2017) https://www.researchgate.net/publication/316579428_asasyat_albtht_allmy

الاستبيان: هو تلك القائمة من الأسئلة التي يحضرها الباحث بعناية في تعبيرها عن الموضوع المبحوث في إطار الخطة الموضوعية، لتقدم للمبحوث من أجل الحصول على اجابات تتضمن المعلومات والبيانات المطلوبة، لتوضيح الظاهرة المدروسة³.

وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين يتم وضعها في استمارة.

استهدفت الدراسة دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية وهي المعلومات التي يمكن الوصول اليها من خلال الاستمارة بحيث تم تقسيمها إلى ثلاث محاور وهي كاللآتي:

المحور الأول: البيانات الشخصية ويتضمن 03 أسئلة: الجنس، السن، المستوى التعليمي،

المحور الثاني: اقبال التلاميذ على التربية البدنية ويتضمن 09 اسئلة.

المحور الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة، ويتضمن 06 اسئلة

1-2- مجالات الدراسة:

المجال المكاني: قمنا بهذه الدراسة الميدانية في 5 ابتدائيات بلدية عين سيدي علي بدائرة افلو ولاية الأغواط .

المجال البشري: يتمثل مجتمع البحث في معلمي التربية البدنية بهذه المدارس الابتدائية.

³ امين ساعاتي: تبسيط كتابة البحث العلمي من بكالوريوس ثم الماجستير وحتى الدكتوراه، ط1، جدة، 1991م. ص 78

المجال الزمني: ابتدأنا في هذه المذكرة منذ الالتقاء الاول بالأستاذ المشرف في حصة الاشراف التي كانت تقام اسبوعيا منذ تاريخ 24 جانفي 2024م.

ثم قمنا بالدراسة الميدانية في الفترة الممتدة بين 28 أفريل الى 15 ماي 2024م وهي فترة توزيع الاستبيان واسترجاعه وتفريغه.

المطلب الثالث: عينة الدراسة:

اسلوب العينة: ويعتمد على اختيار عينة من المجتمع المدروس ويتم ذلك باستخدام الطرق العلمية التي تمكنه من اختيار عينة ممثلة من المجتمع المدروس، وهو اسلوب أكثر شيوعا او استعمالا في مجال العلوم الاجتماعية.

ويقصد بالعينة على انها تمثل جزءا من مجتمع الدراسة من حيث الخصائص والصفات، ولدى فبدلا من ان يلجأ الباحث الى دراسة كل وحدات المجتمع، وهي قد تكون كبيرة جدا، مما يصعب دراستها، فانه يلجأ الى دراسة عينة مصغرة للمجتمع تعينه عن دراسة كافة وحدات المجتمع وتكون ممثلة تمثيلا حقيقيا بتجمع البحث⁴.

اخترنا 5 أساتذة من 5 ابتدائيات بلدية سيدي علي بافلو كعينة دراسة.

⁴ مريم قويدري: اثر الالعاب الالكترونية على سلوكيات الأطفال، مذكرة نيل شهادة ماجستير، جامعة الجزائر، 2011م، ص28

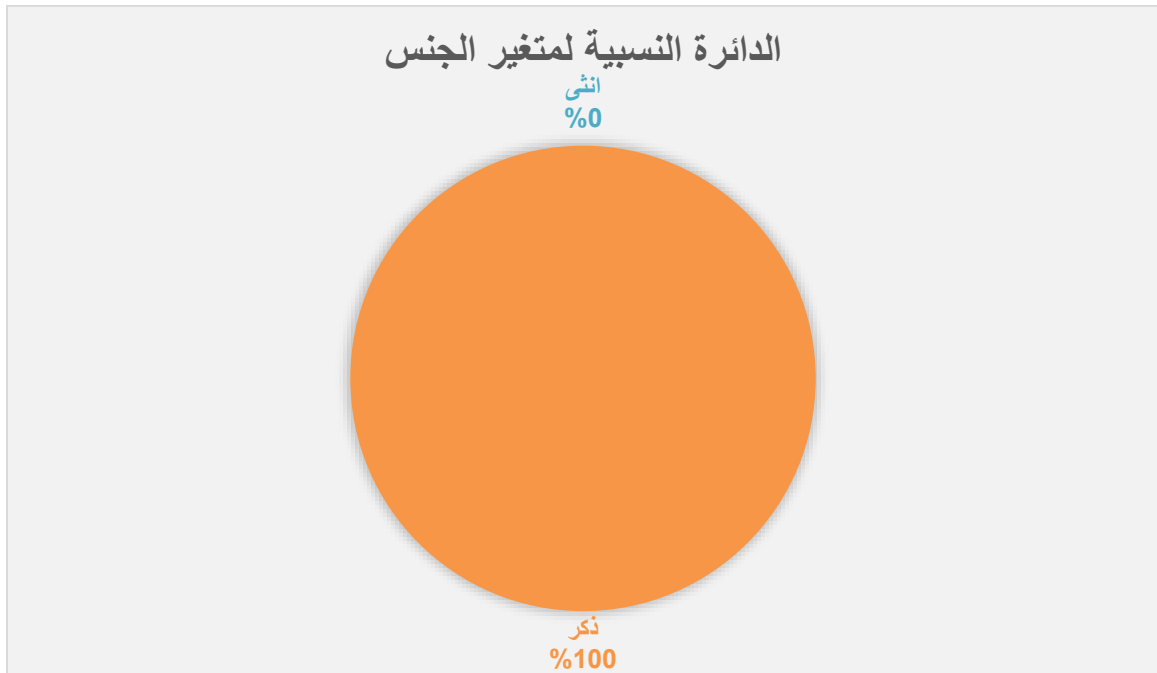
المبحث الثاني: تفريغ البيانات:

المحور الأول: البيانات الشخصية
جدول رقم (1): خاص بمتغير الجنس.

النسبة	التوزيع	
% 100	5	ذكر
% 00	0	أنثى
% 100	5	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم 01:

يبين الجدول رقم 01 أن نسبة المعلمين الذكور في هذه الابتدائيات 100 أي لا يوجد أي انثى معلمة للتربية البدنية.

