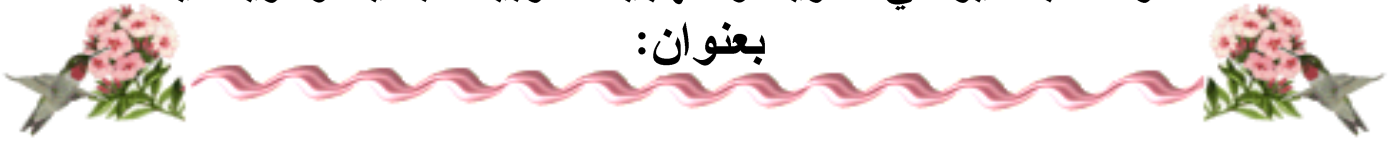


وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف
معهد التربية البدنية والرياضية



مذكرة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية
بعنوان:



**مماراة الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية
وعلاقتها بالرخصى الحركى عند تلاميذ الأقسام النهائية
بمحة أجرى فى ثانويات الخلف مركز**

إشراف الدكتور:
يحياوي محمد



من إعداد الطالب الباحث:
بن سعادة بدر الدين



كلمة شكر



الحمد لله القائل في محكم كتابه :

" لئن شكرتم لأزيدنكم "

و الصلاة والسلام على رسول الله القائل:

" من لا يشكر الناس لا يشكر الله "

شكرا وتقديرا و عرفانا للدكتور يحياوي محمد على ما بذله وما يبذله من
سعة صدره، ورحابة خاطره، وكرائم طبعه إرشادا وتوجيها وتسديدا
لأفكاري.

كما أتوجه بالشكر والعرفان لإخوتي الدكتور شريف نصر الدين والدكتور

عكوش كمال لما بذله لي من تذليل للصعاب وإزالة للعقبات ورفع

للمعنويات في طريق انجاز هاته الدراسة.

كما لا يفوتني أن أحيي أساتذتي وزملائي.

إلى كل من قدم لي عوناً أو مساعدة أثناء مراحل إعداد هذه الدراسة.



اهـدائـة



إلى أبي العزيز الذي أنار لي الطريق

إلى والدي العزيزة التي كانت ولا زالت عوناً لي في السراء والضراء

إلى أختي أدامهم الله لي.

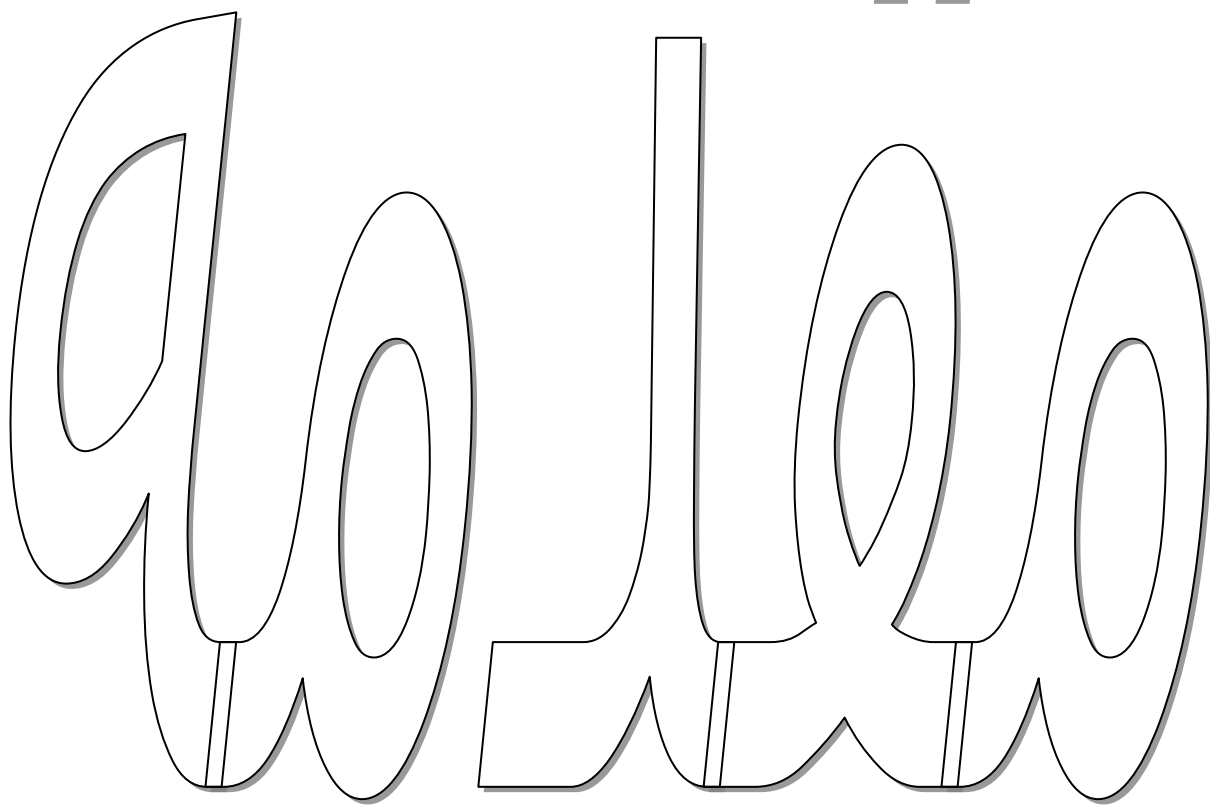
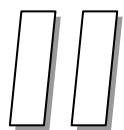
إلى كل عائلتي وأخى بالذكر : عائلة بن سعادة ، حاج بن علي ، عائلة بن صالح ،

عائلة بن أحمد ، عائلة طابقي ، عائلة بن عبودة ، عائلة بوعلام.

إلى كل أصدقائي وزملائي وإلى من أسدى إلي نصيحة أو أدلى برأي في

إنجاز هذه الدراسة.

بن سعادة بديرالدين



تعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا بالغ الأهمية من عملية التربية العامة فهي تعتبر مادة أساسية في البرنامج المدرسي، حيث تعتبر نظام تربوي له أهداف تلمس الجوانب عديدة في حياة الفرد، منها الفعلية والعضوية كما تأخذ التربية البدنية والرياضية أساسية في حياة التلميذ لما تقدمه من فوائد نفسية حسمية اجتماعية، كما يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية صاحب الدور الرئيسي في عملية التعلم والتعليم خاصة التعليم الحركي الذي هو عبارة عن تعديل تكميلي للسلوك أثناء التجارب والاختبارات المتكررة وهذا حسب التعريف القاموسي لعلم النفس حيث يعتبر الأستاذ أبرز أعضاء هيئة التدريس وله الصلة المباشرة بالمتعلم أي التلميذ، ويعتبر الاتصال البيداغوجي أي معلم - متعلم أحد الروافد الأساسية التي تعتمد عليها مهنة الأستاذ التربية البدنية والرياضية.

ويعرف علم النفس الاتصال على أنه: "عملية نقل انطباع أو تأثير من منطقة إلى أخرى... أي من فرد إلى آخر أو من بيئة إلى الفرد وذلك من خلال عدة أساليب جوهرها الكلام واستخدام الحواس التي تشعر الآخرين بالاهتمام"¹.

وفي هذا السياق يعرف الاتصال في التربية كما يرى "كيرت ليفين" بأنه العملية التي يمكن بواسطتها نقل التغيير الذي يحدث في إحدى مناطق المجال السلوكي إلى منطقة أخرى، وتعتبر التعلم الحركي أحد أهداف حصة التربية البدنية والرياضية ويعتبر موضوع التعلم الحركي محطة أنظار العديد من العلماء الذين عرفوه وكل على حسب اتجاهه ونظريته.

¹ - محمد السيد أبو النيل: "علم النفس الاجتماعي"، دراسة عربية وعالمية ط3، مطابع دار الشعب 1997 ص75-76

ولقد ذهب العديد من الباحثين في مجال التعلم الحركي إلى ضبط نموذج للعمل من خلال أبحاثهم، معتمدين على الجذور التاريخية في التجارب النفسية وهو النموذج لعملية المعلومات فالنشاط الإنساني والتفاعل الفرد مع الآخرين يتم في ضوء عملية مصممة لجميع المعلومات المتولدة فجميع أنواع المدخلات تأتي إلينا عن طريق الأنظمة والأجهزة الإدراكية (العين، الأنف، الشم). فنحن حينما نتحرك خلال البيئة المحيطة بنا سواء على الأرض أو في البحر أو الهواء تتولد لدينا أنشطة بيئية مختلفة، وكى ندرك تلك الأنشطة من خلال المعلومات التي نتلقاها فلا بد من تنظيم وتحليل تلك المدخلات حتى يقبلها مخرجات تناسب مع نوع المدخلات إدراكها أو لا بإحدى الحواس¹. و تؤكد فلشين Felshin على أن حركة الإنسان هي المجال الدراسي الأساسي لنظام التربية البدنية، فهي أساس لأداء وظائف الإنسان، و هي ذلك الجانب الحيوي من ثقافة أي مجتمع، و هي الخبرة الجمالية و التعبيرية له كما أنها مصدرا لقيمة الإنسان و التي تضي المعنى لحياته.²

إن الرسالة التي يوجهها الأستاذ قد تصل سليمة و يفهمها المستقبل فهما صحيحا و يتقبلها و يتصرف حيالها حسب ما يتوقعه المرسل. و تعتبر عملية الاتصال في هذه الحالة ناجحة. و قد تصل الرسالة إلى المستقبل و لكنه لا يفهمه أو لا يتقبلها و من ثم لا يتصرف بالنسبة لها كما يرجو المرسل و في هذه الحالة فإن عملية الاتصال تعتبر غير ناجحة و ربما لا تصل الرسالة على الإطلاق لسبب أو لآخر و قد تصل ناقصة أو مشوشة. و هذه الاحتمالات موجودة دائما و يرجع فضل عملية الاتصال إلى عنصر أو أكثر من عناصر عملية الاتصال. و لكن من الممكن أن يتحقق المرسل من نتيجة رسالته عن طريق (إرجاع الأثر) أو ما يسمى أحيانا (التغذية المرتدة) و المقصود بذلك أن يحاط المرسل علما بما

¹د.طلحة حسام الدين: علم الحركة التطبيقي، الجزء الأول، دار الفكر العربي، 1987، ص278

² - Ulrich celeste : Ibid ; p 133.

يترتب على رسالته من آثار عند المستقبل أو إذا ما ظلت سبيلها لسبب ما و لم تصل إليه أو وصلته ناقصة أو مشوشة أو مخوخة. و يكون مسار إرجاع الأثر عكس مسار عملية الاتصال الأصلية أي تكون من المستقبل إلى المرسل و وظيفتها تصحيح المفاهيم عند المستقبل أو إقناعه بها. إن ممارسة التلميذ للتربية البدنية والرياضية يأمل ويرغب في الوصول إلى تعلم حركة أو مهارة، ومن خلال موضوع بحثنا.

"مهارات الاتصال البيداغوجية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وانعكاساته على التعلم الحركي". ومن أجل الوصول إلى الإجابة على الإشكالية البحث انتهجنا دراسة الخطوات التالية: سنقوم بتقسيم البحث إلى مدخل عام للبحث نتطرق فيه إلى طرح الإشكالية وعرض الفرضيات، الدراسات السابقة ونتطرق إلى أهمية البحث وأسباب اختيار الموضوع إضافة إلى المفاهيم والمصطلحات. أما الباب الثاني والأخير الذي يخص الجانب التطبيقي فيه من عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

1- الإشكالية:

إن الاتصال يعد وسيلة يستخدمها الإنسان لتنظيم واستقرار وتعبير حياته الاجتماعية ونقل أشكالها ومعناها من جيل إلى جيل عن طريق التعبير والتسجيل والتصميم ولا يمكن لجماعة أو منظمة أن تنشأ وتستمر دون اتصال يجري بين أعضائها ومن الأسس العلمية المسلم بصحتها أن تقبل فكرة جديدة لا يحدث فجأة ولا يتحقق على دفعة واحدة وإنما ستغرق ذلك من الشخص وقت طويلا ويتم على خطوات أو مراحل متعددة والشخص الذي يقوم بعملية الاتصال غالبا ما يمر بمراحل وقد يطول أو يقصر الوقت الذي يقضه الشخص في كل مرحلة طبقا لضرر وفهالخاصة، أما في التربية البدنية والرياضية فإن الاتصال يعد من الطرق الأساسية لدرس التربية البدنية والرياضية، فعملية الاتصال البيداغوجي بين

الأستاذ والتلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية و"نمط الأستاذ في الاتصال يسعى من خلاله إلى تحقيق هدف عام وهو التأثير في المستقبل حتى يتحقق المشاركة في الخبرة مع المرسل وقد يصب هذا التأثير على أفكاره لتعديلها وتغييرها أو على اتجاهاته أو على مهاراته"¹، أن مهنة تدريس مادة التربية البدنية والرياضية ليست بالأمر السهل أو البسيط كما يعتقد البعض بل هي مهنة تتطلب جهدا إضافيا من طرف الأستاذ لكونه يحتك بصفة مباشرة مع تلاميذه المختلفون المواهب البدنية القدرات العقلية والحركية لهذا السبب يكون الأستاذ مضطر لان يتعامل مع جميع الحالات السابقة ويتكيف معها بغض النظر على الفروق الفردية، حتى يتسنى له تحقيق الأهداف المنتظرة منه أثناء ممارسة مهنته، فيعتبر الأستاذ الموصل الأساسي والباحث الحقيقي لهذه العلاقة كما هي الحال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية حيث دوره مرتبنا بنجاح عملية الاتصال أي إيصال المعلومات بطريقة سليمة للتلميذ.

لذلك فإن تدريس التربية البدنية و الرياضية يعتبر عملية تربوية يتعاون فيها كل من الأستاذ و التلميذ لتحقيق ما يسمى بالأهداف التربوية، وهو -أي التدريس- عملية اجتماعية تتفاعل و كافة الأطراف التي تمها العملية التربوية لغرض نمو المتعلمين و الاستجابة لرغبتهم و خصائصهم و اختيار المعارف و المبادئ و الأنشطة التي تتناسب معهم و تنسجم في نفس الوقت مع روح العصر و متطلبات الحياة الاجتماعية.

ينظر إلى الحركة في المجال الإنساني كتفاعل للنواحي النفسية و الفيزيولوجية والعصبية كعمليات داخلية بالإضافة إلى النواحي أو المظهر الخارجي للحركة المتمثل في النواحي الدينامكية و الإستاتككية، و معرفة الحركة و دراستها أمر ضروري لكل العاملين في المجال التربوي عامة و

¹عدنان درويش: "التربية الرياضية المدرسية" دار الفكر العربي، القاهرة 1996 ص 119 .

مجال التربية البدنية و الرياضية خاصة و على ذلك يرى ماينل"إن دراسة الحركة يجب أن لا تتوقف عند الناحية النظرية فقط، بل يجب أن تتعدى ذلك إلى الممارسة العملية لها الخطوة الأولى نحو التعلم الصحيح من خلال ما تقدمه للطالب من بيانات حسية والتي تشكل أفق مدركاته و بما يعرف ما يتصل بنفسه و جسمه و عن طريقها ينمي الفرد لياقته و مفاهيمه و قيمة على المستوى الحركي أساسا و أيضا على المستوى الانفعالي و المعرفي و الاجتماعي"¹

يعرف الرضى الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبير عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحقق بهذا النشاط ². أما الرضا عن العمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محبا لعمله مقبلا عليه في بدء يومه ³. إن الرضى سواء عن المهنة أو الدراسة يأتي من نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو مهنته أو درسته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصية وميوله التي تظهر في صورة الرضى ⁴.

العمرية التي يمر بها تلاميذ الأقسام النهائية مرحلة حرجة في حياة الإنسان ألا و هي مرحلة المراهقة، والتي تمثل مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغيرات عقلية وجسمية ، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم ، وقلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل ، حيث وصفها " ستانلي هول " أنها فترة عواصف وتوتر وشدة وتكتنفها

¹ بسطيوي عبد الكريم: أسس و نظريات الحركة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر، سنة 1996، ص33

– محمود سمير طه، بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقى الميدان والمضمار، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول " العدد الثاني، كلية التربية ² الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1989، ص 101.

