



جامعة عمار ثليجي الأغواط

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية

قسم : إدارة وتسيير رياضي

مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص: نشاط رياضي مدرسي

أثر برنامج رياضي تعليمي مقترح على تنمية بعض مؤشرات الحس

الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي

دراسة ميدانية بثانوية الشيخ الكنتي زاوية كنته - أدرار -

إشراف الأستاذ / الدكتور:

د. بلقوشي رابح

من إعداد الطّالِب:

• بدلاوي عبد الله

السنة الدراسية: 2024/2023



الشكر والعرفان

قال الله تعالى " ولنن شكرتم لأزيدنكم "

اللهم لك الحمد قبل أن ترضى ولك الحمد إذ رضيت ولك الحمد بعد الرضى

أحمد الله عز وجل أنه وفقني إلى إنجاز هذا العمل المتواضع وسأل الله أن ينفعني وينفع الأمة به
وإنني لن أكون منصفاً في شيء إن لم أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل طاقم ثانوية الشيخ الكنتي
زاوية كنته بأدرار.

كما أتقدم بباقيات الشكر والعرفان إلى الأستاذ القديلقوشي راجح " الذي لم يخل علي
بإرشاداته ونصائحه القيمة.

كما أشكر أعضاء اللجنة الذين تفضلوا وقبلوا مناقشة ثمرة جسدي فلكم مني كل الشكر
والامتنان.

كما أتوجه بجزيل الشكر لموظفين معمد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية جامعة
عمار ثليجي بالأحواط بالأخص قسم إدارة وتسيير رياضي.

وفي الأخير أسأل الله عز وجل أن يجعل هذا العمل في ميزان حسنات والدي وأساتذتي، وأن يجعله
خالصاً لوجهه ، إن أحسنا فمن الله وإن أسأنا فمن الشيطان ومن أنفسنا ولا نقول إلا وان تجد محيياً
فسد الخلل فجل من لا محيب فيه وعلا

الإهداء

بسم لله الذي خلقني و هداني و اعطاني الحكمة وفصاحة اللسان أهدي عملي هذا
إلى رجل النور الذي أنار البشرية بنوره الى حبيبي وقرّة العين رسول الله عليه
افضل الصلاة و السلام

الى التي كانت سندي و عوني الى الصدر الحنون و نبع الحنان الصافي و أعظم
نعمة من الله الى التي ارضعتني قوة و شجاعة و املا و سهرت على تربيتي و علمتني
أن الحياة كفاح الى **أمي الغالية** حفّضها الله و أطال في عمرها .
الى رمز العزة و الشموخ الى من وطأ الاشواك حافيا ليوصلني الى ما وصلت اليه
إلى رمز الابوة و ذلك المقام الشامخ الى **أبي الغالي** ...
وإلى رفيقة الدرب و المشوار من شجعتني على الاستمرار **زوجتي الفاضلة** رعاك
الله و أنار دربك و جعلك سندا و ذخرا فيما تبقى من حياتي

الى جميع اخوتي
كما أهدي ثمرة جهدي لكل الأساتذة الذين زرعو فيا الأمل لأسير قدما و كلما سئلت
عن معرفة زودني بها

الى كل أساتذة تخصص نشاط رياضي و مدرسي بجامعة الأغواط
وإلى زملاء العمل و رفقاء الحياة
والى كل من يؤمن بأن بذور نجاح التغيير في ذواتنا و في أنفسنا قبل أن تكون في
أشياء أخرى

والى كل من وسعهم قلبي ولم يكتبهم قلبي

الصفحة	العناوين
I	البسمة
II	الشكر والتقدير
III	الإهداء
V	فهرس المحتويات
VIII	قائمة الجداول
IX	قائمة الأشكال
IX	قائمة الملاحق
X	ملخص الدراسة
أ-ج	مقدمة
الإطار العام للدراسة	
05	1. الإشكالية
06	2. الفرضيات
06	3. مصطلحات الدراسة
08	4. أسباب اختيار الموضوع
08	5. أهمية الدراسة
08	6. أهداف الدراسة
09	7. الدراسات المرتبطة والمشابهة والتعقيب عليها
الفصل الأول: الأدبيات النظرية للدراسة	
16	تمهيد الفصل
17	المبحث الأول: مدخل إلى البرنامج الرياضي التعليمي المقترح
17	المطلب الأول: ماهية البرنامج الرياضي التعليمي
18	المطلب الثاني: محتوى البرنامج الرياضي التعليمي وخصائصه
20	المطلب الثالث: أهداف وأهمية البرنامج الرياضي التعليمي.
24	المبحث الثاني: عموميات حول المؤشرات الحسية والحركية للتلاميذ التعليم الثانوي
24	المطلب الأول: ماهية المؤشرات الحسية والحركية

26	المطلب الثاني: العوامل المؤثرة في نمو وتطور المؤشرات الحسية والحركية
28	المطلب الثالث: خصائص المؤشرات الحسية والحركية لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي
33	خلاصة الفصل النظري
الفصل الثاني: الإجراءات التطبيقية للدراسة	
35	تمهيد الفصل
36	المبحث الأول: الطريقة المنهجية للدراسة وأدواتها
36	1. الدراسة الاستطلاعية
37	2. منهج الدراسة
38	3. متغيرات الدراسة
39	4. مجالات الدراسة
40	5. عينة الدراسة وكيفية اختيارها
40	6. أدوات الدراسة وإجراءات بناءها
42	7. الخصائص السيكومترية للأدوات
44	8. أساليب المعالجة الإحصائية للبيانات
46	المبحث الثاني: عرض نتائج الدراسة
46	المطلب الأول: عرض خصائص عينة الدراسة
51	المطلب الثاني: تقييم جودة النموذج و صلاحية النموذج البنائي
58	المطلب الثالث: اختبار فرضيات الدراسة
62	المبحث الثالث: دراسة الفروق المعنوية ومناقشة النتائج
62	المطلب الأول: اختبار التوزيع الطبيعي
64	المطلب الثاني: اختبار T-TEST بالنسبة لمتغيرات الدراسة
65	المطلب الثالث: مناقشة نتائج الدراسة
67	الاستنتاج العام
68	خلاصة الفصل

69	خاتمة الدراسة
73	قائمة المراجع
-	الملاحق

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين محتوى برنامج الرياضية لتلاميذ الطور الثاني والأهداف التربوية.	19
02	مجالات الإجابة وفق للاستمارة	42
03	معيار تحديد الاتجاه وفق مقياس ديكارت الحماسي	42
04	حساب الصدق معامل الفاكرونباخ للاستبيان	43
05	يبين قيمة الثبات لعبارات ومحاور الاستبيان	43
06	طريقة التجزئة النصفية للمقياس	44
07	يبين توزيع العينة حسب الجنس	46
08	يبين توزيع العينة حسب العمر	47
09	يبين توزيع العينة حسب المستوى المعيشي	48
10	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفرضيات وأبعاد المحور الاول	49
11	يوضح اتجاه عبارات المحور الثاني (تنمية مؤشرات الحس الحركية)	50
12	قيمة الموثوقية وصحة التقارب	52
13	مؤشر ارتباط المتغير VC	54
14	التحويلات المتقاطعة (Cross Loading)	55
15	معامل التحديد (R Square)	57
16	مؤشر حجم التأثير F2	57
17	يوضح نتائج الفرضية الرئيسية	58
18	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى	60
19	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية	60
20	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	61
21	نتائج اختبار التوزيع الطبيعي	62
22	إختبار T-test بالنسبة للبيانات الشخصية	64

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
39	نموذج متغيرات الدراسة	01
46	يمثل عدد أفراد العينة حسب الجنس	02
47	يبين التمثيل البياني للعمر العينة	03
48	التمثيل البياني للمستوى الدراسي للعينة	04
56	النموذج البنائي قبل توظيف أدلة صدق التقارب والتمايز	05
56	النموذج البنائي بعد توظيف أدلة صدق التقارب والتمايز	06
63	منحنى التوزيع الطبيعي	07
63	مخطط الانتشار	08

قائمة الملاحق

عنوان الملحق	الملحق رقم
الجدول المقترح للبرنامج الرياضي التعليمي لتطوير بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي	01
استبيان الدراسة	02
قائمة محكمين الاستبيان	03
معامل ألفا كرونباخ واتجاه عبارات محاور الاستبيان	04
دراسة الارتباطات والفروق المعنوية بين أبعاد ومحاور الإستبيان	05
إختبار فرضيات الدراسة	06

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: أثر برنامج تعليمي مقترح على تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي دراسة ميدانية بثانوية الشيخ الكنتي زاوية كنته بأدرار

هدف الدراسة: يهدف هذا البحث إلى تحقيق فهم أعمق للتأثير برنامج رياضي مقترح على تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي من خلال دراسة العوامل المؤثرة على كلا الجانبين، بالإضافة إلى ذلك يسعى البحث إلى تقديم توصيات عملية وقابلة للتطبيق من أجل تطوير فعالية البرنامج في تحسين التوازن الحركي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، وقياس مدى قدرة البرنامج على تحسين التحكم العضلي والدقة الحركية للتلاميذ، مما يساهم في تطوير برامج تدريب للمعلمين والمدربين لتمكينهم من تطبيق البرنامج بفعالية ودعم التلاميذ في تحسين مؤشراتهم الحس حركية.

مشكلة الدراسة: ما مدى تأثير برنامج رياضي تعليمي مقترح، على تنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي؟

الفرضية الرئيسية: "للبرنامج الرياضي التعليمي المقترح تأثير إيجابي وملحوظ على تنمية التوازن والتنسيق والتحكم الحركي لدى تلاميذ التعليم الثانوي"

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ ثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كنته لولاية أدرار والبالغ عددهم 350 تلميذ وتلميذة .

عينة الدراسة: تم اختيار عينة صدفية من المجتمع الأصلي، وتمثلت في "20" تلميذ وتلميذة للسنوات الثلاث.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج التجريبي التحليلي لملائمته لموضوع الدراسة.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث الاستبانة كأداة رئيسية لجمع البيانات.

أهم الاستنتاجات المتوصل إليها في الدراسة:

- البرنامج الرياضي المقترح ساهم بشكل فعال في تحسين المؤشرات الحس حركية (مثل التوازن، التنسيق، والمرونة) لدى تلاميذ التعليم الثانوي.
- تحسنت القدرات البدنية للتلاميذ المشاركين في البرنامج، مما عزز قدرتهم على أداء الأنشطة الحركية بشكل أكثر كفاءة.
- البرنامج أسهم في تعزيز التركيز والانضباط داخل الفصول الدراسية، مما أدى إلى تحسين الأداء الأكاديمي لدى بعض التلاميذ.
- وجدت الدراسة فروقات فردية في مدى الاستجابة للبرنامج، مما يؤكد أهمية تخصيص البرامج الرياضية لتناسب قدرات التلاميذ المختلفة.

توصيات الدراسة: دمج البرامج الرياضية في المناهج الدراسية، تخصيص البرامج وفقاً لاحتياجات التلاميذ، تدريب المعلمين، تقييم دوري للتقدم.

الكلمات الدالة في الدراسة: برنامج رياضي تعليمي، تنمية الحس الحركي، المؤشرات الحركية، تلاميذ التعليم الثانوي، ثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كنته ولاية أدرار

Study Abstract

Title of the Study: The Effect of a Proposed Educational Program on Developing Certain Motor Sensory Indicators Among Secondary School Students – A Field Study at Sheikh Al-Kunti Secondary School in Zaouiat Kenta, Adrar

Objective of the Study: This research seeks to gain a deeper understanding of the impact of a proposed sports program on enhancing certain motor sensory indicators among secondary school students. It explores the various factors influencing these indicators and aims to provide practical, actionable recommendations to improve the program's effectiveness in enhancing students' motor balance. Furthermore, it assesses the program's ability to improve students' muscle control and motor accuracy, ultimately contributing to the development of training programs for teachers and coaches to ensure effective implementation and support for students in refining their motor sensory skills.

Research Problem: To what extent does the proposed educational sports program influence the development of specific motor sensory indicators in secondary school students?

Main Hypothesis: "The proposed educational sports program has a significant positive effect on improving balance, coordination, and motor control in secondary school students".

Study Population: The population of this study consists of 350 male and female students enrolled at Sheikh Al-Kunti Secondary School in Zaouiat Kenta, Adrar.

Study Sample: A random sample of 20 male and female students, representing all three grade levels, was selected from the total population.

Research Methodology: The researcher employed the descriptive-analytical method, which is appropriate for the nature of the study.

Study Tools: A questionnaire was utilized as the primary tool for data collection.

Key Findings:

- The proposed sports program significantly improved key motor sensory indicators, such as balance, coordination, and flexibility, in secondary school students.
- Students participating in the program demonstrated enhanced physical abilities, which contributed to better performance in motor activities.
- The program also fostered greater focus and discipline within the classroom, which positively affected the academic performance of some students.
- The study revealed individual differences in students' responses to the program, highlighting the importance of tailoring sports programs to meet the diverse abilities of students.

Study Recommendations: Incorporating sports programs into the school curriculum, Customizing programs to meet the specific needs of students, Providing training for teachers to enhance the program's implementation, Conducting regular assessments to track student progress.

Keywords: Educational sports program, development of motor sensory skills, motor indicators, secondary school students, Sheikh Al-Kunti Secondary School, Zaouiat Kenta, Adrar Province.



مقدمة الدراسة



تحت وقع التحولات السريعة التي يشهدها العالم المعاصر، تبرز الحاجة إلى تحقيق توازن شامل بين التعليم الأكاديمي والتطور البدني للطلاب. تعتبر مرحلة التعليم الثانوي مرحلة حيوية في حياة الشباب، حيث يمرون بتغيرات جسدية ونفسية معقدة تؤثر على تطورهم العام. في هذا السياق، يُعدُّ تطوير برامج تعليمية رياضية موجهة إلى تلاميذ التعليم الثانوي مسألة حيوية لتحسين أدائهم الحركي وتعزيز قدراتهم الحسّية. تسعى هذه البرامج إلى تحقيق تنمية شاملة في المجالات البدنية والعقلية، مما يساهم في تشكيل نمط حياة صحي ومتوازن. (المحاضرة، 2006، صفحة 54)

تعتبر مرحلة المراهقة فترة انتقالية بين الطفولة والبلوغ، حيث تشهد تغيرات كبيرة في النمو الجسدي والنفسي. على المستوى الجسدي، يحدث نمو سريع في الطول والوزن، وتتغير مستويات الهرمونات مما يؤثر على القدرة الحركية والتنسيق، من الناحية النفسية، يمر المراهقون بمرحلة من البحث عن الهوية وتطوير الاستقلالية، مما يؤثر على تفاعلاتهم الاجتماعية والعاطفية. هذه التغيرات تتطلب استجابة ملائمة من النظم التعليمية لمساعدتهم على التكيف وتطوير مهارات جديدة. (علي، 2011، صفحة 18)

تشير المؤشرات الحسّية إلى القدرة على إدراك ومعالجة المعلومات الحسية مثل الرؤية والسمع واللمس. في حين تتعلق المؤشرات الحركية بالقدرة على تنفيذ وتحكم الحركات الجسدية. تنمية هذه المؤشرات خلال مرحلة التعليم الثانوي تعتبر ذات أهمية كبيرة لأنها تؤثر على الأداء الأكاديمي والأنشطة اليومية. برنامج رياضي تعليمي مُصمّم بعناية يمكن أن يلعب دوراً مهماً في تعزيز هذه المؤشرات، مما يساهم في تحسين الأداء البدني والعقلي للطلاب.

تسعى البرامج الرياضية التعليمية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف الاستراتيجية التي تشمل تحسين الصحة البدنية، تعزيز التنسيق الحركي، وتطوير القدرات الحسّية. من خلال التمارين الرياضية المنتظمة، يتمكن الطلاب من تحسين قدرتهم على التركيز والانتباه، زيادة التحمل البدني، وتعزيز التوازن والتنسيق. كما تعزز الأنشطة الرياضية من الثقة بالنفس وتدعم الصحة النفسية من خلال توفير قنوات للتعبير عن الطاقة والتوتر بشكل إيجابي.

يتمثل النجاح في تحقيق أهداف البرنامج الرياضي في تصميمه وتنفيذه بشكل يتناسب مع احتياجات الطلاب. يشمل التصميم الفعال للبرنامج الرياضي تحديد الأهداف الواضحة، اختيار الأنشطة المناسبة، وتحديد أساليب التقييم، يشمل البرنامج عادةً مجموعة متنوعة من التمارين التي تستهدف مختلف الجوانب البدنية والعقلية، بما في ذلك تمارين القوة، التحمل، المرونة، والتوازن. كما يتم تضمين الأنشطة التي تعزز التنسيق بين اليد والعين، وتطور القدرة على التفاعل السريع مع المواقف المتغيرة. (السعدية، 2012، صفحة 15)

تواجه البرامج الرياضية التعليمية عدة تحديات تتعلق بتوفير الموارد المناسبة، وتدريب الكوادر التعليمية، وضمان المشاركة الفعّالة للطلاب. بالإضافة إلى ذلك، قد يواجه الطلاب صعوبات في التكيف مع التمارين الرياضية بسبب التغيرات الجسدية والنفسية التي يمرون بها. من جهة أخرى، توفر هذه التحديات فرصاً لتحسين

البرامج الرياضية من خلال الابتكار في طرق التدريب، وزيادة وعي الطلاب بأهمية النشاط البدني. يمكن أن تؤدي هذه المبادرات إلى تحقيق نتائج إيجابية في تحسين الأداء البدني والعقلي للطلاب.

يتم تقييم فعالية البرامج الرياضية التعليمية هو عنصر أساسي لضمان تحقيق الأهداف المرجوة. من خلال جمع البيانات وتحليلها، يمكن تحديد مدى تأثير البرنامج على تحسين المؤشرات الحسية والحركية لدى الطلاب. يشمل التقييم استخدام أدوات قياس دقيقة وتطبيق أساليب تحليلية لتحديد نقاط القوة والضعف في البرنامج. بناءً على نتائج التقييم، يمكن إجراء التعديلات اللازمة لتحسين البرنامج وتلبية احتياجات الطلاب بشكل أفضل. (جمعة، 2009، صفحة 38)

فتأثير البرنامج الرياضي التعليمي المقترح على تنمية المؤشرات الحسية والحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي يتطلب استجابة شاملة للمتغيرات التي تطرأ خلال هذه المرحلة الحيوية، من خلال تصميم وتنفيذ برامج رياضية متكاملة، يمكن تحقيق تحسينات ملموسة في الأداء البدني والعقلي للطلاب، مما يساهم في تعزيز جودة التعليم والتطور الشخصي، إن البحث المستمر وتقييم فعالية البرامج الرياضية يمثلان خطوة حيوية نحو تحقيق أقصى استفادة من هذه المبادرات، مما يساهم في تحقيق توازن شامل بين الجوانب الأكاديمية والبدنية في حياة المراهقين. ومن خلال ما سبق سنتناول في هذه الدراسة ما يلي:

1- مدخل عام: يتضمن الاشكالية، الفرضيات، اهداف واهمية البحث، اسباب اختيار الموضوع، المصطلحات وتحديد المفاهيم، الدراسات المرتبطة بالبحث، وتكلمنا فيه عن الدراسات المشابهة بالموضوع وحددنا موقع دراستنا من هذه الدراسات وقمنا بالتعقيب عليها.

2- الجانب النظري: اندرج تحت مبحثين وهي كالآتي:

- **المبحث الاول:** اشرفنا فيه الى الاطار النظري والمفاهيمي للبرامج الرياضية وما تحويه من دوافع واسباب الظهور، الاطراف المعنية بتطبيقها وكذا العناصر الاساسية لها.

- **المبحث الثاني:** تطرقنا فيه الى الاطار النظري والمفاهيمي للمؤشرات الحسية والحركية

3- الجانب التطبيقي: واحتوى على ثلاثة مباحث

- **المبحث الأول:** يشمل منهج البحث واهم الإجراءات الميدانية المتبعة فيه

- **المبحث الثاني:** يحتوي على عرض النتائج المتوصل اليها مع تفسيرها

- **المبحث الثالث:** وقمنا فيه بدراسة الفروق المعنوية ومناقشة النتائج المتوصل لها وصولاً الى الاستنتاج العام، وكذا الاقتراحات والافاق المستقبلية، المراجع المعتمدة في الدراسة، الملاحق.



الإطار العام للدراسة



1. الإشكالية:

تشهد البيئة التعليمية تطورات ملحوظة في مختلف المجالات، ومنها التربية البدنية والرياضية، حيث أصبح من الضروري التركيز على تطوير مهارات التلاميذ البدنية والحركية بشكل منهجي وعلمي، فبيد الحس الحركي من أبرز المؤشرات التي تعكس مستوى النضج الحركي والقدرات البدنية للتلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي، هذه المرحلة التي تمثل جسر العبور بين الطفولة المتأخرة وبداية الشباب، تتسم بأهمية خاصة حيث يتأثر فيها التلاميذ بتغيرات بدنية ونفسية تؤثر بشكل مباشر على أدائهم الأكاديمي والرياضي.

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي من المراحل الحاسمة في حياة التلميذ، حيث تتشكل خلالها العديد من القدرات الجسمية والذهنية التي تؤهله لمواجهة التحديات الأكاديمية والمجتمعية في المستقبل. في هذا السياق، يلعب الحس الحركي دوراً بالغ الأهمية في تطوير القدرات الحركية الدقيقة والتحكم العضلي، وهو ما ينعكس بشكل مباشر على الأداء الأكاديمي والرياضي للتلاميذ. ومع ذلك، يواجه العديد من تلاميذ التعليم الثانوي ضعفاً في بعض المؤشرات الحس حركية نتيجة الاعتماد على مناهج تقليدية لا تولي اهتماماً كافياً لتنمية هذه القدرات.

تشير الدراسات الحديثة إلى أن البرامج التعليمية التي تدمج بين التعليم النظري والتدريب العملي المتخصص يمكن أن تسهم بشكل كبير في تحسين الأداء الحركي للتلاميذ. لكن يظل التساؤل مطروحاً حول مدى فعالية هذه البرامج المقترحة في تحقيق تحسينات ملموسة على مستوى المؤشرات الحس حركية، مقارنة بالأساليب التقليدية المستخدمة حالياً في المدارس. (رجب، 2020، صفحة 29)

على الرغم من الجهود المبذولة في تحسين البرامج التعليمية وتنويع الأنشطة الرياضية، إلا أن العديد من الدراسات والبحوث أظهرت وجود فجوات كبيرة في تنمية المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، يعود ذلك إلى استخدام مناهج تعليمية تقليدية تعتمد على التلقين والتكرار، دون مراعاة للفروق الفردية أو الحاجات الخاصة لكل تلميذ، هذه البرامج غالباً ما تركز على جوانب محددة من التعليم الرياضي دون أن تولي اهتماماً كافياً لتنمية الحس الحركي، الذي يُعدّ عنصراً حاسماً في تحقيق التوازن والتنسيق الحركي والتحكم العضلي، وبالتالي تحسين الأداء الرياضي بشكل عام.

في ضوء هذه التحديات، تبرز الحاجة إلى تصميم برامج رياضية تعليمية جديدة تقوم على أسس تربوية وعلمية حديثة، تراعي التطورات الجسدية والنفسية التي يمر بها التلاميذ في هذه المرحلة، لكن على الرغم من الاعتراف بأهمية هذه البرامج، يبقى السؤال المطروح حول مدى فعاليتها في تحسين المؤشرات الحس حركية للتلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

كما يتطلب تصميم مثل هذه البرامج فهماً عميقاً للفروق الفردية بين التلاميذ، وكيفية تأثير العوامل البيئية والاجتماعية والنفسية على استجابتهم لهذه البرامج.

في ضوء ذلك، تتمحور الإشكالية الرئيسة لهذه الدراسة حول:

ما مدى تأثير برنامج رياضي تعليمي مقترح، على تنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي؟

ومن خلال الإشكالية الرئيسية نطرح ثلاث أسئلة فرعية لفهم الموضوع بشكل أفضل:

1.1 ما مدى تأثير البرنامج الرياضي التعليمي المقترح على تحسين مستوى التوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي؟

1.2 هل يؤدي البرنامج الرياضي التعليمي المقترح إلى تحسين التنسيق بين الأعضاء الحيوية والفكرية لدى تلاميذ التعليم الثانوي؟

1.3 هل يؤثر البرنامج الرياضي التعليمي المقترح على مستوى التحكم العضلي والدقة الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي؟

2. الفرضيات:

2.1. إن تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح سيؤدي إلى تحسين ملحوظ في مستوى التوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي مقارنةً بمن يتبعون البرنامج التقليدي.

2.2 يساهم البرنامج الرياضي التعليمي المقترح في تحسين التنسيق بين الأعضاء الحيوية والفكرية بشكل أكبر لدى تلاميذ التعليم الثانوي مقارنةً بالبرامج التقليدية.