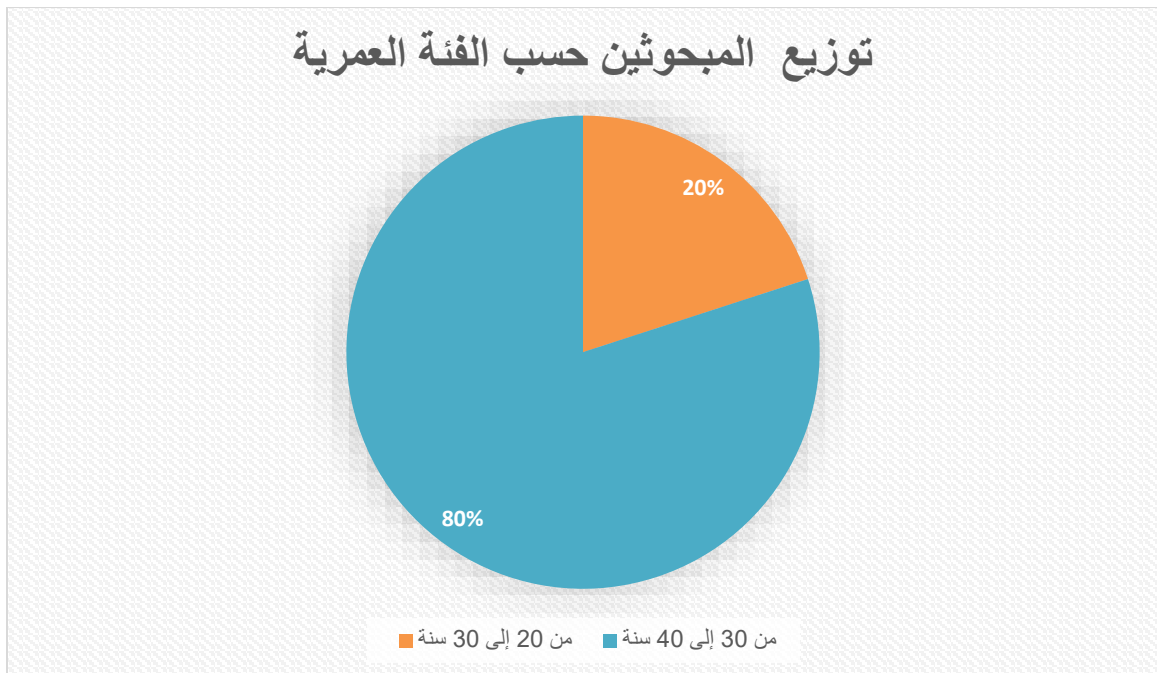


جدول رقم (02) يبين توزيع المبحوثين حسب الفئة العمرية

النسبة	التوزيع	
20%	01	من 20 إلى 30 سنة
80%	04	من 30 إلى 40 سنة
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم 02:

يبين الجدول اعلاه ان فئة الشباب الذين تتراوح اعمارهم بين 30 الى 40 سنة هم الفئة المهيمنة على تعليم التربية البدنية بنسبة 80% فيما كانت نسبة الذين كانت أعمارهم اقل من 20 سنة 20% فقط ما يعادل شخص واحد من بين 5 اشخاص

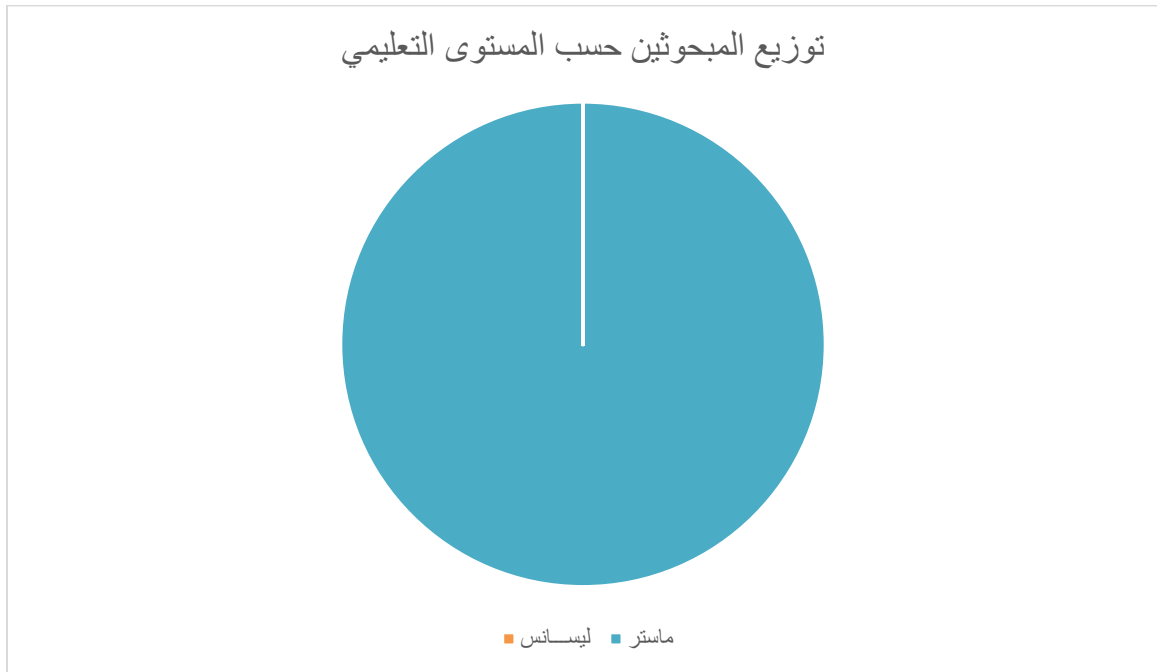


جدول رقم (03) يبيّن توزيع المبحوثين حسب المستوى التعليمي

النسبة	التكرار	المستوى التعليمي
0%	0	ليسانس
100%	5	ماستر
% 100	5	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم 03:

يثبت الجدول اعلاه انا كل المعلمين للتربية المدنية متحصلين على شهادة ماستر بنسبة %100



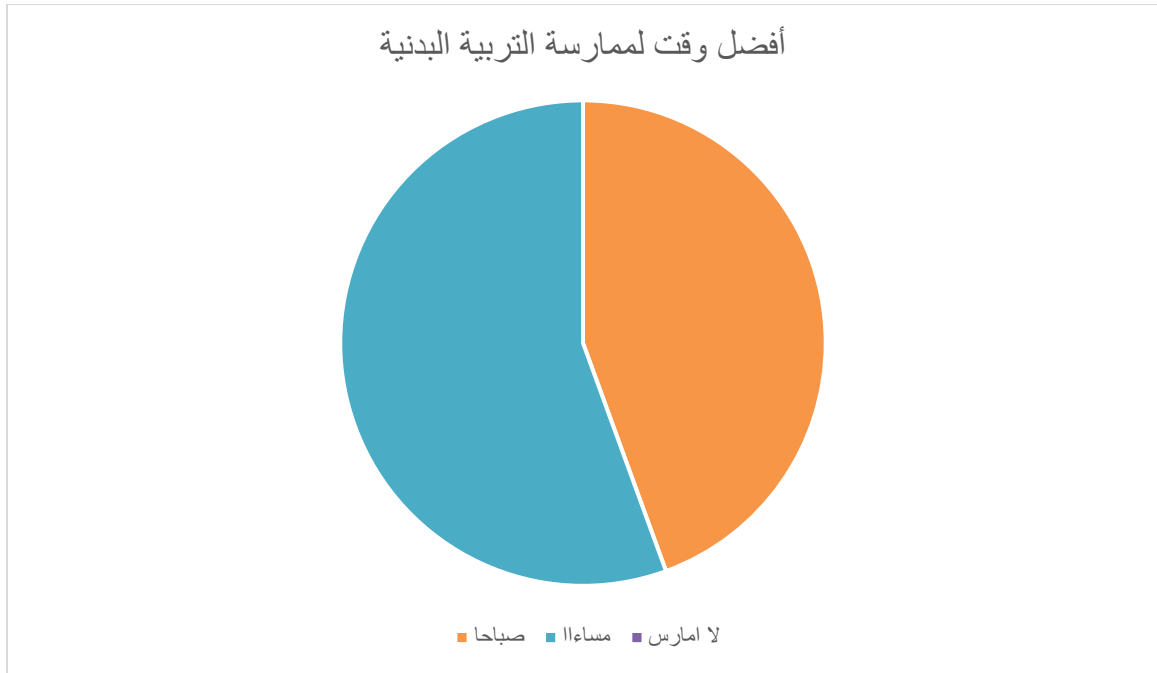
المحور الثاني: اقبال التلاميذ على التربية البدنية:

الجدول رقم (04): أفضل وقت لممارسة التربية البدنية

النسبة	التكرار	الوقت
80%	04	صباحا
20%	01	مساء
00	00	لا مارس
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم (04):

يبين الجدول اعلاه ان نسبة 80 % من المبحوثين يعتبرون ان فترة الصباح هي افضل وقت لممارسة الرياضة ، فيما يفضل 20% الباقية فترة المساء .