– محمد عفاف محمود: الرضى عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى للطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية، ³ المؤتمر العلمي الخامس، جامعة حلوان مصر، سنة 1984، ص 728.

– محمد عفاف محمود: الرضى عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى للطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية، ⁴ مرجع سابق، ص 728.

الأوهام النفسية , وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق . فالمرحلة هي عملية الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب , وتتميز بأنها فترة بالغة التعقيد لما تحمله من تغيرات عضوية ونفسية وذهنية تجعل من الطفل كامل النمو، و علاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق.

وعليه ومن خلال تعدد التيارات التي تطرقت لمهارات الاتصال و الرضى الحركي و التي أعطت كل واحد منها تعريفا خاصا ، إلا أنها تبقى متداخلة و متكاملة فيما بينها. أما " هومبورجر " فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية , كما يرى " ميكلمان و نويهارس " في هذه الفترة أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية, إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي تمتد إلى فترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي .

و بما أن موضوع دراستنا يدور حول علاقة مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية بالرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية و تأثير بعض المتغيرات كخبرة الأستاذ و تكوينه العلمي ، كان علينا طرح التساؤلات التالية

2- مشكلة و تساؤلات البحث:

يمكن إجمال تساؤلات البحث في ما يلي:

1. هل هناك علاقة ارتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرضى الحركي

عند تلاميذ الأقسام النهائية ؟

2. هل تتأثر العلاقة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى

الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية بمتغير خبرة الأستاذ ؟

3. هل تتأثر العلاقة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى

الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية بمتغير التكوين العلمي للأستاذ ؟

3- فرضيات البحث:

1. توجد علاقة ارتباطية قوية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرضى الحركي عند

تلاميذ الأقسام النهائية

2. العلاقة الإرتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى الحركي عند

تلاميذ الأقسام النهائية تتأثر بمتغير الخبرة

3. العلاقة الإرتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى الحركي عند

تلاميذ الأقسام النهائية تتأثر بمتغير التكوين العلمي للأستاذ.

4- أهداف البحث:

يمكن إيجاز أهم أهداف الدراسة بمايلي:

1. التعرف على أنواع الاتصال البيداغوجي المستعملة من قبل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

2. تحديد العلاقة بين نوع الاتصال المستعمل من طرف الأستاذ التربية البدنية و الرياضية و التعلم

الحركي.

3. محاولة معرفة الأثر الذي يحدثه الاتصال التعليمي في حصة التربية البدنية و الرياضية.

4. إمكانية الكشف عن دور الاتصال البيداغوجي و تعزيز العلاقة بين الأستاذ و التلميذ.

5. إبراز أهمية الاتصال البيداغوجي في التأثير على الرضى الحركي.

6. التعرف على مدى تأثير متغيرات خبرة الأستاذ و تكوينه العلمي في العلاقة الناتجة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

5- أهمية الدراسة:

1.5- من الناحية النظرية:

مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و التي تتناول العلاقة بين تعتبر هذه الدراسة من أولى الدراسات الرياضية و الرضى الحركي لتلاميذ الأقسام النهائية و ما تشمله من متغيرات في مجتمع له خصائصه.

2.5- من الناحية التطبيقية:

من المتوقع أن تفيد هذه الدراسة رجال التربية و التعليم في مختلف المجالات التربوية و الإرشادية و بما تقدمه من فهم و معرفة و نتائج التوجيهية، و ذلك

معرفة أسباب انخفاض الرضى الحركي عند التلميذ ، و من هنا سنكون على دراية بما يعانيه التلميذ و بالتالي مساعدته على تحطي هذه العقبات

6-دراسات سابقة:

دراسات تناولت مهارات الاتصال:

دراسة الأستاذ مأمون بن احمد البدرين (2003):

دراسة قام بها الأستاذ مأمون بن احمد البدرين سنة (2003) تحت عنوان "مهارات الاتصال و بناء العلاقات " و استهدفت هذه الدراسة تأثير مهارات الاتصال على بناء و توطيد العلاقات الاجتماعية .وقد أجريت الدراسة على 1350 فرد . و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي- الدراسة المسحية-

دراسة الدكتور جميل حمداوي (2001) :

دراسة قام بها الدكتور جميل حمداوي سنة 2001 تحت عنوان التواصل اللفظي و غير اللفظي في المجال البيداغوجي و الديدكتيكي ، و أجري البحث في المدارس الابتدائية بالدار البيضاء (المغرب)

دراسة عمار أحمد أمين (1999):

دراسة قام بها عمار أحمد أمين سنة 1999 تحت عنوان 'العلاقة بين المدرب و المتدرب و انعكاساتها على مردود الفريق أثناء المنافسة (فرق كرة القدم) و قد قام الباحث بأخذ عينة من فرق كرة القدم الدوري المصري و انتهى بنتيجة تأثير العلاقة بين المدرب و المتدرب على مردود الفرق .

-دراسات تناولت الرضا الحركي :-دراسة سامية فرغلي (1985):

دراسة قامت بها كل من "سامية فرغلي ، زينب سيد حسن" 1985 و عنوانها 'مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ و تلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة و نشاط الجمباز بصفة خاصة'.

و استهدفت الدراسة التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ و تلميذات الفرق الثلاثة الأخيرة بالمرحلة الابتدائية بالمناطق التعليمية المختلفة بمحافظه الإسكندرية و اشتملت عينة الدراسة على (3600) تلميذ و تلميذة يمثلون أربعة مناطق تعليمية ، كما تشمل على (325) تلميذ و تلميذة من مزاوي الأنشطة الخارجية بذات المناطق، و قد استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي - الدراسة المسحية -

و من أهم النتائج أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بشكل عام في المناطق الأربعة، كذلك انخفاض مؤشرات الرضا لممارسة الأنشطة الخارجية بصفة عامة و نشاط الجمباز خاصة¹.

- دراسة سميرة طه محمود (1989):

دراسة قامت بها "سميرة طه محمود" (1989) و عنوانها ' بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقين مسابقات الميدان و المضمار ' و استهدفت بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقين الميدان و المضمار تحت 19 سنة و اشتملت عينة البحث على (75) متسابق و استخدمت الباحثة المنهج الوصفي .

-دراسة محمد محمود عبد الدايم (1994):

دراسة قامت بها " محمد محمود عبد الدايم " (1994) و عنوانها " تقنين مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ على البيئة المصرية، و اشتملت عينة الدراسة على (432) طالبا و استخدم الباحث المنهج الوصفي، و قام بتعريب المقياس الذي وضعه Beard Jacob و منبر راغب لقياس درجة رضا الأفراد عن أنشطة وقت الفراغ يصلح لتطبيقه في البيئة المصرية².

-دراسة هانم حسن أحمد كساب (1994):

دراسة قامت بها " هانم حسن أحمد كساب " (1994) و عنوانها 'مستويات الرضا الحكي لدى طلاب المرحلة الجامعية' لدى طلاب كليتي الآدب و التربية - جامعة قاريوني بينغازي بهدف التعرف على مستويات الرضا الحركي لديهم و مدى التغير الذي يحدث لدى الطلاب في مستوى الرضا الحركي نتيجة اشتراكهم الفعلي في الأنشطة الخارجية بصفة عامة و الجمباز بصفة خاصة، و اشتملت عينة

1- سامية فرغلي، زينب سيد حسن : مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ و تلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة بصفة خاصة، بحث منشور، بحوث المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية، كلية التربية الرياضية بالهرم، 11985 و نشاط الجمباز

2- محمد محمود عبد الدايم: تقنين مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ، مجلة بحوث المؤتمر لرياضة المستويات العالية، المجلد الثاني، القاهرة، 1994

الدراسة على (1400) من طلاب الجامعة، و من بينهم (80) من مزاولي الأنشطة الخارجية، و كان المنهج المستخدم هو المنهج المسحي الوصفي، و استخدمت الباحثة مقياس نيلسون وآلن للرضا الحركي، و كانت من أهم النتائج أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بوجه عام في جميع أقسام الكليتين فيما عدا قسم التربية البدنية الذي اتجه نحو الإيجابية.¹

-دراسة ديوير وفيشر (1990) Dwyer and Fisher

و قام ديوير و فيشر (1990) Dwyer and Fisher بدراسة بعنوان 'تصورات المصارعين لقيادة المدربين كمؤشرات للرضا الحركي عن القيادة' و استهدفت دراسة جانب محدد للنموذج متعدد الأبعاد للقيادة و رضا الرياضيين بناء على تصوراتهم لسلوكيات القادة و نوع الرياضة، و اشتملت عينة الدراسة على 152 مصارع و استخدم الباحثان المنهج الوصفي، و من أهم النتائج أن المصارعين الذين تصورا مدربيهم ذو كفاءة عالية في التدريب و التعليم لديهم درجة كبيرة من الرضا عن القيادة²

1- هانم كساب: مستويات الرضى الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية، مجلة نظريات و تطبيقات، العدد 21 كلية التربية 1994

الرياضية، أبوقير، الإسكندرية

² -Dwyer and Fisher ,D :Perception of coaches leader ship as predictors of satisfaction with

7- مصطلحات ومفاهيم البحث:1.7- الاتصال:

¹ كلمة مشتقة من الأصل اللاتيني COMMUNIS لغة: بمعنى عام أو شائع أو بديع عن طريق

المشاركة، فنحن عندما نتصل لعمل إلى إقامة مشاركة مع طرف آخر في المعلومات والأفكار والاتجاهات

تعمل بالغة العربية المعنى نفسه، حيث تشير إلى إقامة الصلة بين أطراف الاتصال.

اصطلاحا:

يعرفه العالم الاجتماعي-تشارلز كولي- 1909- بأنه "ذلك الميكانيزم الذي من خلاله توجد

العلاقات الإنسانية، وتنمو وتطور الرموز العقلية بواسطة وسائل نشر رموز عبر المكان واستقراريتها عبر

الزمان، وهي تتضمن تعبيرات الوجه والإيماءات والاثارات ونغمات.

الصوت والكلمات والطباعة والخطوط الحديدية، والبرق والتلفون وكل تلك التدابير التي تعمل

بسرعة وكفاءة على قهر بعدي الزمان والمكان"².

إذن فالاتصال التعليمي هو عبارة عن عملية ديناميكية مستمرة من المرسل وهو الأستاذ الى

المستقبل وهو التلميذ ويتم ذلك خلال نقل المعلومات والأفكار والاتجاهات والقيم بواسطة وسائل

معينة.

2.7- الأستاذ:

لغة: المعلم، المدبر، العالم.

¹ - عادل الهواري سعد عبيد: "مدخل الى الاتصال والرأي العام" دار الفكر العربي، القاهرة سنة 1997 ص11

² - عاطف عدلي عبيد، سعد مصلوح: "موسوعة العلوم الاجتماعية" الإمارات العربية المتحدة، بدون طبعة مكتبة الفلاح 1999، ص131.

اصطلاح: الأستاذ قدوة وكفاءة ودائرة معارف للسائلين وثقافة للمحتاجين من المشرفين والمرشدين

والموجهين ويعتبر عنصر أساسيا في إقناع المحيط بقيمة مهنته بالسهر على تجسيد النوايا التربوية وهذا بتلبية احتياجات التكوين لكل تلميذ بحيث مشاركتهم وتحسناتهم تمثل علامة الفعالية ونجاعة الأسلوب البيداغوجي المطبق من طرفه وهذا نظرا للدور الذي يلعبه في العملية التربوية¹.

الأستاذ متعدد الأدوار والأساليب فلا يقف عند حد من الحدود، يؤدي دوره بكل قدرة واهتمام ورغبة وخاصة في تفاعله مع تلاميذه داخل الصف وخارجه.

فهو القدوة لتلاميذه يلعب دورا مهما في حياة التلميذ، منظم، مسير للمناخ النفسي والمادي والاجتماعي، موجه ومرشد للتعلم.

يؤثر في التلميذ بطريقة فردية ويؤثر في التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ فهو معنى بمشاكلهم التعليمية والتكيفية فلا يقتصر دوره على غرفة القسم والمدرسة بل يتعداه الى القرية والمدينة بل يتعداه... دور المعلم بلا حدود من أجل تلميذ قادر على مواجهة الحياة وتطورها من أجل تلميذ بلا حدود².

3.7- التربية البدنية والرياضية:

هي جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها فكلمة "البدنية" تشير إلى البدن وهي كثيرا ما تستخدم للإشارة إلى صفات بدنية كالقوة البدنية والنمو البدني وصحة البدن والمظهر الجسماني، وهي تشير إلى البدن أو الجسم كمقابل للعقل على ذلك فحينما نضيف كلمة بدنية نحصل على تربية بدنية.

¹ - محمد أمين المفتي، معالم تربوية "سلوك التدريس"، مؤسسة الخليج العربية 1996، ص75-76.

² - محمود حسان سعد: "التربية العلمية بين النظرية والتطبيق" ط1، ص103.

والتربية البدنية والرياضية هي فرع من فروع التربية الأساسية التي تشمل نظريتها من العلوم المختلفة وتستخدم النشاط البدني المنظم والموجه لإعداد الأفراد إعدادا متكاملًا بدنيا واجتماعيا وعقليا كما أنها تكيف الفرد بما يتلاءم مع حاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه ويعمل على تطوره وتقدمه وقد عرفها "روبرت بوبان" بأنها "حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والحركية بهدف تحقيق النمو الكامل التربية هي الجزء من التربية العامة تستغل نشاط الفرد¹.

حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحدة الأساسية لتكوين الدورة ولها دور أساسي في النشاطات ويكون موضوعها مختارا حسب أهداف خاصة وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية وحدة دراسية تستعمل الأنشطة البدنية لأهداف تربوية.

كالاكتساب التلاميذ حب العمل الجماعي والتعاون والارتقاء بالمستوى العمل الجماعي مثل الألعاب الصغيرة الجماعية والألعاب الرياضية أو التمرينات الجماعية، والمساعدة على تكامل المهارات الحركية ووضع القواعد الصحية الصحيحة لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة مثل القفر والرمي والوثب... إلى آخر هو اكتساب المعلومات والمعارف والحقائق عن أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية، الفسيولوجية، والبيوميكانيكية بالإضافة إلى اكتساب قدرات جماعية مثل التعبير الحركي وتشكيل القوام الجيد للفرد.

¹ - تشارلز أيبكور: "أسس التربية البدنية"، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده المكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 1964، ص29.

4.7- الرضا الحركي:

يرتبط مفهوم الرضا الحركي بالتعبير و المشاعر، و البهجة عند التحرك، و تأثير الحركة على تحريك المشاعر .

و الرضا الحركي لا يقف عند حد جعل تعلم المهارات الحركية خبرة إيجابية ناجحة بل جعلها انفعال أكثر منها نفسية حركية¹

و من الناحية الإجرائية يتحدد هذا المفهوم في هذه الدراسة " بأنه مستوى مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب وفقا لمقياس الرضا الحركي".

5.7- خبرة الأستاذ:

التجارب هذه من الفرد استفادة يوضح مدى مِشر اكتها التخصص مجال في الأستاذ تجارب خلاصة هي الجهد و توفير عن فضلا أخطاء في الوقوع فرص قلة حيث من المستقبل في ذلك توظيف إمكانية و بين التمييز على تساعده أنما إلى بالإضافة.ممكن مستوى بأفضل المأمولة الأهداف تحقيق و الوقت الإحباط و الفشل إلى تفضي التي تلك و فيدعمها الانجاز و النجاح إلى تؤدي التي الأسباب و المتغيرات يتجنبها و فينحيها

6.7- التكوين العلمي:

ويقصد به في بحثنا هذا نوع الشهادة التي تحصل عليها أستاذ التربية البدنية و الرياضية، هو تنمية منظمة و تحسين للمعارف و المهارات و نماذج السلوكيات و المشاكل و حلولها المتطلبة في مواقف العمل

¹- عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص22.