2.3. يؤدي تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح إلى تحسين مستوى التحكم العضلي والدقة الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بشكل ملحوظ مقارنةً بالطرق التقليدية المستخدمة حالياً.

3. مصطلحات الدراسة:

أولاً: تعريف البرنامج الرياضي

- لغة: في اللغة العربية، كلمة "برنامج" تعني "خطة" أو "جدول عمل" يتضمن مجموعة من الأنشطة أو الخطوات المنظمة لتحقيق هدف محدد. أما "الرياضي"، فتعني كل ما يتعلق بالرياضة أو الأنشطة البدنية. لذا، يُفهم من التعريف اللغوي أن "البرنامج الرياضي" هو مجموعة من الأنشطة والخطط المنظمة التي تهدف إلى تحسين الأداء البدني والتقني في مجال الرياضة. (حسن، 2001، صفحة 19)

- اصطلاحاً: يُعرّف البرنامج الرياضي اصطلاحاً بأنه مجموعة منظمة من الأنشطة والخطط التدريبية التي تُصمم لتحقيق أهداف محددة في مجال التدريب البدني والرياضي. يشمل البرنامج عادةً تدريبات بدنية متنوعة، تمارين تخصصية، وجلسات تقييم، تهدف إلى تحسين الأداء البدني، تعزيز اللياقة البدنية، وتطوير المهارات الرياضية. يتم تصميم هذه البرامج وفقاً لمبادئ التدريب الرياضي الحديث، مع مراعاة احتياجات المتدربين وأهدافهم الفردية أو الجماعية. (خطايب، 2011، صفحة 23)

- إجرائياً: يُعرّف البرنامج الرياضي بأنه خطة تفصيلية مُعدة مسبقاً تتضمن سلسلة من الأنشطة والتدريبات المنظمة التي تُطبق على مجموعة معينة من المتدربين

ثانياً: تعريف مؤشرات الإدراك الحسي والحركي

- لغة:

- الإدراك: هو القدرة على فهم وتحليل المعلومات التي يتم استلامها من الحواس المختلفة مثل البصر والسمع واللمس.

- الحسي: يتعلق بالحواس وكيفية استقبال وتفسير المعلومات الحسية.

- الحركي: يتعلق بالحركة والأنشطة التي تنطوي على تنسيق بين العقل والعضلات.

- المؤشرات: هي الدلائل أو العلامات التي تُستخدم لتقييم أو قياس مستوى معين من القدرة أو الأداء.

يمكن فهم "مؤشرات الإدراك الحسي والحركي" لغوياً على أنها العلامات أو الأدلة التي تقيم كيفية تعامل الأفراد مع المعلومات الحسية وكيفية تنسيق هذه المعلومات مع الحركات البدنية. (الزحشري، 1419هـ، 1998م، صفحة 425)

- اصطلاحاً: يُعرّف "مؤشرات الإدراك الحسي والحركي" بأنها مقاييس أو دلائل تستخدم لتحديد مدى قدرة الفرد على إدراك المعلومات الحسية (مثل البصر والسمع واللمس) وتنسيقها مع الأنشطة الحركية. تشمل هذه المؤشرات القدرة على التمييز بين المؤثرات الحسية المختلفة، مدى سرعة الاستجابة لهذه المؤثرات، وكيفية التحكم في الحركات بناءً على تلك المعلومات. تعتبر هذه المؤشرات مهمة في تقييم الأداء الحركي والتطور الحسي لدى الأفراد، خاصةً في المجالات الرياضية والتعليمية. (احمد، 2009، صفحة 64)

- إجرائياً: تُعرّف "مؤشرات الإدراك الحسي والحركي" بأنها مجموعة من الأدوات والتقنيات المستخدمة لقياس وتقييم القدرة على معالجة المعلومات الحسية وتنظيم الحركات بناءً عليها.

ثالثاً: تعريف المراهقة

- لغة: مشتقة من الجذر العربي "رَهَقَ"، والذي يعني "اقترب" أو "تقدم نحو". في اللغة، "المراهقة" تعني الفترة التي يمر بها الفرد عندما يقترب من مرحلة النضج الجسدي والعقلي، حيث يتغير من الطفولة إلى الشباب. (الوابي، 2006، صفحة 102)

- اصطلاحاً: يُعرّف الاصطلاح "المراهقة" بأنها مرحلة نمو تتسم بالتحويلات الجسدية والنفسية والعاطفية التي تحدث بين الطفولة والشباب. تشمل المراهقة تغييرات هرمونية تؤدي إلى نمو جسدي، تطور القدرات العقلية، وتغيرات في السلوك والعلاقات الاجتماعية. تُعرّف المراهقة أيضاً بأنها فترة تتسم بالبحث عن الهوية الشخصية وتطوير الاستقلالية، حيث يبدأ المراهقون في تشكيل قيمهم واهتماماتهم الخاصة. (عثماني، 2008، صفحة 45)

- إجرائياً: تُعرّف "المراهقة" بأنها مرحلة محددة زمنياً تمتد عادة من سن 10 إلى 19 عاماً، تتسم بتحولات محددة في الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية.

4. أسباب اختيار الموضوع:

أ. أسباب ذاتية

- لدي اهتمام خاص بتطوير التعليم الرياضي، وخصوصاً في كيفية تحسين القدرات البدنية والحركية لدى التلاميذ من خلال مناهج تعليمية مبتكرة.
- أملك تجربة شخصية في مجال الرياضة، مما يدفعني إلى استكشاف الطرق التي يمكن أن تحسن من الأداء الحركي للتلاميذ.
- العمل على هذا الموضوع سيساعدني على تطوير مهاراتي الشخصية والمهنية، مثل تصميم البرامج التعليمية وتحليل البيانات الحركية.

ب. أسباب موضوعية:

- هناك حاجة ملحة إلى تحسين البرامج الرياضية الحالية في التعليم الثانوي لتكون أكثر فعالية في تنمية القدرات الحركية لدى التلاميذ.
- نقص الدراسات المحلية التي تستهدف تنمية المؤشرات الحس حركية لدى التلاميذ من خلال برامج رياضية تعليمية جديدة يجعل هذا الموضوع ذا أهمية بحثية.
- التوازن والتنسيق الحركي يعتبران من المؤشرات الهامة في تطور النمو البدني والعقلي للتلاميذ، مما يجعل دراسة تأثير البرنامج المقترح أمراً ضرورياً.
- هناك حاجة لتطوير برامج تعليمية رياضية تأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية بين التلاميذ وتقدم لهم أدوات مناسبة لتحسين قدراتهم الحركية.

5. أهمية الدراسة

يكمن أهمية الموضوع بأنه يساهم في تطوير الأداء الحركي لدى التلاميذ، مما يعزز قدرتهم على القيام بالأنشطة البدنية بشكل أفضل وأكثر كفاءة، ناهيك عن دوره في تنمية المؤشرات الحس حركية يمكن أن تساهم في تحسين الصحة البدنية والنفسية للتلاميذ، مما يساعدهم على مواجهة التحديات البدنية والنفسية في هذه المرحلة العمرية، بالإضافة إلى أن الموضوع يسعى لسد الفجوة الموجودة في البرامج الرياضية الحالية التي قد لا تولي اهتماماً كافياً لتنمية الحس الحركي.

6. أهداف الدراسة

- قياس مدى فعالية البرنامج في تحسين التوازن الحركي لدى تلاميذ التعليم الثانوي.
- قياس مدى قدرة البرنامج على تحسين التحكم العضلي والدقة الحركية للتلاميذ.

- تحليل الفروق في استجابة التلاميذ للبرنامج بناءً على عوامل مثل العمر والجنس والخلفية البدنية.
- ابتكار أدوات تقييم جديدة وأكثر دقة لقياس التغيرات في المؤشرات الحس حركية.
- تقديم توصيات للمؤسسات التعليمية حول كيفية تحسين البرامج الرياضية بناءً على نتائج البحث.
- المساهمة في تطوير برامج تدريب للمعلمين والمدربين لتمكينهم من تطبيق البرنامج بفعالية ودعم التلاميذ في تحسين مؤشراتهم الحس حركية.

7. الدراسات المرتبطة والمشابهة والتعقيب عليها

تعد الدراسات السابقة مرجعاً هاماً في إثراء البحث العلمي، حيث تسهم في فهم السياق العام للموضوع وتحديد الفجوات المعرفية. من خلال مراجعتها، يتمكن الباحث من بناء دراسته على أسس علمية متينة، وتجنب التكرار أو الوقوع في الأخطاء السابقة.

7.1 الدراسات المرتبطة

الدراسة الأولى: دراسة طيبي حسين وآخرون 2012/ 2013

دراسة طيبي حسين وآخرون 2012/2013

تأثير برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لدى تلاميذ البكالوريا (مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية). رسالة ماجستير بشلف

الهدف من الدراسة هو دراسة تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لتلاميذ المرحلة النهائية في الثانوي. المنهج المتبع استخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي، كما يشمل مجتمع بحثنا التلاميذ الذكور البالغ عددهم 85 تلميذ، والمسجلين للعام الدراسي 2012/2013 في مدرستي طباش مُجَّد و حسين قاسمي (وادي فضة - الشلف عينة البحث متشكلة من 26 تلميذاً تم اختيارهم بطريقة العمدية حيث قسموا إلى مجموعتين متجانستين (تجريبية وضابطة).

نتائج الدراسة:

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين قيم المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.
- 2- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين قيم المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.
- 3- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين قيم المتوسطات الحسابية للاختبارات البعدية للمهارات الحركية الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.
- 4- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين قيم المتوسطات الحسابية للاختبارات البعدية للقدرات الحركية الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

7.2 الدراسات المشابهة:

الدراسة الأولى: دراسة بعزي وآخرون 2017

دراسة بعزي رضوان وآخرون 2017

أثر استخدام أسلوب القصة الحركية في تنمية بعض المهارات الحركية السرعة، الرشاقة التوازن التنسيق للتلاميذ الابتدائي مقالة إلكترونية في مجلة الدراسات الرياضية والتربية البدنية

يهدف البحث إلى معرفة أثر القصص الحركية في تنمية بعض المهارات الحركية السرعة الانتقالية الرشاقة، التنسيق التوازن لدى أطفال الابتدائي.

وتكمن أهمية البحث من الناحية العلمية : تأتي الأهمية العلمية لهذه الدراسة مما يلي:

- تسليط الضوء على القصص الحركية ودورها في تنمية المهارات الحركية لدى أطفال الروضة.
- تطبيق هذا الأسلوب والاستفادة من نتائجه لتحسين أداء المنظومة التربوية.

أما من الناحية العملية : تعتبر مشكلة هذا البحث ضمن إطار الاهتمام العالمي بقضايا المراهقين وفي حدود علم الباحثين قليلة هي البحوث التي تتناول موضوع القصص الحركية في الوطن عامة وخصوصا تلك التي تناولت المراهق كموضوع بحث ولذلك تعتبر هذه الدراسة إثراء للمكتبة والمجلة بهذا النوع من البحوث الجديدة.

فرضيات الدراسة:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة للعينة الضابطة والتجريبية في المهارات الحركية.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعدية للعينة الضابطة في المهارات الحركية.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعدية للعينة التجريبية في المهارات الحركية.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للعينة الضابطة والتجريبية في المهارات الحركية.
- منهج الدراسة تم استخدام المنهج التجريبي لتناسبه مع طبيعة الدراسة فالمنهج التجريبي هو تغير متعمد ومضبوط للشروط المحددة للظاهرة وملاحظة نواتج التغير في الظاهرة موضوع الدراسة.
- مجتمع وعينة الدراسة تكون مجتمع البحث من أطفال الابتدائي بدائرة تيسمسيلت البالغ عددهم 485 (طفل وطفلة موزعين على 12 ابتدائية حيث تم اختيار الابتدائية المركزية ببلدية تيسمسيلت لإجراء الدراسة بالطريقة الاحتمالية وتحديدًا بالطريقة القصدية (الغرضية) وذلك للأسباب التالية:

- تتوفر بها ساحات للعب حديثة العهد.
- تعاون الإدارة والهيئة التعليمية في تطبيق هذا البحث.
- تحتوي الابتدائية على 109 طفل موزعين على 13 قسم أربعة أقسام بهم 60 طفل يندرجون ضمن المرحلة العمرية ما بين 9-10 سنوات حيث تم اختيار 20 طفل لإجراء الدراسة الاستطلاعية بطريقة عشوائية

- بسيطة في حين تم اختيار 40 طفل لإجراء الدراسة الأساسية 20 طفل كعينة ضابطة و 20 طفل كعينة تجريبية في حين تم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين من حيث مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة.

نتائج الدراسة:

- 1- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياسات القبليّة للبطارية الاختبارية ويؤكد هذا على تكافؤ المبدئي للمجموعتين وعليه يمكن القول ان الفرضية الثانية قد تحققت لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبليّة.
- 2 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة التجريبية في المهارات الحركية.
- 3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة الضابطة وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة التجريبية في المهارات الحركية".
- 4- على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعديّة بين العينة الضابطة والتجريبية تعزى للعينة التجريبية.

الدراسة الثانية: دراسة عبد الحميد لغرور، يحيى سعيد 2017

4- عبد الحميد لغرور - يحيى السعيد 2017

5- أثر منهج الرياضية والرياضية في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية الانتقالية الجري القفز الوثب لدى تلاميذ التعليم المتوسط مذكرة ماستر .سعيدة

- هدفت الدراسة إلى انجاز وحدات تعليمية بالاعتماد على المنهاج والوثيقة المرافقة للمنهاج والدليل التربوي لمادة التربية البدنية والرياضية ومعرفة أثرها في تحسين المهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط.
- التعرف على الفروق في تحسن المهارات الحركية الانتقالية (الجري) بعد تطبيق الوحدات التعليمية.
 - التعرف على الفروق في تحسن المهارات الحركية الانتقالية (القفز) بعد تطبيق الوحدات التعليمية.
 - التعرف على الفروق في تحسن المهارات الحركية الانتقالية (الوثب) بعد تطبيق الوحدات التعليمية.

فرضيات الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في تحسن بعض المهارات الحركية الأساسية الانتقالية (الجري الوثب القفز).
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تحسن بعض المهارات الحركية الأساسية الانتقالية (الجري، الوثب القفز).
- منهج الدراسة استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من التلاميذ المستمرين بالدراسة ذات الدوام الواحد والمسجلين للعام الدراسي 2016/2017 بمتوسطة علاوي احمد.

ولقد بلغ حجم مجتمع البحث 66 تلميذ وتلميذة وبواقع 33 تلميذ و 33 تلميذة المسجلين على مستوى أقسام السنة الثانية متوسط.

عينة الدراسة: اعتمد الباحث على العينة القصدية حيث بلغ عدد أفراد العينة 50 تلميذ بواقع 25 تلميذ و 25 تلميذة، وقد تم اختيار 10 تلاميذ لإجراء الخصائص السيكو مترية للاختبارات الحركية.

نتائج الدراسة:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في تحسن بعض المهارات الحركية الأساسية الانتقالية (الجرى، الوثب القفز).
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض المهارات الحركية الأساسية الانتقالية (الجرى، الوثب القفز)، ما عدا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القفزة الرباعية.

الدراسة الثالثة: دراسة أسعد حسين عبد الرزاق 2018

أسعد حسين عبد الرزاق 2009

تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية المراهقين بعمر (17) سنة والمتدربين في النهائية من الثانوية العامة المرحلة النهائية بمحافظة بابل العراق 2018، رسالة ماجستير.

هدفت الدراسة إلى:

- 1- إعداد العاب صغيرة لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية للتلاميذ
 - 2- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية، ثم الانتقال إلى الألعاب الكبيرة.
- فروض الدراسة:

1- هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية للمراهقين بعمر (17) سنة.

2- هناك فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية للمراهقين بعمر (17) سنة.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي معتمدا تصميم المجموعات المتكافئة وهو نظام لاختبار أو مقارنة بين مجموعتين أو أكثر لملائمته طبيعة مشكلة البحث المراد حلها.

مجتمع وعينة الدراسة: تحدد مجتمع البحث بتلاميذ الصف الثالثة للتعليم الثاوي وبعمر (17) سنة في مدرسة المضربية الجامعة للبنين في مركز محافظة بابل البالغ عددهم (90) تلميذ للعام الدراسي (2017-2018) وبعد

استبعاد التلاميذ المشاركين في التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (20) تلميذ كما تم استبعاد (10) تلاميذ لتغيبهم لأكثر من ثلاثة أيام وبذلك أصبح عدد تلاميذ عينة البحث (60) تلميذاً. وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية البسيطة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (30) تلميذ لكل مجموعة وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (66.66%) وهي نسبة مناسبة لتمثيل المجتمع تمثيلاً حقيقياً وصادقاً .

نتائج الدراسة:

1 وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي، في حين ظهرت عشوائية الفروق للمجموعة الضابطة إذ بلغت قيمة (1) المحتسبة (1.74) وهي اقل من الجدولية (2.04) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

2 - أظهرت النتائج معنوية الفروق بين الاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرة الانفجارية السرعة الانتقالية الرشاقة التوافق الدقة الحركية، ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية.

7.3 موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة والتعقيب عليها

أولاً: موقع الدراسة من الدراسات السابقة:

1. دراسة طيبي حسين وآخرون (2012/2013):

هذه الدراسة تناولت تأثير برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لتلاميذ البكالوريا. ومن هنا يتضح أن دراستنا تستمد جزءاً من أسسها من هذا النوع من الدراسات التي تسلط الضوء على أثر البرامج التعليمية البدنية على تنمية المهارات الحركية، لكن الفرق الرئيسي هو أن دراستنا تستهدف شريحة مختلفة وهي (كل تلاميذ التعليم الثانوي) وتركز على المؤشرات الحس حركية، وهو ما يوسع نطاق البحث ليشمل الفئة العمرية الأكبر ويعمق فهمنا للقدرات الحس حركية.

2. دراسة بعزي رضوان وآخرون (2017):

هذه الدراسة ركزت على أثر القصص الحركية في تنمية المهارات الحركية لدى أطفال الابتدائي. بينما تستفيد دراستنا من منهجية تصميم برامج موجهة لتحسين مهارات حركية محددة، إلا أننا تنتقل إلى مرحلة عمرية متقدمة وتضيف عنصراً جديداً وهو المؤشرات الحس حركية التي تعتبر أكثر تعقيداً من المهارات الحركية الأساسية.

3. دراسة عبد الحميد لغرور - يحياوي السعيد (2017):

تناولت هذه الدراسة أثر منهج التربية البدنية والرياضة في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط، حيث نجد أن موقع دراستنا هنا يكمن في امتداد دراسة التأثيرات طويلة الأمد لهذه البرامج على فئة المراهقين، مما يساهم في تكوين نظرة شاملة عن تطور المهارات الحركية من الطفولة إلى المراهقة.

4. دراسة أسعد حسين عبد الرزاق (2018):

اهتمت هذه الدراسة بتطوير القدرات البدنية والحركية لدى المراهقين من خلال الألعاب الصغيرة والكبيرة، دراستنا تمثل استمرارية للبحث في هذا المجال مع التركيز على استراتيجيات تعليمية أكثر تعقيداً ومؤشرات حس حركية دقيقة، مما يعطي لمحة عن تطور تقنيات التدريب والتعليم البدني عبر المراحل العمرية المختلفة.

ثانياً: التعقيب على الدراسات السابقة:

1. من حيث أهمية الموضوع: تعتبر دراستنا مهمة لأنها تجمع بين الجوانب الحس حركية والتربوية الرياضية، وتعمل على توسيع نطاق البحث ليشمل تلاميذ التعليم الثانوي، بينما تركز الدراسات السابقة على المراحل الابتدائية والمتوسطة، وشريحة محددة من المرحلة الثانوية لذلك دراستنا تقدم إضافة قيمة من خلال استكشاف تأثيرات البرامج الرياضية على فئة عمرية تحتاج إلى تدريبات حس حركية متقدمة.

2. من حيث منهجية البحث: تستفيد دراستنا من استخدام المنهج التجريبي، كما في الدراسات السابقة، إلا أنها تذهب خطوة أبعد بتركيزها على تصميم برامج رياضية تعليمية محددة تستهدف المؤشرات الحس حركية، ما يعزز من دقة النتائج ويفتح المجال أمام تطبيقات عملية أوسع في التعليم الثانوي.

3. من حيث الفئة المستهدفة: تعتبر الفئة المستهدفة (تلاميذ التعليم الثانوي) في دراستنا عنصراً جديداً يضاف إلى الدراسات السابقة، حيث إنها تعالج احتياجات طلاب هذه الفئة العمرية من خلال تصميم برامج موجهة تلائم مستوى نضجهم البدني والنفسي.

4. من حيث الإضافات العلمية: تقدم دراستنا إضافة علمية من خلال التركيز على المؤشرات الحس حركية، وهو مجال لم يتم تناوله بشكل مكثف في الدراسات السابقة، هذا ما يجعلها ذات قيمة خاصة للأكاديميين والباحثين المهتمين بتحسين البرامج التعليمية في المدارس الثانوية.

وعليه فإن دراستنا تمثل خطوة متقدمة في مجال البرامج الرياضية، حيث تجمع بين خبرات الدراسات السابقة وتطبقها على فئة عمرية جديدة مع إضافة عنصر التحليل الحس حركي، هذا المزيج يجعل من دراستنا قيمة مضافة تساهم في تطوير المناهج التعليمية الرياضية على مستوى التعليم الثانوي، مع تقديم رؤى جديدة يمكن الاستفادة منها في تحسين جودة التعليم الحركي والبدني.



الفصل الأول

الأدبيات النظرية للدراسة



تمهيد الفصل

تُعتبر تنمية المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي من الأهداف المهمة التي تسعى المناهج التعليمية الحديثة إلى تحقيقها، وذلك من خلال تطبيق برامج رياضية تعليمية مصممة بعناية، يهدف هذا الفصل النظري إلى استعراض أهمية البرامج الرياضية التعليمية ودورها في تعزيز المهارات الحركية والحس حركية لدى التلاميذ. كما سيتناول تأثير هذه البرامج على تحسين القدرات البدنية والعقلية، وكيفية توظيف الأنشطة الحركية في تطوير مهارات التوازن، الدقة، وسرعة الاستجابة، مما يساعد على بناء قاعدة معرفية تمكن من فهم العلاقة بين النشاط البدني وتطور هذه المهارات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

المبحث الأول: مدخل إلى البرنامج الرياضي التعليمي المقترح

يُعد البرنامج الرياضي التعليمي المقترح أحد الأدوات الأساسية لتطوير المهارات الحركية والحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، في هذا المبحث سيتم تقديم نظرة شاملة حول مكونات البرنامج، أهدافه... إلخ، كما سيستعرض كيفية تصميم الأنشطة الرياضية بما يتوافق مع احتياجات التلاميذ، وأثر هذه الأنشطة على تنمية مؤشراتهم الحركية والحسية.

المطلب الأول: ماهية البرنامج والبرنامج الرياضي التعليمي

1- **مفاهيم عامة للبرنامج:** يرى الدمرداش سرحان بأن البرنامج هو مجموعة من الخبرات المنظمة في ناحية من نواحي المواد الدراسية وضع لها هدف معين تعمل على تحقيقه مرتبطة في ذلك بتوقيت محدد وإمكانيات خاصة، أما أمين أنور الخولي فيرى أنه خطة يتم وضعها لفرد أو فصل أو مدرسة وقد تكون هذه الخطة لجزء من العام الدراسي أو ليوم دراسي كامل أو شهر أو فصل دراسي كامل أو عام دراسي ومن هذا البرنامج تحدد الأنشطة التي يجب تنفيذها في الفصل " (عفاف/عثمان/وأخرون، 2007، صفحة 12) كما أن المفهوم الحديث للبرنامج المدرسي لم يأت من العدم ولم يوجد مرة واحدة بل تطور تدريجياً مع الزمن حتى وصل إلى ما هو عليه الآن فأصبح يهتم بالطلاب بجميع نواحيه التي لها علاقة به بدلا من الاهتمام بالمواد الدراسية فقط كما هو الحال في المنهج القديم، ولقد أصبح المنهج بمفهومه الحديث منهجا يتأثر بالطلبة والمجتمع والبيئة المحيطة والثقافة والنظريات التربوية والنفسية حيث أصبحت المدارس تلعب الدور الأكبر أهمية بتنمية الطلبة وإعدادهم للحياة (خطايب، 2011، صفحة 177)

2- **الفرق بين المنهاج والبرنامج:** إن البرامج الرياضية المعاصرة أصبحت مرادفاً مقبولاً للمناهج الرياضية، فإن كانت المناهج تعبر عن الوجه البنائي فإن البرامج تعبر عن الوجه التنفيذي، وهما كالعلة الواحدة ذات الوجهين حيث يصعب فصل أحدهم عن الآخر، ويوضح ذلك ولجوس حيث يشير إلى البرنامج بأنه كل الخبرات المتعلمة من المنهج والذي يتضمن المحتوى وطرق التدريس وأهداف التعليم والإمكانات والوقت المتاح، كما يرى حسين اللقاني بأن البرنامج هو الشكل التنفيذي لتطبيق المنهاج بكافة عناصره من أهداف المنهج ومحتواه من أنشطة وخبرات ومعارف (عفاف/عثمان/وأخرون، 2007، صفحة 14)

3- **البرامج الرياضية:** ينقسم البرنامج الرياضي إلى ثلاثة أقسام هي: (محمد خميس أبو نحره ونايف سعادة، ب س ن، صفحة 18)

1-3 البرنامج الأساسي: ويشمل أوجه النشاط في دروس لها مكان في الجدول المدرسي العام ويشمل التلاميذ جميعاً على سواء ويقتصر هذا البرنامج على ساعتين كحد أقصى أسبوعياً لكل فرقة دراسية في خطة الدراسة بالمدرسة وهذا القدر لا يكفي لتعليم المهارات الحركية بمستوى معقول ولا يشبع حاجة التلميذ إلى الحركة في أي مرحلة سنوية.