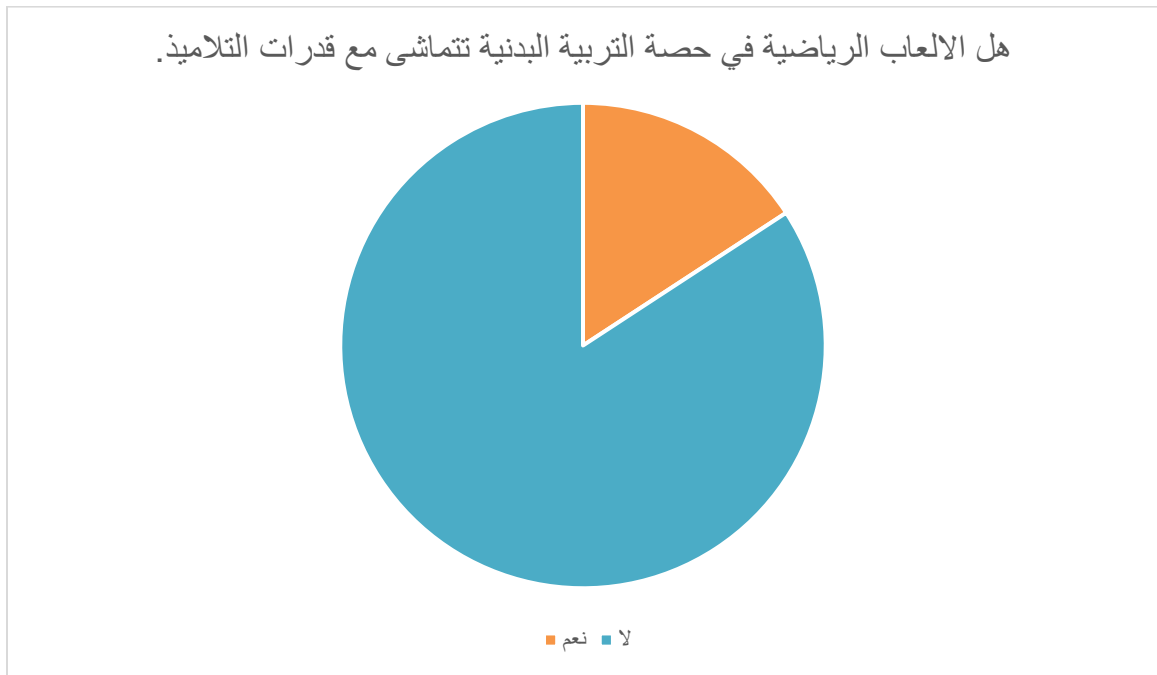


الجدول رقم (05): هل الالعاب الرياضية في حصة التربية البدنية تتماشى مع قدرات التلاميذ .

النسبة	التكرار	الاجابة
60%	03	نعم
40%	02	لا
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم (05):

يبين الجدول اعلاه ان 60% من المبحوثين يعتبرون ان الالعاب الرياضية المستخدمة في حصة التربية البدنية تتماشى مع قدرات التلاميذ، فيما اعتبر 40% منهم انها لا تتماشى مع قدرات التلاميذ وكان تبريرهم كالتالي: وجود فروقات فردية بين التلاميذ واختلاف قدراتهم الجسمية والصحية. وهذا ما يوضحه الشكل الاتي:



الجدول رقم (06): هل تعتبر الالعب الرياضية التربوية المقترحة اثناء حصة التربية البدنية والرياضية هامة للتلاميذ.

النسبة	التكرار	الاجابة
100%	05	نعم
00%	00	لا
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم (06):

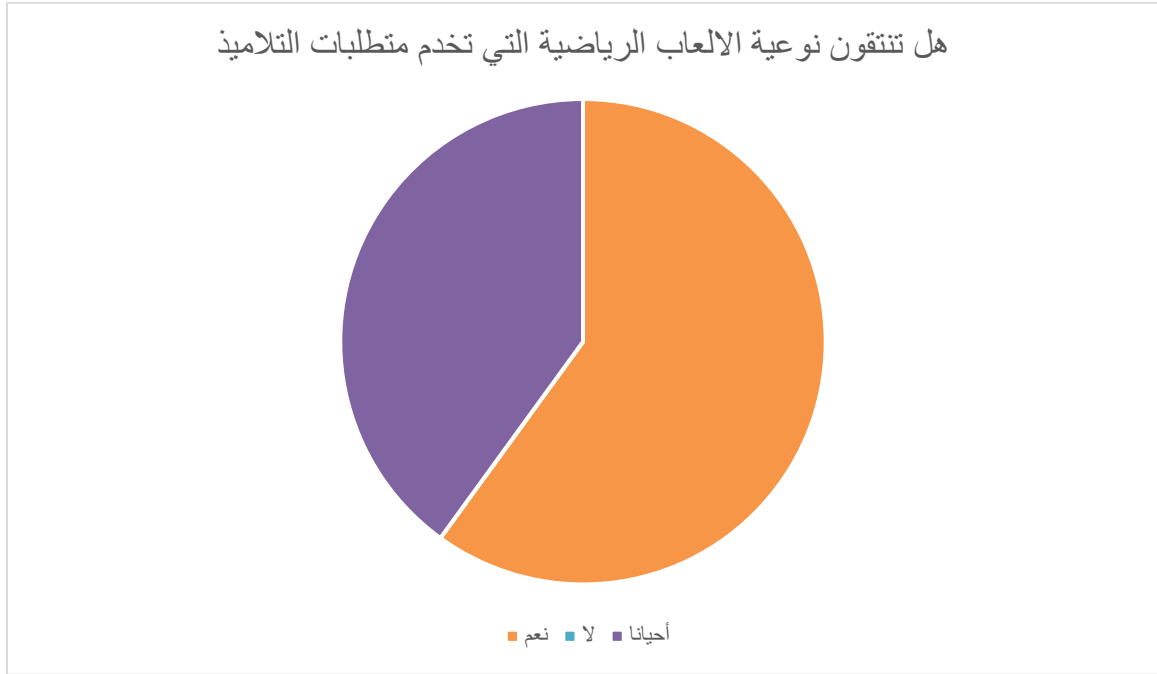
لقد اتفق جميع المبحوثين على ان الالعب الرياضية المقترحة اثناء حصة التربية البدنية هامة للتلاميذ بنسبة 100%.