المختلفة من أجل قيام الأفراد بمهامهم المهنية أحسن قيام ، و غالبا ما يكون ذلك في إطار التربية المستمرة و التكوين المتواصل و يهدف إلى تكييف الإنسان و تهيئته إلى ميدان العمل.

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

مهارات الاتصال

تمهيد:

يعد الاتصال أحد أهم الأساسيات التي يبنى عليها المجتمع فلا يمكن تصور العيش بمنأى عن الناس إذ تصعب الحياة و تستحيل دون تفاعل و احتكاك مع الوسط الذي ميزنا الله فيه بالعقل عن باقي المخلوقات مثل ما يرى الدكتور عبد الحافظ محمد سلامة« تصور صعوبة الحياة و قسوتها لو قدر لك أن تعيش بمعزل عن بني جنسك ».

لذا كان من ضروريات هذا العقل أن يعتمد في إنتاجه على الاتصال مع الآخر حتى يأتي له التأقلم مع المحيط الخارجي و من ثمة إدراك الفرد مدى أهمية الاتصال على أنه وسيلة إنسانية قبل كل شيء يسعى من خلالها لأن ينمي قدراته و سلوكياته في شتى المجالات كما تراه الدكتورة هالة منصورو يعد الاتصال أداة لتنمية الإنسان و تطور معارفه و خبراته من الناحية الاجتماعية أو التعليمية أو التربوية.

و هذا بالتعبير عن آرائه و أفكاره و مشاعره بواسطة اللغة أو الإشارات و الرموز حيث نجده اعتمدها كوسيلة للتفاهم و التعاون مع من حوله .

و من هنا فقد حاولنا في هذا الفصل أن نتطرق للاتصال بصفة عامة و نميز منه الاتصال التعليمي و الآلية التي يحدث من خلالها التفاعل بين الأستاذ و المراهق في حصة التربية البدنية و الرياضية خاصة.

1.1-المبحث الأول : مفهوم الاتصال

لغة:

إن كلمة الاتصال مأخوذة من الوصول أي البلوغ وصل إليه وصولاً أي بلغه¹، هذا أصلها في العربية أما اللغة اللاتينية و التي هي مشتقة منها .

إن كلمة اتصال مشتقة من الأصل اللاتيني communis² ومعناه ذائع و منتشر و تعني شائع أو مذيع عن طريق المشاركة فنحن عندما نتصل نعمل على إقامة مشاركة مع الطرف الآخر³.

اصطلاحاً :

أما عن المعنى العام للاتصال فقد كثرت الدلالات و المفاهيم بشأنه فتباين بعضها عن بعض بحسب الاختصاصات المختلفة التي ينتمي إليها الباحثون و نتعرض فيما يلي لبعض التعاريف التي تحدد في مضمونها الإطار العام للاتصال حيث يرى الدكتور حسن حميدي الطورحي أن الاتصال هو "العملية أو الطريقة التي يتم عن طريقه انتقال المعرفة من شخص لآخر حتى يصبح مشاعاً بينهما و تؤدي إلى التفاهم بين هذين الشخصين أو أكثر و بذلك يصبح لهذه العملية عناصر و مكانات و اتجاهات تسيير و هدفا تسعى إلى تحقيقه و مجالا تعمل فيه و سيؤثر فيها⁴ .

¹د/عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق ، ص14

²عادل الهواري ،سعد المصلوح ، موسوعة العلوم الاجتماعية ، الإمارات العربية المتحدة ، بدون طبعة ، مكتبة الفلاح،1999 ص131

³عاطف عدلي عبيد، مدخل إلى الاتصال و الرأي العام، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة ، سنة1997 ص 11-12

⁴د/عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق ، ص 05

أما المفكر التربوي جون ديوي فيرى الاتصال "عملية مشاركة في الخبرة و جعلها مألوفة بين اثنين أو أكثر من الأفراد"¹

و يعرفه العالم الإنجليزي ريتشاردز كما يلي " إن الاتصال يحدث حين يؤثر عمل في عقل آخر فتحدث في عقل المتلقي خبرة مشابهة لتلك التي حدثت في عقل المرسل و نتجت جزئياً² فيما يتجاوز العالمان الإنجليزيان شانون ووفير 1949 ذلك إلى حد تعميم الاتصال على كل ما من شأنه يؤثر في المتلقي ، إن الاتصال يمثل كافة الأساليب و الطرق التي تؤثر بموجبها عقل في عقل آخر³

أضفه إلى تعريف العالم الشهير ولبرشرام 1977 الذي يقول عن الاتصال أنه المشاركة في المعرفة عن طريق استخدام رموز تحمل معلومات⁴

إذن يرى كارل هوفلاند 1948 بأن الاتصال ما هو إلا رسالة بين طرفين تهدف إلى تغيير أو تعديل حالة ما الاتصال عملية بمقتضاها يقوم المرسل بإرسال رسالة لتعديل سلوك المستقبل أو تغييره⁵

¹د/عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق ، ص5

²د/عاطف عدلي العبد عبيدي، نفس المرجع السابق، ص 12

³د/عاطف عدلي العبد عبيدي، نفس المرجع السابق، ص 13-14

⁴د/عاطف عدلي العبد عبيدي، نفس المرجع السابق، ص14

⁵د/فضيل دليو ، نفس المرجع السابق ، ص 19

إذن و على ضوء ما تقدم من هذه المفاهيم نحاول أن نصيغ تعريفا إجرائيا للاتصال فنقول بأنه عملية نقل المعلومات و الأفكار و الاتجاهات من طرف لآخر من خلال رموز ذات معنى موحد و مفهوم بنفس الدرجة لدى الطرفين .

2.1- المبحث الثاني : عناصر الاتصال

تقوم عملية الاتصال بالمشاركة مع الآخر سواء كان فردا أو مجموعة من خلال نقل المعلومات و الآراء و حتى تتم هذه العملية يجب أن تتوفر عدة عناصر يراها أغلب الباحثين ثابتة و هي خمسة :

المرسل ، المستقبل ، الرسالة ، القناة ، التغذية، المرتدة فيما يلي بنوع من الشرح.

-المرسل :

و هو الطرف الرئيسي في العملية حيث تنطلق منه المعلومات سواء لفظية أو حركية إيمانية، هو المصدر الذي تبدأ منه عملية الاتصال فقد يكون المرسل إنسانا أو آلة أو مادة مطبوعة أو منشورا أو هيئة أو منظمة كالصحافة فالمرسل هو الذي يصوغ الرسالة في كلمات أو حركات أو إشارات أو صور.¹

إلا أن هناك فرقا واضحا بين أن يكون المرسل إنسانا أو آلة ففي الحالة الأولى عندما يكون الاتصال بشريا و بين المعلم و المتعلم فإن كليهما يحمل لديه معلومات قبلية تساعد بالمشاركة في العملية الإيطالية و بالتالي في التغيير أو التعديل و من ثمة تحدث عملية التعلم .

1- د/محمد محمود الخيلة ، تصميم و إنتاج الوسائل التعليمية التعليمية ، دار الفكر العربي ظ1.

و في حالة الاتصال بين المعلم و المتعلم يأتي كل منهما إلى مجال الاتصال و هو مزود بخبرة سابقة و خصائص إنسانية تؤثر على الرسالة و الموقف التعليمي و تتأثر به¹

أما إن كان طرف الاتصال الأول آلة و الآخر إنسانا فإن الأمر يختلف حيث نجد أن محتوى الآلة محدود و غير متغير و لا تعتمد في مشاركتها الطرف الآخر على خبرة قبلية ، إن المعلومات المخترنة في ذاكرة الحاسوب هي معلومات ثابتة و ليس للآلة خبرة أو خصائص إنسانية إذن فهي غير قادرة على النمو و الاستفادة من الخبرة السابقة.²

-المستقبل :

و هو الجانب المقصود بالرسالة و يقع ضمن سؤال لاسويل الشهير و الذي حدد فيه عناصر الاتصال "من" يقول "ماذا" و "لمن" و "كيف" و "لماذا"³

و يحدد تحت كلمة لمن و يقوم من خلال استقباله للرسالة بتحليله و فك رموزها كما يترجم فهمه للرسالة بمدى استيعابه لها وفق السلوك الذي يقوم به للرد على الرسالة، هو الشخص الذي توجه إليه الرسالة و يقوم بحل رمزها و تفسيرها و قد يكون شخصا أو عدة أشخاص أو مجموعة و ينعكس تفسير المحتوى و فهم الرسالة في أنماط السلوك الذي يقوم به المستقبل.⁴

¹د/عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق ، ص18 .

² د /محمد محمود الحيلة ،نصميم و إنتاج الوسائل التعليمية التعلمية ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، القاهرة ،1999، ص56

³هالة منصور ، الاتصال الفعال ، المكتبة الإزاريطية ، الإسكندرية ، بدون طبعة ، 1997 ص 13

⁴د/ عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق ، ص 19

و هنا يلتقي المرسل المعلومات و يحللها وفقا لخبراته السابقة فإذا حدث التطابق و التفاهم في رموز

الرسالة كان الاتصال ناجحا و هو ما يلقي على عاتق المرسل أو الأستاذ في العملية

التعليمية، حيث تجب مراعاة استعدادات المتلقي و رصيد الخبرات ، لا يجوز أن يغيب عن بالنا أن

إدراك مفهوم الرسالة يتوقف على الخبرات السابقة بذلك لا تصبح مهمة المرسل التلقين و

الالتقاء و إنما تهينة مجالات الخبرة للمستقبل و إعداد الظروف التي تسمح بالتعليم حتى يتم

اكتساب الخبرة.¹

أما إذا وقع التباين في فهم الرسالة من خلال السلوك الخارجي للمستقبل نتيجة عدم تطابق في

الخبرات فهذا يعني فشل الاتصال إذا حدث و كانت الفكرة التي خرج بها المستقبل غير متماثلة

مع الفكرة التي لدى المرسل ففي هذه الحالة نقول أن الاتصال قد فشل في تحقيق هدفه و فعاليته.²

-الرسالة :

و تعرف أنها المضمون المعرفي الذي يتم نقله من المرسل إلى المستقبل و هي الهدف التي ترمي إليه

العملية الإيصالية إلى تحقيقه ، و هي التي تجيب عن الجزء ماذا في السؤال لاسويل حيث تشير إلى

محتوى الرسالة و مضمونها و الأفكار التي تطرحها من خلال الوسيلة الاتصالية و التي تترجم غالبا

أهداف المتصل أو القائم بعملية الاتصال.³

¹د/عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق ، ص19

د/ سامية جابر ، الاتصال الجماهيري و مجتمع الحديث ، النظرية و التطبيق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، ط2، القاهرة ، سنة 1990،

ص48²

³د/هالة منصور ، نفس المرجع السابق ، ص24

و هي مجموعة من الرموز و الإشارات المرتبة و التي لا يتضح معناها إلا عند تلقيها عند المستقبل و نوع السلوك الذي يمارسه هو الذي يحدد لنا فعالية الاتصال، و لكي نعرف ما إذا كانت الرسالة قد حققت الهدف منها ينبغي أن نتصرف ذلك في نوع السلوك الذي يؤديه المستقبل.¹

كما أننا لا نستطيع أن نبصر الرسالة إلا في ضوء أنواع السلوك التي يعبر بها المستقبل عن مدى تقبله للرسالة و حتى تكون الرسالة واضحة يجب أن تتوفر مقومات أساسية منها:

- الدقة العملية للمحتوى المعرفي .
- أن يعدها (الرسالة) بعيدا عن التعقيد و التشعب لسهل نعلمها.
- أن تكون مناسبة لمستوى الفئة المستهدفة.
- أن تشتمل عناصر الإثارة و التشويق أثناء عرضها.
- أن تشكل الوسائل التعليمية المرافقة رسالة جزء من مادتها.

-قناة الاتصال :

و هي الأداة التي يتم بها نقل الرسالة من المرسل إلى المستقبل ، و تسمى الوسيلة و القناة أو القنوات التي تمر خلالها الرسالة بين المرسل و المستقبل و هي كثيرة و متنوعة إبتداءا من الصوت العادي إلى الخرائط و الرسوم و السجلات الصوتية.²

¹د/محمد محمود الخلة، نفس المرجع السابق، ص 59
²د/عبد الحافظ محمد سلامة ، نفس المرجع السابق،ص

و تعتبر عنصرا هاما في إنجاح العملية الإيصالية أو إفشالها ، فهي التي تحمل الرسالة لتصل المستقبل عن طريق حواسه ثم يحلل رموزها و يفهمها بعد أن يفسرها و تعد اللغة أقدم وسيلة للاتصال و أكثر شيوعا¹.

-التغذية الرجعية:

و هي الأثر الذي يلي العملية الاتصالية الثانية أي عملية الاستقبال من طرف المتلقي فهي استجابة المتعلم في العملية التربوية للأسئلة و المتغيرات التي يطرحها المعلم و تعني التغذية المرتدة نوعية التأثير الذي أحدثته وسائل الاتصال من خلال قياس الأثر².

و يصطلح عليها بـرجع الصدى و من أشكال التغذية المرتدة في موقف تعليمي هي ظهور علامات الانفعال على المستقبل كالفرح أو الحزن أو الضحك أو الخوف أو الانزعاج.

3.1-المبحث الثالث : نماذج الاتصال

إن الفرد لا يستطيع بسهولة و صف عملية الاتصال لأنها عملية متغيرة بينما يوفر النموذج إطارا يسمح بعزل المتغيرات الهامة و وصف دورها في العملية كلها لأنه يجمد هذه العملية و هذا من وصفها و تحديد عناصرها و تسهيل فهمها ، و تظهر النماذج لكي تسهل علينا استيعاب و فهم الظواهر و مكوناتها³.

4 د/محمد محمود الحيلة ، نفس المرجع السابق ص60

1 د/ منصور هالة ، نفس المرجع السابق ص43

1د/ عاطف عدلي العبد عبيدي ، نفس المرجع السابق ص69

و هناك نماذج بسيطة و نماذج معقدة و لكنها تتفق في هدفها و هو تجريد و عزل الأجزاء و

المكونات للعملية الاتصالية و من بين هذه النماذج نتطرق إلى دراسة ثلاثة نماذج شائعة

عند علماء الاتصال و في المجتمع الإنساني و هي : نموذج شانون و وفير- نموذج ولبورشرام -
نموذج كولمان.

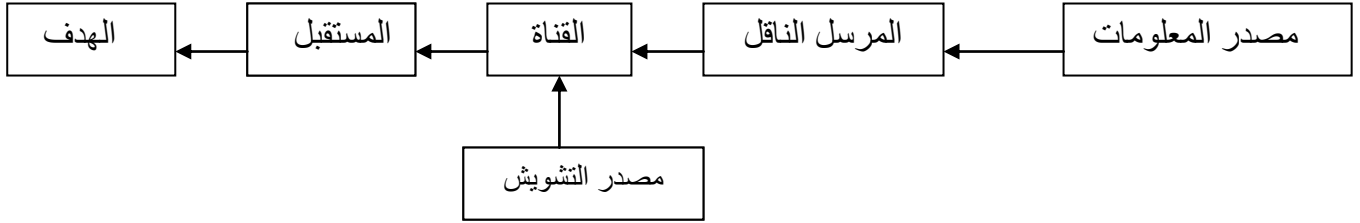
1.3.1-نموذج شانون و وفير :

و من خلال هذا النموذج يصنع العالمان شانون و وفير إطارا خاصا لمفاهيم الاتصال يتكون من

العناصر التالية :

- مصدر المعلومات.
- المرسل و الناقل.
- المستقبل.
- المقصد أو الوجهة "الهدف".
- مصدر التشويش.
- القناة " الوسيلة".