2-3 برنامج النشاط الخارجي : يعد هذا النشاط اختياري وهو خاص بالمتميزين في الأداء الحركي ويمثلون الفرق الرياضية التي تمثل المدرسة ذاته برنامج التنافس تتنافس فيه الفرق المدرسية مع المدارس أو هيئات أخرى.

3-3 برنامج النشاط الداخلي : يجب على معلم التربية الرياضية الاهتمام بالنشاط الداخلي الذي يتم داخل المدرسة حيث يؤدي هذا النشاط إلى إتاحة الفرص لحوالي 20 بالمائة من المتعلمين لممارسة أنواع من أنشطة الرياضة التي يميلون إليها.

4- أغراض البرامج الرياضية

- التعود على العادات الصحية السليمة والسلوك الصحي.
- إشباع ميول ورغبات واحتياجات الطلبة.
- تنمية عناصر اللياقة البدنية لدى الطلبة.
- تحسين عمل الأجهزة الداخلية للطلبة.
- تنمية المهارات الأساسية والحركية للطلبة.
- الكشف عن قدرات ومواهب الطلبة والعمل على تنميتها.
- تنمية الصفات الاجتماعية وحسن التعامل مع الآخرين.
- تنمية اتجاهات الطلبة نحو المجتمع من خلال أنشطة الرياضية والرياضية (خطابية، 2011، الصفحات 177-178)
- تنمية الخيال الحركي والبراعة الحركية لدى المراهقين.
- مساعدة المراهق في الحكم على مستوى أدائه وتقويم نشاطه وعمله.
- تقليل احتمال وقوع الحوادث والإصابات لدى المراهقين (الواي، 2006، صفحة 121)

المطلب الثاني: محتوى البرنامج الرياضي التعليمي وخصائصه

أولاً: محتوى البرنامج الرياضي

المحتوى هو أحد العناصر الرئيسية للمنهج في التربية الرياضية والذي يتأثر بالأهداف التي يسعى المنهج لتحقيقها ويوصف على أنه مجموعة المعارف والمفاهيم والاتجاهات والقيم والمهارات التي يتعلمها الطلبة والتي تعرف بالمقررات الدراسية والمحتوى كل ما يقع عليه الاختيار ويضعه مخططو المناهج من خبرات وتعتبر الطريقة المستخدمة في المنهج ذات أهمية كبيرة في تحقيق أغراض وأهداف المنهج ويتخذ تنفيذ المنهج صوراً عديدة تعتمد على حال المدرسة وظروفها وطبيعة المادة الدراسية وإمكانات المدرس ويتم تنفيذ مناهج التربية الرياضية عن طريق ما يلي:

- دروس التربية الرياضية.
- النشاط الداخلي ويشمل على:
- برامج الأنشطة المتنوعة.
- اللجان المختلفة المتعلقة بالنشاط.

- المباريات والمسابقات المختلفة.
- النشاط الخارجي ويشمل على:
- المباريات المدرسية الرسمية.
- المباريات واللقاءات الودية والفرق الأخرى (خطابية، 2011، الصفحات 178-179)

ثانياً: الشروط العامة لوضع البرنامج

من أجل وضع البرامج الرياضية لهذه المرحلة، يجب ان يتعرف المربون التربويون على مختلف المميزات البدنية بالإضافة إلى الخصائص الفيزيولوجية والتشريحية والنفسية الخاصة بها، فتوفر مثل هذه المعلومات يمكن للمربي البدني من تخطيط برامج نشاطه بحيث يلبي رغبات واحتياجات التلاميذ الذين يعمل معهم ومثل هذه المعلومات تضمن:

- تقسيم التلاميذ لمختلف الأعمار تقسيماً علمياً سليماً.
 - ضمان التنمية البدنية والحركية ومختلف أوجهها خلال سن الطفولة وفترة المرحلة المدرسية الأولى والثانية.
 - ضمان ملاحظة الفروق الفيزيولوجية بين الذكور والإناث.
 - مراعاة القواعد العامة للنمو والتطور الحركي والنفسي والبدني (محمود عوض بسيوني وياسين الشاطيء 1992، صفحة 95) و الزمني التشريحي الفيزيولوجي والعقلي على التوالي وهي بسيطة تساعد مدرسي التربية البدنية والرياضية كثيراً في عملية التقسيم (Wilmore، 2009، صفحة 85)
- فالعمر الزمني يمثل من التلاميذ حسب التقويم والسن والشهور والعمر التشريحي يرتبط عادة بمعظم العظام وفي بعض الأحيان تستخدم عظم الرسغ الصغيرة لهذا الغرض وأشعة (X) ولقد اتبعت طرق كثيرة لدراسة مراحل النمو المختلفة، ولكن هناك طريقة لتقرير العمر ضرورة عملية لتحديد العمر التشريحي ويتلخص برنامج الرياضية لتلاميذ الطور الثانوي في الجدول التالي:

الجدول رقم (1) يبين محتوى برنامج الرياضية لتلاميذ الطور الثاني والأهداف التربوية.

المحتوى	الأهداف التربوية
العاب ذات تنظيم ممهدة للألعاب الكبيرة	تنمية القدرات البدنية والنفسية والحركية والتفكير التكتيكي.
أنشطة إيقاعية وتشمل الإيقاعات الأساسية	تنمية الرشاقة المرنة التركيز
العاب ومهارات فردية	تنمية الصفات البدنية مثل السرعة القوة المتداومة التنسيق الخ، وكذلك تنمية الصفات النفسية مثل الإرادة الشجاعة، حب التفوق الخ
العاب المطاردة	تنمية الصفات البدنية والحركية النفسية والتفكير التكتيكي
حركات الرشاقة مثل الجمباز	تنمية الصفات الحركية البدنية والنفسية

ثالثاً: خصائص البرامج الرياضية: هناك عدد من الخصائص التي يجب توفرها في البرامج الرياضية وهي: (الوابي، 2006، الصفحات 124-125)

- **التنوع:** لما يكون الهدف تنمية المهارات الحركية الأساسية لذا فمن الأهمية أن تتنوع النشاطات التي تقدم للأطفال فيعقب كل نشاط حاد نشاط خفيف وأن يتاح للأطفال فرص للاستمتاع بالحركة والنشاط وأن تحتوي أنشطة البرنامج على التمارين والألعاب الحركية المنظمة والموجهة مثل أنشطة الجري والقفز والوثب والرمي وهذا التنوع يكسبهم المزيد من الخبرات وتطور تفكيرهم وتخيلهم.
- **الاستمرارية:** تعني الاستمرارية وجود علاقة طبيعية بين أوجه النشاط المختلفة في البرنامج فيسير النشاط من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب، ومن المعروف والمألوف إلى غير المألوف كذلك الربط بين الجديد والقديم ويتميز البرنامج بتحقيق الاستمرارية في الخبرات حيث تشمل الخبرات التي يمر بها المراهق في البرنامج اليومي من خلال أنشطة الرياضة.
- **التتابع:** ويقصد به الترتيب الذي يعرض به المحتوى على امتداد الزمن ويرتبط التتابع بالاستمرارية فهناك تداخل فيما بينهما، والتتابع يعني أن كل عنصر ينبغي أن يبنى على أساس عنصر سابق ويتجاوز المستوى الذي عولج به من حيث الاتساع أو العمق.
- **المرونة:** ويقصد بها اختبار الأنشطة وتخطيطها وتوقيت تنفيذها بمعنى أن تكون هذه الأنشطة والخبرات قابلة للتعديل والتطوير وفقاً لما يطرأ أو يستجد من مواقف وظروف على الموقف التعليمي والمرونة في مراعاة الفروق الفردية بين المراهقين.
- **التكامل والشمول:** ويشير التكامل إلى وجود علاقة بين جميع الأنشطة في مجملها من النوع الذي يشجع المراهقين على التفكير ويشد انتباههم ويعمل على توسيع دائرة الشوق لديهم بما يضمن فاعليتهم ويجب أن تكون هذه الأنشطة جزءاً من البرنامج اليومي.

المطلب الثالث: أهداف وأهمية البرنامج الرياضي التعليمي.

أولاً: أهمية التربية الرياضية

تساهم التربية الرياضية في تنمية وتقديم وتجسيد ثقافة الأمة، وتساعد بصفتها لونا من ألوان التربية في العمل على تحقيق هذه الأغراض، ويحتاج الأمر إلى وصف أهمية الرياضة وأثرها في العملية التربوية، والتي تمكن من تحسين الصحة، وغرض تحسينها له علاقة بالنشاط الذي يمارسه الشخص في ساعات وأوقات فراغه وأثناء عمله، والطريقة التي يقضي بها الفرد وقته الحر، لتحديد بدرجة كبيرة على مدى صحته الجسمية والعقلية والانفعالية والروحية فهناك مجال واسع وتشكيلة متنوعة من أوجه النشاط التي تهيأ للفرد أن يعمل لتحسين صحته العضوية كما أنها تمنح الفرد الاسترخاء وتمهد له السبيل للهروب من الضغط في العمل، وتمنح له فرصة ينسى فيها مشاكله، فمن ثمة هي عون للصحة العقلية، وبما أنها تخطط ثم تنفذ حيث تعمل على تمتع الإنسان وسعادته فهي تسهر

على تحسين صحته الانفعالية، وهذا من طبيعته أن يعمل على خلق علاقات إنسانية أفضل، وعليه يسمو بالصحة الروحية ويساعد في عملية تكامل وتطور الشخص كله (أنطون، 1978، صفحة 51)

وتهدف التربية الرياضية إلى تكوين الأفراد تكويناً شاملاً، في النواحي الشعورية والسلوكية، الاجتماعية العقلية البدنية، وتتجه التربية الرياضية نحو إشباع رغبات الفرد إلى البناء الطبيعي على أن يتميز هذا النشاط بادراك الفرد لأغراضه وان يتناسب مع مرحلة نموه واحتياجاته، وان يشبع رغباته في جو صحي، وبهذا كان تعريف الرياضية والرياضية مع هذا الاتجاه (السراج، 2011، صفحة 50) على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على اللياقة البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي ويذكر المرئي الألماني جونس مومس أن الناس تلعب من أجل يتعافوا وينشطوا أنفسهم. (تشارلز، 1964، صفحة 41)

تُعتبر البرامج الرياضية التعليمية جزءاً لا يتجزأ من المناهج الدراسية في مرحلة التعليم الثانوي، حيث تسهم في تطوير مجموعة متنوعة من القدرات والمهارات التي تتجاوز مجرد اللياقة البدنية. أهمية هذه البرامج تكمن في أنها توفر للتلاميذ فرصاً متعددة لتحقيق التوازن بين النمو الجسدي والنفسي والاجتماعي، مما يسهم بشكل مباشر في بناء شخصيات متكاملة ومتوازنة.

1. **من الناحية الجسدية:** تسهم البرامج الرياضية في تعزيز اللياقة البدنية للتلاميذ، مما يساعد على تحسين

صحة القلب والأوعية الدموية، تقوية العضلات، وزيادة مرونة الجسم. الأنشطة البدنية المنتظمة التي يتضمنها البرنامج تعزز من قدرة الطلاب على التحمل البدني وتقليل مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة مثل السمنة والسكري وأمراض القلب. بالإضافة إلى ذلك، تساعد الرياضة في تحسين النوم، تعزيز الطاقة، وزيادة التركيز والانتباه في الفصول الدراسية. (فاطمة، 2007، صفحة 74)

2. **من الناحية العقلية:** تسهم البرامج الرياضية التعليمية في تطوير المهارات الحركية الأساسية والمعقدة لدى

التلاميذ. من خلال التمارين والأنشطة الرياضية المختلفة، يتعلم الطلاب التحكم في حركاتهم بدقة أكبر، مما يعزز التنسيق بين العضلات والعقل. هذه المهارات الحركية الأساسية تشمل التوازن، التنسيق اليدوي-البصري، والسرعة، وهي أساسية في الحياة اليومية وفي العديد من الأنشطة الرياضية.

3. **من الجانب النفسي:** تلعب البرامج الرياضية دوراً هاماً في بناء الثقة بالنفس والانضباط الذاتي. المشاركة

في الرياضة تساعد التلاميذ على تحقيق أهدافهم الشخصية، مما يعزز من شعورهم بالإنجاز والقدرة على التغلب على التحديات. الرياضة أيضاً تُعلم التلاميذ أهمية الالتزام والمثابرة، حيث يتطلب تحقيق التفوق الرياضي التدريب المستمر والالتزام بالبرنامج الموضوع. هذا الانضباط يمتد إلى الجوانب الأخرى من حياتهم، بما في ذلك الأداء الأكاديمي والقدرة على إدارة الوقت بشكل فعال. (ماجد، 2021، صفحة 98)

إضافة إلى ذلك تسهم الأنشطة الرياضية في تعزيز المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ. المشاركة في الفرق الرياضية تعزز من روح التعاون والعمل الجماعي، حيث يتعلم التلاميذ كيفية التواصل بفعالية مع الآخرين، واحترام

قواعد اللعبة، والتعامل مع المنافسة بشكل إيجابي، هذه التجارب الرياضية تدعم بناء العلاقات الاجتماعية القوية وتشجع على تكوين صداقات مبنية على الاهتمامات المشتركة.

البرامج الرياضية أيضاً تعزز من الرفاهية النفسية من خلال تقليل مستويات التوتر والقلق. التمارين الرياضية تعمل على إفراز هرمونات السعادة مثل الإندورفين، التي تساهم في تحسين المزاج والشعور بالسعادة. بالإضافة إلى ذلك، توفر الرياضة متنفساً صحياً للطلاب لتفريغ طاقاتهم والتعامل مع ضغوط الحياة اليومية، مما يؤدي إلى تحسين الحالة النفسية العامة. (عيسوي، 2018، صفحة 62)

وتلعب البرامج الرياضية التعليمية دوراً في إعداد التلاميذ حياة نشطة ومستدامة. من خلال اكتسابهم عادة ممارسة الرياضة منذ الصغر، يصبحون أكثر وعياً بأهمية النشاط البدني في حياتهم، مما يعزز من احتمالية استمرارهم في ممارسة الرياضة حتى بعد انتهاء مرحلة التعليم الثانوي. هذا الوعي بالنشاط البدني يساهم في بناء مجتمع أكثر صحة ونشاطاً، حيث يصبح التلاميذ نماذج إيجابية لأقرانهم وعائلاتهم.

ثانياً: أهداف البرامج الرياضية التعليمية

البرامج الرياضية تحمل العديد من الفوائد التي تمتد لتشمل الجوانب الجسدية، النفسية، و الفكرية، والاجتماعية. فيما يلي أبرز هذه الفوائد: (ماجد، 2021، صفحة 64)

- **تحسين اللياقة البدنية:** الأنشطة الرياضية تعزز من قوة العضلات، مرونة الجسم، وقدرة التحمل القلبي الوعائي، مما يساهم في تحسين الصحة العامة وتقليل مخاطر الأمراض المزمنة مثل السمنة وأمراض القلب.
- **تنمية المهارات الحركية:** الرياضة تساعد على تطوير التنسيق الحركي، التوازن، والسرعة. هذه المهارات الحركية الأساسية تعتبر ضرورية للأداء الجيد في الأنشطة الرياضية والحياة اليومية.
- **تعزيز الصحة النفسية:** ممارسة الرياضة تُسهم في تقليل التوتر والقلق، وتحسين المزاج بفضل إفراز هرمونات السعادة مثل الإندورفين. كما تعزز الثقة بالنفس والشعور بالإنجاز.
- **تشجيع الانضباط:** الرياضة تتطلب الالتزام بالتدريبات والمثابرة، مما يساعد على تطوير الانضباط الذاتي لدى الأفراد. هذا الانضباط يمكن أن يمتد إلى جوانب أخرى من الحياة، مثل الدراسة والعمل.
- **تعزيز المهارات الاجتماعية:** البرامج الرياضية، خاصة تلك التي تعتمد على اللعب الجماعي، تعزز من روح الفريق، العمل الجماعي، وتعلم مهارات التواصل الفعال. كما تشجع على بناء علاقات اجتماعية قوية وتكوين صداقات جديدة.
- **تعليم قيم أخلاقية:** الرياضة تعلم الاحترام، اللعب النظيف، التحلي بروح المنافسة الشريفة، وقبول الهزيمة. هذه القيم الأخلاقية تُعد أساسية لبناء شخصيات متوازنة ومسؤولة.
- **تحسين الأداء الأكاديمي:** الدراسات تشير إلى أن النشاط البدني المنتظم يمكن أن يعزز التركيز والانتباه لدى الطلاب، مما يساهم في تحسين أدائهم الأكاديمي.

- دعم نمط حياة نشط: اكتساب عادة ممارسة الرياضة في سن مبكرة يشجع على استمرار النشاط البدني في مراحل الحياة اللاحقة، مما يؤدي إلى حياة صحية أكثر.
- توفير متنفس للتعبير عن الطاقة: الرياضة توفر وسيلة صحية لتفريغ الطاقات الزائدة، مما يساعد في تقليل السلوكيات السلبية وتحسين السلوك العام.
- تعزيز الرفاهية الشاملة: من خلال تحسين الصحة الجسدية والنفسية، وتعزيز العلاقات الاجتماعية، تسهم البرامج الرياضية في تعزيز الرفاهية الشاملة للأفراد.

المبحث الثاني: عموميات حول المؤشرات الحسية والحركية للتلاميذ التعليم الثانوي

يُعد فهم المؤشرات الحسية والحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي أمرًا أساسيًا لتطوير قدراتهم البدنية والعقلية. في هذا المبحث، سيتم تقديم نظرة عامة على المفاهيم الأساسية للمؤشرات الحسية والحركية، وأهميتها في تعزيز الأداء الأكاديمي والرياضي للتلاميذ، كما سيتم مناقشة العوامل المؤثرة في تنمية هذه المؤشرات، ودورها في تحسين التفاعل مع البيئة المحيطة والأنشطة اليومية.

المطلب الأول: ماهية المؤشرات الحسية والحركية

المؤشرات الحسية والحركية تشير إلى القدرات التي يمتلكها الفرد لتلقي المعلومات الحسية من البيئة المحيطة وتحويلها إلى استجابات حركية مناسبة وتلك المؤشرات تتمثل في:

1. **المؤشرات الحسية:** تشمل الحواس المختلفة مثل البصر، السمع، اللمس، والتوازن، وهي تلعب دورًا مهمًا في استشعار العالم الخارجي وتوجيه السلوك.

2. **المؤشرات الحركية:** تتعلق بالقدرة على التحكم في الحركات البدنية وتنفيذها بدقة وتنسيق، مثل القدرة على الجري، القفز، أو التحكم في الأدوات. هذه المؤشرات مجتمعة تشكل أساسًا هامًا لتطور المهارات البدنية والمعرفية، خصوصًا في المراحل التعليمية حيث يتم دمجها في الأنشطة التعليمية والرياضية لتعزيز التعلم الفعال والتكيف مع المتطلبات الحياتية المختلفة.

أولاً: المهارات الحركية الأساسية

تشير المهارات الحركية إلى القدرات الحركية التي تمكن الفرد من أداء أفعال حركية بدقة وإتقان، وأدنى حد من الأفعال الزائدة، وبأقل قدر من الطاقة.

كما تعتبر المهارات الحركية الأساسية هي المفردات الأولية الفطرية لحركة المراهق والتي تؤدي كطريقة للتعبير والاستكشاف لتفسير ذاتية المراهق وتنمية قدراته، وذلك عن طريق تشكيل وتصميم المواقف التي تكون حافزًا للطفل لتحدي قدراته. ولقد اختلفت التسميات حولها فقد أطلق عليها المهارات الحركية الأساسية، الحركات الأساسية المهارات الأساسية، الحركات الطبيعية الأصلية. (نجد، 2007، صفحة 168) وهناك من يرى أنها الوسيلة التي يتعامل بها الفرد بفاعلية وبشكل مباشر مع الحقائق الواقعية المادية في البيئة (عبدالقادر، 2006، صفحة 31)

ثانياً: أهمية المهارات الحركية الأساسية

تساعد المهارات الحركية المراهق على تنمية عالمه المكاني والزمني وتنمي قدرته على التفكير السليم والتحليل والدراسة هذا بجانب تنمية الطلاقة والمهارة الحركية ومهارات التفكير الابتكاري وتنظيم المعلومات المختلفة عن البيئة المحيطة به، ثم تراكمها في ذهن المراهق حتى يعبر عنها في صورة حركات بدنية الأمر الذي يحقق النمو الشامل المتزن للطفل من النواحي التالية:

- **بدنيا وحركيا:** تطوير الإيقاع الحركي، والتحكم العضلي العصبي والتوازن.

- صحيا : سلامة القوام الناتج عن التأزر المتوازن عضليا وعصبيا.
- إدراكيا : تطوير الإدراك حس حركي وتنمية مهارات التفكير الإبداعي.
- انفعاليا : التكيف الشخصي والاجتماعي وحسن استغلال الوقت والطاقة . (عبدالقادر، 2006، صفحة 32)

ثالثا: أهداف المهارات الحركية الأساسية:

إن المهارات الحركية الأساسية تقوم على استخدام العضلات الكبيرة وتتطور تلك المهارات الحركية الأساسية من الحركات العشوائية إلى الحركات الموجهة ومن العام إلى الخاص ومن الإسراف في الطاقة الحركية إلى الاقتصاد في الجهد ، حيث أن المراهق يمكن أن يتعلم في المرحلة الأولى للتعلم بعض المهارات ولكن في المرحلة الابتدائية يتعلم مهارة ثانية من مراحل النضج الإتيقان) يتعلم مهارة ثالثة ، والمراهقين يتقدمون بمعدل ثابت في جميع المهارات الحركية الأساسية ، وان اللعب والخبرة التوجيهية تؤثر تأثيرا كبيرا في سرعة تطور قدرات حركات الانتقال والتحكم والثبات والاتزان ، حيث أن الانتقال من مرحلة إلى أخرى يعتمد على نضوج الأنماط الحركية التي تمارس وتطبق على مجموعة كبيرة من المهارات الحركية العامة وإذا كانت هذه الأنماط اقل من مستوى النضوج فان قدرات الفرد ستتأثر بصورة واضحة في المهارات الخاصة وترى الباحثة انه من الضروري العمل على تطوير هذه الأنماط في وقت مبكر من عمر المراهق لان أي قصور فيها يكون لها تأثير سلبي على مراحل التعلم الأخرى (عثماني، 2008، صفحة 116)

رابعا: أسس تنمية المهارات الحركية الأساسية:

- توفير بيئة مليئة بالمتيزات السمعية والبصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد من حيث النوع والشكل والحجم.
- يتناسب البرنامج والأنشطة الممارسة من خصائص وميول وقدرات المراهقين. مراعاة التنوع في طرق التدريس والأدوات والوسائل المستخدمة في الشكل واللون والحجم.
- العمل على إيجاد المواقف الحركية التي تضيف عنصر المرح والسرور لدى المراهقين.
- الاستفادة من المواد المتاحة والمتوفرة في البيئة المحيطة.
- الاستعانة بالمتيزات الموسيقية والعد الجماعي والتصفيق لاستثارة المراهقين وجلب انتباههم.
- مراعاة الظروف النفسية والاجتماعية والصحية للأطفال وخلق روح الصداقة بين المعلم والمراهقين وتشجيعهم على الاستمرار في بذل الجهد.
- إثارة المراهقين للممارسة الأنشطة عن طريق التدعيم المادي والمعنوي.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة للأطفال واستخدام الأدوات الثابتة على الأرض والمصنوعة من مواد غير صلبة.
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين المراهقين . (عبدالقادر، 2006، صفحة 34)

خامسا: العوامل المساعدة لتثبيت المهارات الحركية الأساسية

- تكرار مهارات الحركات الأساسية مهم جدا في هذه المرحلة لان ذلك يساعد المراهقين على فهم واجبههم الحركي والمعلم الجيد هو الذي يركز تعليمه على عدد من التكرارات سواء كان ذلك مهارات حركية أساسية أو أداء واجبات بنائية لتطوير عضلات الأطراف التي تقوم بالواجب الحركي.
- يعتمد التعليم الحديث على المحاولة والتجريب بحيث نعطي كل طفل الفرصة الملائمة للمحاولة والتجريب على الواجبات الحركية لكل طفل بمفرده عن زملائه.
- يعتمد التعليم الجيد في المرحلة الأساسية على تحدي المراهقين في المشاكل الحركية ودفعهم نحو أداء واجباتهم الحركية بسهولة ويسر .
- يعتمد التعليم الجيد في المرحلة الأساسية في حل المشكلات التي تتناسب وقدرات وإمكانات المراهقين ودفعهم وتشجيعهم على أداء واجباتهم الحركية بأقصى طاقاتهم الحركية.
- يعتمد التعليم الجيد في هذه المرحلة على أن يقوم المراهقين بأنفسهم أداء النموذج المطلوب منهم
- حل المشاكل الحركية، وهذا بالتالي يشجعهم على اكتساب السلوك المطلوب أداؤه.
- المدرس الجيد هو الذي يستخدم حل المشكلات التي تؤدي إلى اكتشاف المشاكل الحركية التي يستطيع من خلالها تطبيق استخدام أبعاد الحركة (السعدية، 2012، الصفحات 99-101)

المطلب الثاني: العوامل المؤثرة في نمو وتطور المؤشرات الحسية والحركية

1. مفهوم وأنواع العوامل المؤثرة في نمو وتطور المؤشرات الحسية والحركية

تعتبر العوامل البيئية والوراثية أساس تكوين شخصية المراهق ولكل منهما دور في دفع النمو في مساره السليم، إذ أنهما المحددان الرئيسيان في نمو المراهق. وتعدد هذه العوامل وصعوبة ضبطها أحيانا يثبت أن النمو عملية معقدة ويصير التنبؤ بظواهره ومحاولة ضبطها أكثر صعوبة، وقد صنف العلماء العوامل المؤثرة في نمو المراهق إلى ثلاثة عوامل هي:

أولاً: العوامل الوراثية: تلعب العوامل الوراثية دورا رئيسيا في نمو المستقبل للفردي ولقد كشفت الدراسات الحديثة في علم الهندسة الوراثية عن بعض هذه الأدوار، إن العوامل الوراثية تحدد للفردي خصائصه البنائية ونوعية هذه الخصائص حيث يتشارك مع أفراد نوعه ويتميز عنهم في آن واحد كما أنها تحدد السقف الأقصى الممكن لهذه الخصائص وهي كذلك مسؤولة عن جنسه، وما يمكن أن يصاب به من أمراض معينة تعرف بإسم الأمراض الوراثية.