الجدول رقم (07): هل تنتقون نوعية الالعب الرياضية التي تخدم متطلبات التلاميذ؟

النسبة	التكرار	الاجابة
60%	03	نعم
00%	00	لا
%40	02	احيانا
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم (07):

يبين الجدول اعلاه ان 60% من المبحوثين ينتقون نوعية الألعاب الرياضية المناسبة لمتطلبات التلاميذ، فيما يرى 40% الباقية انه أحيانا فقط ينتقون الألعاب التي تخدم كتطلبات التلاميذ، وهذا مايبينه الشكل التالي:



الجدول رقم (08): هل يقبل تلاميذ المرحلة الابتدائية على الرياضة البدنية

النسبة	التكرار	الإجابة
100%	05	نعم
00%	00	لا
%00	00	أحيانا
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم 08:

يبين الجدول أعلاه ان نسبة 100% من المبحوثين يرون ان تلاميذ المرحلة الابتدائية يقبلون على ممارسة التربية البدنية.

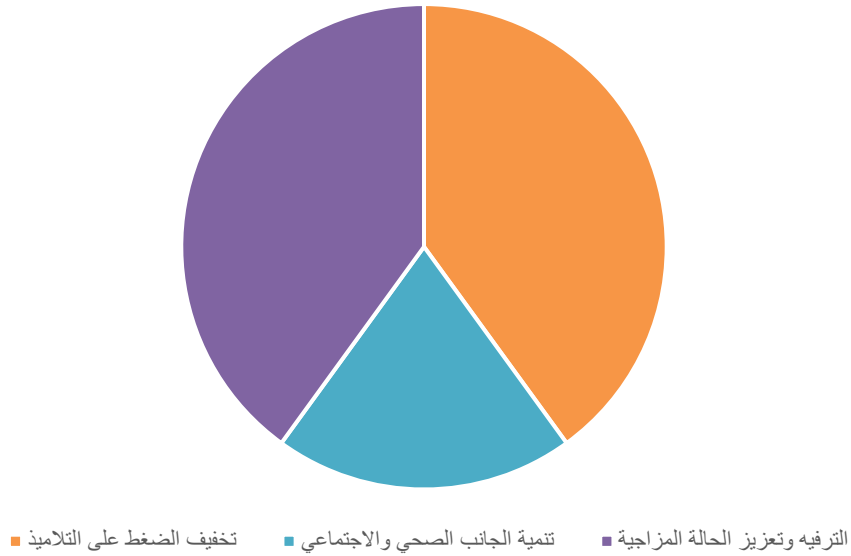
الجدول رقم (09): ماهي النتائج التي تحققت في حصة التربية البدنية؟

النسبة	التكرار	الاجابة
40%	02	تخفيف الضغط على التلاميذ
20%	01	تنمية الجانب الصحي والاجتماعي
40%	02	الترفيه وتعزيز الحالة المزاجية
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم (09):

يبين الجدول أعلاه ان نسبة 40% من المبحوثين يرون ان من اهم النتائج التي تحققت في حصة التربية البدنية هي تخفيف الضغط على التلاميذ، فيما يرى 20% منهم ان حصة التربية البدنية تنمي الجانب الصحي والاجتماعي لدى التلاميذ، كما يرى 40% من المبحوثين ان حصة التربية البدنية ترفه وتعزز الحالة المزاجية للتلاميذ، وهذا مايبينه الشكل التالي:

ماهي النتائج التي تحققتا الالعب الرياضية في حصة التربية البدنية



الجدول رقم (10): هل تساهم التربية البدنية في رفع معنويات التلميذ

الاجابة	التكرار	النسبة
نعم	05	100%
لا	00	00%
المجموع	05	% 100

تحليل وتفسير الجدول رقم (10):

يبين الجدول أعلاه ان كل المبحوثين اتفقو على ان التربية البدنية تساهم في رفع معنويات

التلميذ بنسبة %100.

الجدول رقم (11): هل ترى ان التربية البدنية تحفز التلاميذ على الدراسة؟

الاجابة	التكرار	النسبة
نعم	05	100%
لا	00	00%
المجموع	05	% 100

تحليل وتفسير الجدول رقم (11):

يؤكد المبحوثين بنسبة 100% ان التربية البدنية تحفز التلاميذ على الدراسة وهذا ما بينه الجدول اعلاه.

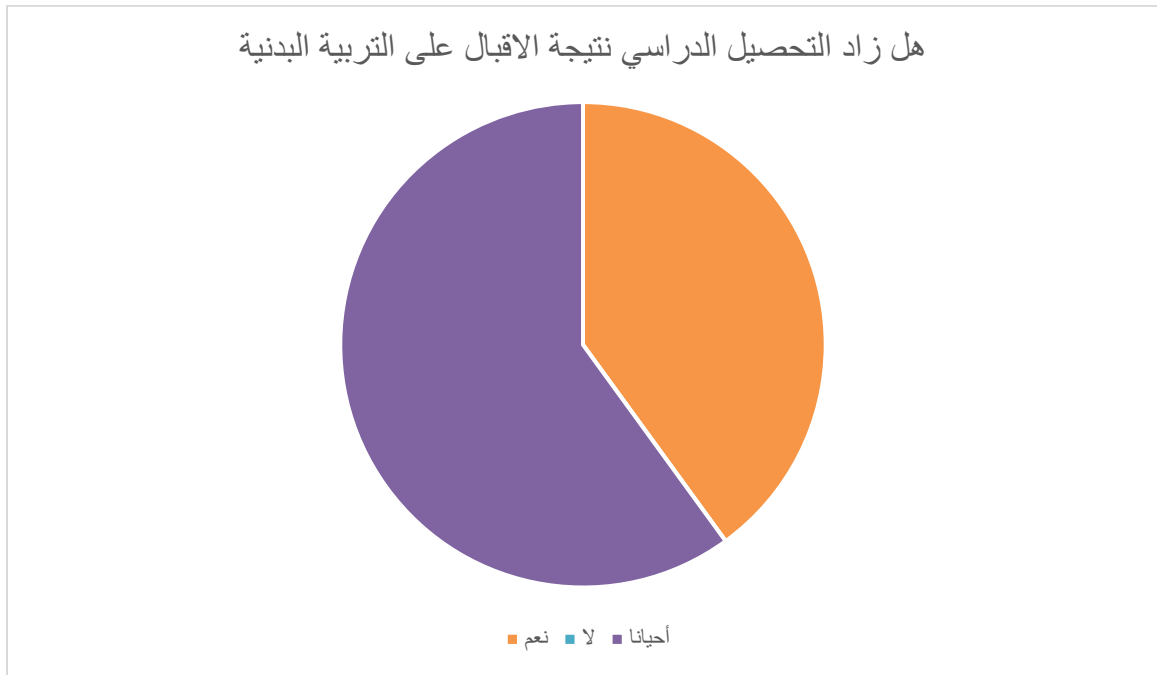
الجدول رقم (12): هل زاد التحصيل الدراسي نتيجة الاقبال على التربية البدنية؟

الاجابة	التكرار	النسبة
نعم	02	40%
لا	00	00%
احيانا	03	%60
المجموع	05	% 100

تحليل وتفسير الجدول رقم 12:

يبين الجدول اعلاه ان 40% يرون ان الاقبال على التربية البدنية يزيد من التحصيل الدراسي، فيما يرى 60% فقط انه احيانا فقط يزيد التحصيل الدراسي نتيجة الاقبال على التربية البدنية.

وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



المحور الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة

الجدول رقم (13): كيف تؤثر التربية البدنية على الجانب العلمي والنفسي للتميذ؟

النسبة	التكرار	الاجابة
100%	05	بالسلب
00%	00	بالايجاب
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم 13:

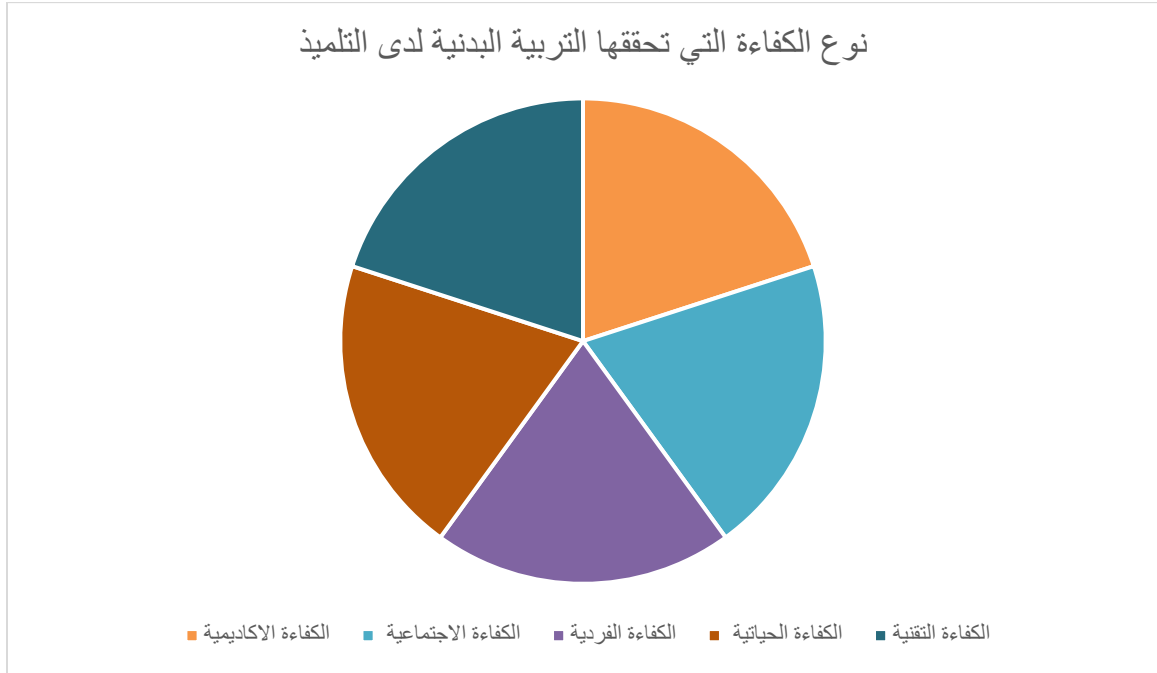
يبين الجدول أعلاه ان 100% من البحوثين يرون التربية البدنية تؤثر بالإيجاب على التلاميذ على الصعيد النفسي والعلمي للتلاميذ.

الجدول رقم (14): نوع الكفاءة التي تحققها التربية البدنية لدى التلميذ

النسبة	التكرار	الاجابة
20%	01	الكفاءة الاكاديمية
20%	01	الكفاءة الاجتماعية
%20	01	الكفاءة الفردية
%20	01	الكفاءة الحياتية
%20	01	الكفاءة البدنية
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم (14):

يبين الجدول أعلاه ان نسبة الكفاءات المطروحة متساوية بنسبة 20% لكل واحدة مما يدل على ان التربية البدنية تحقق جميع الكفاءات لدى التلميذ. وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



الجدول رقم (15): هل تساهم الكفاءة في قدرة التلاميذ على التفاعل بشكل إيجابي مع زملائهم وبيئتهم المدرسية؟

الاجابة	التكرار	النسبة
نعم	05	100%
لا	00	00%
المجموع	05	% 100

تحليل وتفسير الجدول 15:

يبين الجدول أعلاه ان جميع المبحوثين قد اجابو بنعم تساهم الكفاءة في قدرة التلميذ على التفاعل بشكل إيجابي مع زملائهم وبيئتهم الدراسية بنسبة 100%.

الجدول رقم (16): هل تساهم التربية البدنية في تحقيق الكفاءة العقلية والنفسية لدى التلميذ؟

الاجابة	التكرار	النسبة
نعم	05	100%
لا	00	00%
المجموع	05	% 100

تحليل وتفسير الجدول 16:

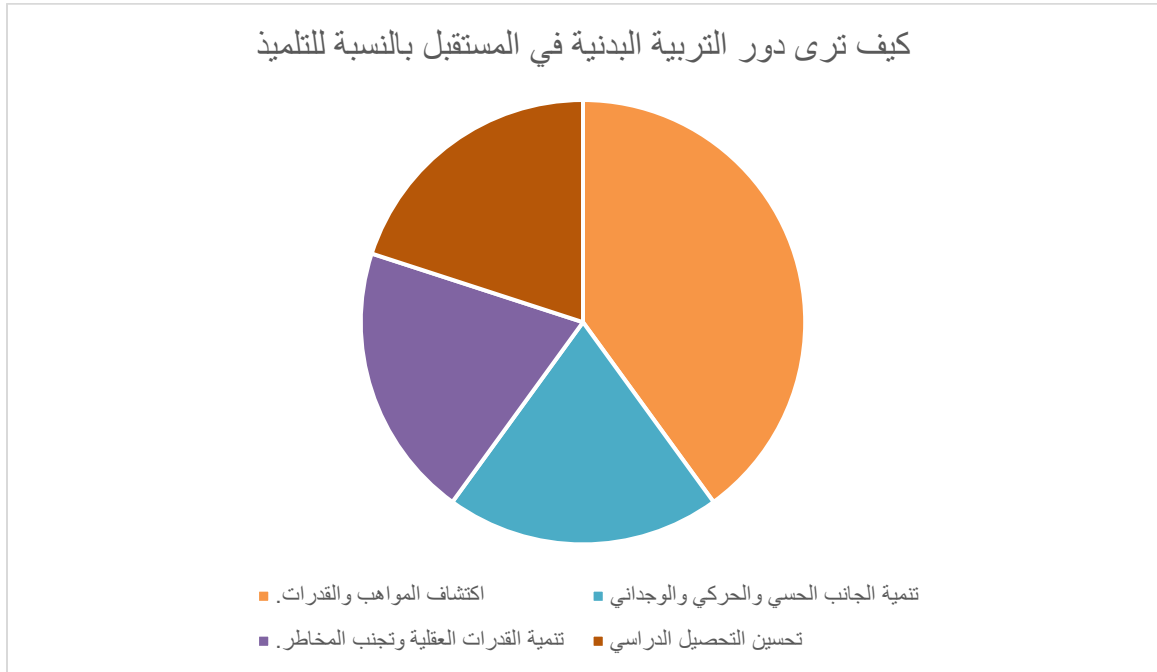
اتفق كل المبحوثين ان التربية البدنية تساهم في تحقيق الكفاءة العقلية والنفسية لدى التلميذ بنسبة 100%.