و فيما يلي توضيح يجسد هذا النموذج عن طريق الرسم:



الشكل 01

نموذج شانون و ويفر¹ وهنا يقوم المصدر باختيار المعلومات المناسبة المرغوب في تبليغها أو تعليمها و يحملها المرسل عن طريق قناة اتصال كالصوت مثلاً أو الإشارات السلوكية أو اللاسلوكية أو الصور بحيث يضع مصدر المعلومات في اعتباره وجود تشويش أو ضوضاء ناتجة عن عوامل محيطية (الضوضاء في الملعب) أو النفسية (خوف ، قلق...) أو ميكانيكية.

و حينما تحدث الضوضاء أو التشويش فإن الرسالة المستقبلية سوف تكون متضمنة و أخطاء معينة بالإضافة إلى بعض المواد العارضة الغريبة و غير التحريفات الجوهرية مما يؤكّد وجود اضطرابات و عدم تأكد بفعل عوامل الضوضاء و التشويش .

ففي درس التربية البدنية الرياضية مثلاً يقوم المدرس بالتحدث إلى التلاميذ بغية تعديل حركي أو مهاري أو نفسي فهنا يكون مصدر المعلومات هو عقل المدرس و عقول التلاميذ هي المنتهى أو

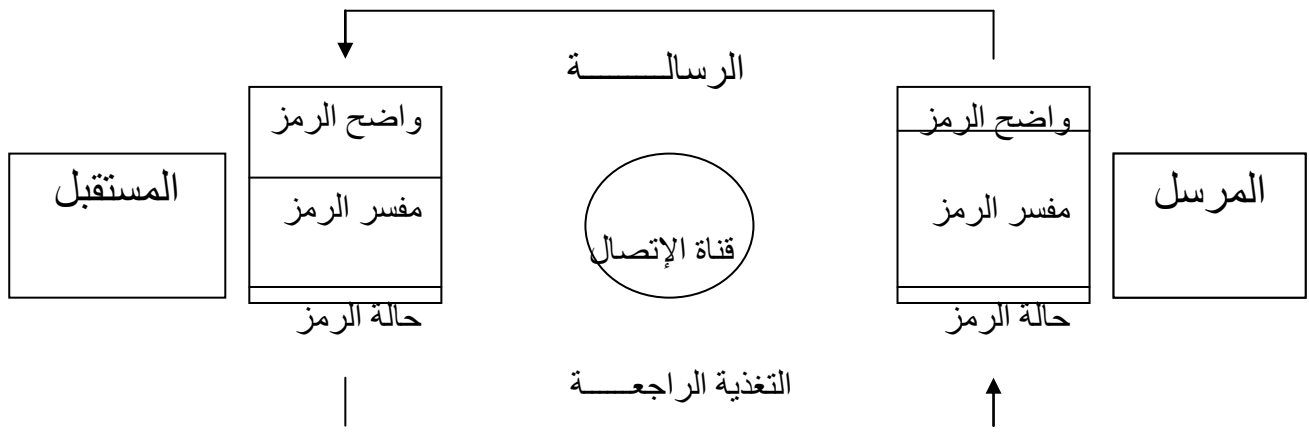
¹برنت د.روين ، الاتصال و السلوك الإنساني ، ترجمة من أعضاء قسم الوسائل و التكنولوجية التعليمية لكلية التربية ، جامعة الملك سعود ، مطابع الإدارة العامة للبحوث ، المملكة العربية السعودية ، بدون طبعة ، سنة 1991 ص74

الوجهة و الجهاز الصوتي للمدرس من خلال الألفاظ أو الحركات هو المرسل أو الناقل أما آذان التلاميذ فهي المستقبل و في رؤية هذا النموذج أدخل هذان العالمان مصطلح الضوضاء أو الفوضى الذي يتدخل مع إرسال الإشارة من مصدرها إلى هدفها و ذلك مثل :

الصوت المبحوح ، التشويش داخل القسم ، الأصوات المنبعثة من هنا و هناك أو حالة الجوية (الطقس) أثناء الاتصال (أمطار - رياح...)

2.3.1- نموذج ولبرشرام 1954.

عمل شرام على تطوير عملية الاتصال نظريا و يحللها موجهها في ذلك و معتمدا على المعنى المتضمن كله communication و التي تعني اشتراكا في موضوع معين فهو يرى بأن المرسل و المستقبل سواء ، فكلاهما يقوم بعملية الإصدار للمعلومات و استقبالها و ذلك من خلال التغذية المرتدة أو ما يعرف برجع الصدى كما يبينه الشكل (2)¹.



¹د/ محمود عودة ، أساليب الإتصال و التغيير الإجتماعي ، دار العرفة ، لبنان ، بدون طبعة ، بيروت ، سنة 1989 ص 12

3.3.1- نموذج كولمان و مارش :

و يرى هذان العالمان أن الاتصال عملية ذات خمسة عناصر تحدد الفاعلية الممكنة لها و هذه العناصر على النحو التالي:

- الشخص أو الجماعة التي تبدأ بالإرسال و يطلق على مثل هذا الشخص أو تلك المجموعة مفهوم المتصل.
- محتوى الرسالة أو مضمونها.
- المستقبل أو المتصل به
- الاستجابة التي يعكسها هذا المستقبل

و تشير هذه النظرية أن نجاح عملية الاتصال تتوقف على فعالية هذه العناصر و لذلك فإنهما (العالمان)

يعتقدان الاتصال الفعال إنما يكون وليدا للاهتمام بكل عنصر من هذه العناصر الخمسة¹

أي أن حدوث أي اختلال بين هذه العناصر خاصة طرفي الدائرة (المرسل-المستقبل) يحول دون فعالية هذا التوصيل فشعور المرسل أو المستقبل بالكراه أو الملل أو الحب الشديد يؤثر من خلال التعصب القوي في التوصيل الفعال .

إذن و مما تقدم من عرض لنماذج الاتصال و الذي يكاد يكون واحدا من خلال التوافق الحاصل في

التصورات المشتركة للحلقة التي تجري فيها العملية الإيصالية في كلا الاتجاهين يمكن وضع بعض صفات

الاتصال الناجح فيما يلي :

¹د/محمود عودة ، نفس المرجع السابق ، ص12 .

- وضوح اللغة التي يتم بها الاتصال يسهل التفاعل بين الطرفين فاستعمال اللغة الفصحى مع من لا يحسنها يجعل من الصعب لهذا الأخير أن يفهم الرسالة و بالتالي يكون رد فعله سلبيا نظرا لغموض الرسالة.
- اعتماد الاتصال أو المشاركة بين طرفي الاتصال على الخبرة السابقة فمثلا الحديث عن موضوع كيميائي أو فيزيائي لا يفهمه إلا من سبق له معرفته.
- إن تأثير العلاقة أو العملية الإيصالية المشتركة بين المرسل و المستقبل بالترعات الذاتية يؤدي إلى غياب الفعالية و بالتالي فشل الاتصال بينهما¹.

¹د/ محمود عودة ، نفس المرجع السابق ، ص14

4.1-المبحث الرابع : أنواع الاتصال.

إن لعملية الاتصال أشكال عديدة يتخذها حسب ما تقتضيه طبيعة العلاقة بين طرفي الاتصال (مرسل- مستقبل) فهناك تقسيمات نوعية تتمثل في : تقسيم حسب درجة الرسمية و آخر حسب الاتجاه و تقسيم حسب الوسائل المستخدمة و الرابعة من حيث درجة التأثير و تتعرض لها فيما يلي بنوع من الشرح :

1.4.1-الاتصال حسب الوسائل المستخدمة :**1.1.4.1-الاتصال اللفظي :**

و يكون من خلاله اللفظ الوسيلة التي يتلقى عبرها المستقبل رسالة من قبل المرسل، ".....يستخدم فيه اللفظ كوسيلة تمكن المرسل من نقل رسالته إلى المستقبل سواء كانت مكتوبة كالمنحدرات و التقارير أو غير مكتوبة كالمحادثات التلفزيونية و المناقشات و المحاضرات...."¹.

1.4.1-2-الاتصال غير اللفظي :

و يتم من خلال تعبيرات منظمة تهدف إلى معان يستخدمها الإنسان في تفاعله بالآخرين و من ذلك : لغة الصمت و التعبيرات الحسية و الفسيولوجية كاصفرار الوجه أو تصبب العرق و التغييرات الحركية و الرمزية .

الاتصال غير اللفظي يعتمد على اللغة غير اللفظية على اعتبارات كل الوسائل اللفظية و غير اللفظية تعتبر لغة التفاهم و الاتصال و تشمل الصور بأنواعها كذلك تشمل الرموز و الإشارات التي يستخدمها الإنسان لتدل على معان و مفاهيم كإشارات المرور و حركات الإنسان نفسه و غيرها²

¹د/عاطف عدلي عبيد، نفس المرجع السابق، ص39.

²خيري خليل الجميلي ، الاتصال و وسائله في المجتمع الحديث ، المكتب الجامعي الحديث ، بدون طبعة ، 1997، ص25.

و يصنف روش واينز الوسائل غير اللفظية التي يستخدمها الإنسان في التعبير لتحمل معنى منه إلى ثلاثة

أنواع و هي :

- لغة الإشارة .
- لغة الحركة و الانفعال.
- لغة الأشياء.

3.1.4.1-الاتصال حسب درجة الرسمية :

و هو على نوعين حسب علماء الاتصال .

● الاتصال الرسمي :

إن الاتصال الرسمي هو الذي يتم بين المستويات الإدارية المختلفة في هيئة أو مؤسسة بالطرق الرسمية ...

و يعتمد على الخطابات أو المذكرات أو التقارير حيث يوجد في كل منظمة إنسانية ما يعرف بشبكة

الاتصالات الرسمية بأنواعها المختلفة¹.

● الاتصال غير الرسمي :

و هو عكس الاتصال الرسمي حيث نجده يعتمد على العفوية و التلقائية بين أحاديث الزملاء أي يكتسي

طابع الرسمية.

الاتصال غير الرسمي هو الاتصال الذي يتم التفاعل فيه بطريقة غير رسمية بين العاملين بتبادل المعلومات

من خارج منافذ الاتصال الرسمية عند خطوط تحددها و تدعمها السلطة الرسمية خلال السلم الهرمي

¹د/ عاطف عدلي العبد عبيد ، نفس المرجع السابق، ص 40

للتنظيم مثل اللقاءات غير الرسمية في أية مناسبة من المناسبات التي تنقل المعلومات بين الأشخاص مثلا
حينما يتفاعل زميل في جهة مع زميل في جهة أخرى في حقل و يتبادلان وجهات النظر في موضوع
يهمهما¹

4.1.4.1- الاتصال من حيث اتجاهه:

و هو على ثلاثة أنواع :

• الاتصال الهابط:

و هو الاتصال من الأعلى إلى الأسفل كالذي تم بين الإدارة العليا و أعضاء الإدارة الوسطى و بين رجال
الإدارة المباشرة و الآخرين .

الاتصال الهابط يعني أن عملية التفاعل تبدأ من الرؤساء و المرؤوسين² يهتم أيضا بنقل المعلومات من
الأستاذ إلى التلميذ حيث يقوم الأستاذ بتلقين التلاميذ مجموعة من الأفكار و القيم .

• الاتصال الصاعد:

و هو العملية العكسية السابقة حيث يتم من الأسفل إلى الأعلى أي من المرؤوسين إلى الرؤساء المقصود
به الاتصال الذي تبدأ فيه عملية التفاعل من المرؤوسين اقتراحات أو بيانات أو شكاوي لرئيسهم مما
يشير إلى أنه عكس الأول³.

¹د/عاطف عدلي العبد عبيد، نفس المرجع السابق ، ص 41.

²د/خيري خليل الجميلي، نفس المرجع السابق ، ص 23

³د/عاطف عدلي العبد عبيد ، نفس المرجع السابق ، ص 41

• الاتصال المساعد الهابط الأفقي:

هو عملية الاتصال الذي يسير فيه التفاعل في اتجاهين و فيه لا يضع الرؤساء خطة أو يتخذون قرارا أو يحددون برنامج لمن يشرفون عليهم قبل أن يعرفوا رأى بهم و يجمعون البيانات اللازمة منهم ثم مناقشتهم فيما يهم العمل.¹

5.1.4.1-الاتصال حسب درجة تأثيره :

و هو على نوعين : اتصال شخصي و اتصال جماهيري .

• الاتصال الشخصي:

يعرف ميرتون الاتصال الشخصي بأنه اتصال يتضمن مواجهة مباشرة بين القائم بالاتصال و المستقبل يؤدي إلى التغيير في سلوك المستقبل و اتجاهاته.²

و يعرفه محمود عودة بأنه عملية تبادل المعلومات و الأفكار و الأخبار التي تتم بين الأشخاص دون وجود قنوات أو عوامل وسيطة.³

و مما سبق يمكننا إعطاء مفهوم آخر للاتصال الشخصي و هو عبارة عن اتصال محدود و مباشر بين

المراسل و المستقبل دون استخدام للوسائط بينهما و يتميز هذا النوع من الاتصال بميزات أهمها المرونة و التلقائية.

¹د/عاطف عدلي العبد عبيد، نفس المرجع السابق، ص41

²سمير محمد حسين، الإعلام و الاتصال في الجماهير و الرأي العام ، عالم الكتب ، بدون طبعة ، القاهرة ، 1984 ، ص111.

³محمود عودة ، نفس المرجع السابق ، ص103.

أ- المرونة:

و يقصد بها التغذية العكسية الفورية بسرعة مع الرسالة الموجهة يتميز الاتصال الشخصي بالمرونة و التفاعل السريع بين كل من القائم بالاتصال و المستقبل حيث يتم الاتصال في اتجاهين.

ب- التلقائية:

يتم الاتصال المباشر بشكل عفوي غير مقصود من خلال شبكة من العلاقات الشخصية غير الرسمية مما جعل شرام يرى أن عملية الاتصال الشخصي تسري بين مختلف الطبقات دون التقييد بقواعد و إجراءات مسبقة و إنما يقوم على الإجماع الحر التلقائي من جانب أول أولئك الذين يتصلون بالشخص على أنه يعرف ما يتحدث عنه¹.

إذن فهذا النوع من الاتصال يتميز بكونه غير رسمي و تلقائي فهو موثوق به نظرا لفعاليتها و تأسيسا على ذلك فإن الكلمة المنطوقة كما يرى **اثيردي سولابول** أكثر فاعلية و تصديقا في المجتمعات النامية من الكلمة المطبوعة و لذلك يثق الناس في الاتصال الشخصي أكثر من الاتصال الجماهيري².

و مجمل القول فيما يخص الاتصال الشخصي أنه يتم في شكل عفوي و غير مقصود و أكثر

مرونة و تكون التغذية (العكسية المرتدة) فيه بشكل كبير فمثلا في اتصال الأستاذ بالتلميذ نجد الأستاذ ينتقي شكل الرسالة التي تتفق مع استعدادات و ميول التلميذ حتى يتجنب التعرض لرسائل تختلف و أفكارهم .

1-د/عاطف عدلي العبد عبيد، نفس المرجع السابق، ص 47

2-د/عاطف عدلي العبد عبيد، دور الإذاعة الصوتية في تغيير النظرة التقليدية إلى المرأة، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، بدون طبعة، 1979 ص 65

• الاتصال الجماهيري:

و يمكن الفرق بينه مباشرة و بين الاتصال سالف الذكر إن الأول (الشخصي) يتم بين شخص مباشر (بلا وسائط و لا قنوات) أما الثاني فيكون فيه الاتصال بين طرفين أحدهما يمثل جمهورا في شكل مستقبل و الآخر يمثل المرسل سواء كان مؤسسة أو أفرادا في هذا النوع من الاتصال يصبح المستقبل هو الجماهير العريضة غير المتجانسة و المكونة من ملايين البشر و في أماكن قد تكون غير محدودة لذا يطلق على هذا النوع بالاتصال غير المحدود و مستقبل الرسالة يكون هو المستمع أو قارئ الجريدة و مشاهد التلفزيون¹.