وراثية الخصائص البنائية هي انتقال خصائص وصفات الآباء إلى الأبناء حيث يمتلكون السمات الرئيسية للنوع الواحد في نفس الوقت يكون كل فرد مختلف عن الآخر وعند الانسان وراثية الخصائص البنائية هي انتقال خصائص وصفات الآباء إلى الأبناء حيث يمتلكون السمات الرئيسية للنوع الواحد في نفس الوقت يكون كل فرد

مختلف عن الآخر وعند الانسان توجد آلاف الصفات الوراثية تحدد تقريبا كل شيء عن الشخص بدءا بلون شعره إلى طوله وكل الخصائص البيولوجية الأخرى، هذه المورثات تنقلها المورثات أو ما يعرف بالجينات (Genes) الحاملة للشفرة الوراثية (Adn). (رجب، 2020، صفحة 51)

ثانيا: العوامل البيولوجية: يقصد بالعوامل البيولوجية وظائف الأجهزة الجسمية ونضجها ويهمننا ان نتناول جهازين على درجة كبيرة من الأهمية في مجال النمو وهما :

- **الجهاز الغددي:** يختص هذا الجهاز أساس بوظائف التمثيل الغذائي المختلفة للجسم فيضبط معدلات التفاعل الكيميائية في الخلايا، وغير ذلك من جوانب التمثيل الغذائي ويتكون من عدد من الغدد أهمها الغدة النخامية التي توجد في الراس وتتدلى من سقف الدماغ ، وتفرز هرمون النمو وتتحكم في تنظيم عمليات النمو في السنوات الأولى من العمر كما تفرز هرمون اخر عند البلوغ فتتحكم في النمو الجنسي . وتتحكم في وظائف عدد كبير من الغدد كالدرقية ، والتناسلية، ونقص افرازها يؤدي إلى التأخر في النمو أما الزيادة في إفرازها فيؤدي إلى العملقة بالإضافة إلى هذه الغدة نجد الغدة الدرقية ، الغدد جارات الدرقية الغدة الكظرية الغدد التناسلية

- **الجهاز العصبي:** يتكون الجهاز العصبي للإنسان من الجهاز العصبي المركزي (المخ) الحبل الشوكي والجهاز العصبي الطرفي الأعصاب المخية والاعصاب الشوكية، والجهاز العصبي الذاتي، الدراسات الحديثة المتصلة بالجهاز العصبي تقسم هذا الأخير إلى مناطق وكل منطقة مسؤولة عن وظائف معينة فهناك مناطق مثلا في اللحاء تختص ببعض الوظائف كالمناطق الحسية الأولية ومنطقة الحركة اللاإرادية، كما أن لكل حاسة مركز خاص في الدماغ بواسطتها يفرق الفرد بين درجة الشدة النسبية للمنبهات المختلفة ويتعرف على العلاقات المكانية، ويدرك المحسوسات. (شرف، 2018، صفحة 52)

ثالثا: العوامل البيئية: وتلعب دورا أساسيا في توفير الشروط الأفضل لنمو المراهق بعد الولادة، فالبيئة الاجتماعية تساعد في اشباع حاجات المراهق ومطالب نموه البيولوجية والنفسية والاجتماعية ومن خلالها يتعلم المراهق المشي والكلام واكتساب مختلف المهارات، وقد أثبتت الدراسات الحديثة أن الخبرات الحسية المبكرة والمتنوعة لها أهمية قصوى في النمو بصفة عامة والنمو الحسي الحركي بصفة خاصة.

إن البيئات الاجتماعية الفقيرة والتي لا تتوفر فيها الإمكانيات لرعاية المراهقين الرعاية الجسدية والنفسية اللازمة تشكل عائقا لأطفالها. (عيسوي، 2018، صفحة 69)

2. تصنيف المهارات الحركية الأساسية

لقد تم تصنيف المهارات الحركية الأساسية في العديد من البحوث والدراسات والمصادر العلمية في مجال المهارات الحركية الأساسية تصنيفات متعددة وذلك لتباين وجهات النظر وأن أغلبية هذه المصادر صنفت الحركات

- الأساسية إلى ثلاثة فئات رئيسية وفيما يأتي عرض لتصنيفات المهارات الحركية الأساسية حيث تنقسم المهارات الحركية الأساسية إلى مهارات انتقالية ومهارات غير انتقالية ومهارات التحكم ومهارات ثبات واتزان الجسم
- **المهارات الانتقالية:** هي تلك المهارات التي تؤدي إلى تحريك الجسم في الفضاء المحيط به بفاعلية وكفاءة عن طريق تعديل موقعه بالنسبة لنقطة محددة على سطح الأرض، وتشمل المهارات الانتقالية المشي والجري والوثب للأمام والأعلى، والحجل، والخطوة بقدم والوثب على القدم الأخرى للأمام والجانب.
 - **المهارات غير انتقالية:** هي المهارات التي تؤدي إلى اتخاذ الجسم لأوضاع معينة دون تحريك قاعدة ارتكازه، وتشمل المهارات الثني، والإطالة واللف محور الجسم الرأسي والدوران حول محور الجسم الأفقي والدفع والسحب والرفع والمرجحة (السراج، 2011، صفحة 36)
 - **مهارات التحكم والسيطرة المعالجة والتناول:** هي المهارات التي تتضمن تعامل المراهق مع الأشياء والتي تشمل إعطاء قوة لهذه الأشياء أو استقبال قوة منها، والأساس في هذه المهارات أنها تجمع بين حركتين أو أكثر، وتشمل مهارات التحكم على مهارات اللقف، واستقبال الكرة بالقدم، والركل..... وغيرها . (السراج، 2011، صفحة 37)
 - **مهارات الاتزان الثابت والتحرك:** هي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرأسي او الافقي وتتضمن هذه المهارات:
 - **الاتزان الثابت:** ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط او اهتزاز عند اتخاذ اوضاع معينة مثل الاتزان على قدم واحدة.
 - **الاتزان الحركي:** ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن اثناء اداء حركي معين، وتشمل مهارات ثبات واتزان الجسم مهارات : (كالثني والمد والمرجحة، واللف والدوران، والدرجة والاتزان المقلوب والمشي على عارضة التوازن) (عبدالحجامي، 2015، صفحة 167).

المطلب الثالث: خصائص المؤشرات الحسية والحركية لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي

من المهم أن يعرف المدرس مراحل النمو البدني و الحركي والاجتماعي و العقلي والانفعالي الذي يميز هذه المرحلة حتى يستطيع استثمار قدرات المراهق بطريقة جيدة لذا على المدرس إدراك وفهم ما يستطيع التلاميذ أن يؤدوه وما لا يستطيعون على ذلك، فلكل مرحلة لها تأثيرها الخاص على الفرد، لذا نجد أن مرحلة المراهقة تكتسب مميزات وخصائص مؤثرة على الفرد ولذلك سنتطرق إلى الآتي:

أولاً: مفهوم المراهقة

- **المعنى اللغوي للمراهقة:** كلمة مراهقة مشتقة من فعل راهق بمعنى اقترب من بمعنى لحق أو دنى من، فالمراهق هو الفرد الذي يدنو من الحلم. (الواحي، 2006، صفحة 102)

- **المراهقة اصطلاحاً** : مشتقة من كلمة "ADOLESCENCE" وتعني باللاتينية "GRANDIR" بمعنى كبر ونمى وتعني الاقتراب من النضج وهي الفترة التي تقع بين مرحلة نهاية الطفولة المتأخرة (Didier, 2013, صفحة 32) وبداية مرحلة الرشد.
- تعتبر المراهقة أساسية يعيشها الإنسان وهي مرحلة النمو السريع ، قصيرة لا تتجاوز العامين وأنها تحدث عند البنات فيما بين 11-13 سنة وعند البنين فيما بين 12-14 سنة فالمراهقة بهذا المعنى تعني إرهاق البلوغ و المعنى العام هي المرحلة التي تصل بين الطفولة المتأخرة والرشد ، وتمتد عند الجنسين حتى تصل إلى إكمال الرشد ، أي حتى يصل عمر الفرد 21 سنة.
- فهي عملية بيولوجية حيوية في بدئها وظاهرة اجتماعية في نهايتها ويختلف المدى الزمني القائم بين بدئها ونهايتها من الفرد إلى الآخر من السلالة إلى أخرى، ويخضع هذا الاختلاف للعوامل الجنسية البيئية الوراثية الغذائية والاجتماعية. (Didier, 2013, صفحة 33)

ثانياً: أقسام المراهقة

- يذهب بعض العلماء إلى أنى مرحلة المراهقة هي مرحلة نمو لا يجوز تقسيمها إلى فترات زمنية محددة ، إلا أن غالبية العلماء يتفقون على أن هذه المرحلة تتألف من مراحل فرعية مختلفة. (علي، الزبيدي، 2012، صفحة 58)
- **المراهقة المبكرة**: تمتد من 12 الى 14 سنة وفي هذه المرحلة يتضاءل السلوك الطفولي، وتبدأ المظاهر الجسمية ، العقلية ، الانفعالية و الاجتماعية المميزة لهذه الفترة في الظهور، ولا شك أن من أبرز مظاهر النمو في هذه المرحلة هو النمو الجنسي.
- كما تتميز هذه الفترة بتسارع في النمو وبمختلف مظاهره وأبعاده الجسمي والعاطفي والمعرفي و الروحي و الصفة المطلوبة الغالبة في هذه المرحلة هي التكيف مع هذه التغيرات.
- **المراهقة الوسطى** : تمتد من 14 و 17 سنة ويطلق عليها كذلك اسم المرحلة الثانوية وفي هذه المرحلة تتضاءل سرعة النمو الجنسي وتزداد التغيرات الجسمية و الفيزيولوجية ، وكذا اهتمام المراهق بمظهره الجسمي وقوة جسمه فيزداد بهذا شعوره بذاته كما تتميز هذه المرحلة بتفهم المراهق للغير وتقديره وجهات نظرهم و إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، كما ينمو عنده الضمير الذاتي بشكل أكبر وعياً من ذي قبل
- **المراهقة المتأخرة**: تمتد من 17 و 21 سنة، تسمى كذلك بمرحلة التعليم العالي وفيها يتجه المراهق محالاً التكيف مع المجتمع الذي يعيش فيه و الابتعاد عن العزلة ويسمى البعض الآخر مرحلة الشباب

ثالثاً: خصائص المراهقة في المرحلة الثانوية

- **الخصائص الجسمية**: تظهر عند المراهق خصائص عضوية فيزيولوجية وجسمية دليل على نضج الجسم الذي يعتبر خطوة نحو اكتمال الشخصية من أولى هذه الخصائص هي السرعة في النمو، فمتوسط نمو

المراهق من حيث الطول والوزن في السنة قد يصل إلى ضعف متوسط نموه في أواخر مرحلة الطفولة، كما يزداد نمو حجم قلبه ، ونشير إلى أن نمو العظام يفوق نمو العضلات الأمر الذي يجعل جسمه وحاجته إلى التعويض بالغذاء والراحة، ومن مظاهره أيضا تغير شكل الخنجر وتغير الصوت ونمو الأعضاء التناسلية نموا سريعا، وفي هذه المرحلة تصل البنات إلى أقصى طولهن وتكون العظام عند الذكور بأشكال نوبية و حجمها أكثر وكمية النسيج العضلي أكثر عندهم من كمية الدهون..... وسبب هذا التغيير الجسماني راجع إلى نشاط بعض الغدد النخامية و التناسلية (Weineck، 2017، صفحة 15)

● **الخصائص الاجتماعية:** يميل المراهق إلى الحرية و الاعتماد على النفس، و إلى التمرد أحيانا على الأعراف لذلك يجد نفسه في صراع ومواجهة مع المجتمع والأسرة التي تفرض عليه قيود معينة وسلطة وقوانين وهي إما مدرسية أو أسرية، كما أنه يميل إلى القيام بأعمال تثير انتباه الآخرين فهو يتطلع إلى التحرر من جميع القيود و السعي للحصول على الاعتراف به فرد كامل داخل المجتمع، ولقد جاء في كتاب محي الدين مختار (أنه من المظاهر الأساسية للمراهق في المجتمع هي محاولته للتحرر من سلطة الأسرة وتأكيده الذات ومحاوله إشعار الآخرين بالمكانة الاجتماعية ، كما يلاحظ اتساع العلاقات الاجتماعية وتكوين الصداقات كما يبدأ شعور المراهق بالمسؤولية نحو مجتمعه و الاهتمام به ومشاركته للأحداث. كما لا يفوتنا أن نذكر بأن المراهقة تعرف بأنها مرحلة الأبطال فهو يكتف سلوكه بما يتناسب مع سلوك البطل الذي اتخذه نموذجا لنفسه .

● **الخصائص العقلية :** كانت الدراسات جد كبيرة من طرف علماء النفس حول الخصائص العقلية في مرحلة المراهقة، ويظهر ذلك من خلال الدراسات التي قام بها حول المميزات العقلية في هذه المرحلة ، حيث يؤكد انه في هذه المرحلة تصل المراهقة إلى النمو الشكلي أو المجرد و هي التي تميز فترة المراهقين على التعامل مع المجردات و التحليل المنطقي و الرياضي، وأكدت بعض الدراسات أن المراهق يطور فعاليته العقلية المتنوعة ، فتقوى قابليته للتعلم و التعامل مع الأفكار المجردة وإدراك العلاقات و حل المشاكل ، بالإضافة إلى ذلك يتوسع مجاله العقلي للأشياء التي تتعدى مجاله الإدراكي ، حيث يدخل في إطار الميتافيزيقية و ذلك بقدرته على التحليل للاستدلال و النقد للأشياء التي يتعرض لها.

● **الخصائص النفسية:** تعتبر هذه المرحلة من أصعب المراحل خصوصا من الناحية النفسية ففيها يواجه المراهق صراعا نفسيا قويا ، و يتأرجح من حالات إلى أخرى ، و يميل إلى التفكير في المشاكل التي تحيط به ، فهو يرى نفسه بأنه يصعد صغيرا ، فيجمع بالمراهقين و يشاركونهم أحاديثهم و ألعابهم، بل يرى نفسه كبيرا يقحم نفسه في أحاديث الكبار ، لكن هؤلاء يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيرا (تسالز، 1964، صفحة 254)

● **الخصائص الانفعالية:** يتأثر جانبا الانفعالي لدى المراهقين بالبيئة الاجتماعية والأسرية التي يعيشون فيها، وما يحيط به من عادات وأعراف وتقاليد واتجاهات وميول حيث يوجه سلوكه أو يكيفه مع الآخرين أو مع نفسه. ويجتمع علماء النفس أن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كبيرة من الانفعالات المراهق وتمثل هذه الاختلافات في النواحي التالية: الانفعال لأنفه السباب وعدم الاستقرار إذا ينتقل من انفعال إلى آخر في مدى قصير مثل: من الزهو والكبرياء إلى القنوط واليأس لا يستطيع المراهق التحكم في المناظر الخارجية لحالته الانفعالية، إذ أثير أو غضب مثلا: يصرخ ويعصي و يدفع الأشياء و نفس الشيء إذ فرح يقوم ببعض الحركات العصبية، يبدأ في تكوين بعض العواطف الشخصية لاعتناء بالنفس و بطريقة الجلوس و الشعور بالحق في إبداء الرأي ويكون عاطفيا نحو الأشياء الجميلة.

يمكن في الأخير أن نقول أن هذه المرحلة تختلف باختلاف الزمان والمكان و الأفراد، فهي تتأثر بالأخطاء الثقافية، المواقع الجغرافية و تتدخل العوامل الوراثية البيولوجية أي أنها تفاعل كلي بين المراهق وذاته من جهة و بين مجتمعه من جهة أخرى. (علي، 2011، صفحة 65)

رابعا: أهمية التربية الرياضية للمراهق: إن الرياضة لها أهمية باللغة الأثر في تكوين المراهق و شخصيته حيث تحقق له فرصة اكتساب الخبرات و المهارات الحركية، التي تزيد رغبة و ثقة في الحياة و تجعله يحصل على القيم التي قد لا يكتسبها في المنزل، تقوم الأنشطة الرياضية بتنمية مواهب المراهق و قدراته البدنية و العقلية وتطوير الطاقات البدنية و النفسية، و يأتي بتكليف برنامج يوافق بين الدروس و ممارسة النشاط البدني و عموما فممارسة حصة التربية بدنية رياضية واحدة أسبوعيا كفيلة بالمحافظة على اللياقة البدنية و الكفاءات البدنية، و تعتبر الأنشطة الرياضية بمثابة ترويح عن النفس للمراهق، بحيث تهيأ له نوعا من التعويض النفسي و البدني و تجعله يعبر عن مشاعره و أحاسيسه، التي تتصف بالاضطراب و الاندفاع و هذا عن طريق ممارسة حركات رياضية متوازنة و منسجمة و مناسبة تخدم و تنسي أجهزته الوظيفية و العضوية و تقوي معنوياته (الرقاد، 2007، صفحة 126)

خامسا: علاقة المراهق بمربي التربية الرياضية: إن علاقة المربي بالمراهق تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق بدرجة أولى و يمكن اعتبارها بالفتاح الموصل إلى النجاح التعليمي أو فشله. إذ يعتبر المراهق مرآة تعكس حالة المربي المزاجية و استعداداته و انفعالاته، فهو إن اظهر روح التفتح للحياة و الاستعداد للعمل بكل جد و حزم فإننا نجد نفس الصفات عند المراهقين، و إن كانت غيرها فان النتيجة تكون مطابقة لصفاته، وإذا كان المربي يميل إلى السيطرة و استعمال القوة في معاملته للمراهقة فالنتيجة تكون سلبية حيث يميل المراهقين إلى الانسحاب و العدوان والانحراف. (عثمان، 2008، صفحة 97)

إذن فالعلاقة التي تربط المربي بالمراهق ليست سهلة و أمرا بسيطا كما يتصوره البعض، فالنجاح والفشل لهذه العلاقة مرتبط ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل المعقدة ومنها علاقة المراهق بوالديه، فإذا كانت هذه الأخيرة مبنية على الاحترام تكون كذلك مع مربيه و إذا كانت العكس تكون كذلك فالعلاقة التي تربط بين

الطرفين يجب إن تكون علاقة مبنية على أساس الصداقة والاحترام و المحبة ، وكذلك على أساس السلطة و السيادة ، فالمرابي الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصورة بناءة في حياة المراهق ، ومن الطبيعي أن يؤدي المرابي دوره في توجيه المسار النهائي للناشئ ويساعده على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها ، و مساعدته على الصمود أمام صعوباته الخاصة في التكيف ، و على مواجهة الاتجاهات الشاذة والعادات المدمرة و غيرها من المعوقات التي تعرقل سيرورته ككائن سوي و شخصية سامية، إن التربية الرياضية هي كل ما يكتسبه المراهق من عمليات هيمية للتفاعل مع الثقافة البدنية طول حياته فمن المهمات الرئيسية للتربية البدنية اتجاه المراهق للتعريف بالتطورات الخاصة للمحافظة على الجسم و اللياقة البدنية و الصحة العامة كما تساهم في المهمات الثقافية وتهيئ السبل الكفيلة من الناحية البدنية إضافة إلى أشكال متعددة من الراحة و الانسجام الايجابي ، إضافة إلى معلومات بدنية خاصة للمراهق تجعله مستعدا لتقبل علوم أخرى بشغف عالي ، فالرياضة احد أوجه الممارسات الهامة في مرحلة الثانوية التي تضمن النمو الشامل و المتكامل و المتزن للتلميذ المراهق . (السراج، 2011، صفحة 34)

سادسا: الخصائص الحسية والحركية للمراهقين من جانب البرنامج الرياضي:

1. الخصائص الحسية:

- تحسين الإدراك الحسي من خلال النشاط البدني
- تعزيز التركيز والانتباه
- تحسين الحساسية للألم والراحة
- تطوير المهارات الحسية المتكاملة

2. الخصائص الحركية:

- تعزيز القوة والمرونة
- تطوير التنسيق الحركي
- تحسين التحمل البدني
- تطوير التوازن والتنسيق
- تعزيز القدرة على الاستجابة السريعة
- تحفيز التحسن في الأداء الحركي
- التركيز على التوجيه الصحيح. (عاقل، 2016، صفحة 64)

خلاصة الفصل النظري

يتناول الفصل النظري الأسس النظرية التي تستند إليها الدراسة حول أثر البرامج الرياضية التعليمية على المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، يهدف الفصل إلى توضيح العلاقة بين النشاط البدني وتطوير المهارات الحسية والحركية، مستعرضاً المراجعات النظرية التي تعكس مدى تأثير البرامج الرياضية على تحسين هذه المهارات.

بدأ الفصل بتعريف المؤشرات الحس حركية، مشيراً إلى أنها تتضمن التوازن، التنسيق، والقدرة على إدراك وتحليل الحركات، كما تم استعراض النظريات النفسية والتربوية التي تدعم أهمية النشاط البدني في تطوير هذه المؤشرات، مثل نظرية التعلم الحركي ونظرية التكامل الحسي.

كما تضمن الفصل أيضاً مراجعة لأهمية البرامج الرياضية التعليمية في تحسين الأداء الحركي للطلاب، من خلال تقديم أمثلة على برامج مماثلة ودراسات أثبتت فعالية النشاط البدني المنظم في تعزيز القدرة الحركية والتنسيق بين الأعضاء الحسية والحركية.

و أوضح الفصل تأثير الأنشطة الرياضية الموجهة على تحسين الوعي الحسي وزيادة القدرة على الاستجابة للحركات المعقدة، مما يعزز القدرة على تحقيق توازن أفضل وتنظيم أفضل للحركات، كما تناول الفصل أوجه التحديات التي قد تواجه تنفيذ البرامج الرياضية في المدارس الثانوية وأهمية التصميم المناسب للبرامج لتحقيق الأهداف المرجوة.