الجدول رقم (17): في رأيك كيف ترى دور التربية البدنية في المستقبل بالنسبة للتلميذ؟

الاجابة	التكرار	النسبة
اكتشاف المواهب والقدرات	02	40%
تنمية الجانب الحسي والحركي والوجداني	01	20%
تنمية القدرات العقلية وتجنب المخاطر	01	20%
تحسين التحصيل الدراسي	01	20%
المجموع	05	% 100

تحليل وتفسير الجدول رقم 17:

يبين الجدول أعلاه ان نسبة 40% من المبحوثين يعتقدون ان دور التربية البدنية يتمثل في اكتشاف المواهب والقدرات لدى التلميذ، فيما انقسمت النسب بشكل متساوي على ان دور التربية البدنية يحقق تنمية الجانب الحسي والحركي والوجداني للتلميذ بنسبة 20%، وتحقق تنمية القدرات العقلية وتجنب مخاطر الوقوع في خطر الافات الاجتماعية وهي بنسبة 20% ايضا، فيما تشابهت النسبة ايضا حول دور التربية البدنية في تحسين المستوى الدراسي وهي 20% ايضا. وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



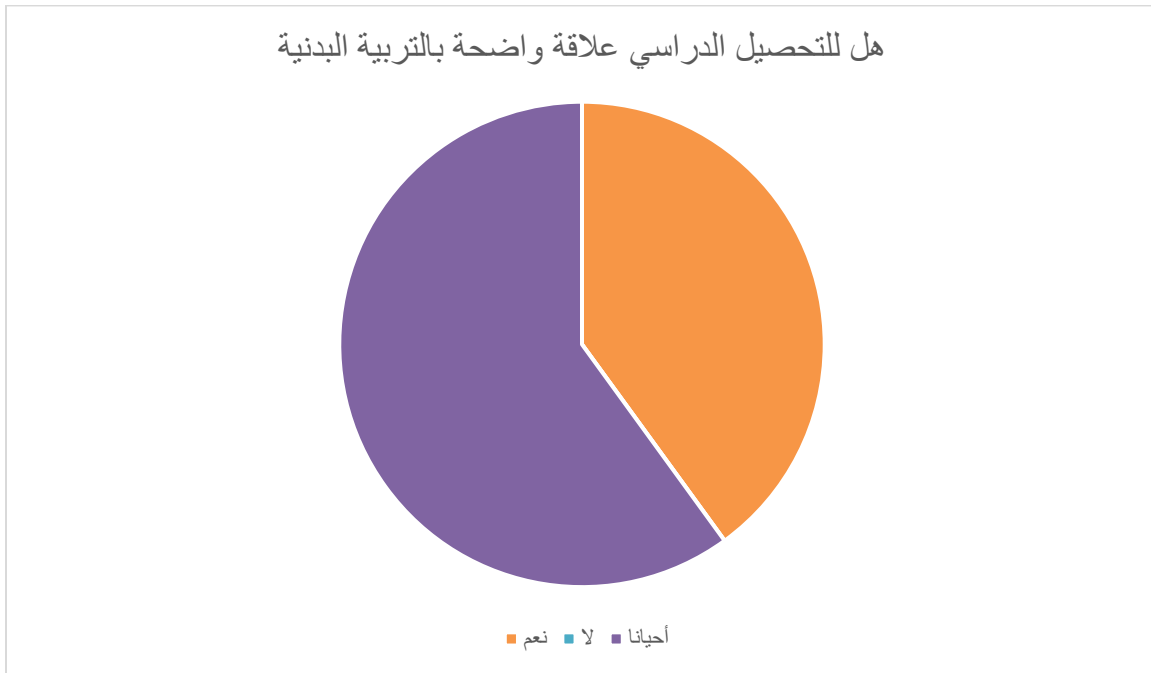
الجدول رقم (18): هل للتحصيل الدراسي علاقة واضحة بالتربية البدنية؟

النسبة	التكرار	الاجابة
40%	02	نعم
00%	00	لا
%60	03	احيانا
% 100	05	المجموع

تحليل وتفسير الجدول رقم 18:

يبين الجدول اعلاه ان 40% يرون ان للتحصيل الدراسي علاقة واضحة بالتربية البدنية، فيما يرى 60% فقط انه احيانا فقط يكون للتحصيل الدراسي علاقة بالتربية البدنية. وهذا ما يوضحه

الشكل التالي:



النتائج العامة

يبين الجدول رقم 01 أن نسبة المعلمين الذكور في هذه الابتدائيات 100 أي لا يوجد أي انثى معلمة للتربية البدنية. وقد بين الجدول 02 ان فئة الشباب الذين تتراوح اعمارهم بين 30 الى 40 سنة هم الفئة المهيمنة على تعليم التربية البدنية بنسبة 80% فيما كانت نسبة الذين كانت أعمارهم اقل من 20 سنة 20% فقط ما يعادل شخص واحد من بين 5 اشخاص، كما يثبت الجدول رقم 03 ان كل المعلمين للتربية المدنية متحصلين على شهادة ماستر بنسبة 100% كما اعتبر المبحوثين ان فترة الصباح هي افضل وقت لممارسة الرياضة بنسبة 80 % من المبحوثين فيما يفضل 20% الباقية فترة المساء. ولقد اتفق جميع المبحوثين على ان الالعاب الرياضية المقترحة اثناء حصة التربية البدنية هامة للتلاميذ بنسبة 100%.

يشير الجدول رقم 06 ان 60% من المبحوثين ينتقون نوعية الألعاب الرياضية المناسبة لمتطلبات التلاميذ، فيما يرى 40% الباقية انه أحيانا فقط ينتقون الألعاب التي تخدم كتطلبات التلاميذ، وقد اتضح في الجدول رقم 07 ان نسبة 100% من المبحوثين يرون ان تلاميذ المرحلة الابتدائية يقبلون على ممارسة التربية البدنية. كما تبين نتائج الجدول رقم 08 ان 40 من المبحوثين يرون ان من اهم النتائج التي تحققها حصة التربية البدنية هي تخفيف الضغط على التلاميذ، فيما يرى 20% منهم ان حصة التربية البدنية تنمي الجانب الصحي

والاجتماعي لدى التلاميذ، كما يرى 40% من المبحوثين ان حصة التربية البدنية ترفه وتعزز الحالة المزاجية للتلاميذ،

وهذا ما اثبته الجدول رقم 09 حيث ان كل المبحوثين اتفقوا على ان التربية البدنية تساهم في رفع معنويات التلميذ بنسبة 100%. كما اكد المبحوثين ان نسبة 100% يرون ان التربية البدنية تحفز التلاميذ على الدراسة ، وقد رأى 40% ان الاقبال على التربية البدنية يزيد من التحصيل الدراسي، فيما يرى 60% فقط انه احيانا فقط يزيد التحصيل الدراسي نتيجة الاقبال على التربية البدنية. يبين الجدول رقم 11 ان 100% من المبحوثين يرون التربية البدنية تؤثر بالإيجاب على التلاميذ على الصعيد النفسي والعلمي للتلاميذ. بينما اثبت الجدول 12 ان نسبة الكفاءات المطروحة متساوية بنسبة 20% لكل واحدة مما يدل على ان التربية البدنية تحقق جميع الكفاءات لدى التلميذ، كما ان المعلمين رأوا أن الكفاءة تساهم في قدرة التلميذ على التفاعل بشكل إيجابي مع زملائهم وبيئتهم الدراسية بنسبة 100%.، وقد اتفق كل المبحوثين ان التربية البدنية تساهم في تحقيق الكفاءة العقلية والنفسية لدى التلميذ بنسبة 100%، كما ان 40% من المبحوثين يعتقدون ان دور التربية البدنية يتمثل في اكتشاف المواهب والقدرات لدى التلميذ، فيما انقسمت النسب بشكل متساوي على ان دور التربية البدنية يحقق تنمية الجانب الحسي والحركي والوجداني للتلميذ بنسبة 20%، وتحقق تنمية القدرات العقلية وتجنب مخاطر الوقوع في خطر الافات الاجتماعية وهي بنسبة 20% ايضا، فيما تشابهت النسبة