و منه فإن الاختلاف يكمن في : الاتصال الشخصي مباشر أما الاتصال الجماهيري غير مباشر بالإضافة إلى التغذية العكسية فهي تكون بشكل كبير فالمباشر من الاتصال في حين هي بشكل بسيط في الغير المباشر من الاتصال ، "يكمن أساسا الاختلاف بين الاتصال الجماهيري و الاتصال المباشر في رجوع الصدى حيث يكون رجوع الصدى في الاتصال المباشر كبيرا بينما يكون في الاتصال الجماهيري بسيطا"²، و يقصد برجع الصدى التغذية العكسية إذن و مما سبق من هذه الأنواع المختصة بالاتصال نجد أن اثنين منه يستخدمان بشكل واضح في العملية التربوية من خلال اتصال المربي بالتلميذ و العكس و هما الاتصال اللفظي و الاتصال الهابط الصاعد أو الأفقي حيث يتم ضمنها نقل المعلومات و الأفكار من الأستاذ الذي يلعب دور المراسل بشكل رئيسي إلى التلميذ الذي يمثل المستقبل عن طريق اللفظ كالشرح و المناقشة و هنا يتأكد الاتصال اللفظي كوسيلة للتفاعل، أما الاتصال الأفقي فيبرز عندما يتحول المستقبل من متلقي إلى مرسل عن طريق التغذية الراجعة و التي سببتها الخبرة بين المربي و التلميذ و هذا

¹خيري خليل الجميلي، نفس المرجع السابق ، ص31.

²د/ عاطف عدلي العبد عبيدي، نفس المرجع السابق ، ص42.

يجعل الاتصال التعليمي يسير في الاتجاهين الهابط و الصاعد كما لا نستطيع أن ننفي حدوث نوع من أنواع الاتصالات السابقة كالاتصال الشخصي و الاتصال اللفظي و كثيرا ما يعتمد على هذا الأخير من قبل المربي أثناء التربية البدنية و الرياضية فنجده إلى جانب الشرح اللفظي يقوم بالتمثيل الحركي للمهارات و هو ما يطلق عليه في العملية التربوية "بمبدأ النموذج".

5.1-الاتصال التعليمي :

5.1-1-مفهومه :

لقد عرفنا فيما مضى أن الاتصال هو عملية تتم ضمن حلقة دائرية تضم المراسل و المستقبل و من بين الأسئلة التي تجسد هذه العلاقة هي ذلك التفاعل الذي يحدث بين الأستاذ و التلميذ أثناء الحصة التعليمية أو ما يصطلح عليه بالاتصال التعليمي إذن فالاتصال التعليمي هو نقل المعارف و المعلومات من المعلم الذي يلعب دور المرسل إلى التلميذ الذي يلعب فيه صفة المستقبل، يمثل عملية تفاعل بين طرفين لاكتساب خبرة¹.

و يقصد بالتفاعل ما يحدث نتيجة وجود مؤثر و هو الشرح أو عرض تمثيلي أما الطرفان فهما التلميذ و المعلم و التي تحدث بينهما عملية التفاعل و الخبرة هي الأفكار و المعلومات و المهارات المراد نقلها.

5.1-2-وسائله :

و لكي نستطيع تعريف الوسائل التعليمية و يسهل تحديد مجسداً نحاول أن نتطرق إلى كيفية تطورها بنوع من الاقتضاب فيما يلي :

¹د/محمد محمود الحيلة، نفس المرجع السابق ، ص36.

إن أول من استخدم الوسيلة التعليمية على وجه البسيطة هو الله عز وجل و هذا حين نعود إلى قصة ابني آدم قابيل و هابيل .

1-3-5-3-أنواع الوسائل التعليمية

1-3-5.1-وسائل الاتصال السمعية :

تعتمد على حاسة السمع و خدها فالسمع له أهمية قبل باقي الحواس في معرفة أنها سهلة غير مكلفة. و هي حديثة العهد فهي وليدة القرن العشرين كالمذياع و التسجيلات الصوتية كالشرائط و الأسطوانات و تتميز بسرعة الانتشار و التوصيل و تسعى إلى الفرد في أي مكان على ظهر البسيطة و تلاحقه طوال ساعات الليل و النهار بقوة الموجة التي تحكمه كما تتخطى الحواجز و الحدود السياسية أو الطبيعية و غيرها و هي أسهل الوسائل استخداما و أقلها تكلفة فلقد أظهرت التجارب أن الوسائل السهلة التي تقدم بالوسائل السمعية يسهل تذكرها مما لو قدمت مطبوعة كما أنها تمتاز بتنوع و تجدد خدماتها¹

1-3-5.2-الوسائل السمعية البصرية:

تعتمد على حاستي السمع و البصر معا و من أمثلة هذه الوسائل المعارض و الصور الشفافة و الرسوم. الإذاعة و التلفزيونية و الصور المتحركة و المعارض و الرحلات و التمثيليات و غيرها مجموعة وسائل الاتصال السمعية البصرية و يقصد بها تلك الوسائل التي نستعملها لتوصيل معنى أو حقيقة دون

¹د/محمد معوض ، نفس المرجع السابق ص22

الاعتماد أساسا على الكلمات فهي تلك الوسائل التي تمكن الأفراد من ممارسة أو ملاحظة الواقع أو الشيء ذاته المطلوب التعرف عليه أو ما يشبه هذا الشيء¹.

1.5.3-3-النماذج :

و يكون استخدام النموذج نافذة أكثر من ذوات الأشياء فنموذج العين يفيد في التعلم أكثر من العين نفسها حيث يمكن فكّه و تركيبه .

و النموذج هو صورة تشبه الأصل تمثل الأصل إما مرسومة مسطحة أو مجسمة و تعد النماذج على أشكال ظاهرية تبين الأجزاء الخارجية للشيء أن تكون مقطعة تبين الأشياء الداخلية².

كما يستخدم النموذج خارج القاعدة في حصة التربية البدنية و الرياضية مثلا حيث يعتبر أحد أهم المبادئ الأساسية التي يجب أن يلتزم بها عند التعلم في مادة التربية البدنية و الرياضية من خلال ما يقوم به الأستاذ من عرض تجسيده لمبدأ النموذج أو أحد الطلبة ذوي المستوى المهاري الجيد .

1.5.3-4-ذوات الأشياء :

و يقصد بها معرفة الأشياء كما هي و بطريقة مباشرة كتعليم أسماء بعض مكونات الطبيعة عبر المشاهدة المباشرة كالجبال و الأشجار و الشمس...إلخ.

1.5.3-5-الرحلات التعليمية :

و هي تدفع بالتلميذ إلى التعرف على الواقع كما تضيي طابع التشويق كما تعتبر أقوى الوسائل التعليمية تأثيرا في حياة المتعلم³.

¹خيري خليل الجميلي، نفس المرجع السابق، ص50.

²خيري خليل الجميلي، نفس المرجع السابق، ص51.

³بشير عبد الرحيم كلوب، الوسائل التعليمية و طرق استخدامها، مكتبة المحتسب عمار دار إحياء العلوم، لبنان، ط2، بيروت، 1985، ص32.

5.1-3-6- التمثيليات :

و تعني إدراك المتعلم لأفكار المبهمة و غير المفهومة عن طريق التمثيل و تعتبر التمثيليات من وسائل الاتصال الهامة في العصر الحديث علاوة على كونها مصدر تعليم و ترفيه و أقربها إلى الخدمة الاجتماعية و هي التمثيل الحر و تمثيل الدور¹.

5.1-4- أهمية الوسائل التعليمية :

تحتل الوسائل التعليمية الدور الكبير في عملية التعليم بمختلف أنواعها و و لم لأنها تعتبر لنجاح جميع عمليات الاتصال و أنواعه التي تحدث أثناء الاتصال التعليمي و يمكنه تلخيص أهمية الوسائل التعليمية فيما يلي:

أ — إثارة الدافعية لدى الطالب إشباع حاجاته

ب- زيادة خبرة الطالب فتجعله أكثر استعدادا للتعلم و إقبالا عليه

ج- من أهم فوائد استخدام الوسائل التعليمية أن نتحاشى الوقوع في اللفظية (و هي أن

يستعمل الأستاذ ألفاظا ليس لها نفس الدلالة عند الطالب).

د- تنوع الوسائل التعليمية يؤدي إلى بناء و تكوين المفاهيم السليمة.

هـ- يؤدي حسن استخدام الوسائل إلى زيادة مشاركة الطالب في اكتساب الخبرة .

و- تنوع أساليب التعزيز التي تؤدي إلى تثبيت الاستجابات الصحيحة و هذا عن طريق الوسائل

التعليمية .

ز- تؤدي الوسائل التعليمية إلى تكوين أو تعدد السلوك².

¹ بشير عبد الرحيم كلوب، نفس المرجع، ص 33.

² محمد محمود الخيلة، مرجع سابق، ص 70.

6.1-الاتصال التعليمي في حصة التربية البدنية و الرياضية :

و يختلف عن الاتصال التعليمي العادي كونه يحدث خارج القسم في أغلب الأحيان حيث يقوم المربي بتلقين معارفه في الملعب معتمدا على ثلاث طرق و هي العرض و الإصلاح و العطاء و تناولها في ما يلي:

6.1-1-العطاء :

و يستخدم فيه نوعان من العرض لمعلومات مرئية و معلومات سمعية ، أما المرئية فهي مايقوم به الأستاذ أو التلميذ ذو المستوى الجيد من تمثيل للحركة فيعطي بذلك صورة مرئية للحركة أو للمهارة المراد تطبيقها و يمكن التلميذ من مشاهدتها و معرفة مختلف مراحل إنجازها ، و ذلك بتكرارها و حتى يتم هذا التفاعل بين الأستاذ و التلميذ يجب مراعاة ما يلي :

أ- عند عرض الحركة يجب أن تؤدي صحيحة من الناحية النفسية .

ب- يجب أن يناسب العرض مستوى التلميذ.

ج-عند عرض الحركة يجب تكرار آدائها مرات عديدة حتى يمكن استيعاب الحركة و كل جزء من أجزائها (عرض تحليلي).

إذا كان عرض الحركة سريعا فإن استيعاب التلاميذ يقل.

و يجب أن نلاحظ أن مسافة التلميذ من المدرس عند العرض بحيث لا يكون بالبعيد و لا

بالقريب¹.

¹د/عنايات محمد أحمد فرج ، مناهج و طرق تدريس التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، ط2 ، القاهرة،1998،ص162.

و يجدر بنا الذكر أن استخدام الوسائل التعليمية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و إرفاقها بالشرح يمكن التلميذ من الاستيعاب و تقبل المعلومات دون صعوبة و من الوسائل التي يمكن استعمالها الفيلم و الصورة...إلخ.

أما المعلومات السمعية فتتمثل في الشرح الذي يتلقاه التلميذ من طرف التلميذ من الأستاذ و الذي يسعى من خلاله هذا الأخير إلى محاولة تفسير العلاقة المترابطة و المعلومات المبهمة لدى التلميذ و توضيحها له و يقوم الأستاذ بتحليل العلاقة و المعارف التي تشكل أي خبرة في ذهن التلميذ.

1.6-2-أنواع الشرح :

أ-الشرح السببي: و هي تحليل الأسباب الأساسية لانتقال الجسم و أجزائه .

ب-الشرح الوظيفي: و هو يوضح وظيفة و أهمية الانتقال من جزء لآخر لتحقيق الأداء الكامل

ج- الشرح التكويني: و هو يميز وضع العلاقات الوظيفية للجزء بالنسبة للحركة ككل¹.

و يجب عند الشرح مراعاة الحالة النفسية و المستوى التعليمي للتلميذ حتى يتحقق التفاعل كما

يرجى اختيار الكلمات المناسبة و الألفاظ العلمية و اعتماد الصوت المسموع كي تؤثر في إدراك التلميذ

و يشد انتباهه و تجنب التشويق الذي يقلل من استيعاب التلميذ و يؤثر في تركيز الأستاذ .

1.6-3-أشكال التشويش :

و فيما يأتي شكل تأثير التشويش في عملية إيصال المعلومات أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية

و هناك نوعان من التشويش :

¹د/عنايات محمد أحمد فرج ، مرجع سابق ، ص165.

أ- التشويش الذاتي: و هو ناجم عن عوامل ذاتية للأستاذ و التلميذ كالفوضى في الصف و الصوت الغير مسموع للأستاذ.

ب- التشويش الموضوعي : و هو ما لا يمكن السيطرة عليه كالفوضى في القاعة المخصصة للتدريب الناتجة عن الإكتضاض و ضجيج الجمهور .

1.6-4- كيفية القضاء على التشويش :

و لكي تتمكن من تقديم عرض هادف نتغلب من خلاله على التشويش نورد الإجراءات التالية :

1. إعادة الشرح مرات عديدة .
2. توضيح المصطلحات بالشرح الوافي و المقارنات الملموسة .
3. مناقشة مواقف الدرس ليس فقط فهم شرح طريقة أداء الحركة و لكن الشرع مع استخدام واجبات الملاحظة .
4. إستخدام العديد من الحواس ، الإحساس بالنظر و السمع بعد أول محاولة لأداء التماري.
5. زيادة شدة المثير (تبادل المثير) مع ملاحظة الصوت العالي لا يساعد على فهم المستوى.
6. إيجاد العلاقات بين المعلومات المعروفة و المعلومات الجديدة و التصور الحركي.
7. إختيار المصطلحات الواضحة و الصحيحة للتمارين الجديدة .
8. التسلسل المنطقي للشرح اللغوي .
9. العمل على إعادة تشكيل الحركة على أساس ما هو موجود مع إمكانية الاستفادة من

التغذية الرجعية.¹

¹د/ عنايات محمد أحمد فرج ، مرجع سابق ، ص 168-169.

1-6-5-طريقة الإصلاح :

و هي تبادل المعلومات من الطرفين الأستاذ و التلميذ الاشتراك في الخبرة مما ينتج عنها رجع الصدى لدى المستقبل بعكس طريقة التي تعتمد على إنتاج المعلومات بين المدرس و التلميذ على أساس التغذية الرجعية و التي يحدث فيها اتصال بصري متبادل.

كما تعتبر مشاركة التلميذ للأستاذ في المحادثات أثناء الدرس هامة لإصلاح فهو يؤدي وظيفتي طرفي الاتصال في الوقت نفسه مستقبل مرسل مثلما نجده في الجري أو الوثب أو الجمباز حيث يستخدم فيها الإيقاع السمعي تصنيفا واحدا لتحسين الأداء و يعتبر إصلاح الخطأ في الوقت المبكر أمرا هاما جدا يمكن التلميذ من .عدم تكراره و الوقوف على طرق إصلاحه.

1-6-6-طريقة العطاء :

إن العطاء لا يعد عرضا ولا إصلاحا سريعا ، العطاء هو وضع المدرس إرشادات و غالبا في البداية و على التلميذ الاستقبال الذاتي و التحسين الذاتي.

و يقوم المربي بإعطاء الواجب الشرح و تصوير كيفية أداء المهارة و على التلميذ أن يقارن بين أدائه و أداء زملائه إلى أن يصل من خلال محاولات ذاتية إلى إتقان الحركة فالواجب الحركي يجعل التلميذ يحاول و يفكر إلى أن يتمكن من الأداء و هو الهدف المراد من استخدام الواجب الحركي الذي هو أساس للعطاء.

الخلاصة:

مما سبق نجد أن للاتصال أهمية بالغة، حيث تقوم عليه مختلف العلاقات الإنسانية تغذيها الحاجة البيولوجية للأفراد و من ثم كان من الطبيعي أن يولى له القدر المناسب من الاهتمام، خاصة في الوسط التعليمي، إذ تلعب العملية الاتصالية بين الأستاذ و التلميذ الدور كله حيث يعطي الاتصال الفرصة للأستاذ في أن ينتقل أو ينقل أفكاره، باعتباره المصدر الأساسي للمعلومة أو ما يصطلح عليه بالمرسل أو آرائه وفق نمط معين إلى الطرف الثاني الثاني، المتمثل في التلميذ الذي يوفر له الاتصال اندماجا أكثر في البيئة المدرسية أو حتى في مجتمعه الأسري.