ويمكن أن نلخص ما توصلنا له في هذا الفصل بأنه هناك حاجة إلى دمج الأنشطة البدنية بشكل فعال في المناهج الدراسية، مع التركيز على البرامج الرياضية التعليمية التي تتناسب مع احتياجات الطلاب وتساعد في تحقيق تحسين ملموس في مؤشرات الحس الحركية لديهم.



الفصل الثاني

الإجراءات التطبيقية للدراسة



تمهيد الفصل:

تعرضنا في الجانب النظري إلى مختلف الجوانب المتعلقة بأثر البرامج الرياضية التعليمية على المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي قصد تعميق فهم هذين المتغيرين، لكن الدراسة النظرية تبقى ناقصة بدون إسقاط على الجانب العملي، فمن الناحية العملية سنقوم بدراسة تطبيقية لعلاقة الالتزام الوظيفي بالاغتراب المهني في المؤسسة التربوية " .

لذلك سنقوم بقياس علاقة الالتزام الوظيفي بالاغتراب المهني، وسنقوم بتوضيح أداة الدراسة المتمثلة في تطوير الاستبيان وتحليله بواسطة استخدام نظام "SPSS" و "SMARTPLS"، وسيتم دراسة واختبار فرضيات الدراسة وتفسير النتائج.

المبحث الأول: الطريقة المنهجية للدراسة وأدواتها

1- الدراسة الاستطلاعية

إن من أساسيات البحث العلمي في دراسة ونجاح الموضوع ما هو إلا الدراسة الاستطلاعية حيث تهدف إلى التدقيق و تشخيص طبيعة ظاهرة ما، والاختلاف في بناء التركيبة الاجتماعية لأفراد المجتمع من جهة ولتعدد أبعاده من جهة أخرى.

حيث يعرفها (ماثيو جيدير) الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة في محيطها الطبيعي، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق التطرق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة (جيدير، 2006، صفحة 26)

ومن أجل ضبط متغيرات البحث الحالي ضبطا دقيقا ، كان علينا القيام بدراسة أولية ، بحيث قمنا

أ - البحث المكتبي:

وهو من أهم الطرق المستخدمة لجمع البيانات والمعلومات المختلفة من المراجع والمطبوعات العلمية المختلفة التي لها علاقة بموضوع دراستنا، حتى تكون لنا سندا ودعما لكي تساهم في الفهم الأعمق والأوضح للجوانب العلمية والعناصر الأساسية المكونة لموضوع دراستنا ، ولقد اعتمدنا على المراجع والمطبوعات العلمية المتواجدة على مستوى معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ومكباتها ، وكذا بالاعتماد على مراجع دولية وعالمية على منصات الإنترنت حول الموضوع المدروس.

ب - الزيارة الميدانية:

بحيث قمت بزيارة إلى ثانوية الشيخ الكنتي، وإجراء مقابلة مع مدير الثانوية حيث تعرفت المقابلة بأنها "هي محادثة أو حوار موجه بين الباحث من جهة، وشخص أو أشخاص آخرين من جهة أخرى ، بغرض الوصول إلى معلومات تعكس حقائق أو مواقف محددة يحتاج الباحث الوصول إليها، بضوء أهداف بحثه. (المحمودي، 2019، صفحة 114)

إذ شملت هذه الزيارة على معرفة المجتمع المدروس في ثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كتنه أدرار.

تهدف الدراسة الاستطلاعية الأولية إلى:

- جمع البيانات الخاصة بموضوع الدراسة ومعلومات عن العينة.
- التأكد من ملائمة المقاييس لأفراد عينة البحث.
- فحص الخصائص السيكومترية (الصدق - الثبات . الموضوعية).
- أجريت المقابلة مع بعض الأساتذة والعمال في ثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كتنه أدرار.

- وتم التواصل مع إدارة المعهد من أجل أخذ بيان تسهيل المهمة وذلك بتاريخ 20 أبريل 2024
- أجريت المقابلات للدراسة الاستطلاعية ابتداء من تاريخ 02 جوان 2024

1-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- معرفة ظروف المجتمع وطريقة عملهم.
- حصر المجتمع الإحصائي حيث تعرفنا على عدد من موظفي ثانوية الشيخ الكنتي
- معرفة الصعوبات التي يمكن أن يقع فيها الباحث أثناء إجراء الدراسة.

2-1 نتائج الدراسة الاستطلاعية:

بعد قيامي بزيارة استطلاعية في ثانوية الشيخ الكنتي قمت بتوجهه إلى مكتب المراقب العام لأتقصى عن بعض المعلومات والمتمثلة في مسؤولياته وقدرات الموظفين والأساتذة في ثانوية الشيخ الكنتي حيث توصلت إلى الآتي:

تأسست ثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كنته بأردار في سنة 1988م كجزء من جهود الحكومة الجزائرية لتوفير التعليم الثانوي للطلاب في منطقة أدرار، تم إنشاء المؤسسة لتلبية الاحتياجات التعليمية للمنطقة والمساهمة في رفع مستوى التعليم والتدريب للطلاب.

3-1 الدراسة الاستطلاعية الثانية:

بعد قيامي بالدراسة الاستطلاعية الأولى استفسرت عن عدد التلاميذ لأجهز عدد الاستبيانات التي سأوزعها وكان الأمر كذلك ففي تاريخ 2024/04/21 المصادف ليوم الأحد توجهت إلى الثانوية على الساعة 08:30 صباحا وقمت بجولة على الأقسام ووزعت الاستبيانات وطلبت من التلاميذ أن يملؤها في وقت الراحة وبعد الانتهاء يتركونه في مكتب المدير، وعند حلول الساعة 12:00 منتصف النهار توجهت إلى مكتب المدير لأجد كل الاستبيانات قد تم ملؤها من قبل التلاميذ في نفس اليوم، والأمر الذي ساعد التلاميذ في فهم الاستبيان والإجابات عليه هو أنني كنت أنا مدرسهم وكانت لهم فكرة حول البرنامج الرياضي المقترح الذي قمت بتدريسهم له بداية من الموسم الثاني وانتظرت حتى نهاية الموسم الثالث من أجل الشروع في الدراسة وذلك لكي تكون النتائج المتوصل لها فعلية وليست مجرد تكهنات نظرية.

2- منهج الدراسة

المنهج هو الطريقة التي يتوصل بها الإنسان بكيفية عملية منطقية منسقة مع الواقع أي إدراك الحقيقة التي كان يجهلها، وهو السبيل إلى اكتساب المعرفة اليقينية. (العيسوي، 1997، صفحة 13)

ونظرا لطبيعة دراستنا في تحليل أثر البرامج الرياضية التعليمية على المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، تم اختيار المنهج التجريبي التحليلي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، لأنه يعد إستقضاءا ينصب

في تحليل ظاهرة من الظواهر أو التجارب التي قمنا بتجريبها وفي حالتنا هو البرنامج الرياضي التعليمي، قصد تشخيص وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها، وضبطها كميًا عن طريق جمع المعلومات. حيث أن المنهج التجريبي يحظى بمكانة خاصة في مجال العلوم الاجتماعية والتربوية، و نسبة كبيرة من الدراسات والبحوث في ميدان التربية المنشورة هي تجريبية في طبيعتها وإن المنهج التجريبي يلائم العديد من المشكلات في العلوم الإنسانية أكثر من غيرها مما يتلاءم مع دراستنا الرياضية الإنسانية لدى تلاميذ ثانوية الشيخ الكنتي.

لكل بحث أو دراسة منهج علمي معين تبنى عليه وتسير وفقه هذه الدراسة، ونوع المنهج يتحدد وفق الدراسة أو الظاهرة المراد البحث فيها ودراستها.

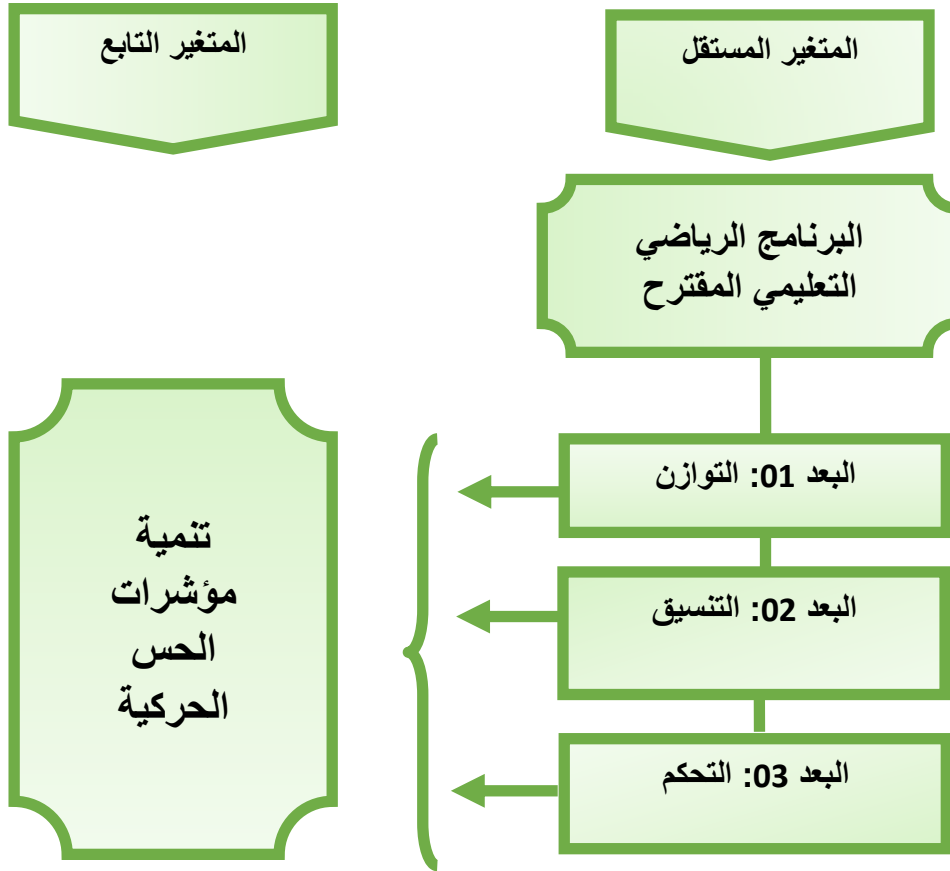
ويعرف المنهج على أنه " مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه، فالمنهج ضروري للبحث لأنه ييسر الطريق ويساعد الباحث في ضبط أبعاد مساعي وأسئلة وفرضيات البحث ". (زرزواني، 2001، صفحة 176)

كما يعرف هذا المنهج التجريبي على أنه مجموعة من الأدوات الكمية والكيفية التي تساعد الباحث على تحديد وتحليل خصائص ظاهرة اجتماعية معينة قام بتجربتها مسبقًا وتحديد طبيعة العلاقات بين متغيرات عناصرها تحديداً كميًا وكيفيًا والوصول في نهاية المطاف إلى التعليمات. (مصباح، 2010، صفحة 87) فهو المنهج الذي يقوم على دراسة وتحليل وتفسير الظاهرة بهدف الوصول إلى وصف علمي متكامل لها، فهو يشمل على عدد من المناهج الفرعية والأساليب المساعدة، كأن يعتمد على دراسة الحالة أو الدراسة الميدانية أو التاريخية أو المسوح الاجتماعية. (حامد، 2012، صفحة 47)

3- متغيرات الدراسة

تتم تقسيم نموذج الدراسة إلى متغير مستقل و متغير تابع، حيث أن المتغير المستقل يمثل " البرنامج الرياضي التعليمي المقترح " بينما المتغير التابع يتمثل في " تنمية مؤشرات الحس الحركية "، كما هو مبين في الشكل التالي :

الشكل رقم (01) : نموذج متغيرات الدراسة



المصدر: من إعداد الطالب على ضوء الدراسات السابقة

4- مجالات الدراسة

يعد تحديد مجالات الدراسة من الخطوات التي لا يمكن إغفالها في أي دراسة، فمن خلالها يتم التعرف على الأفراد المبحوثين، و المنطقة التي أجريت بها الدراسة، بالإضافة إلى الفترة الزمنية التي أجريت فيها الدراسة، و قد إتفق كثير من الباحثين على أن هناك مجالات رئيسية ثلاث و هي

(المجالات البشرية، المكانية، الزمنية) و عليه فإن دراستنا تكون على الشكل التالي :

- المجال المكاني: أجريت هذه الدراسة بثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كنته أدرار.

• المجال الزمني :

تم الشروع في إنجاز هذه الدراسة من بداية جانفي 2024 كمنقطة بداية ولكن الانطلاقة الفعلية من حيث الإجراءات الإدارية كانت في 2024/04/15، حيث تمت الموافقة على طلب ترخيص من طرف الثانوية و ذلك بهدف إعطاء الموضوع المدرس جانب تطبيقي واقعي.

المجال البشري : و يقصد به المجموع الكلي للتلاميذ بثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كنته أدرار و الذي قدر عددهم ب:350 تلميذ وتلميذة.

5- عينة الدراسة وكيفية اختيارها

تعتبر العينة أهم شيء في البحث الميداني، حيث تعرف العينة مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة " عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة و إجراء الدراسة، ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميم بها على عامل مجتمع الدراسة. (المحمودي، 2019، صفحة 84)

و لمعرفة مجتمع البحث أولا يجب تحديد مجتمع البحث الأصلي و ما يحتويه من مفردات إلى جانب التعرف على تكوينه الداخلي تعرفا دقيقا يشمل طبيعة وحداته، فمجتمع البحث يعرف على أنه جميع مفردات أو وحدات الظاهرة موضوع الدراسة و قد يكون المجتمع سكان مدينة معينة أو الأفراد الذين يعملون بحرفة معينة أو وحدات سلعة معينة أو وحدات سلوكية معينة أي أن المجتمع الإحصائي هو مجموع الوحدات لإحصائية المعرفة جيدا و المجتمع هو كل الأفراد الذين يحملون بيانات الظاهرة موضوع البحث و الدراسة . (منس، 2002، صفحة 73)

و في سياق إتمام العمل كان لزاما علينا تحديد مجتمع البحث الذي سوف تجرى عليه الدراسة الميدانية و الذي يناسب بطبيعة الحال موضوع هذه الدراسة والمتمثل في أثر البرامج الرياضية التعليمية على المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، وقد قمنا بإختيار عينة صدفية لتلاميذ ثانوية الشيخ الكنتي وقد إرتسينا على عينة تقدر ب: 20 تلميذ وتلميذة

6- أدوات الدراسة وإجراءات بناءها

إن دقة أي بحث علمي تتوقف إلى حد كبير على اختيار الأدوات المناسبة التي تتماشى و طبيعة الموضوع و إمكانية الباحث الحصول على البيانات و المعطيات التي تخدم أهداف الدراسة، و طبيعة الموضوع تتطلب منا الاستعانة بأكثر من أداة منهجية و هذا للإلمام بالموضوع و لهذا الغرض اعتمدنا في دراستنا على الأدوات المنهجية الآتية:

أ- الاستبيان :

هي عبارة عن استمارة تحتوي على مجموعة من الأسئلة المترابطة و المتسلسلة التي يتم الإجابة عليها، و تعبئتها من قبل المبحوث لجمع المعلومات و البيانات حول الظاهرة أو مشكلة البحث.

كما يعرف الاستبيان بأنه أداة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع بحث محدد عن طريق استمارة تجرى تعبئتها من قبل المستجيب، و تعتبر الاستبانة (الاستبيان) من أكثر أدوات البحث الكمية شيوعا في الاستخدام في ميادين الدراسة المتعلقة بالعلوم الاقتصادية و الإدارية و الاجتماعية و التربوية، وتستخدمه كثيرا من مراكز الدراسات الإستراتيجية في العالم.

و قد استخدمنا أسلوب الاستبيان كأداة رئيسية في البحث كونه يساعد الباحث على جمع المعلومات و هذا حسب التعليمات و الإرشادات المرفقة مع استمارة الاستبيان التي تتعدد طرق توزيعها على مجتمع الدراسة أو لعينة كذلك باعتبارها توفر للباحث الوقت و الجهد و المال للوصول إلى أكبر عدد ممكن من المبحوثين إضافة إلى عدم تدخل الباحث في الإجابات المحتملة للمبحوثين وهذا ما يساعد في الوصول إلى نتائج دقيقة و موضوعية. (مزاخر، 2011، صفحة 203)

و لقد حاولنا ربط الاستمارة ببناء على أسئلة الدراسة وأهدافها التي تحولت إلى محاور و كان الهدف منها و هو محاولة التعرف على أثر البرامج الرياضية التعليمية على المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، وقد تم تقسيم أسئلة الاستمارة إلى محورين رئيسيين وهما:

المحور الأول: البرنامج الرياضي التعليمي

المحور الثاني: مؤشرات الحس حركية

ب- تقديم البرنامج الرياضي التعليمي المقترح

البرنامج الرياضي التعليمي المقترح لتنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي هو مجموعة من الأنشطة الرياضية الموجهة التي تهدف إلى تطوير المهارات الحركية الدقيقة والعامية لدى التلاميذ من خلال ممارسة تمارين محددة تعمل على تحسين القدرات الحسية والحركية، هذا البرنامج يتم تصميمه بناءً على مستوى التلاميذ واحتياجاتهم البدنية والنفسية، ويشمل الأنشطة التي تساهم في تعزيز توازن الجسم، تحسين التنسيق بين العين واليد، تنمية التوقيت الحركي، والقوة العضلية.

● أهداف البرنامج:

- تحسين مؤشرات الحس الحركي مثل التوازن، والتنسيق، والسرعة، والدقة.
- تنمية اللياقة البدنية العامة للتلاميذ.
- تعزيز التفاعل بين القدرات الحركية والحسية لدى التلاميذ.

● الأنشطة والتمارين:

- تمارين التوازن: تشمل الوقوف على قدم واحدة، المشي على حبل أو خط مستقيم، القفز على حواجز.
- تمارين التنسيق: تتضمن رمي الكرة والإمساك بها، ركلات الكرة، التدريبات التي تتطلب استخدام اليدين والقدمين في وقت واحد.
- تمارين السرعة والدقة: مثل الركض السريع على مسافات قصيرة، تمارين التصويب على هدف محدد.
- تمارين القوة العضلية: مثل تمارين الضغط، تمارين شد الحبل، تمارين القفز بالحبل.
- مدة البرنامج: يمتد البرنامج على مدار 8 إلى 12 أسبوعًا، ويتم تنظيمه بمعدل 3 جلسات في الأسبوع، مدة كل جلسة تتراوح بين 45 إلى 60 دقيقة.

- طرق التقييم: يتم تقييم التلاميذ في بداية البرنامج ونهايته لقياس التحسن في مؤشرات الحس الحركي باستخدام اختبارات معيارية مثل اختبار التوازن، اختبار التنسيق الحركي، واختبارات سرعة التفاعل.
 - النتائج المتوقعة:
 - زيادة في التحكم الحركي والدقة لدى التلاميذ.
 - تحسين القدرات الحركية التي تؤثر على الأداء الرياضي والأكاديمي.
 - تقليل مستوى الحمول البدني وزيادة النشاط البدني اليومي.
- البرنامج مصمم ليس فقط لتطوير الجانب البدني ولكن أيضاً لتحفيز التلاميذ على الانخراط في الأنشطة الرياضية بشكل مستمر وتحقيق تقدم مستدام في مهاراتهم الحركية.

7- الخصائص السيكومترية للأداة

اعتمدت على استمارة قمت بإعدادها بنفسي أين كانت الإجابة تعتمد على مقياس ليكارت الخماسي، لقياس إجابات أفراد العينة لتكون مجالات الإجابة على عبارات الاستبانة على النحو التالي:

جدول رقم 02 : مجالات الإجابة وفق للاستمارة

موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق بشدة
05	04	03	02
			01

جدول رقم 03: معيار تحديد الاتجاه وفق مقياس ديكرارت الخماسي

الاحتمال	المتوسط الحسابي
غير موافق بشدة جدا	من 1 إلى 1,79
غير موافق	من 1,80 إلى 2,59
محايد	من 2,60 إلى 3,39
موافق	من 3,40 إلى 4,19 .
موافق بشدة	من 4,20 إلى 5

7.1 حساب صدق عبارات الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ

الجدول رقم 04: حساب الصدق معامل الفا كرونباخ للاستبيان:

المتغير	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
مجموع عبارات الاستبيان	25	0.843

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات الـ SPSS 25.

من خلال الجدول أعلاه الذي يوضح معامل الصدق الفا كرونباخ تم حساب الثبات بمعامل الفا كرونباخ عن طريق برنامج SPSS 25 وتم تقدير معامل الصدق الفا كرونباخ (0.843) وهذا يعكس صدق الأداة وجاهزيتها للتطبيق

7.2 حساب ثبات محاور الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ

الجدول رقم 05: يبين قيمة الثبات لعبارات ومحاور الاستبيان

الرقم	المتغير	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
01	المحور الأول : برنامج رياضي تعليمي	15	0.739
02	المحور الثاني : مؤشرات الحس الحركية	10	0.679
	المجموع الكلي للعبارات	25	0.709

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات الـ SPSS 25.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) معامل الصدق لمحاور لإستبيان بلغ 0.709 وهذا يدل على أن أداة الدراسة ذات ثبات جيد مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة المقياس وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار الفرضيات.

الجدول رقم 06: طريقة التجزئة النصفية للمقياس

الجزء	الفقرات	العدد	معامل ألفا كرومباخ	معامل الارتباط النصفية	معامل الارتباط المصحح	معامل الثبات التجزئة النصفية	معامل الصدق
01	فقرات الاستبانة ذات الترتيب الفردي	12	0.844	0.821	0.902	0.900	0.915
02	فقرات الاستبانة ذات الترتيب الزوجي	13	0.842				

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات SPSS25.0

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرومباخ لنصف فقرات الاستبيان لترتيب الفردي (01) قد كانت بـ 0.844 والنصف الثاني من الفقرات ذات الترتيب الزوجي قد حصل على معامل قدر بـ 0.842 وهذا يدل على وجود ثبات قوي لأداة الدراسة , ونجد أيضا أن معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية لكل الفقرات قد بلغ 0.900 ومعامل الصدق قد بلغ 0.915 وهذا ما يؤكد على أن المقياس ذات ثبات قوي.

8- أساليب المعالجة الإحصائية للبيانات

تم الاستعانة ببرنامجي SPSS 25 و "SMARTPLS" في عملية التفريغ والتحليل الإحصائي للبيانات واختبار فرضيات الدراسة حيث اشتملت على الأساليب الإحصائية التالية :

- معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) من أجل اختبار ثبات أداة الدراسة؛
- التكرارات والنسب المئوية، من أجل عرض خصائص العينة ومعرفة مدى موافقة أفرادها على عبارات الإستبيان؛

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة اتجاهات إجابات أفراد العينة؛
- نموذج الانحدار الخطي المتعدد لاختبار الفرضية الرئيسية والفرضيات الفرعية التابعة لها؛
- اختبار شاب يرو ويلك لاختبار ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي من عدمه .
- جذر ألفا لحساب صدق الدراسة وكذا اختبار **T** في حالة عينتين لمعرفة ما إذا كان هناك فروقات ذات دلالة إحصائية بين مجموعتين من البيانات المستقلة

المبحث الثاني: عرض نتائج الدراسة

المطلب الأول: عرض خصائص عينة الدراسة

أولاً: البيانات الشخصية: من أجل تحديد عينة الدراسة قمنا بتمثيل بيانات الجزء الأول الخاص بالبيانات الشخصية التي وصفت الخصائص الخاصة بمجتمع الدراسة، من مجموع 20 استمارة تم معالجتها، تم الحصول على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

أ- الجنس :

الجدول رقم 07 يبين توزيع العينة حسب الجنس

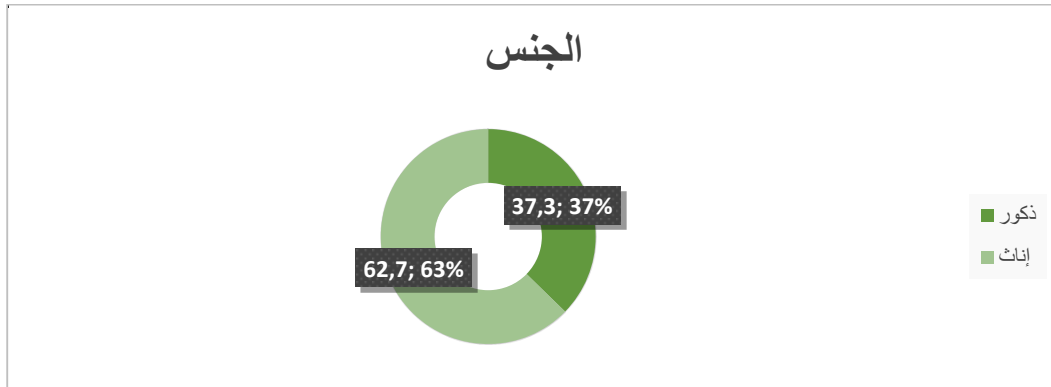
النسب المئوية	التكرارات	الجنس
37.3%	28	ذكر
62.7%	47	أنثى
100%	20	المجموع

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على برنامج SPSS

القراءة الإحصائية :

نلاحظ من خلال الجدول بأن أعلى نسبة قدرت بـ 62.7% وكانت لصالح فئة الإناث، وتليها نسبة 37.3% كانت لصالح الذكور.