ايضا حول دور التربية البدنية في تحسين المستوى الدراسي وهي 20% ايضا. وفي الاخير 40% من المعلمين يرون ان للتحصيل الدراسي علاقة واضحة بالتربية البدنية، فيما يرى 60% فقط انه احيانا فقط يكون للتحصيل الدراسي علاقة بالتربية البدنية.

الخاتمة

خاتمة:

في ختام هذه الدراسة، يتضح أن التربية البدنية ليست مجرد نشاط ترفيهي بل هي عنصر حيوي وأساسي في بناء شخصية التلاميذ في المدارس الابتدائية. من خلال تحليل دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة الشاملة، يتبين أنها تسهم بفعالية في تحسين الصحة الجسدية والنفسية، وتطوير المهارات الحركية، وتعزيز القيم الاجتماعية.

الدراسة الميدانية في ابتدائيات بلدية عين سيدي عيسى أكدت على الأثر الإيجابي الكبير للتربية البدنية على التلاميذ، مما يشير إلى أهمية تعزيز ودعم هذه البرامج. إن زيادة عدد حصص التربية البدنية، وتنوع الأنشطة، وتدريب المعلمين بشكل مناسب، هي خطوات أساسية لضمان استفادة جميع التلاميذ من هذه البرامج.

بناءً على نتائج الدراسة، يمكن القول بأن الاستثمار في التربية البدنية هو استثمار في مستقبل الأطفال والمجتمع ككل. إذ تساهم التربية البدنية في بناء جيل صحي، متوازن، وملتزم بالقيم الاجتماعية الإيجابية. لذا، من الضروري أن تتبنى المؤسسات التعليمية والمجتمعية سياسات تدعم وتطور التربية البدنية لتحقيق أهدافها النبيلة في بناء كفاءات شاملة ومتكاملة لدى التلاميذ.

التوصيات :

1. **تكثيف البحوث والدراسات** : لمواصلة استكشاف الفوائد الطويلة الأمد للتربية البدنية وتأثيرها على مختلف جوانب الحياة.

2. **تعزيز الوعي بأهمية التربية البدنية** : بين أولياء الأمور والمجتمع لتشجيع دعمهم ومشاركتهم الفعالة.

3. **تطوير البنية التحتية** : توفير مرافق رياضية متكاملة وآمنة في جميع المدارس لضمان تنفيذ برامج التربية البدنية بفعالية.

بتطبيق هذه التوصيات، يمكننا ضمان أن تظل التربية البدنية جزءًا لا يتجزأ من التعليم الأساسي، مما يساعد في تحقيق نمو شامل ومتوازن لأجيال المستقبل.

المراجع

المراجع:

الكتب:

- أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضة (ط2) دار الفكر العربي، القاهرة 1979 ص 137.
- أمين انور الخوالي، التربية الحركية للطفل، الدار العالمية للنشر والتوزيع، 1998 ص 35
- امين ساعاتي:تبسيط كتابة البحث العلمي من بكالوريوس ثم الماجستير وحتى الدكتوراه، ط1، جدة، 1991م. ص 78
- باهي مصطفى حسين، و أحمد حشمت حسين. 2006. التوافق النفسي و التوافق الوظيفي. مصر: الدار العالمية، القاهرة
- حسن حسين قاسم. علم النفس الرياضي والميداني و تطبيقاته في مجال التربية. بغداد: مطابع بغداد. 1990
- رابح تركي، اصول التربية والتعليم ،ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، 1989
- طيب نايت سليمان ،زعتوت عبد الرحمان، قوال فاطمة.. بيداغوجية المقاربة بالكفاءات مفاهيم بيداغوجية في التعليم. الجزائر، الجزائر: دار الأمل للطباعة والتوزيع . (2004)
- غرايبة فوزي وآخرون، أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، 2010 ص 33
- محمد حسن أبو عبية، المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف القاهرة، 19
- محمد الحماحمي، و أمين أنور الخولي. (. أسس بناء برامج التربية الرياضية . القاهرة: دار العربي.محمد بن ناصر،

- محمد الشحات ،التربية الرياضية نحو مفهوم جديد لتدريسالمواد والأنشطة، العلم والايمان للنشر والتوزيع ،المنصورة2007
- محمد العربي شمعون وعبد النبي جمائى، **التدريب العقلي والتنس**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995 ، ط 1، ص 35
- محمد صلاح الدين ،**اصول التربية والتعليم**، ديوان المطبوعات الجامعية 1995 ، الجزائر ، ط 2
- محمد مصطفى زيدان. 1990. النمو النفس ي للطفل والمراهق. جدة: دار الشروق جدة، ط 3.
- محمود حمدي شاكر. النشاط المدرس ي ماهيته وأهميته. المملكة العربية السعودية: دار الأندلس، المملكة العربية السعودية 1997
- نلسون، المرجع في طب الأطفال، إعداد وترجمة مجموعة من الأطباء دار المعاجم، دمشق 1995
- وزارة التربية الوطنية. (2005). **الكفاءات موعداك التربوي** (الإصدار 5). الجزائر: المركز الوطني للوثائق التربوية العدد 5 .

مقالات علمية :

- أحمد يحياوي. (2014). دور التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي دراسة ببعض ثانويات وليات عين تيموشنت. المجلة العلمية لعلوم وتقنيات- لأنشطة البدنية والرياضية، العدد 11، ص 121 - 146.

- د.مجلة وحدة البحث في تنمية وإدارة الموارد البشرية/ د. كشاط أنيس ،د برباش توفيق ، التحول من الكفاءة الفردية الى الكفاءة الجماعية ضمن الممارسات الحديثة لادارة الموارد البشرية ،ص 301 المجلد 08 العدد 02 ديسمبر 2017
- صلات بن محمد الصغير . التكيف الاجتماعي للط لاب الوافدين، دراسة تحليلية مطبقة على الطلاب الوافدين في جامعة الملك سعود بالرياض. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، المجلد 13 ، العدد 1 ، (2021) ص 30 - 53
- طلعت منصور إبراهيم قشقوش،دافعية الإنجاز وقياسها المجلد 02، مكتبة الانجلو القاهرة 1979،ص 110.
- المجلة الجزائرية للتربية ،المربي . (2006). *البيداغوجية الجديدة ، بيداغوجية الإدماج العدد5 (الإصدار 5)*. الجزائر: المركز الوطني للوثائق التربوية،يناير ،فبراير .
- أحمد أحسن. 2016. انعكاسات منهاج التربية البدنية والرياضية على تنشئة الاجتماعية في ظل التغير الثقافي للمجتمع الجزائري. المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 13 ، العدد 13 ، (1990 ص 86 - 1