و كما رأينا فإن الاتصال يقوم على عناصر عديدة أولها المصدر أو المرسل و هو الباعث الحقيقي الذي يعتمد عليه في العملية التفاعلية التعليمية لذا من الواجب على الأستاذ أن يقوم بدوره الأساسي ضمن إطار من الكفاءة العلمية و الثقافية التي يتوقف عليها نجاح أو فشل الاتصال .

الفصل الثاني

استاذ التربية البدنية

والرياضية

تمهيد

إن أستاذ التربية البدنية و الرياضية يعد العامل الحاسم في مدى تحقيق عملية التدريس و على الرغم مما قدمته التربية و التكنولوجيا المعاصرة من مبتكرات تسعى إلى تحسين و تسهيل العملية التعليمية إلا أن المعلم لا يزال و سيضل العامل الرئيسي في هذا المجال، إذ أنه هو الذي ينظم الخبرات و يديرها و ينفذها في اتجاه الأهداف المحددة لكل منها، وهو أيضا أحد أطراف عملية الاتصال البشري التي تفتقدها الوسائل الآلية المستخدمة في العملية التعليمية ولهذا يجب أن يكون المعلم على دراية واسعة فيما يخص تخصصه إلى جانب حصيلة معرفية عن المجالات الأخرى حتى يستطيع التلاميذ التفاعل معه بصورة جيدة وأن يدركوا علاقات الترابط بين مختلف المجالات العملية.

2-1- أستاذ التربية البدنية و الرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية و الرياضية يلعب دورا هاما في تكوين الصفات الرئيسية للتلميذ مثله مثل أساتذة المواد التربوية الأخرى حيث أصبحت مهمته أوسع في إكساب الأطفال المعارف الصالحة و المثل الأعلى و تعويدهم على السلوك الاجتماعي الصالح، أن تعلم للطفل كيفية التلاؤم مع البيئة التي يعيش فيها. و قد عبر أحد المربين على وظيفة المعلم بقوله « إن عملية التربية تعمل على تقويم الفرد و إدماجه في شتى المجالات : الطبيعية، الاجتماعية و الأخلاقية و كيفية العمل »¹

فالمعلم هو نائب على المجتمع و الوالدين بالنسبة للطفل، إذ أن هذا الأخير يقضي أغلب أوقاته في المدرسة مع أساتذته، فعلى الأستاذ أن يكون المرشد و المصلح الاجتماعي قبل أن يكون أستاذا مدرسا أو مربيا².

¹عصام عبد الحق ، التدريب الرياضي نظريات و تطبيقاته ، دار الكتب الجامعية ، مصر بدون طبعة، ص47

²عبد المجيد النشواني : علم النفس التربوي ، دار النشر ، بيروت بدون طبعة 1981

2-1-1-1- شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية:

لقد كانت نظرة الناس في كل جيل إلى الأستاذ بالنظرة الفريدة في المجتمع ، فهو مصدر المعرفة و خالق الأفكار الجديدة و الموجه الروحي و الأخلاقي و هو عبارة عن دائرة معارف للسائلين و ثقافة للمحاجين ، و رسالة لا تقتصر على تلقين العلم فقط بل هي رسالة شاملة للمجتمع من المعرف و التجارب أمام تلاميذه ، حيث يعمل بالمثاليات ليكون النموذج المقتدى به و المرأة الصديقة بحب تلاميذه له .

إن مدرس التربية البدنية و الرياضية يث المثل العليا في تلاميذه ، و هو القدوة أمامهم و على منواله يسير الكثيرون منهم و يتأثرون بشخصيته لأنه يتقابل مع تلاميذه آلاف المرات في مواقف الحياة اليومية ، و هذه الموافق يمكن أن توصف بأنها محبوبة إلى النفس ، يسودها طابع الصداقة و الشعور الودي و المتبادل ، و كذلك كان من الواجب أن يكون المدرس ذو شخصية محبوبة و يمتاز بصفات الصداقة و القيادة الحكيمة ، حيث يعتبر التلاميذ معكس حالة المدرس المثالية و استعداده و انفعالاته ، فإن أظهر الصفات الانفعالية غير الحسنة كسرعة التوتر و عدم الاستعداد للعمل فإنه لا يجني تلاميذه سوى ما و جههم به¹

2-1-2-الإعداد الفني للأستاذ :

و يتمثل فيما يلي :

- تحضير الدرس.
- تنفيذ الدرس وفقا للتحضير ..

¹ - السمراني العباس - عبد الكريم محمد السمراني - تطوير مهارات تدريس التربية البدنية و الرياضية - بدون طبعة - جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية - 1992-ص79

- توصيل المعلومات .
- معرفة القواعد التي تبني عليها طرق التدريس.
- استمرارية الدرس بدون فترات توقف.
- تقديم المهارات التي تتناسب مع قدرات التلاميذ البدنية و المهارات .
- تغيير اتجاهات الحركة و مدارها و كيفية استغلال الفراغ و المسافة.
- اختيار طريقة التدريس السليم و التي تتماشى مع تعدد جوانب التعليم .
- كيفية تصحيح الأخطاء.
- سلامة النداءات و وضوحها .
- كيفية ربط المهارات الجديدة بمهارات متشابهة سبق تعلمها.
- كيفية تقديم المهارة بطريقة تتناسب مع سن التلميذ .
- كيفية تجنب وقوف التلاميذ بأوضاع صعبة عند عرض بعض أجزاء الدرس.
- كيفية التحرك السليم بين التلاميذ و الوقوف المناسب الذي يتطلبه ذلك.
- استخدام المصطلحات العلمية أثناء تنفيذ الدرس.
- التدريب على كيفية مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ
- كيفية التقدم بالمهارات الرياضية .
- استخدام التشكيلات الشكلية في الدرس .
- كيفية الاهتمام بالمواقف الناجعة و العمل على تشجيعها عند التلاميذ .
- كيفية إجراء التقويم الذاتي و المشترك للتلاميذ.

- التدريب على كيفية تطبيق النظريات التربوية في الدرس .
- كيفية جعل الدرس باعنا على السرور و الانتباه لجذب التلاميذ
- تجهيز بيئة الدرس.
- و الأهداف السلوكية المناسبة لسن التلميذ ضع
- مراعاة المدة الزمنية اللازمة لكل جزء من أجزاء الدرس
- إعداد الأدوات البديلة
- استخدام الوسائل التعليمية.
- استخدام التقويم كجزء من الدرس
- كيفية تزويد التلاميذ بالمعلومات الخاصة بالثقافة الرياضية خلال الدرس
- كيفية توزيع الحمل البدني على أجزاء الدرس
- كيفية إكساب التلاميذ للقيم الخلقية و الاجتماعية و البيئية و الجمالية من خلال الدرس

3-1-2 الإعداد المهني للأستاذ :

و يتمثل فيما يلي

- الاهتمام بالمظهر الشخصي
- كيفية الرد على استفسارات التلاميذ
- النظافة الشخصية
- احترام المواعيد

- النظافة و الطاعة
- تحمل المسؤولية
- الثقة بالنفس
- القيادة
- مساعدة الآخرين و رعايتهم
- استخدام أساليب المعاملة تتناسب مع طبيعة و سن التلاميذ و خصائصهم النفسية و الإدراكية
- تجنب الانفعال و الغضب
- التعاون مع الزملاء
- كيفية معايشة الحياة المدرسية بصورة علمية
- المثابرة في العمل
- معرفة المسؤوليات الوظيفية لمعلم التربية الرياضية
- معرفة الآداب الأخلاقية
- اكتساب الروح الاجتماعية¹

2-1-2 مهام أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

أ- حسب (ر) لو باز فإن مهام أستاذ التربية البدنية و الرياضية تختصر في أربعة مهام :

¹مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول: موسوعة التدريس الميداني للتربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر- بدون طبعة- سنة 2000 ص13-

-المهام الإدراكية للأستاذ : هذه المهمة تتعلق بتحضير دروس التربية البدنية و الرياضية مع اختبار

الأهداف و الوسائل المتعلقة

-مهمة تنظيم التعليم : و هي تكمن في تنظيم التلاميذ إلى عمل و تحضير مساحات القيام بالتمارين

مع تحضير الحصص و المخططات و الأسبوعية إلى غير ذلك

:مهمة التدخل المباشر – و هي تتمثل في الأعمال البيداغوجية اليومية التي يقوم بها الأستاذ ، و

تتمثل في تحضير سير الحصص

-مهمة التقييم : و تتعلق الخاص و هذا ما يسمى بالتقييم الذاتي المشخص

تقييم و عملهم

أما حسب الدكتور عاصم عبد الحق-ب فإن أستاذ التربية البدنية و الرياضية هو العمود الفقري

لأي لعبة و هو المثل الأعلى لكل تلميذ و نحن نعلم أن اللقب هو استعداد فطري لدى التلميذ .

ومن ثم فهو محبوب إلى نفسه . و الشباب بدوافعه يلجأ إلى أستاذ التربية البدنية الرياضية في كثير

من الأحيان إذ يعتبره الشخص القريب إليه و من هنا لزم أن يعرف الأستاذ مدى تأثيره على

التلاميذ و بالتالي يحاول أن يبذل قصار جهده من أجل أن يكون قدوة حسنة لهم و أن لا يقتصر

عمله إلا على حدود ميدانه بل يرتبط بالتزامات أخرى تتعد تكوين الفوج لأنه مسؤول أمام

محيطه الذي يعمل معه و أمام تلاميذه و أمام نفسه.

كما يجب أن يكون ملتزم الذات و صريح و يمكننا التركيز على النقاط الواجب توفرها في

الأستاذ لكي يتمكن من القيام بعمله التربوي و التعليمي في أحسن وجه إلى مايلي¹:

¹عصام بن الحق .مرجع سابق.ص47.ص48.

- أن يكون محبا لعمله ، مقدرًا لدوره و لدور التربية البدنية و الرياضية التي لها أهمية بالغة في تدعيم المجتمع .
- يجب أن يتحلى المدرس بشخصية متزنة حتى يحرز على احترام التلاميذ و يستحوذ على ثقتهم ، متحليا بالصبر و المثابرة ، بعيد عن سرعة الانفعال و التعصب ، غير متكلف حيث يدل على النشاط و القوة و يثير صوته و العزيمة و يتصف سلوكه بالحرص و الصرامة ، و تكون مهارته الحركية في مستوى أداء النماذج المطلوبة و لهذا يجب عليه العمل باستمرار على الاحتفاظ بقدراته و مهارته العلمية.
- أن يكون متطلعا باستمرار على كل ما يستجد على تخصصه من آراء عليه و نظريات و أبحاث علمية، ليقف على أحدث المعلومات و ليتمكن من أن يتابع التطور السريع بنظريات التدريس و طرقه.
- يجب أن لا يقتصر مجال إطلاع على تخصصه فحسب بل يجب عليه الإطلاع على مجمل العلوم المتصلة مع هذا التخصص ، حتى يستطيع التأثير بصفة متزنة على تلاميذه ، و عليه يجب على الأستاذ أن يكون ملما على النواحي التشريعية للإنسان و وظائف أعضائه ، زيادة على تطلعه بعلوم الاجتماع و النفس و التربية الرياضية الخ.
- أن يكون واسع التجارب و الخبرات قادر على الابتكار و التجديد ، فالمعلم الناجح هو أول من يحب الأطفال و يوليهم عطفه و حنانه و تفهمه ، و هو ثانيا من يدفعه حب الأطفال إلى

إخلاصه في حرفته و بذل إمكانياته في رفع شأنه ، و هو يتحلى صبغة الصبر أي بقدر متوفر

من النضج الانفعالي و هو الأخير من يحمل قيما أخلاقية سامية¹

فالمرابي الرياضي يستعمل تمارين رياضية ، إذ التربية البدنية بصفة منطقية هي واحدة و هي

تعليم المترابي قدرات حركية معرفية.

و بهذا فإن المرابي عند قيامه بتعليمه لمهارة رياضية يجب أن يكون على أحسن وجه و في هذا

السياق يحفز التلميذ على القيام بمثلها حتى و إن لم يستطع التلميذ تأديتها لغياب الصفات

البدنية و المعرفية اللازمة للقيام بذلك فهو رغم ذلك سوف يحاول بكامل قدراته البدنية أن

يقوم بها ، و بهذا فإن المرابي يكون قد قام بدوره على أحسن وجه لإعطاء ذلك التلميذ حب

الممارسة و دفعه إلى تأديتها

-2-3- الصفات الواجب توفرها في الأستاذ :

يجب أن يعرف كل معلم أن كرامة مهنته تتطلب منه أن يمتلك عدد من الصفات الجسمية و النفسية

و العقلية التي تجعله يحافظ على استمرار مهنته و تأمين نموها.

-2-3-1- التعليم :

ينبغي أن يحصل المعلم على قدر من التعليم يفوق كثيرا ما يعطيه للتلاميذ، زيادة على أن يكون ملما

بطبائع التلاميذ و نفسياتهم و طرق معاملتهم ، و كيفية توصيل المعلومات إليهم و هذا يحتم عليه أن

يكون مطلع على أحدث ما ينر في مجال تخصصه و أن يعمل على استكمال دراسته العليا و يشرك

في المجالات و المطبوعات التي تتعلق بمهنته.

2-3-2 سلامة الجسم و الحواس :

يجب أن يكون معلم التربية الرياضية خاليا من العيوب و التشوهات القومية و العاهات مثل « تقوس الساقين -الانحناء الجانبي - فلطحة القدمين - استدارة الظهر - التجويف القطني - الصمم -الخ » و ذلك لأن المعلم ذو العاهة تنفر التلاميذ منه و تجعلهم يسخرون منه.

2-3-3 صحة الجسم:

المعلم ذو الصحة غير السليمة لا يستطيع القيام بمسؤولياته و تحمل الجهودان الشديدة التي يتطلبها عمله في مهنة شاقة كمهنة التربية الرياضية و لذا يجب عليه أن يحافظ على صحته و يهتم بها.

2-3-4 النظافة :

يجب أن يكون المعلم قدوة لتلاميذه و ذلك من حيث العناية بملابسه الرياضية أو الملابس الخاصة و يجب أن يكون ذلك في غير تبرج و لا مغالاة في الأناقة حيث أن التلاميذ يتأثرون به إلى حد كبير.

2-3-5 الروح الاجتماعية:

يجب أن يمتاز المعلم بالروح الرياضية و أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه و زملائه في المدرسة و لا يتكلف في تصرفاته و أن يكون قدوة حسنة يقتدي به تلاميذه و في نفس الوقت يعمل على بث القيم الاجتماعية السليمة بين تلاميذ المدرسة.

2-3-6 النظام:

يجب أن يدرك المعلم أن كل شيء لا ينتج و لا يؤدي فائدة ألا بالنظام و لذا يجب عليه أن يحافظ على نظام المدرسة و التقاليد المدرسية و الأساليب التربوية و أن ييث في تلاميذه دائما أن بالنظام يمكن انجاز أصعب الأعمال مع اختصار في الجهود و الوقت¹.

2.4- الخصائص الواجب توفرها في الأستاذ:

هناك ثلاثة أنواع من الخصائص :

2-4-1- الخصائص الجسمية :

لا يستطيع الأستاذ القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه الخصائص الجسمية

التالية:

- تتمتعه بلياقة بدنية كافية تمكنه بالقيام بأي حركة أثناء عمله.
- القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.
- أن يكون دائم النشاط ، فالمعلم الكسول يهمل عمله و لا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه .
- أن يكون نظيف المظهر، فالمعلم نموذج تلميذه، فعلى المعلم أن يكون في مستوى هذا النموذج.

1. مصطفى السايح -تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية طمسعد زغلول محمد 2001ص18.19.