الشكل رقم 02 : يمثل عدد أفراد العينة حسب الجنس



المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على برنامج SPSS

يبين الجدول والشكل أعلاه أن ما نسبته (36%) من مجتمع الدراسة من الاناث و (37%) من الذكور ومنه نلاحظ أن هناك اختلاف كبير بين النسبتين، ويعزو الطالبين ذلك ميل العنصر النسوي الى الأعمال الادارية، وكذلك نسبة نجاح الاناث أكثر من الذكور في البكالوريا.

ب/ العمر:

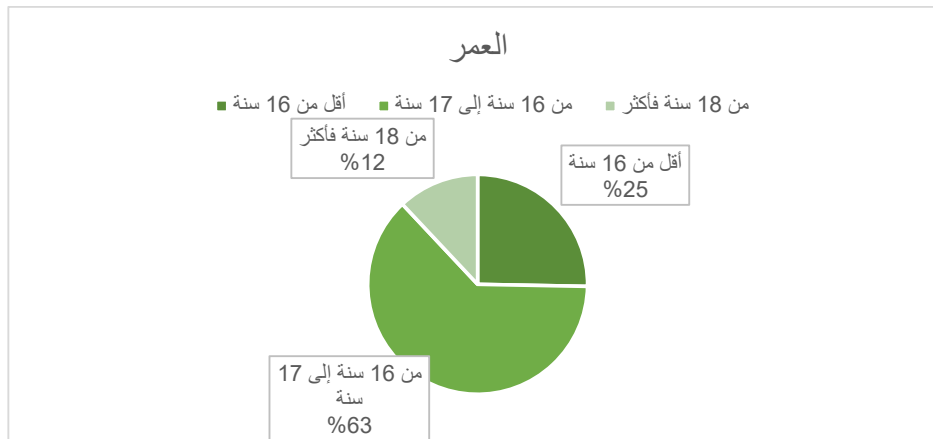
الجدول رقم (08): يبين توزيع العينة حسب العمر

النسبة المئوية	التكرار	المستوى
25.3%	19	أقل من 16 سنة
62.7%	47	من 16 سنة إلى 17 سنة
12%	09	من 18 سنة فأكثر
100%	20	المجموع

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

القراءة الإحصائية: نلاحظ من خلال الجدول أعلاه والذي يبين عينة الدراسة حسب العمر، ومنه فإن أعلى نسبة قدرت بـ 62.7% من العينة عمرهم بين 16 سنة و 17 سنة، ثم تليها نسبة 25.3% من العينة عمرهم أقل من 16 سنة، وفي الأخير تأتي نسبة 12% عمرهم من 18 سنة فما فوق.

الشكل رقم (03): يبين التمثيل البياني للعمر العينة



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

ج/ المستوى الدراسي :

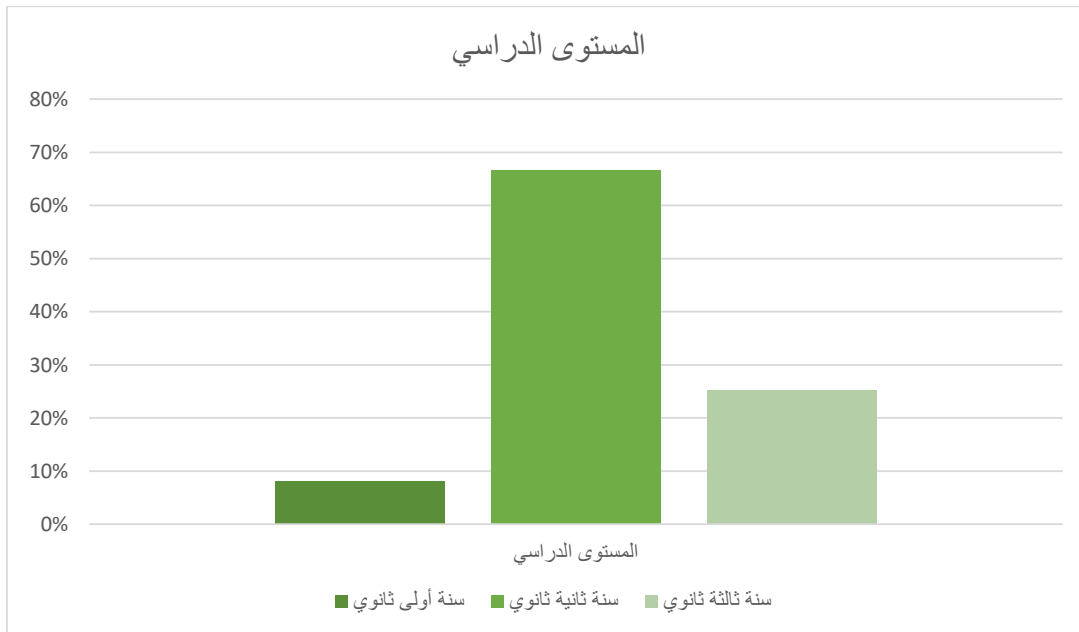
الجدول رقم (09): يبين توزيع العينة حسب المستوى المعيشي

النسب المئوية	التكرارات	المستوى الدراسي
08%	06	سنة لأولى ثانوي
66.7%	50	سنة ثانية ثانوي
25.3%	19	سنة ثالثة ثانوي
100%	20	المجموع

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

القراءة الإحصائية : نلاحظ من خلال الجدول أعلاه والذي يبين عامل المستوى الدراسي لفئة الدراسة ، ومنه فإن أعلى نسبة قدرت بـ 66.7% من العينة كان مستواهم الدراسي سنة ثانية ثانوي ، ثم تليها نسبة 25.3% من العينة مستواهم ثالثة ثانوي ، ثم تليها نسبة 08% مستواهم أولى ثانوي.

الشكل رقم (04): التمثيل البياني للمستوى الدراسي للعينة



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

ثانيا: اتجاه عبارات المحاور

الجدول رقم (10): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفرضيات وأبعاد المحور الأول

المحور الأول	رقم العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	إتجاه الأراء
أثر البرنامج الرياضي التعليمي على التخفيف السلوكي للمؤشرات الحركية	البعد الأول: التوازن			
	أشعر بتحسن في قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء أداء التمارين الرياضية بعد المشاركة في البرنامج.	3.95	0.769	موافق
	أجد سهولة أكبر في الوقوف على قدم واحدة أو أداء تمارين تتطلب توازنًا بعد البرنامج.	3.73	0.949	موافق
	لاحظت تحسناً في قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء القيام بالأنشطة اليومية.	4.17	0.828	موافق
	ساعدتني التمارين المقدمة في البرنامج على تحسين قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء المشي أو الركض.	3.72	0.909	موافق
	أعتقد أن قدرتي العامة على الحفاظ على التوازن قد زادت بفضل البرنامج الرياضي.	3.43	0.961	موافق
	البعد الثاني: التنسيق			
	لاحظت تحسناً في قدرتي على تنسيق حركات اليدين والقدمين أثناء أداء التمارين الرياضية.	3.44	0.990	موافق
	أستطيع أداء الأنشطة الرياضية التي تتطلب تنسيقاً بين العين واليد بشكل أفضل بعد المشاركة في البرنامج.	4.16	0.871	موافق بشدة
	أصبحت حركاتي الرياضية أكثر انسيابية بعد أن خضعت للبرنامج.	2.44	1.142	غير موافق
	تحسن تنسيقي بين الجوانب المختلفة لجسمي أثناء أداء التمارين الرياضية.	3.31	1.078	غير موافق
	أجد أنني أستطيع أداء الحركات المعقدة التي تتطلب تنسيقاً حركياً بشكل أسهل بعد البرنامج.	3.84	0.806	موافق
	البعد الثالث: التحكم			
	أستطيع التحكم في حركاتي بدقة أكبر بعد المشاركة في البرنامج الرياضي.	3.39	1.077	موافق
	تحسنت قدرتي على التحكم في سرعة وقوة حركاتي خلال الأنشطة الرياضية.	3.49	0.978	موافق

موافق	0.798	3.77	أشعر أنني أستطيع التحكم في اتجاه حركاتي أثناء أداء الأنشطة الرياضية بشكل أفضل.
موافق	1.053	3.20	أصبح لدي تحكم أكبر في توقيت الحركات المطلوبة خلال التمارين الرياضية.
محايد	1.090	3.31	أجد أن قدرتي على التحكم في حركاتي الدقيقة قد تحسنت بعد البرنامج.
موافق	0.954	3.52	الإجمالي

القراءة الإحصائية: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الكلي لمحور البرنامج الرياضي التعليمي المقترح يقدر بـ 3.56 والذي يقع في مجال موافق من سلم ديكارت الخماسي، حيث كانت العبارة 03 هي الأكثر موافقة بمتوسط حسابي قدره 4.17، وأقلها العبارة رقم 08 باتجاه غير موافق وكنوسط حسابي قدره 2.44.

وتعدّ العبارة 01 هي الأقل تجانسا في إجابات المستقيمين بانحراف معياري قدره 0.769، أما العبارة 15 هي الأكثر تجانسا بانحراف معياري قدره 1.090.

وعليه بناء على إجابات التلاميذ، نستنتج بأن البرنامج الرياضي التعليمي المقترح يعمل وفق نمط توازن وتنسيق وتحكم إيجابي ويؤثر بشكل كبير على تنمية مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي.

الجدول رقم 11 يوضح اتجاه عبارات المحور الثاني (تنمية مؤشرات الحس الحركية)

رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العبارة
01	البرنامج يعزز قدرة التلاميذ على التحكم في حركاتهم الدقيقة.	3.89	0.798	موافق
02	يُحسن البرنامج من قدرة التلاميذ على التوازن أثناء الأنشطة الحركية.	4.19	0.748	موافق
03	يساعد البرنامج على تطوير التنسيق بين حركات اليدين والعينين.	3.93	0.859	موافق
04	يزيد البرنامج من دقة الحركات الرياضية للتلاميذ.	4.07	0.794	موافق
05	يساهم البرنامج في تحسين قدرة التلاميذ على الاستجابة السريعة للمواقف	4.15	0.849	موافق

الحركية.			
06	يعزز البرنامج وعي التلاميذ بأوضاع أجسامهم أثناء الحركة.	3.45	0.963 موافق
07	يساعد البرنامج في تحسين قوة التحمل العضلي لدى التلاميذ.	3	1.219 محايد
08	يساهم البرنامج في تطوير قدرة التلاميذ على تمييز الاتجاهات والمسافات بدقة.	3.72	1.060 موافق
09	يُحسن البرنامج مستوى الانسجام الحركي بين مختلف أجزاء الجسم.	4.27	0.811 موافق بشدة
10	يساعد البرنامج في تعزيز المرونة البدنية لدى التلاميذ.	2.60	1.197 محايد
متوسط عبارات المحور الثاني			
		3.73	0.930 موافق

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات SPSS25.0

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن الوسط الحسابي الكلي لمحور تنمية مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بـ 3.73 والذي يقع في مجال موافق وفق سلم ليكارت الخماسي، حيث كانت العبارة 09 هي الأكثر موافقة بمتوسط حسابي قدره 4.27، وأقلها العبارة رقم 07 باتجاه محايد وبمتوسط حسابي قدره 0.3. وتعدّ العبارة 02 هي الأقل تجانسا في إجابات المستقصين بانحراف معياري قدره 0.748، وعليه بناء على إجابات تلاميذ ثانوية الشيخ الكنتي فإنهم يستجيبون للبرنامج الرياضي التعليمي ومؤشرات الحس الحركية تنمو وتتطور بشكل كافي.

المطلب الثاني: تقييم جودة النموذج و صلاحية النموذج البنائي

بعد أن قمنا بالتطرق لنتائج التحليل الإحصائي للمتوسط الحسابي و الاتجاه العام لآراء العينة سنقوم الآن باختبار جودة النموذج:

أولاً: اختبار جودة النموذج القياسي للدراسة: لتأكد من ثبات الدراسة في البرمجة بالمعادلات البنائية لا يكفي فقط حساب معامل الفا كرونباخ، بل نحتاج الى اختبارات اخرى هي:

1. اختبار صدق التقارب

- معامل التشبع (Factor Loadings) FL، ويقصد به مؤشر التوافق و انسجام العبارات مع بعضها البعض، وحتى نستطيع اعتماد العبارة في القياس يجب ان يكون لها FL يفوق على الاقل 70%

- الموثوقية المركبة المعبر عليها ب (Composite Reliability) CR ، حيث تشترط قيمة أكبر من 0.7 ، وهي تقيس المحور ككل ، وليس كل عبارة على حدى كما هو الحال على معامل التشيع. أي أنها تشير الى الاتساق الداخلي بين العبارات و المحور و هي شبيها الفاكرونباخ بالإضافة انها مستحدثة.

- متوسط التباين المستخرج (average variance extracted) AVE وهو مؤشر القيم المتوسطة الكبرى لحزم المربعات للمؤشرات المرتبطة بالنموذج، وحتى يتصف النموذج بصدق التقارب يجب أن يكون أكبر من 0.5، والجدول التالي يبين قيم هذه الاختبارات الثلاثة على النحو التالي:

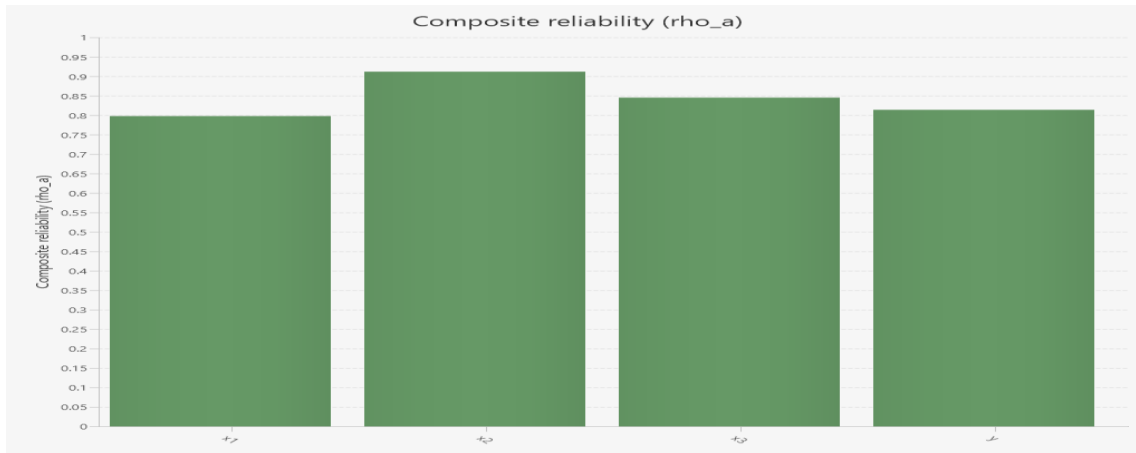
الجدول رقم (12) قيمة الموثوقية وصحة التقارب

Construct Reliability and Validity					
	Constructs	Items	Factor loading	CR	AVE
البرنامج الراسمي التكاملي المقترح	التوازن	Q1	0.45 حذف	0,839	0,637
		Q2	0.43 حذف		
		Q3	0.67		
		Q4	0.88		
		Q5	0.82		
	التنسيق	Q6	0.91	0.921	0,794
		Q7	0.42 حذف		
		Q8	0.9		
		Q9	0.9		
		Q10	0.86		
	التحكم	Q11	0.91	0.924	0,859
		Q12	0.94		
		Q13	0.40 حذف		
		Q14	0.42 حذف		
		Q15	0.46 حذف		

تنمية مؤشرات الحس الحركية	Q16	حذف 0.42	0.853	0,543
	Q17	0.64		
	Q18	0.82		
	Q19	0.86		
	Q20	0.66		
	Q21	حذف 0.40		
	Q22	0.63		
	Q23	حذف 0.41		
	Q24	حذف 0.41		
	Q25			

المصدر: من اعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة

من أجل زيادة نتائج قيم الموثوقية المركبة CR وكذا قيم متوسط تباين المفسر AVE، فوق قيمة العتبة المقترحة، لا بد من حذف العبارات التي لها تشعب خارجي اقل من 0.7 والتي تمثلت في عبارات items وهي (2,7,13,15,16,21,23.1).



المصدر.. من اعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة

من خلال الجدول والشكل أعلاه نلاحظ ان كل قيم العبارات بالنسبة للموثوقية المركبة تفوق قيمة 0.7 ، لذلك يمكن أن نصف أداة الدراسة المعتمد عليها في المذكرة بأنها ثابتة ، وحتى ولو أعيد تكرار العملية في نفس الظروف، وعليه يمكن الاعتماد عليها.

ونلاحظ أيضا من الجدول السابق والشكل أعلاه أن قيمة AVE أكبر من 0.5 لكل أبعاد الدراسة، وعليه يمكن الاستنتاج أن الشرط الثاني المتمثل في صدق التقارب محقق، ونموذج الدراسة يتصف بصدق التقارب.

2. الصدق التمايزي:

تشير الى افتراض مجموعة من العبارات لا تمثل باقي العوامل او المتغيرات الكامنة الاخرى، أي تكون نسبة الارتباطات مع العوامل الاخرى ضعيفة، ومعنى اخر ان يظهر تمايز لعامل أو متغير كامن معين بعبارته عن باقي العوامل أو المتغيرات الاخرى، وينقسم الى مؤشرين هما:

1-ارتباط المتغير (variable correlation) هو مؤشر قياس مدى تنافر وتباعد المحاور عن بعضها البعض، وكانت نتائجه في الجدول التالي :

الجدول رقم(13): مؤشر ارتباط المتغير VC

	Y1	Y2	y3	x
x1	0,801			
x2	0,798	0,891		
x3	0,699	0,840	0,927	
Y	0,280	0,398	0,373	0,737

المصدر: من إعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة 3.2

يقيس مؤشر VC مدى تباعد المتغيرات او المحاور مع بعضها البعض اي ان المحور يمثل نفسه و لا يرتبط بمحور اخر، وتمثل القيم بالخط العريض في الجدول اعلاه الجذر التربيعي لـ AVE حيث اذا كان قيمة VC للمتغير مع نفسه اعلى من باقي المحاور، فإننا نقول انه لا يوجد تداخل بين المحاور، وان هذا المتغير مستقل بذاته، و من خلال الجدول نرى انه لا يوجد تداخل بين المحاور مع بعضها البعض.

2-التحويلات المتقاطعة Cross Loading ويمكن التأكد من صحة التمايز من خلال استخدام المؤشر الثاني وهو التحويلات المتقاطعة (Cross Loading) ، وهو مؤشر يقيس مدى تباعد العبارات عن بعضها البعض، في الجدول التالي:

الجدول رقم 14: التحويلات المتقاطعة (Cross Loading)

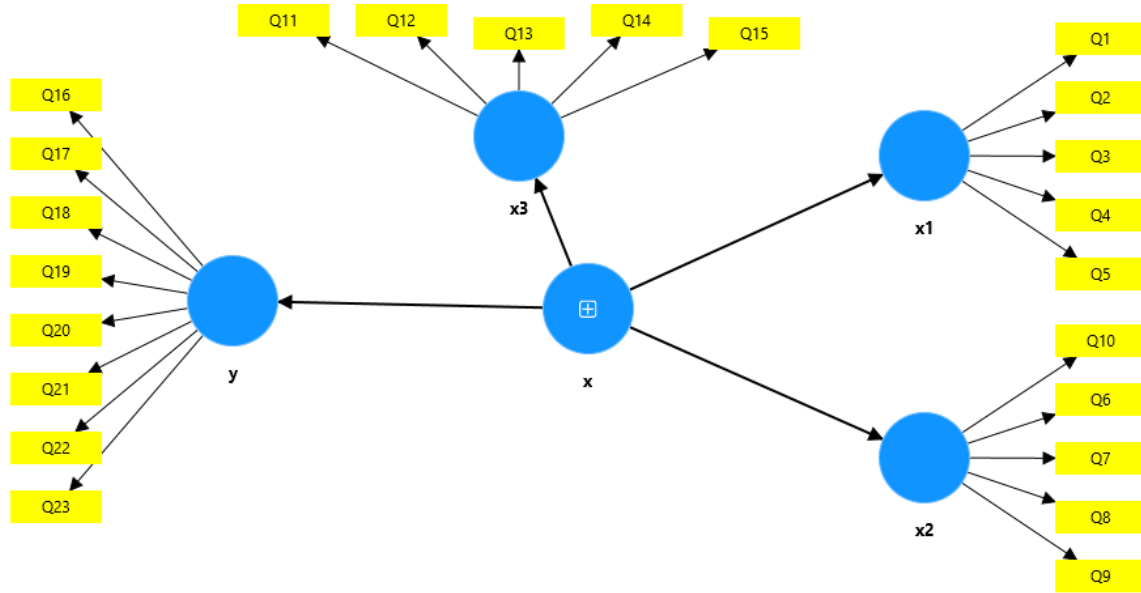
	Y	Y1	Y2	Y3	X
Q10	0,835	0,737	0,865	0,779	0,255
Q11	0,806	0,664	0,200	0,923	0,327
Q12	0,841	0,632	0,806	0,930	0,363
Q14	0,467	0,385	0,428	0,865	0,502
Q17	0,191	0,147	0,144	0,150	0,670
Q18	0,354	0,284	0,341	0,326	0,842
Q19	0,392	0,306	0,377	0,351	0,872
Q20	0,304	0,145	0,310	0,266	0,654
Q22	0,222	0,069	0,220	0,215	0,609
Q3	0,445	0,673	0,337	0,335	0,190
Q4	0,704	0,881	0,621	0,625	0,158
Q5	0,860	0,885	0,836	0,639	0,302
Q6	0,876	0,673	0,901	0,720	0,388
Q7	0,864	0,663	0,877	0,697	0,386
Q8	0,884	0,735	0,908	0,696	0,417
Q9	0,873	0,715	0,817	0,748	0,350

المصدر: من إعداد الطالب بناء على مخرجات SMARTPLS نسخة 3.2

ثانياً: تقييم صلاحية النموذج البنائي

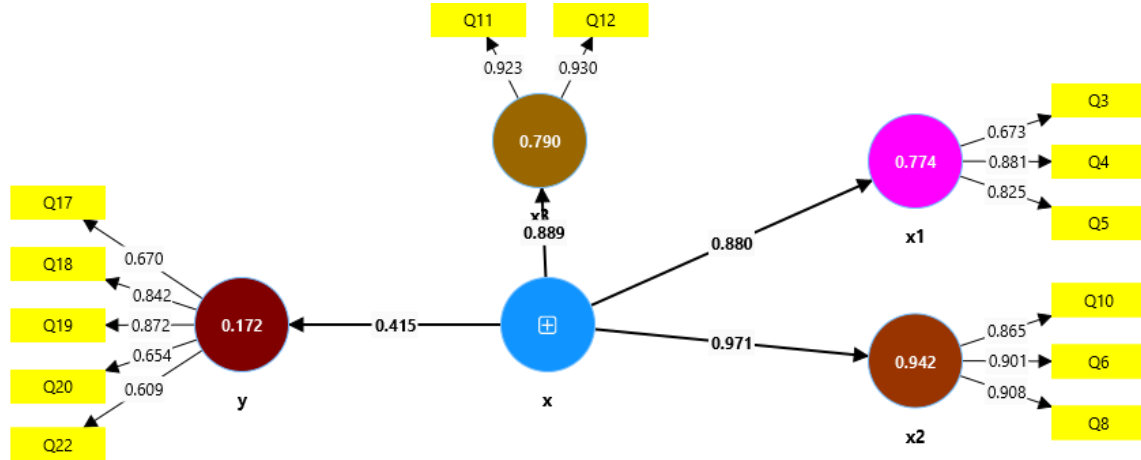
بعد قياس جودة وصلاحية نموذج القياس من خلال اختبارات أدلة صدق التقارب وأدلة صدق التمايز، ننتقل الآن إلى أهم العناصر، وهو تقييم صلاحية نموذج البناء، وذلك بقياس ثلاث مؤشرات تقيس لنا جودة المطابقة، ونستعرض أيضاً شكل نموذج الدراسة قبل وبعد التصفية، ثم أدلة صدق التقارب والتمايز كالتالي

الشكل رقم (05): النموذج البنائي قبل توظيف أدلة صدق التقارب والتمايز



المصدر: من إعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة 3.2

الشكل رقم 06: النموذج البنائي بعد توظيف أدلة صدق التقارب والتمايز



المصدر: من إعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة 3.2

معامل التحديد (**R Square**) وهو مقياساً لمدى تكرار النتائج التي تمت ملاحظتها في النموذج، استناداً إلى نسبة التباين الكلي للنتائج التي أوضحها النموذج ، أي قدرة شرح المتغيرات المستقلة للمتغير التابع

جدول رقم 15: معامل التحديد (R Square)

	R-square	R-square adjusted
بعد التوازن	0,774	0,771
بعد التنسيق	0,942	0,941
بعد التحكم	0,790	0,787
بعد تنمية مؤشرات الحس الحركية	0,172	0,159

المصدر: من إعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة 3.2

حسب (chin 1998) (الهاشمي، 2007، صفحة 56) فإن قيمة معامل التحديد تكون عالية اذا نخطت 67% ومتوسط اذا كانت محصورة بين 33% و 67% ومنخفضة فيما عدا ذلك، ومن خلال الشكل وجدول معامل التحديد نستنتج أن نسب معامل التحديد ما بين متوسطة الى عالية وتقع في مجال القبول الخاص بها حسب chin ، وهذا يدل على أن المتغيرات المستقلة (التوازن، التنسيق، التحكم) لها اثر مهم في تفسير المتغير التابع (تنمية مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي) وقدرة على شرحه،

2- مؤشر حجم التأثير F2 وهو مؤشر خاص بقياس تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع كلاً على حدى أي تأثير كل بعد لوحده على تنمية مؤشرات الحس الحركية ، عكس معامل التحديد الذي يقس تأثير الأبعاد ككل لى المتغير التابع، وقيمه حسب Cohen (1988) كالتالي:

أكبر من 0.35 عالي

من 0.35-0.15 متوسط

من 0.35-0.02 ضعيف

أقل من 0.02 لا يوجد

جدول رقم 16: مؤشر حجم التأثير F2

	R-square	R-square adjusted
Y1	0,774	0,771
Y2	0,942	0,941
Y3	0,790	0,787
X	0,172	0,159

المصدر: من إعداد الطالب بناء على مخرجات SMARPLS نسخة 3.2

3- مؤشر القدرة التنبؤية Q2: يمكن استخدام العلاقة التنبؤية بشكل فعال كمييار للتنبؤ، حي يوضح مدى جودة اعادة تجميع البيانات التي تم جمعها تجريبيا بمساعدة النموذج، اذا كانت أكبر من الصفر فان النموذج له قدرة تنبؤية ، والعكس اذا كان اقل من الصفر فان النموذج يفتقر الى الأهمية التنبؤية.