مواقع الكترونية:

- د.يحيي سعد: التحصيل الدراسي مفهومه وأنواعه وأهميته والعوامل المؤثرة فيه، 2022/06/29، <https://drasah.com/Description.aspx?id=6240>
- سيف الدين، هدى برهان (2017). *أساسيات البحث العلمي*. مقال منشور في بوابة البحث، <https://www.sciegate.com>

رسائل جامعية:

- باعلي يمينة، بوخيرة حياة: أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (فيسبوك) على التحصيل الدراسي، مذكرة لنيل شهادة ماستر علم النفس تخصص علم النفس المدرسي، جامعة احمد دراية، ولاية ادرار 2020-2021، ص 25
- صالح سعيد ربوت التجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياض ي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي، دراسة ميدانية لتلاميذ المرحلة الثانوية بثانويات ولية تسمسليت، مذكرة لنيل شهادة الماجستير تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي. الجزائر: جامعة الجزائر، معهد التربية. 2009
- قنيش سعيد:الاتصال التربوي وعلاقاته بمستويات التحصيل الدراسي، مذكرة ماجستير في علم النفس العمل والتنظيم، جامعة احمد بن بلة وهران، 2012، ص 56
- محمد قمرأوي (2008 - 2009). المحددات النفسية وعلاقتها بالنجات الرياض ي دراسة ميدانية لعينة من الناجحين في الرياضة، دكتوراه دولة في علم النفس العام. الجزائر: جامعة وهران السانوية.
- مريم قويدري: اثر الالعاب الالكترونية على سلوكيات الأطفال، مذكرة نيل شهادة ماجيستير، جامعة الجزائر، 2011م.ص28

ندوات علمية :

- غادة بنت عبد الرحمان الطريف.. منظور علم الاجتماع: الرياض ي لدور المؤسسات الرياضية في الوقاية من المخدرات. مكة المكرمة: مركز الدراسات والبحوث قسم الندوات واللقاءات العلمية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية 2014

- اللجنة الوطنية للمناهج المجموعة المتخصصة للتربية البدنية، الوثيقة المرافقة لمنهج التربية البدنية والرياضة مرحلة التعليم الابتدائي، وزارة التربية والتعليم 2016،

المصادر الأجنبية :

- Benefits of Physical Activity", NHLBI,22-6-2016 ،Retrieved 8-12-2016. Edited
- David Levinson, Karen Christensen (1999), Encyclopedia of World Sport: From Ancient Times to the Present, England: Oxford University Press, Page 1. Edited.
- Dupuich F. (2011) L'émergence des compétences collectives, vers une gestion durable, Revue gestion 2000, No. 2, Vol. 28, p.107-125..
- Harry Tucker (5-6-2015), "E-sports: the world's biggest spectacle you've never heard of" ،news.com.au, Retrieved 8-12-2016. Edited
Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Endurance" ، Motley Health, Retrieved 8-12-2016. Edited.
- Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Jonathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength
- N.F.Kolynko, Istorija Iorganizatsia fizicheskoy vospitanie moskva, prosveshenya, publishikg (1982)
- nathan P. Wade , "MMA Workout To Build Strength and Endurance" ، Motley Health, Retrieved 8-12-2016. Edite
- Sport psychologie
- Une mesure de motivation. In international journal of Vallerant et ALL.Devloppement et validaation

الملاحق

جامعة عمارة الثايجي - الأغواط-

كلية العلوم والاجتماعية

قسم علم اجتماع و الديموغرافيا

استمارة بعنوان

دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلميذ المدرسة الابتدائية
(لراسة ميدانية بابتدائيات بلدية عين سيدي علي)

مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علم الاجتماع

تخصص: علم اجتماع تربوي

الأستاذ المشرف:

دلأسي أمحمد

من إعداد الطالبة:

تواتي نادية خديجة

تنويه: المعلومات التي ترد في هذه الاستمارة تستعمل في مجال البحث وهي معلومات سرية تستخدم
أغراض علمية فقط.

السنة الجامعية 2024/2023

استمارة استبيان موجهة لأعضاء هيئة التدريس

استكمالاً لمتطلبات نيل شهادة ماستر أكاديمي في علم اجتماع التربوي وإلتزام إعداد مذكرة بعنوان "دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة لدى تلميذ المدرسة الابتدائية" يسرنا ان نضع بين ايديكم هذا الاستبيان لتكونوا جزءا مساهما في تكريس البحث العلمي والذي نأمل في تعبئة بياناته بكل موضوعية وأمانة، كما نطمئنكم بأن الآراء التي نحصل عليها خاصة بأغراض البحث والدراسة فقط وستحاط بالسرية التامة، شكرين لكم حسن التعاون والاهتمام.

ملاحظة 01: ضع علامة X في الخانة المناسبة.

المحور الأول: البيانات الشخصية

1-الجنس: ذكر أنثى

2-السن:

3-المستوى الدراسي:

المحور الثاني: اقبال التلاميذ على التربية البدنية

4-ما هو أفضل وقت لممارسة التربية البدنية؟:

صباحا مساء لا امارس

5-هل الألعاب الرياضية المستخدمة في حصة التربية البدنية تتماشى مع قدرات التلاميذ؟:

نعم لا

في حالة (لا) برر ذلك

6-هل تعتبر الألعاب الرياضية التربوية المقترحة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هامة للتلاميذ؟

نعم لا

7- هل تنتفون نوعية الألعاب الرياضية التي تخدم متطلبات التلاميذ؟

نعم لا أحيانا

8- هل يقبل التلاميذ المرحلة الابتدائية على الرياضة البدنية؟:

نعم لا أحيانا

في حالة (لا) برر ذلك

9- ماهي النتائج التي تحقها الألعاب الرياضية في حصة التربية البدنية؟

أذكرها.....

10- هل تساهم التربية البدنية في رفع معنويات التلاميذ؟:

نعم لا

11- هل ترى أن التربية البدنية تحفز التلاميذ على الإقبال على الدراسة؟

نعم لا

12- هل زاد التحصيل الدراسي للتلاميذ نتيجة الإقبال على التربية البدنية؟

نعم لا أحيانا

المحور الثالث: دور التربية البدنية في تحقيق الكفاءة:

13- كيف تؤثر التربية البدنية على الجانب العلمي والنفسي للتلميذ؟

بالسلب بالإيجاب

أخرى اذكرها

14- ماهو نوع الكفاءة التي تحقها التربية البدنية لدى التلميذ؟

الكفاءة الأكاديمية الكفاءة الاجتماعية الكفاءة الفردية الكفاءة الحياتية

الكفاءة التقنية الكفاءة البدنية

15- هل تساهم الكفاءة في قدرة التلاميذ على التفاعل بشكل إيجابي مع زملائهم وبيئتهم المدرسية؟

نعم لا

16- هل تساهم التربية البدنية في تحقيق الكفاءة العقلية والنفسية لدى التلميذ؟

نعم لا

17- في رأيك كيف ترى دور التربية البدنية في المستقبل بالنسبة للتلميذ؟

الجواب

18- هل للتحصيل الدراسي علاقة واضحة بالتربية البدنية؟

نعم لا أحيانا