• أن يكون خاليا من العاهات الجسدية كالصم و البكم لأنه لا يستطيع توصيل

رسائله للتلاميذ بأي صورة من الصور.¹

2-4-2- الخصائص العقلية و العملية :

المعلمون سواء منهم في المدارس الأولية أو في المعاهد أو حتى في الرياض، يجب أن يكونوا على نصيب من العلم و الذكاء، و على هذا فالخصائص العلمية و العقلية المطلوبة هي:

أن يكون قادرا على التحصيل السريع و مصدر للتجديد، فعلي دعمي المعرفة و التفكير العلمي يستند لمعلم سلطته.²

-استعداده لتدريس المادة : الأستاذ كغيره من المهن لا بد أن تتوفر فيه عنصرين هامين هما الفطرة المكتسبة هو استعداده لهذه المهنة و ميله و حبه إليها، أما العنصر المكتسب فيرجع إلى مدى نجاعة تكوينه متطلعا على كل ما يخص هذه المادة.

-أن يكون كثير الاطلاع ميالا لإثراء معارفه ، كم من أستاذ يقف عند المستوى المطلوب ، يقتدي به التلميذ.

-يجب على الأستاذ أن يكون متطلعا على جميع الاختصاصات بما فيها المجالات³ التربوية الأخرى

-يجب أن يكون المعلم ذكيا و لديه القدرة على حسن التصرف في المواقف المختلفة و يتمتع بصحة عقلية ممتازة و عميق في أفكاره و غير متسرع في استنتاجاته.⁴

¹ صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد الحميد : التربية و طرق التدريس ، دار المعارف بمصر ط-1، 1984، ص 160

² محمود السباعي : معلم الغد و دوره دار المعارف بمصر - 1985 ص 38

³ صالح عبد العزيز ، عبد الحميد عبد العزيز ، مرجعا سابقا ، ص 162

⁴ محمد سعد زغلول ، مصطفى السايح محمد، مرجع سابق ص 19

2-4-3: خصائص الخلقية و السلوكية

لكي يؤثر الأستاذ إيجابيا خلال تدريس مادته على تلاميذه و في معاملته مع المحيط ، يجب أن تتوفر فيه خصائص منها :

- العطف اللين مع تلاميذه : إذ لا يجب أن يكون قاسي القلب كي لا ينفرون منه و من مادته.

- الصبر و طول البال و التحمل : فمعاملته للتلاميذ تحتاج إلى السياسة و المعالجة بدون أن يفقد أعصابه مع معرفة سيكولوجيتهم التي سوف تساعده في اختيار الطريقة المناسبة في معاملتهم ، فعند فقدانه الصبر يغلب عليه القلق هذا يؤدي به إلى الإخفاق في عملية التدريس .

- الأمل و الثقة في النفس : فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى ينجح في مهمته و أن يكون واسع الأفاق بعيد التصورات كي يصل إلى تفهم التلميذ، و هذا لا يكون إلا بالثقة في النفس.

- الحزم و الصلابة: فلا يكون ضيق الخلق، قليل التصرف، سريع الغضب، فيفتقد بذلك الحكم على نفسه و على تلاميذه مع افتقاد احترامهم له، فالأستاذ ذات المجاز المتهور و القلق غير مقبول في الوسط التعليمي عامة و مع تلاميذه خاصة.

- أن يكون مهتما بكل مشاكل تلاميذه ما أمكنه ذلك من التوضيحات.

- أن يكون محبا لمهنته جادا فيها و مخلصا لها.

- أن يحكم بالانصراف فيما يختلف فيه التلاميذ، و لا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون

الجماعة فهذا قد يثير الغيرة بين التلاميذ.

- يجب أن تكون قدرة في الإبداع في عمله حتى يتوصل إلى حلول للمسائل الصعبة إذ

وجدت.

- يجب أن يكون متقبلا لأفكار تلاميذه متفتحا لهم.

- أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه و زملائه في العمل.¹

- يجب أن يتحلى المعلم بالأمانة و الصبر و العطف و التحمل.

- أن يكون مخلصا في عمله و صادقا في لأقواله و أفعاله و متعاوننا مع الجميع و يمتلك

القدرة على تحمل المسؤولية.²

2-5-الأستاذ المتمكن (الكفاء):

إن حكمنا على الأستاذ إنه متمكن في مادته يكون إما من ناحية حجم العمل الذي يقدمه و الذي يقوم

به أو من ناحية الجودة المقدمة من طرفه.

و لكن هذا يكفي ، إذ أن الأستاذ المتمكن حقيقة هو الأستاذ الذي تكون له القدرة في التلاؤم مع

الوسط الذي يكون فيه للوصول على تحقيق أهدافه المسطرة ، و يكون عمله مبرمج و موجه و محلل

لكن قبل أن نتكلم على الأستاذ المتمكن يجب معرفة معنى التمکن.

2-5-1-التمكّن :

التمكّن هو إمكانية تحقيق عمل ، و نقوم بالتتابع المدققة للشيء الذي يمكننا من تحقيق الهدف المنتظر.¹

¹عصام عبد الحق:مرجع سابق،ص47 ص48

²محمد سعد زغلول،مصطفى السايح محمد:مرجع سابق ص19

ب-القدرة:

إن الخبرة الاحترافية هي أيضا تابعا للقدرة ، إذ أن الأستاذ الذي له الخبرة في ميدانه لا يكثر من الأخطاء و إذ قام بها فلا تكون فادحة مقارنة مع الأستاذ الذي لا يكسب شيء كبير من الخبرة.

ج-المهو:

و هو يتعلق بالقدرات الشخصية التي لا تعلم و التي يمكن أن تحدد مدى تمكن الأستاذ في مادته و يتعلق الأمر بـ:

الإحسان.-

-الكرامة و حسن النية

-روح البحث التجديد

-الثقافة العامة و الخاصة به

عندما تكون هذه الشروط متوفرة يجب دراسة مجمل جوانب التمكّن الاحترافي و هذا حسب الأهداف المسطرة.

2-5-3-محور التمكّن في ظل البيداغوجية التقليدية :

في هذه الحالة يستخلص الأستاذ من منهاج البيداغوجية التقليدية كيفية قيادة التلميذ بقيام بتمارين بمراعاة الترتيب المنظم في ظل الجد و الصراحة . في هذه الحالة التمكّن يمر عبر التنظيم الذي بدوره يعتبر أساس التعلم ، و هو الشيء المؤمن المعترف في البيداغوجية التقليدية ، إذ لا توجد التربية

البدنية دون جهد و دون تنظيم و بهذا الأستاذ المتمكن هو الأستاذ الذي يبذل مجهود مع تحفيز للقيام بمثله في أحسن وجه.

2-5-4- محور التمكّن في ظل البيداغوجية الحديثة:

في هذه الحالة تعمل التربية البدنية في ظل الحرية و التعبير عن المستحبان دون أوامر و دون عنف ، إذ نترك المبادرة للتلميذ إن يعبر عن قدراته و أن يكون حري في التعبير عن ظنونه سواء كانت إيجابية أو سلبية و هذا في ظل الحرية التامة حرية دون أي قيد .

و في الأخير نستطيع القول إن الأستاذ المتمكن هو الأستاذ الذي يصل أهدافه المسطرة في بداية حصته ، و في هذه الحالة كل أستاذ يجب يكون محملا لمشروع بغية تأديته في الميدان و يتعلق مدى تمكنه في إحراز النتائج ، و لكن المشاريع و المخططات تختلف من أستاذ إلى آخر و من الصعب المقارن بينها و هذا راجع للإمكانيات المتوفرة و التكوين الذي مريه الأستاذ إلى آخره ، و بغض النظر عن كل هذا الاتجاه الإيديولوجي و الفلسفي لكل أستاذ يؤثر بصفة مباشرة على العمل البيداغوجي له.

2-6- أسباب نجاح الأستاذ في عمله :

إن نجاح الأستاذ و مربّي التربية و الرياضة في عمله يرجع إلى الأسباب التالية:

- إن إتباع الأسلوب الغير المتسلط من قبل الأستاذ يعطي الفرصة للتلميذ بالشعور بالقدرة على التعامل و التفاهم معه بشكل أفضل.
- يجب على الأستاذ أن يتيح للتلميذ أن يأخذ بيده زمام المبادرة أحيانا ، فيصل على استقلالته و يقل اعتماده على المدرب في المواقف الصعب التي تتميز بالضغوط النفسية و بهذا يصبح التلميذ مسؤولا .

- إن إتاحة الأستاذ الفرصة للأطفال بالاشتراك في اتخاذ القرارات و منهجهم نوعا من السلطة في بعض الأحيان قد يصور لديهم سلوك انفعالي ناضج.
- أن المرونة في اتخاذ القرارات الخاصة للخطط التي تتبع في أثناء اللعب و إقامة الفرصة للتلميذ للمساهمة في صنع القرارات تضاعفان من إمكانياته لأن يصبح شخصا ينفذ أوامر الأستاذ المتسلط فقط.

و هنا سوف نذكر الخصائص السلبية و الإيجابية للمربين:

1-6-2- الخصائص السلبية :

- الأستاذ الذي يحاول إهانة تلاميذه و السخرية منهم فهذا يعتبر أسوأ نوع الأساتذة و أقلهم شعبية بين التلاميذ و أقلهم محبة .
- الأستاذ الذي يتبع الأساليب المعقدة في تهيئة درس التربية البدنية و الرياضية بدلا من استخدام أساليب واضحة و سهلة .
- المربي الذي يجد دائما إلى الصراخ معتقدا نجاح عملية التعلم تتوقف على مدى ارتفاع صوته .
- الأستاذ المتمسك الذي يتعامل مع تلاميذه بالأسلوب الدكتاتورية مع محاولته أحيانا الثأر من تلاميذه .

2-6-2- الخصائص الإيجابية :

- الأستاذ الهادي الذي لا ينفعل بسرعة في المواقف الحرجة الذي لا يستطيع اتخاذ القرار المناسب تحت ظروف تتميز بالضغط، و لو القدرة على السيطرة على نفسه.
- الأستاذ القادر على إيصال التلميذ إلى قمة مشواره مع تمكنه لمواجهة الفشل بصورة مناسبة .

- المرء الذي يحاسب التلميذ على أخطائه لكنه يشجعه على تحسين أدائه في المستقبل.
- الأستاذ الذي يكون علاقة جيدة طيبة مع جميع تلاميذه بدون تفرق أو تمييز بينهم.¹

2-7- العلاقة النفسية بين الأستاذ و التلميذ :

في هذه المرحلة (المراهقة) يشعر التلميذ بمتطلبات جديدة تختلف عن متطلبات مرحلة الطفولة ، و يبدأ المراهق في هذه المرحلة برفض التوجيه و الرغبة في إثبات الذات ، و يتعرف على نوع التعامل مع الغير و اكتشاف بعض المفاهيم الخاصة بالعلاقات الإنسانية.²

كما يتعرض المراهق في هذه المرحلة إلى عدة اضطرابات نفسية و مشكلات سلوكية التي تؤثر في نموه النفسي ، و ذلك نتيجة النمو الجسمي و العقلي .

و عليه يجب لف انتباه الأستاذ إلى التركيز على الانعكاسات النفسية للتطبيقات التربوية كما يجب إهمال تصرفات الأساتذة و سلوكياتهم و أخلاقهم لما ذلك من انعكاسات على شخصية التلميذ.³

و يستوجب على أستاذ التربية البدنية التطرق إلى ذكر و تعريف كلما حدث للطفل من تغييرات سواء كانت فيزيولوجية و بيكولوجية و ذلك حتى يتمكن من معرفة متطلبات التلميذ الأساسية و كذا كيفية التعامل معه حتى يكون الجو السائد بين الأستاذ و التلميذ جوا إيجابيا ا و بالتالي يستطيع أداء واجبه التربوي على أحسن وجه .

¹ يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي، معهد إعادة القادة 1990-ص260-262

² بن تومي محاضرا في علم النفس، ص31

³ بوفلحة غياث - الأمن النفسية للتكوين و مناهجه - سنة 1989- ص67

فالعلاقة بين الأستاذ و التلميذ تلعب دورا هاما و أساسيا في بناء المجتمع ، إذ يعتبر التلميذ مرآة تعكس حالة الأستاذ المزاجي و استعداداته و انفعالاته ، فإن أظهار روح الاستشارة و التفتح للحياة و الاستعداد للعمل بكل عزم وجد فإن تلاميذه يكونون أذكياء و يميلون إلى الجد في العمل .

و الأستاذ الذي يتصف بأنه شديد الميل إلى السيطرة أو يضطر إلى سلوك الغش و الكذب ، فإن تلاميذه يكونون جنبا يميلون إلى الانحراف مما يسبب التسرب المدرسي .

و تجنباً لحدوث الاضطرابات النفسية و إحباط شخصية المراهق في المرحلة الأساسية يجب على الأستاذ، إعطاء للمراهق نوعاً من الحرية ، و تعليمه بعض المسؤوليات التي تناسب استعداداتهم كالحرية في اختيار ملبسه أو أصدقائه ، و ذلك في إطار حدود القيم الأخلاقية للمجتمع الذي يعيش فيه ، و كذا إعطائه فرصة للإفصاح عن آرائه و تصحيح أخطائه و تقديره و تشجيعه و إشعاره بالاحترام و التقدير و التقليل من الأوامر و النهي .

فالعلاقة بين الأستاذ ليس من الأمر الهين كما يتصورها البعض، حيث تدخل فيها عدة عوامل معقدة فالتلميذ إذا كانت علاقته مع أبيه مثلا علاقة احترام فتكون كذلك مع الأستاذ و العكس صحيح .

و لهذا يجب أن تكون العلاقة متينة على أساس الود و التعاطف و التعاون و المحبة لا على أساس السلطة و السيادة ، و الأستاذ الجيد هو الذي يسبق تلاميذه للتعرف عليهم ، و محاولة التعرف على ظروفهم العائلية التي يمر بها كل واحد على حدا داخل و خارج المدرسة ، و هناك ثلاثة أنواع من العلاقات بين الأستاذ و التلميذ .

أولها أن يكون الأستاذ دكتاتورياً إن صح التعبير، بحيث لا يترك المجال لأي كان من تلاميذه أن يقوم بتصرفات قصد المزاج مثلا مع زملاء خلال الحصة أو اتخاذ أي قرار كان.

و أخير في إطار التعامل بين الأستاذ و التلميذ المبني أساسا على الديمقراطية حيث يسود هذه العلاقة التفاهم و التجاوب الجيد.

و خلاصة القول إن أحسن العلاقة التي تقوي الصلة بين الأستاذ و التلميذ و فيه تتبخر كل أنواع الحقد و الكراهية و تغمرها المحبة و التعاون و تسهل من مهمة المربي في أداء واجبه و إبلاغ رسالته المهنية مرتاح الضمير و كذا تسمح للتلميذ من استيعاب جيد للمعارف و المعلومات الجديدة و تكون شخصية غير مريضة.¹

¹ يحيى كاظم النقيب : مرجع، ص 167

2-8-التكوين التربوي :

يقول الأستاذ "أليوت" بجامعة هارفارد إن القيمة العظمى للمدرس لا تكمن في الطريقة العادية لتأدية واجبه و لكن في قدرته على القيادة.¹

هذا يعني أن مهام و غايات التكوين لا تقتصر على تعليم طرق التدريس فقط بل و جعل المعلم قادرا على قيادة تلاميذه و توجيههم التوجيه السليم ، لا عن طريق القوة لكن تربويا يكون أثرها أكثر فعالية و هذا ما أشار إليه مؤتمر اليونسكو الذي انعقد في 1966 حول أهداف التكوين إذ حددها في تنمية الطالب في النواحي الثقافية الشخصية ، و التعليم العام و القدرة على تدريس و تعليم الآخرين و الوعي بمبادئ العلاقات الإنسانية و الشعور بالمسؤولية للمشاركة بالتدريس²

هذا ما يجعله أستاذا كفؤ يساهم في بناء المجتمع و مسؤولا عن تربية النشء.

2-8-1-أهمية التكوين :

إن التقدم التكنولوجي و الحضري و تعدد التخصصات ألح على ضرورة الاهتمام بالتكوين المهني باعتباره أساس تطور المجتمعات و تقدمها، و من هنا انطلقت دول العالم لإعداد الأفراد.