دمج الاسئلة وجميع المحاور للحصول على نتيجة اعتمادية النموذج و ذلك حسب المعادلة التالية:

$$Gof = \sqrt{AVE} \times R^2$$

اذا كانت اقل من 0.1 غير مقبول ما بين 0.25 و 0.1 ضعيف ما بين 0.36 و 0.25 متوسط أكبر من 0.36 عالي

4- مؤشر مدى الاعتماد على نموذج الدراسة GOF: وهذا المؤشر يقيس امكانية الوقوف على نموذج الدراسة للوقوف على مدى جودة النموذج، حيث يتم حسب المؤشر (Goodness of fit of the Model)

بعد حساب متوسط R2 من خلال جمع معاملات التحديد للمتغيرات الكامنة /عددها ، ثم حساب متوسط AVE كذلك بنفس الطريقة تصبح قيمة مؤشر الاعتماد على النموذج $GOF = 1.2$ وهي قيمة عالية، ونقول ان جودة نموذج الدراسة جيدة .

المطلب الثالث: اختبار فرضيات الدراسة

أولاً: الفرضية الرئيسية: وتنص على ما يلي:

"للبرنامج الرياضي التعليمي المقترح تأثير إيجابي وملحوظ على تنمية التوازن والتنسيق والتحكم الحركي لدى تلاميذ التعليم الثانوي"

جدول رقم 17 يوضح نتائج الفرضية الرئيسية

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل برون	مستوى الدلالة
برنامج رياضي تعليمي مقترح	3.56	0.953		0.05
تنمية بعض مؤشرات الحس	3.73	0.930	0.938	0.05

الحركية

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات SPSS25.0

المعامل الذي تم حسابه هو معامل الارتباط (معامل بيرسون) الذي يقيس العلاقة الإحصائية بين برنامج رياضي تعليمي مقترح و تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية قيمة معامل بيرسون تتراوح بين -1 و +1، حيث:

- +1 تعني علاقة إيجابية قوية: تزيد مؤشرات الحس الحركية مع زيادة البرنامج الرياضي تعليمي مقترح بشكل متزامن.
- 0 تعني عدم وجود علاقة إحصائية: لا يوجد تأثير إحصائي ملحوظ بين برنامج رياضي تعليمي مقترح و تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية
- -1 تعني علاقة سلبية قوية: تنخفض تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية مع زيادة برنامج رياضي تعليمي مقترح بشكل متزامن.

في حالتنا، المعامل بيرسون هو 0.938، وهذا يشير إلى وجود علاقة إيجابية قوية بين برنامج رياضي تعليمي مقترح و تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية، بمعنى آخر تزداد مؤشرات الحس الحركية مع زيادة البرنامج الرياضي تعليمي مقترح بشكل متزامن وبنسبة عالية تصل إلى 93.8%.

كما يتضح لنا من خلال الجدول 17 الذي يوضح العلاقة بين برنامج رياضي تعليمي مقترح و تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بثانوية الشيخ الكنتي زاوية كمنته أدرار، ونلاحظ أن مستوى الدلالة الإحصائية هو 0.05 ومنه نقول هناك علاقة ارتباطية قوية بين برنامج رياضي تعليمي مقترح و تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي.

ثانيا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى

ومفادها كالآتي: " إن تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح سيؤدي إلى تحسين ملحوظ في مستوى التوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي مقارنةً بمن يتبعون البرنامج التقليدي".

الجدول رقم 18: يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل بيرسون	مستوى الدلالة
البرنامج الرياضي التعليمي المقترح	3.43	0.961	0.948	0.05
مستوى التوازن	3.44	0.990		0.05

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات SPSS 25.0

يتضح لنا من خلال الجدول 18 الذي يوضح العلاقة بين البرنامج الرياضي التعليمي المقترح و مستوى التوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي بثانوية الشيخ الكنتي أدرار، ونلاحظ أن مستوى الدلالة الإحصائية هو 0.05 ومعامل بيرسون 0.948 مما يدل على قوة العلاقة بين المتغيرين ومنه نقول هناك علاقة ارتباطية بين البرنامج الرياضي التعليمي المقترح و مستوى التوازن..

ثالثاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

وتنص على: "يساهم البرنامج الرياضي التعليمي المقترح في تحسين التنسيق بين الأعضاء الحيوية والفكرية بشكل أكبر لدى تلاميذ التعليم الثانوي مقارنة بالبرامج التقليدية".

الجدول رقم 19: يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل بيرسون	مستوى الدلالة
البرنامج الرياضي التعليمي المقترح	2.44	1.142	0.572	0.05
التنسيق	3.31	1.078		0.05

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات SPSS 25.0

يتضح لنا من خلال الجدول 19 الذي يوضح العلاقة بين البرنامج الرياضي التعليمي المقترح والتوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي بثانوية الشيخ الكنتي بأدرار ، ونلاحظ أن مستوى الدلالة الإحصائية هو 0.05 مرتفع مما يدل على قوة العلاقة ولكن معامل بيرسن منخفض حيث قدر ب 52.7 % ولذا ما زال إيجابيا ومنه نقول هناك علاقة طردية بين البرنامج الرياضي التعليمي المقترح والتوازن.

رابعا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

ومفادها هو الاتي: " يؤدي تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح إلى تحسين مستوى التحكم العضلي والدقة الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بشكل ملحوظ مقارنة بالطرق التقليدية المستخدمة حالياً".

الجدول رقم 20: يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل بيرسون	مستوى الدلالة
البرنامج الرياضي التعليمي المقترح	3.72	1.060	0.815	0.05
التحكم	4.27	0.811		0.05

المصدر: من إعداد الطالب بناءً على مخرجات SPSS25.0

يتضح لنا من خلال الجدول 20 الذي يوضح العلاقة بين البرنامج الرياضي التعليمي المقترح والتحكم لدى تلاميذ التعليم الثانوي بثانوية الشيخ الكنتي بأدرار ، ونلاحظ أن مستوى الدلالة الإحصائية هو 0.05 ومعامل بيرسون قدر ب 81.5% وهو مرتفع نوعا ما وهذا يدل على أن تحسين مستوى التحكم العضلي والدقة الحركية من آثار البرنامج الرياضي التعليمي المقترح فكلما ارتفعت زادا مستوى التحكم ومنه نقول هناك علاقة ارتباطية بين المتغيرين..

المبحث الثالث: دراسة الفروق المعنوية ومناقشة النتائج

سنتطرق في هذا المبحث لدراسة فروق المعنوية بالنسبة للمتغير المستقل وهو البرنامج الرياضي التعليمي المقترح والمتغير التابع وهو تنمية مؤشرات الحسية والحركية لكن قبل ذلك لابد من التطرق الى اختبار التوزيع الطبيعي لمعرفة ما اذا كان الاختبارات معلمية او لا معلمية .

المطلب الاول: اختبار التوزيع الطبيعي

وحيث أن حجم العينة لدينا هو 20 مفردة ، قمنا باستخدام اختبار كولموجروف-سمرنوفل اختبار ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي من عدمه، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

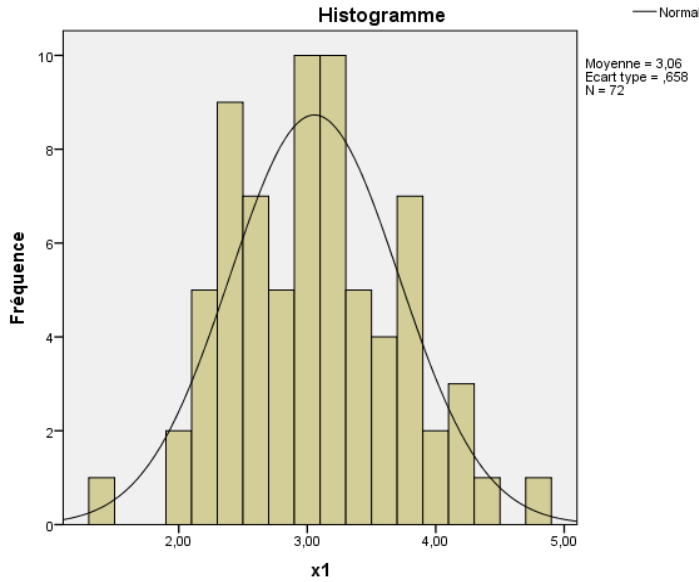
جدول رقم (21): نتائج اختبار التوزيع الطبيعي

القيمة الاحتمالية (sig)	قيمة الاختبار	المجال
0.193	0.094	بعد التوازن
0.181	0.095	بعد التنسيق
0.000	0.167	بعد التحكم
0.200	0.072	بعد النشاطات الحسية والحركية

المصدر: من إعداد الطالب على ضوء مخرجات spss24.0

ومن النتائج الموضحة في الجدول أعلاه يتضح أن القيمة الاحتمالية لمعظم محاور وأبعاد الدراسة أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك فإن توزيع البيانات لهذه المحاور تتبع التوزيع الطبيعي وهو ما يؤكد إمكانية تطبيق خطية النموذج حيث تم استخدام الاختبارات المعملية لتحليل البيانات واختبار الفرضيات.

الشكل رقم (07): منحنى التوزيع الطبيعي

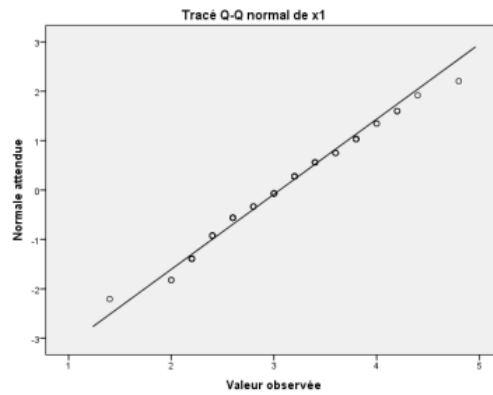


المصدر: مخرجات برنامج spss 24.0

من خلال الشكل نلاحظ أن الدراسة تتبع التوزيع الطبيعي إلى حد كبير و هو يؤكد على استخدام

الاختبارات المعلمية.

الشكل رقم (08): مخطط الانتشار



المصدر: مخرجات برنامج spss 24.0

تمثل النقاط الموزعة على المحور العمودي القيم المتوقعة لدرجات التوزيع الطبيعي تقابلها الدرجات المعيارية

للتوزيع الطبيعي على المحور الأفقي، نلاحظ أن نقاط الانتشار تقع بمحاذاة الخط المستقيم وعليه يمكن القول إن

العينة تتبع التوزيع الطبيعي.

في هذا المطلب يتم دراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 في إجابات التلاميذ حول مدى تأثير البرنامج الرياضي التعليمي المقترح على تنمية بعض مؤشرات الحس الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بأدرار تعزى للمتغيرات الشخصية التالية: الجنس، العمر، المستوى الدراسي

المطلب الثاني: اختبار T-TEST بالنسبة لمتغيرات الدراسة

الجدول 22: اختبار T-test بالنسبة للبيانات الشخصية

إختبار (t)		إختبار ليفين		المحور				
95%		متوسط الفرق	القيمة الإحتمالية الثنائية		درجة الحرية	T	القيمة الإحتمالية Sig	F
الدنيا	القصى							
-89647.	23481.	-42203.	073.	65	-1.821	211.	1.595	التوازن
-		-						
-87360.	22191.	-42203.	060.	48.487	-1.927			التنسيق
-		-						
-45884.	18512.	-08914.	632.	65	-482.-	644.	215.	التحكم
-		-						
-44971.	17908.	-08914.	621.	45.582	-498.-			مؤشرات
-		-						
-68607.	23567.	-21540.	364.	65	-914.-	649.	210.	
-		-						
-66973.	22581.	-21540.	345.	46.209	-954.-			
-		-						
-	23208.	00354.	988.	65	015.	633.	231.	

-45995.								الحس
-	22289.	00354.	987.	46.469	016.		1.595	الحركية
-44499.								
-	23481.	-	073.	65	-			
-89647.		-42203.			-1.821			

المصدر: من إعداد الطالب على ضوء مخرجات spss 24.0

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنها لا توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية حيث أن متوسطات أجابة الذكور و الإناث والتلاميذ المتمدرسين في السنة الأولى والثانية والثالثة ثانوي كانت متقاربة ، بالإضافة إلى أن كل القيم الإحصائية sig كانت أكبر من (0.05)، في جميع المحاور الأربعة و هو ما يثبت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الباحثين تعزى للجنس أو للعمر أو للمستوى الدراسي .

المطلب الثالث: مناقشة نتائج الدراسة

انطلاقاً من الدراسة التي أجريناها في ثانوية الشيخ الكنتي بزواوية كمنته بأردار على عينة قدرها 20 فرد . فمن خلال تفريغ البيانات المتحصل عليها والتي قمنا بتحليلها وترجمتها تحصلنا وتوصلنا إلى النتائج التالية:

أولاً: نتائج الفرضية الرئيسية

"للبرنامج الرياضي التعليمي المقترح تأثير إيجابي وملحوظ على تنمية التوازن والتنسيق والتحكم الحركي لدى تلاميذ التعليم الثانوي"

توصلنا من خلال الفرضية الرئيسية أنه هناك تأثير إيجابي للبرنامج الرياضي التعليمي المقترح على تنمية التوازن والتنسيق والتحكم الحركي لدى تلاميذ التعليم الثانوي بثانوية الشيخ الكنتي بأردار وذلك كما أوضحته الشواهد الكمية ونتائج الدراسة، ومنه نقول أن الفرضية الرئيسية صحيحة.

ثانياً: مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى.

إن تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح سيؤدي إلى تحسين ملحوظ في مستوى التوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي مقارنةً بمن يتبعون البرنامج التقليدي.

إن تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح يؤثر بشكل كبير على مستوى التوازن لدى تلاميذ التعليم الثانوي ، وهذه النتائج تؤكد صدق الفرضية الجزئية الأولى، وتحقيقها في ميدان الدراسة.

ثالثاً: مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية.

يساهم البرنامج الرياضي التعليمي المقترح في تحسين التنسيق بين الأعضاء الحيوية والفكرية بشكل أكبر لدى تلاميذ التعليم الثانوي مقارنة بالبرامج التقليدية.

إن البرنامج الرياضي التعليمي المقترح لم يبدى علاقة مباشرة في تحسين التنسيق بين الأعضاء الحيوية والفكرية لدى تلاميذ التعليم الثانوي فاعتبار التلاميذ للبرنامج الرياضي على أنه جهد بدني متعب مما يجعلهم مرهقين بعد الحصة مباشرة وهذا الأمر الذي يؤدي إلى عدم التركيز في باقي الحصص التي تتطلب جهد فكري وتكون في نفس اليوم من النشاط، ولكن في اليوم الذي يلي النشاط يكونون التلاميذ في أتم نشاطهم واستعدادهم وعليه نقول بأن الفرضية الجزئية الثانية تحتمل الجانب الصحيح والجانب الخاطئ وتميل لكونها صحيحة أكثر.

رابعاً: مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.

يؤدي تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح إلى تحسين مستوى التحكم العضلي والدقة الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بشكل ملحوظ مقارنة بالطرق التقليدية المستخدمة حالياً.

إن تطبيق البرنامج الرياضي التعليمي المقترح يؤدي إلى تطوير أداء التلاميذ في مستوى التحكم العضلي مما يعكس صورة النشاط الرياضي التي هي في تحسن مستمر، كما تخلق إحساس لدى التلاميذ بالتعب والجهد الذي يبذلونه مما يخلق الشعور بالمسؤولية والنضج لديهم ، وهذه النتائج تؤكد صدق الفرضية الثالثة، وتحقيقها في ميدان الدراسة.

الاستنتاج العام

أظهرت الدراسة الميدانية حول "أثر برنامج رياضي تعليمي مقترح على تنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي" نتائج إيجابية، حيث تبين أن البرنامج المقترح ساهم بشكل ملحوظ في تحسين المؤشرات الحس حركية مثل التوازن، التنسيق، والمرونة لدى التلاميذ، كما انعكس هذا التحسن على جوانب أخرى من حياتهم المدرسية، بما في ذلك زيادة التركيز والانضباط داخل الفصول الدراسية، مما يشير إلى تأثيرات إيجابية غير مباشرة على الأداء الأكاديمي، ورغم التحسن العام، ظهرت فروقات فردية بين التلاميذ في مدى الاستجابة للبرنامج، مما يؤكد أهمية تصميم البرامج التدريبية لتناسب مع احتياجات وقدرات كل طالب على حدة، لتعظيم الفائدة وتحقيق الأهداف المرجوة.

خلاصة الفصل التطبيقي

للدراصة حول "أثر برنامج رياضي تعليمي مقترح على تنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي" تستعرض النتائج العملية والتوصيات التي خرجت بها الدراصة بعد تطبيق البرنامج. أين أظهرت الدراصة أن البرنامج الرياضي المقترح كان له أثر إيجابي واضح على تحسين المؤشرات الحس حركية (التوازن، التنسيق، والتحكم) لدى التلاميذ، مما عزز قدراتهم الحركية وساعدهم على التفاعل بشكل أفضل في الأنشطة البدنية داخل وخارج المدرسة، كما انعكس هذا التطور على أدائهم الأكاديمي من خلال زيادة التركيز والانضباط، مما يؤكد الدور المتكامل للتربية البدنية في تحسين قدرات التلاميذ الشاملة. من خلال التحليل العملي، ألاحظ وجود فروقات فردية بين التلاميذ في مدى الاستجابة للبرنامج، ما يشير إلى ضرورة تخصيص البرامج التعليمية البدنية لتناسب مع الاختلافات الشخصية من حيث القدرات والاحتياجات، كذلك تم التأكيد على أن استمرار هذه البرامج على مدار العام الدراسي من شأنه أن يحقق نتائج أكثر استدامة في تعزيز المهارات الحس حركية والرفع من مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ. ولا بد من ضرورة إدماج برامج رياضية تربوية مشاهجة ضمن المناهج التعليمية، مع تدريب المعلمين على تطبيقها بشكل يراعي الفروقات الفردية بين التلاميذ. كما اقترح متابعة دورية لتقييم التقدم الحركي للتلاميذ لضمان استمرار النتائج الإيجابية وتحقيق الأهداف التعليمية والبدنية المرجوة.



خاتمة الدراسة



في ختام هذه الدراسة حول "أثر برنامج رياضي تعليمي مقترح على تنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي"، يمكن القول إن النتائج التي تم التوصل إليها، سواء في الجانب النظري أو التطبيقي، قد أثبتت أهمية البرامج الرياضية التعليمية في تعزيز القدرات الحس حركية للتلاميذ، على المستوى النظري تم التطرق إلى المفاهيم الأساسية المتعلقة بالتربية البدنية وأثرها على النمو الحركي والعقلي للتلاميذ، مما أكد أهمية الدور التربوي للرياضة في تطوير المهارات الحركية الأساسية التي تؤثر بشكل مباشر على صحة الأفراد وتفاعلهم مع محيطهم.

أما في الجانب التطبيقي، فقد أوضحت النتائج العملية فعالية البرنامج التعليمي المقترح في تحسين المؤشرات الحس حركية مثل التوازن، التنسيق، والتحكم، إضافة إلى التأثيرات الإيجابية غير المباشرة على الأداء الأكاديمي والانضباط المدرسي، وقد أبرزت الدراسة كذلك أهمية تكييف البرامج الرياضية لتناسب مع الفروقات الفردية بين التلاميذ، وهو ما يعزز من فعالية مثل هذه البرامج ويضمن تحقيق نتائج مستدامة على المدى الطويل. ختاماً توصي الدراسة بضرورة إدراج البرامج الرياضية التعليمية بشكل مستمر في المناهج الدراسية، مع الحرص على تقييم النتائج بشكل دوري لضمان استفادة جميع التلاميذ من الفوائد الحركية والتعليمية لهذه البرامج. كما تنادي بتدريب المعلمين على تنفيذ هذه البرامج بما يتوافق مع احتياجات كل طالب، بما يعزز من تنمية مهارات التلاميذ بشكل شامل ومتكامل.

النتائج المتوصل لها:

- البرنامج الرياضي المقترح ساهم بشكل فعال في تحسين المؤشرات الحس حركية (مثل التوازن، التنسيق، والمرونة) لدى تلاميذ التعليم الثانوي.
- تحسنت القدرات البدنية للتلاميذ المشاركين في البرنامج، مما عزز قدرتهم على أداء الأنشطة الحركية بشكل أكثر كفاءة.
- البرنامج أسهم في تعزيز التركيز والانضباط داخل الفصول الدراسية، مما أدى إلى تحسين الأداء الأكاديمي لدى بعض التلاميذ.
- وجدت الدراسة فروقات فردية في مدى الاستجابة للبرنامج، مما يؤكد أهمية تخصيص البرامج الرياضية لتناسب قدرات التلاميذ المختلفة.
- تم تحقيق تحسن في القدرة على التوازن لدى التلاميذ بعد تطبيق البرنامج الرياضي المقترح.
- نلاحظ تحسناً ملحوظاً في قدرة التلاميذ على التنسيق الحركي، مما انعكس على أدائهم في الأنشطة اليومية.
- أظهرت الدراسة أن مرونة التلاميذ قد تحسنت بشكل واضح نتيجة لتطبيق البرنامج.

- أكدت النتائج على أهمية دمج برامج رياضية تعليمية داخل المناهج الدراسية لتحقيق تطوير شامل للقدرات الحركية والذهنية.
- استمرار تنفيذ مثل هذه البرامج على مدار العام الدراسي يُمكن أن يحقق نتائج مستدامة ويساهم في تعزيز النشاط البدني للتلاميذ.
- أثبتت الدراسة أن البرامج الرياضية لها تأثيرات إيجابية غير مباشرة على الصحة النفسية للتلاميذ، مما يحسن من تعاملهم مع التحديات اليومية ويزيد من ثقتهم بأنفسهم.

اقتراحات الدراسة

- بناءً على نتائج الدراسة حول "أثر برنامج رياضي تعليمي مقترح على تنمية بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي"، يمكن تقديم الاقتراحات التالية:
1. **دمج البرامج الرياضية في المناهج الدراسية:** ينبغي إدراج برامج رياضية تعليمية منتظمة ضمن المنهج الدراسي لتعزيز المهارات الحس حركية لدى التلاميذ وتطوير قدراتهم البدنية بشكل مستدام.
 2. **تخصيص البرامج وفقاً لاحتياجات التلاميذ:** يجب تصميم البرامج الرياضية لتناسب الفروقات الفردية بين التلاميذ، مع مراعاة قدراتهم البدنية والنفسية لتحقيق أقصى استفادة.
 3. **تدريب المعلمين:** من الضروري تدريب المعلمين على تنفيذ البرامج الرياضية التعليمية بفعالية، وتزويدهم بالمعرفة اللازمة لتقييم وتلبية احتياجات كل طالب.
 4. **تقييم دوري للتقدم:** يُوصى بإجراء تقييم دوري لتقدم التلاميذ في المهارات الحس حركية، لضمان تحقيق النتائج المرجوة وتحديد مجالات التحسين اللازمة.
 5. **تشجيع الأنشطة الرياضية الإضافية:** ينبغي تشجيع التلاميذ على المشاركة في الأنشطة الرياضية خارج المدرسة لتعزيز المهارات الحركية والتفاعل الاجتماعي.
 6. **توفير الموارد اللازمة:** يجب توفير الموارد والمعدات اللازمة لتنفيذ البرامج الرياضية بشكل فعال، بما في ذلك تجهيزات رياضية وآلات تدريب.
 7. **تعزيز الوعي بأهمية التربية البدنية:** توعية الطلاب وأولياء الأمور بأهمية التربية البدنية وأثرها الإيجابي على الصحة البدنية والأداء الأكاديمي.
 8. **تطوير استراتيجيات تعليمية متنوعة:** استخدام استراتيجيات تعليمية متنوعة في البرامج الرياضية لضمان تلبية احتياجات جميع التلاميذ وتعزيز مشاركة الجميع.
 9. **تحفيز التلاميذ:** تطوير أساليب تحفيزية لزيادة دافعية التلاميذ للمشاركة في الأنشطة الرياضية، مما يعزز من التزامهم بالبرنامج وتحقيق نتائج أفضل.

10. مراقبة وتحليل الأثر طويل المدى: متابعة وتحليل الأثر طويل المدى للبرامج الرياضية على التطور البدني والأكاديمي والنفسي للتلاميذ لضمان استمرارية التحسين والتطور.

آفاق الدراسة

1. تأثير الأنشطة الرياضية المتنوعة على التحصيل الأكاديمي: دراسة مقارنة تركز على كيفية تأثير أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية (مثل الرياضات الجماعية والفردية) على الأداء الأكاديمي للتلاميذ في مراحل تعليمية مختلفة.
2. تأثير البرامج الرياضية على الصحة النفسية والتواصل الاجتماعي: تحليل كيف يمكن للبرامج الرياضية التعليمية أن تؤثر على الجوانب النفسية والاجتماعية للتلاميذ، بما في ذلك مستويات القلق، الاكتئاب، والقدرة على التواصل الاجتماعي.
3. التأثير الطويل المدى للبرامج الرياضية على المهارات الحس حركية: دراسة متابعة لتقييم مدى استدامة التحسينات في المهارات الحس حركية بعد انتهاء البرامج الرياضية، ومدى تأثير ذلك على الأداء البدني العام للتلاميذ في مراحل لاحقة.
4. فعالية البرامج الرياضية في المدارس ذات الظروف الاقتصادية المختلفة: تقييم مدى فعالية البرامج الرياضية التعليمية في مدارس ذات ظروف اقتصادية واجتماعية متنوعة، وكيف يمكن تعديل البرامج لتلبية احتياجات الطلاب في بيئات مختلفة.
5. تحليل تأثير برامج الرياضة المخصصة على الفئات العمرية المختلفة: دراسة كيفية تأثير البرامج الرياضية المخصصة على التلاميذ في أعمار مختلفة، وتحديد أي البرامج تكون أكثر فعالية في تحسين المهارات الحس حركية في كل مرحلة عمرية.



قائمة المصادر والمراجع



أولاً: الكتب

1. إبراهيم مُجَّد المحاسنة (2006) تعليم التربية الرياضية (1) عمان، الأردن دار جرير للنشر والتوزيع.
2. أكرم خطايبية. (2011). أسس وبرامج التربية الرياضية. عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
3. خالد حامد 2012، منهجية البحث في العلوم الاجتماعية والإنسانية، ط2 ، جسور للنشر والتوزيع.
4. الخوري أنطوان . (1978). طالب الكفاءة التربوية لبنان: دار الكتب البيضاء.
5. رائد الرقاد (2007) الثقافة الرياضية (المجلد 3). عمان الأردن دار نسيم للنشر والتوزيع.
6. رشيد زرواتي (2001)، تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار هومة، ط1 ، الجزائر.
7. الزمخشري، (1419هـ، 1998م) "أساس البلاغة"، دار الكتب العلمية ، ، مادة ك.ت.ب، ط01، مج02، بيروت، لبنان.
8. عبد الحميد شرف (2018) التربية الرياضية والحركية للأطفال والأسوياء ومتمحدى الإعاقة (ط1). القاهرة مركز الكتاب للنشر.
9. عبد الرحمن الوائي. (2006). مدخل الى علم النفس الجزائر : دار هومه.
10. عبد الرحمن عيسوي (2018) علم نفس النمو الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
11. عفاف عثمان عثمان (2008). الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية الإصدار الطبعة الأولى). الاسكندرية دار الوفاء.
12. عفاف عثمان وآخرون (2007). أضواء على مناهج التربية الرياضية. الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
13. علي موسى ماجد . (2021). التدريب الرياضي الحديث عمان: دار الطباعة والنشر.
14. عمر مصباح 2010، منهجية البحث في العلوم السياسية والإعلام، الطبعة 2، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
15. فاخر عاقل (2016). علم النفس التربوي (الطبعة الأولى). بيروت: دار العلم للملايين.
16. فاطمة عوض صابر . (2007). التربية الحركية وتطبيقاتها الإصدار الطبعة الثانية). الإسكندرية دار الوفاء.
17. فؤاد إبراهيم السراج (2011). الأسس الفلسفية والمنهجية لعلوم التربية الرياضية (ط1). عمان مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع

18. ليوتشر تشالز . (1964). أسس التربية البدنية القاهرة المكتبة الأنجلو مصرية.
19. مُجّد حسن، (2001) إدارة الموارد البشرية رؤية مستقبلية، مصر، الإسكندرية، الدار الجامعية.
20. مُجّد خميس أبو نهره و نايف سعادة (بلا تاريخ). التربية الرياضية وطرائق تدريسها .
21. مُجّد عبد الحليم منس 2002، مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية و النفسية، دار العرفية الجامعية للنشر و التوزيع، مصر.
22. مُجّد عبيدات وآخرون :منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للطباعة والنشر، ط2 ، عمان، الأردن، 1999 ،ص84
23. محمود عوض بسيوني وياسين الشاطي. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية.
24. مصطفى السباح مُجّد (2007) الرياضة والتربية الإجتماعية (المجلد 1). القاهرة: دار الوفاء لدنيا والطباعة والنشر .
25. منال هلال مزاهرة2011، بحوث الإعلام الأسس و المبادئ، ط1 ، كنوز المعرفة للنشر و التوزيع ،الأردن.

ثانيا: الرسائل والأطروحات الجامعية

1. بعاج الهاشمي(2007)، دور العملية التدريبية في رفع الفعالية التنظيمية دراسة حالة سونلغاز التوزيع لاغواط، رسالة ماجستير .
2. عبد اللاوي السعدية (2012). المشكلات النفسية والسلوكية لدى أطفال السنوات الثلاثة الأولى ابتدائي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. رسالة ماجستير تيزي وزو: جامعة مولود معمري.
3. عثمانى عبد القادر . (2008). اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية. رسالة ماجستير. جامعة الجزائر .
4. علي بن قوة (2011). تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم الناشئين 14-16 سنة). جامعة الجزائر الجزائر : أطروحة دكتوراه.
5. مُجّد عبد الحجامي (2015). التحمل الخاص وتأثيره في بعض المتغيرات الوظيفية ومستوى الإنجاز في ركض 400 متر، بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه جامعة بغداد التربية الرياضية.

6. ناصر عبد القادر . (2006) . تأثير واجبات مراكز اللعب وخطوطه الدفاعية الوسط والهجومية في إحداث التباين في المتطلبات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم الجزائر : أطروحة دكتوراه منشورة جامعة الجزائر .

ثالثا: المطبوعات

1. حسن رياض جمعة (2009). تأثير منهج تعليمي في تنمية مهارات كرة السلة والقدرات الحركية وسلوك التكيف الاجتماعي لذوي الإعاقة العقلية البسيطة. العراق.
2. ماجدة علي محمد رجب. (2020) . تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على تنمية الابتكار الحركي وبعض الحركات الأساسية لتلاميذ الصف الأول من التعليم الأساسي المجلد العدد (16) كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية.

رابعا: المجالات

1. عبد الرزاق اسعد حسين احمد (2009) تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية الأطفال بعمر 8 سنوات) (المجلد 2) العراق مجلة علوم التربية الرياضية.
2. فائق يونس علي وقصي حازم محمد عبد الرحمن الزبيدي. (2012) أثر نمط درس التربية الرياضية البدني الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ الصف الثالث مجلة القادسية لعلوم الرياضة.

سابعا: المراجع باللغة الأجنبية

1. Jack H Wilmore .(2009) .Physiologie Du Sport et De L'exercice 4 ème édition. (Bruxelles: De Boeck).
2. Jurgen Weineck (2017).Manuel D'entraînement Paris: 4 ème édition révisée et augmentée, Vigot.
3. Prévoste Pascal Reiss -Didier. (2013). Préface Georges Cazorla - La Bible De La Préparation Physique Paris : éditions Amphora.



قائمة الملاحق



ملحق رقم 01: الجدول المقترح للبرنامج الرياضي التعليمي لتطوير بعض المؤشرات الحس حركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي:

مواعيد الحصص لكل مرحلة:

1- التحضير (3 أسابيع):

الحصّة 1: تمارين التوازن الأساسية.

الحصّة 2: تمارين التوافق الأساسية.

الحصّة 3: تمارين الإدراك الحسي الحركي.

2- التطوير (4 أسابيع):

الحصّة 1: تمارين التوازن الديناميكي.

الحصّة 2: تمارين التوافق المتقدمة.

الحصّة 3: تمارين الإيقاع الحركي والإدراك الحسي الحركي.

3- التثبيت (أسبوعين):

الحصّة 1: تمارين التوازن المتكاملة.

الحصّة 2: تمارين التوافق مع تغيير البيئات.

الحصّة 3: تطبيق التمارين في بيئات ميدانية متنوعة (ملعب، صالة رياضية، بيئات طبيعية).

ملاحظات على البرنامج:

- كل حصّة تستمر لمدة 60 دقيقة.
- يتم تقسيم الحصص بشكل منتظم بين المهارات الحس حركية لضمان تنمية شاملة.
- التدريب يتم تدريجياً وفقاً لقدرات التلاميذ وتقديمهم.

مراحل البرنامج	الكفاءة المستهدفة	أنواع التمارين	المدة
مرحلة التحضير	تمارين التوازن الأساسية	<ul style="list-style-type: none"> الوقوف على قدم واحدة لفترات متفاوتة. المشي فوق سطح غير مستوي (مثل حبال أو ألواح توازن). 	03 أسابيع بمعدل 3 حصص في الأسبوع مدة كل حصة 60 دقيقة
	تمارين التوافق الأساسية	<ul style="list-style-type: none"> رمي واستقبال الكرة بالأيدي والأرجل بالتناوب. القفز بالحبل بالتوافق بين الحركة والسرعة. 	
	تمارين الإدراك الحسي الحركي	<ul style="list-style-type: none"> لمس الكرة مغلق العينين لتحديد الاتجاهات والمسافات. الجري مع تجنب العقبات لتقدير المسافات والسرعات. 	
مرحلة التطوير	تمارين التوازن الديناميكي	<ul style="list-style-type: none"> القفز والتوقف المفاجئ مع الحفاظ على التوازن. المشي على حبال أو ألواح توازن مع حمل أدوات خفيفة. 	04 أسابيع بمعدل 3 حصص في الأسبوع مدة كل حصة 60 دقيقة
	تمارين التوافق المتقدمة	<ul style="list-style-type: none"> الركض السريع وتغيير الاتجاهات بسرعة مع الحفاظ على التوازن. المناولة في فرق صغيرة باستخدام الكرة مع تنويع السرعات. 	
	تمارين الإيقاع الحركي	<ul style="list-style-type: none"> أداء حركات متكررة بوتيرة محددة وفق إيقاع موسيقي. السباحة أو القفز بالتوافق مع إيقاع ثابت. 	
	تمارين الإدراك الحسي الحركي المتقدمة	<ul style="list-style-type: none"> المشي أو الجري باستخدام إشارات صوتية أو بصرية لتغيير الاتجاهات والسرعات. القفز من ارتفاعات مختلفة لتقدير القوة المطلوبة والاتجاه. 	
مرحلة التثبيت	تدريبات مدمجة تشمل جميع المؤشرات الحس حركية	<ul style="list-style-type: none"> تدريبات ميدانية متكاملة تشمل التوازن، التوافق، الإيقاع والإدراك الحسي الحركي. تدريبات ميدانية في بيئات مختلفة (ملعب، صالة رياضية، بيئات طبيعية). 	أسبوعين بمعدل 3 حصص في الأسبوع مدة كل حصة 60 دقيقة



ملحق رقم 02: استبيان الدراسة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثليجي الاغواط



معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية

استبيان حول تأثير برنامج رياضي تعليمي على تنمية المؤشرات الحسية الحركية لدى تلاميذ التعليم الثانوي
عزيري التلميذ/عزيري التلميذة،

في إطار التحضير لمذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص إدارة وتسيير المنشآت الرياضية على مستوى معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية
بجامعة عمار ثليجي الأغواط والتي نحاول من خلالها معالجة الموضوع السابق ذكره، لذا نرجو منك الإجابة عن
الأسئلة التالية بصدق، حيث ستساعدنا إجاباتك في تحسين البرنامج التعليمي وتحقيق الفائدة القصوى.
وفي الأخير تقبلوا منا فائق الشكر والتقدير على مساهمتكم القيمة في إنجاز هذا البحث.

من إعداد الطالب: بدلاوي عبد الله

ضع العلامة X في الخانة المناسبة

أولا: البيانات الشخصية:

1. الجنس:

- ذكر

- أنثى

2. العمر:

- أقل من 16 سنة

- من 16 سنة إلى -17 سنة

- من 18 سنة فأكثر

3. المستوى الدراسي:

- السنة الأولى ثانوي

- السنة الثانية ثانوي

- السنة الثالثة ثانوي

رقم	السؤال	غير	غير	موافق	موافق	موافق
-----	--------	-----	-----	-------	-------	-------

السؤال	موافق بشدة	موافق	لحد ما	بشدة
المحور الأول: البرنامج الرياضي التعليمي المقترح				
البعد الأول: التوازن				
01				أشعر بتحسّن في قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء أداء التمارين الرياضية بعد المشاركة في البرنامج.
02				أجد سهولة أكبر في الوقوف على قدم واحدة أو أداء تمارين تتطلب توازناً بعد البرنامج.
03				لاحظت تحسّناً في قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء القيام بالأنشطة اليومية.
04				ساعدتني التمارين المقدمة في البرنامج على تحسّن قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء المشي أو الركض.
05				أعتقد أن قدرتي العامة على الحفاظ على التوازن قد زادت بفضل البرنامج الرياضي.
البعد الثاني: التنسيق				
06				لاحظت تحسّناً في قدرتي على تنسيق حركات اليدين والقدمين أثناء أداء التمارين الرياضية.
07				أستطيع أداء الأنشطة الرياضية التي تتطلب تنسيقاً بين العين واليد بشكل أفضل بعد المشاركة في البرنامج.
08				أصبحت حركاتي الرياضية أكثر انسيابية بعد أن خضعت للبرنامج.
09				تحسّن تنسيقي بين الجوانب المختلفة لجسمي أثناء أداء التمارين الرياضية.
10				أجد أنني أستطيع أداء الحركات المعقدة التي تتطلب تنسيقاً حركياً بشكل أسهل بعد البرنامج.
البعد الثالث: التحكم				
11				أستطيع التحكم في حركاتي بدقة أكبر بعد المشاركة في البرنامج الرياضي.

					تحسنت قدرتي على التحكم في سرعة وقوة حركاتي خلال الأنشطة الرياضية.	12
					أشعر أنني أستطيع التحكم في اتجاه حركاتي أثناء أداء الأنشطة الرياضية بشكل أفضل.	13
					أصبح لدي تحكم أكبر في توقيت الحركات المطلوبة خلال التمارين الرياضية.	14
					أجد أن قدرتي على التحكم في حركاتي الدقيقة قد تحسنت بعد البرنامج.	15
المحور الثاني: تنمية مؤشرات الحس الحركية						
					البرنامج يعزز قدرة التلاميذ على التحكم في حركاتهم الدقيقة.	16
					يُحسن البرنامج من قدرة التلاميذ على التوازن أثناء الأنشطة الحركية.	17
					يساعد البرنامج على تطوير التنسيق بين حركات اليدين والعينين.	18
					يزيد البرنامج من دقة الحركات الرياضية للتلاميذ.	19
					يساهم البرنامج في تحسين قدرة التلاميذ على الاستجابة السريعة للمواقف الحركية.	20
					يعزز البرنامج وعي التلاميذ بأوضاع أجسامهم أثناء الحركة.	21
					يساعد البرنامج في تحسين قوة التحمل العضلي لدى التلاميذ.	22
					يساهم البرنامج في تطوير قدرة التلاميذ على تمييز الاتجاهات والمسافات بدقة.	23
					يُحسن البرنامج مستوى الانسجام الحركي بين مختلف أجزاء الجسم.	24
					يساعد البرنامج في تعزيز المرونة البدنية لدى التلاميذ.	25

في الأخير نشكركم على حسن تعاونكم ونقدر لكم الجهد والوقت المبذول في ملء هذه الاستمارة

الملحق رقم 03: قائمة محكمين الاستبيان

الإمضاء	المعهد	رتبة الأستاذ	اسم الأستاذ
	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية بالأغواط	دكتور	معاش حسان
	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية بالأغواط	دكتور	بلقوشي رابح
	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية بالأغواط	أستاذ تعليم عالي	هيزوم محمد

ملحق رقم 04: معامل ألفا كرونباخ واتجاه عبارات محاور الاستبيان

Fiabilité

Remarques		
Sortie obtenue		20-APR-2024 10:23:54
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\PCexpress\Documents\تفريغ إستبيان البرامج الرياضية .sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Scinder un fichier	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	20
	Entrée de la matrice	C:\Users\PCexpress\Documents\تفريغ إستبيان البرامج الرياضية sav
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.
Syntaxe		RELIABILITY /VARIABLES= 04س 03س 02س 01س 11س 10س 09س 08س 07س 06س 05س 18س 17س 16س 15س 14س 13س 12س 21س 20س 19س 25س 24س 23س 22س /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA /SUMMARY=TOTAL.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00.05
	Temps écoulé	00:00:00.14

GET

FILE='C:\Users\PCexpress\Documents\تفريغ إستبيان البرامج الرياضية .sav'.
DATASET NAME Jeu_de_données1 WINDOW=FRONT.

RELIABILITY

/VARIABLES= 15س 14س 13س 12س 11س 10س 09س 08س 07س 06س 05س 04س 03س 02س 01س
21س 20س 19س 18س 17س 16س
25س 24س 23س 22س

/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
 /MODEL=ALPHA
 /SUMMARY=TOTAL.

Echelle : ALL VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	20	100.0
	Exclue ^a	0	.0
	Total	20	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.843	25

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.739	15
.679	10

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
أشعر بتحسن في قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء أداء التمارين الرياضية بعد المشاركة في البرنامج.	86.67	84.577	.164	.770
أجد سهولة أكبر في الوقوف على قدم واحدة أو أداء تمارين تتطلب توازنًا بعد البرنامج.	86.88	80.206	.342	.761
لاحظت تحسنًا في قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء القيام بالأنشطة اليومية.	86.44	83.628	.209	.768

ساعدتني التمارين المقدمة في البرنامج على تحسين قدرتي على الحفاظ على التوازن أثناء المشي أو الركض.	86.89	81.313	.326	.762
أعتقد أن قدرتي العامة على الحفاظ على التوازن قد زادت بفضل البرنامج الرياضي.	87.19	80.613	.345	.761
لاحظت تحسناً في قدرتي على تنسيق حركات اليدين والقدمين أثناء أداء التمارين الرياضية.	87.17	81.794	.263	.766
أستطيع أداء الأنشطة الرياضية التي تتطلب تنسيقاً بين العين واليد بشكل أفضل بعد المشاركة في البرنامج.	86.45	81.251	.349	.761
أصبحت حركاتي الرياضية أكثر انسيابية بعد أن خضعت للبرنامج.	88.17	86.497	-.015-	.785
تحسن تنسيقي بين الجوانب المختلفة لجسمي أثناء أداء التمارين الرياضية.	87.31	79.540	.353	.760
أجد أنني أستطيع أداء الحركات المعقدة التي تتطلب تنسيقاً حركياً بشكل أسهل بعد البرنامج.	86.77	80.826	.415	.208
أستطيع التحكم في حركاتي بدقة أكبر بعد المشاركة في البرنامج الرياضي.	87.23	78.232	.425	.206
تحسنت قدرتي على التحكم في سرعة وقوة حركاتي خلال الأنشطة الرياضية.	87.12	79.296	.415	.207
أشعر أنني أستطيع التحكم في اتجاه حركاتي أثناء أداء الأنشطة الرياضية بشكل أفضل.	86.84	82.163	.324	.763
أصبح لدي تحكم أكبر في توقيت الحركات المطلوبة خلال التمارين الرياضية.	87.41	79.948	.341	.761
أجد أن قدرتي على التحكم في حركاتي الدقيقة قد تحسنت بعد البرنامج.	87.31	77.188	.420	.202
البرنامج يعزز قدرة التلاميذ على التحكم في حركاتهم الدقيقة.	86.72	83.420	.231	.767
يُحسن البرنامج من قدرة التلاميذ على التوازن أثناء الأنشطة الحركية.	86.43	85.140	.129	.772

يساعد البرنامج على تطوير التنسيق بين حركات اليدين والعينين.	86.68	82.031	.303	.764
يزيد البرنامج من دقة الحركات الرياضية للتلاميذ.	86.55	83.332	.243	.767
يساهم البرنامج في تحسين قدرة التلاميذ على الاستجابة السريعة للمواقف الحركية.	86.47	82.009	.309	.763
يعزز البرنامج وعي التلاميذ بأوضاع أجسامهم أثناء الحركة.	87.16	81.379	.298	.764
يساعد البرنامج في تحسين قوة التحمل العضلي لدى التلاميذ.	87.61	77.538	.394	.207
يساهم البرنامج في تطوير قدرة التلاميذ على تمييز الاتجاهات والمسافات بدقة.	86.89	78.853	.399	.207
يُحسن البرنامج مستوى الانسجام الحركي بين مختلف أجزاء الجسم.	86.35	79.392	.514	.203
يساعد البرنامج في تعزيز المرونة البدنية لدى التلاميذ.	88.01	84.094	.089	.779

الملحق رقم 05: دراسة الارتباطات والفروق المعنوية بين أبعاد ومحاور الإستبيان

Reliability Statistics

	Value	.849
Part 1		
	N of Items	13 ^a
Cronbach's Alpha	Value	.842
Part 2		
	N of Items	^b 12
	Total N of Items	25
Correlation Between Forms		.821
Equal Length		.902
Spearman–Brown Coefficient	Unequal Length	.902

Guttman Split-Half Coefficient | .900

a. The items are: ع1, ع3, ع5, ع7, ع9, ع11, ع13, ع15, ع17, ع19, ع21,

ع23, ع25.

b. The items are: ع2, ع4, ع6, ع8, ع10, ع12, ع14, ع16, ع18, ع20,

ع22, ع24.

	مؤشرات الحس لحركية	التوازن	التنسيق	التحكم
Pearson Correlation	1	.639**	.948**	.572**
التوازن Sig. (5-tailed)		.000	.000	.000
N	20	20	20	20
Pearson Correlation	.639**	1	.556**	.918**
التنسيق Sig. (5-tailed)	.000		.000	.000
N	20	20	20	20
Pearson Correlation	.948**	.556**	1	.484**
التحكم Sig. (5-tailed)	.000	.000		.000
N	20	20	20	20

	Pearson	.572**	.918**	.484**	1
مؤشرات الحس الحركية	Correlation				
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	20	20	20	20

**5. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الملحق رقم(06): إختبار فرضيات الدراسة

Correlations

	مؤشرات الحس الحركية	مؤشرات البرامج الرياضية
Pearson	1	.639**
Correlation		
Sig. (2-tailed)		.000
N	20	20
Pearson	.639**	1
Correlation		
Sig. (2-tailed)	.000	
N	20	20

**5. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