و من هذا المنطلق سارت العديد من الدول إلى إعادة تكوين أفرادها في مختلف المهن بما في ذلك مهنة التعليم قصد مساندة التطور الذي حدث في نظريات علم النفس و التربية و طرق التدريس من ناحية ، و لتزويد المعلمين بأحسن تقنيات التدريس و رفع كفاءاتهم التعليمية من أجل تحصيل جيد من ناحية ثانية، و ليس من الشك أن قضية تكوين المعلمين و تدريبهم بما يشغل بال المفكرين الأوروبيين فقط ، بل كذلك شغل تفكير الأساتذة في الدول النامية إيماناً منهم أن عملية التكوين ذات فعالية في التنمية

¹ صالح عبد العزيز : التربية الحديثة ، مطابع دار المعارف ، بدون طبعة، ص430

² جبرائيل بشارة :تكوين المعلم العربي و الثورة العلمية التكنولوجية ، دمشق ط 1979 ص39

الوطنية من النواحي الاقتصادية و الاجتماعية لأن استثمار الرأس مال البشري أعظم بكثير من الاستثمار المادي.

2-8-2- المناهج و الأسباب التربوية في عملية التكوين :

يرى الأساتذة أن مهنة التعليم لا يمكن أن تقوم بدورها كاملا إلا إذا قامت على أسس صحيحة و أنشأت لنفسها بنية ملائمة لتنظيم التربية الحديثة.

و عليه العملية التربوية تتوقف على عوامل و وسائل كثيرة فلا يصبح التكوين منحصر في الجانب العلمي و المعرفي فحسب بل يتعدى إلى الجانب النفسي و التربوي خصوصا إذا كان الهدف من التكوين هو إعداد الطاقات البشرية التي تساهم في تنمية الفكر و الشخصية و الأخلاق.

و تتمثل تلك الأسس حسب الدكتور « أبو الفتوح » في الجوانب التالية:

- القابلية للاستعداد و التعلم.
- إثارة اهتمام التلميذ.
- تنمية المعلومات و المهارات و الاتجاهات و الميول و القيم المرغوب فيها.
- تنظيم عملية التعليم و التعلم.
- انتقال أثر التعلم و تطبيقه في الحياة العامة.
- إن التدريب على مهنة التعليم أمر لا غنى عنه في تثبيت تلك الجوانب لدى المدرس و توعيته بأهداف التعليم و في جعله مؤمنا بأهميته في تربية الأجيال و تعريفه بخصائص النمو و طبيعة الحاجات لدى تلاميذ المرحلة التعليمية التي سوف يدرس فيها بعد تخرجه¹

¹أبو الفتوح و آخرون: المدرس في المدرسة و المجتمع، مكتبة الأنجلو، مصر- بدون طبعة-1973-ص75

2-8-3- جوانب تكوين الأساتذة:

إن نظام تكوين الأساتذة لا بد أن يتضمن الجوانب التالية:

2-8-3-1- الثقافة العامة:

المقصود بها تلك الثقافة الواسعة التي تهيب للمرء أسباب التكيف الطبيعي و مؤلفة الطبيعة

الاجتماعية و القيم الروحية و بالتالي إدراك ما يترتب عليه عمله، حيث يرى أحد الأساتذة "المعلم يعالج المعرفة من أجل بناء شخصية نامية قادرة على التغير الاجتماعي "

لذلك لا بد أن تتخذ منطلقا لإعداد الثقافة العامة التي يعيش فيها باتجاهاتها و اشكالاتها و تحدياتها.

2-8-3-2- الثقافة المهنية :

مهما بلغت ثقافة المعلم العامة من الاتساع فإنها لا تكتفي لتجعل منه أستاذا ناجحا إذ لا بد من تحصيل ثقافة مهنية تمكنه من حسن توجيه تلاميذه و الثقافة المهنية « تشمل مختلف المواد التي يتلقاها المتربص خلال فترة أو تكوينه في مبادئ علم النفس و التربية العامة و طرق التدريس الخاصة لكل مادة على حدى و غيرها .

بهذا يتمكن المتكون من تحديد و اختيار ما يلائم و يساهم نمو الطفل الذي يتعرف على مراحل نموه¹»
فهذه المبادئ حتمية بالنسبة للمعلم حتى تتوفر له مقومات المهنية و أخلاقياتها و أصولها العلمية الفنية فإذا كان الجانب المعرفي أساسا في برامج إعداد المعلم فإن الجانب التربوي يعتبر كذلك أساسا لتوجيه المعرفة و تكييفها.

¹الاحمد منير مصلح : التربية و طرائق التدريس ، مطابع فن العرب ، 1969، بدون طبعة ص70

2-8-3-3-مادة التخصص:

وتتمثل في محتوى المادة التي سيقوم المعلم بتدريسها في الميدان و «ينبغي أن تحتل الثقافة التخصصية الجزء الأكبر من برنامج الدراسة¹»

حيث إن عملية التعلم هي معالجة للمعرفة من أجل تنمية الإنسان و تزويده فيما ينبغي له أن يتزود فأداء المعرفة عملية متطورة ، فكلما كان تمكنه من مادة اختصاصه أوسع كان ميل تلاميذه أعظم ، و يقبلون عليه لغزارة معلوماته و خبرته التربوية في إلقاء الدروس و معالجة موضوع الدرس ، و يمكن القول كذلك أن شخصية المعلم و قوة الصوت و فصاحة اللسان و استعمال الإشارات بدقة كلها عوامل مساعدة على تأدية الدرس على أحسن وجه.

2-8-4-مفهوم التكوين:

هو تنمية منظمة و تحسين للمعارف و المهارات و نماذج السلوكيات و المشاكل و حلولها المتطلبة في مواقف العمل المختلفة من أجل قيام الأفراد بمهامهم المهنية أحسن قيام، و غالبا ما يكون ذلك في إطار التربية المستمرة و التكوين المتواصل و يهدف إلى تكييف الإنسان و تهيئته إلى ميدان العمل. يتميز التكوين عادة بأنه يهتم بتعليم مهارات و إعطاء معلومات نظرية مختلفة من أجل أهداف مهنة محددة.

و بدأت كلمة التكوين تأخذ معنى شامل و واسع و انتقلت من الاهتمام بإقتناء مهارات نفسية حركية و فكرية إلى الاهتمام بتطوير و تغيير الاتجاهات الاجتماعية و العاطفية المعقدة ، و ذلك نتيجة الحياة المهنية المعقدة و تعدد متطلباتها.²

¹أحمد منير مصلح: مرجع سابق، ص32

²بوثلجة غياث : مرجع سابق-ص05

2-8-5- المفاهيم المشابهة :**2-8-5-1- مفهوم الإعداد:**

هو صناعة أولية للمعلم كي يزاول مهنة التعليم و تتولاه الكليات المتخصصة و بهذا المعنى يعد الطالب المعلم ثقافيا و علميا و تربويا في كليته قبل الخدمة.

2-8-5-2- مفهوم التأهيل:

يقتصر التأهيل على الإعداد التربوي فقط حيث يكون الطالب المعلم أعد ثقافيا و علميا داخل الكلية، و يكون قد مارس التربية العلمية مستخدما التقنيات التربوية و كل ما يتطلبه التأهيل التربوي.

2-8-5-3- مفهوم التدريب :

و يطلق هذا المفهوم على تلك العمليات النهائية التي يتلقاها المعلم أثناء الخدمة لضمان مواكبة التطور الذي يطرأ على المنهاج و طرق التدريس و التقنيات التربوية الحديثة المستخدمة في تنفيذ ذلك.¹

2-8-6- خصائص المكون و المتكون:**أ-المكون:**

المكون هو حجر الزاوية في نجاح التكوين أو فشله لذلك ينبغي وجود بعض الصفات أهمها:

- أن يكون ذو مستوى علمي و معرفي واسع في مجال التخصص.
- الخبرة البيداغوجي للمكون.
- يستطيع المكون استغلال كل الإمكانيات العلمية و العملية لتوصيل أحسن المعلومات و المعارف للمتكون.

¹ زغلول سعد محمد: مصطفى السايح محمد، مرجع سابق، ص10

• قدرة المتكون على بناء برنامج واضح للتكوين .

• اختيار الطرق السهلة في إيصال المعلومات و المعارف إلى التكوين بصورة سلبية.

ب-المتكون:

إن معرفة خصائص المتكون كفيلا بالمساعدة على معرفة الطرق المناسبة لإيصال المعارف و المعلومات النظرية و المهارات المختلفة إليهم ، بحيث أنه ليس الاختلاف الوحيد بين المتكونين هو اختلاف سرعة تعلمهم ، بل هناك اختلاف بينهم في الحالات العاطفية و الانفعالية التي يجلبها كل واحد منهم إلى مواقف التكوين.

إن الفهم الجيد لشخصيات المتكون و تحصيلهم العلمي و المعرفي كفيلا بالمساعدة على حسن اختيار إستراتيجية التكوين إضافة إلى العوامل العقلية التي تساهم بأكثر فعالية في التكوين حيث التكوين العقلي يشتمل على عمليات عقلية متنوعة تدخل في عملية المعرفة و اكتساب الخبرة بصفة عامة و نذكر من العمليات القليلة مايلي :

- الإحساس و الإدراك و الانتباه الجيد.
- التفكير الجيد و الصحيح و الحكيم و التخيل إضافة إلى الذاكرة و الإرادة الجيدة.
- عدم التمييز بين المقاييس المبرمجة.¹

¹ غياث بوتلحة : مرجع سابق ، ص 26

2-8-7-برنامج التربية البدنية و الرياضية للمرحلة الثانوية :

- تحقيق مبدأ الاستمرار و التكامل في النمو ، يجب أن تهتم المدرسة الثانوية بالدرجة الأولى بمدرس التربية البدنية و الرياضية بتنمية المهارات الحركية التي سبق و أن تعلمها التلميذ في المرحلة الإعدادية .
- يراعي استبعاد بعض الرياضات الغير مناسبة للبنات مثل رفع الأثقال و الملاكمة و المصارعة و هناك ألعاب أخرى للبنات تتشابه مع ألعاب الأولاد مثل كرة الطائرة و السلة و الهوكي .
- تمارين بدنية لبناء اللياقة و تحسين القوام و تمارين أرضية و تمارين على الأجهزة.
- ألعاب جماعية و زوجية و فردية و شعبية مثل كرة القدم، السلة، الهوكي و كرة اليد و تنس الطاولة.
- ألعاب القوى مثل الجري و الوثب العالي و الطويل و وثب الحواجز و القفز بالزانة و رمي الرمح و القرص و الجلة.
- السباحة و الرياضة المائية.
- المعسكرات و الرحلات .
- الرقص الحديث.
- المصارعة و يفضل أن تمارس عند الأولاد أكثر منها عند البنات .¹

¹ فيصل ياسين الشاطي ، محمود عوض البسيوني : مرجع سابق، ص149

2-8-2- أهداف تكوين الأستاذ في الجزائر :

مما لا جدال فيه أن في الجزائر بعد فترة الاستعمار تعرضت إلى الكثير من القضايا في كافة جوانب الحياة الاقتصادية ، السياسية ، الاجتماعية و التربوية ، لذلك حاولت إحداث تغييرات أو على الأقل إصلاحات في هذه الجوانب كخطوة أساسية لمعالجة هذا الوضع الخطير يتوقف على الكثير من الاعتبارات و الشروط الواجب توفرها كالرأسمال المادي البشري أي الإطارات ، و لتساءل كيف يمكن ضمان هاذين الشرطين مع هذه الظروف السيئة ؟

إن الوضع التربوي غداة الاستقلال أوجب خلق عملية التكوين و تحديد أهدافه انطلاقا من طموحات المجتمع مع مراعاة الظروف المتواجده فيها الفرد الجزائري ، لذلك ظهرت عدة مشاكل و كانت هناك نقائص لأن الظروف أقوى ، لكن اليوم في إطار التقدم التكنولوجي و ازدياد حاجياتنا إلى الإطار المكون تكويننا جيدا و إلى نوعية تربوية مؤهلة ، صارت مشكلة تكوين الأساتذة و المعلمين أكثر تعقيدا ، أي الحصول على أعداد كبيرة و آنية من التطور يمكن القول "إن مشكلة إعداد المعلمين اليوم ينبغي النظر إليها في ضوء الحقائق الموجودة و هي الحاجة إلى أساتذة و معلمين قادرين"¹ و ليس من الشك أن الهدف من عملية تكوين المعلمين هو إعداد مواطن مراعي بالواقع الاجتماعي و الاقتصادي للبلاد من جهة التدريس على ممارسة الحياة المهنية لاكتساب الخبرة الضرورية و كيفية التدخل في المواقف التعليمية المتعددة من جهة أخرى.

¹ أحمد منير مصلح : نفس المرجع السابق : ص 39

أ/ الأهداف العامة :

- تكوين الإنسان اليقظ، الواعي باتجاهات البلد الأساسية و الاختيارات السياسية و الأصالة الوطنية التي يعتمد عليها المجتمع في بناء مستقبله.¹
- الالتزام بالاتجاهات الأساسية الممثلة في ديمقراطية التعليم و التوجيه العلمي و التقني، إن الاتجاه المتمثل في ديمقراطية التعليم هو أحد دعائم المجتمع الذي تسعى البلاد إلى تحقيقه، إن التكوين يهدف لا محالة إلى الاستجابة إلى مطامع البلد و بالتالي السعي نحو التقدم و العصرية.
- و من خلال المعطى الثاني ألا و هو التوجيه العلمي و التقني، فإننا نريد أن يكون التعليم أكثر تقدما و أن تكون التربية أكثر تماشيا مع مقتضيات المدينة.²
- محاولة البلوغ إلى الاكتفاء الذاتي في عدد المعلمين و الإطارات بصفة عامة.

ب/الأهداف الخاصة:

- رفع مستوى المعرفة و يقصد بالمعرفة في هذا المجال الجانب الثقافي و بحيث يعد مرحلة أمة في ميدان التعليم لإن فاقد الشيء لا يعطيه كما يقال ، كما يعد وسيلة لفتح فكر التربص على الواقع الاجتماعي،الاقتصادي و السياسي³ و بالتالي يتمكن هذا المتربص من توسيع دائرة معارفه من مناقشته معهم و تبادل الحوار بينهم فيغير في أنفسهم حب الاستطلاع و الرغبة في الحوار و إبداء الرأي باستمرار هذا الاحتكاك و التفاعل يمكن أن يكون لديهم فكرا ناقدا .

¹ توكي رايح عمارة : أصول الشريعة و التعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ط1 -1982- ص81

² مجلة همزة وصل العدد 10 ص 32: تقارير اللجنة العاشرة حول التكوين المهني العام .

³ مجلة همزة وصل العدد4 ص 245 تقارير اللجنة الرابعة حول التكوين المهني العام

• تمكين المعلم من فهم المجتمع ، مشاكله و احتياجاته ، و يقصد بهذه العبارة ضرورة استطلاع المتربص على أوضاع المجتمع و محاولة معرفة المشاكل التي يتخبط فيها ، فهذه القدرة على فهم الواقع و متطلباته تمكنه من تحليل الأوضاع الاجتماعية ، فمن خلال احتكاكه بزملائه المتربصين و أساتذته المكونين كذلك تكون لديه نتيجة مطالعته اليومية و البحوث التي يقوم بها خلال الدروس التي يتلقاها .

• تمكين المعلم من فهم الحقيقة العلمية التربوية في الوطن و أهدافها و نظم التعليم و مشاكله بصفة عامة.¹

أي من أهم واجبات المعلم هو الإلمام بتاريخ التعليم و مختلف المشاكل التي بتخبط فيها و معرفة كل جديد على مستوى المنظومة التربوية، أي ضرورة مسايرة الأحداث التربوية لتطوير معلوماته و معارفه بقصد الخروج من الروتين و الرمي بالتلاميذ نحو مستوى عالي من المعرفة.

إعداده للاندماج في الحياة المهنية و تدريبه على الطرق التربوية الحديثة التي يتمكن من تطبيقها بعد تخرجه.²

إن التربية على الحياة المهنية ينبغي أن يشعر المعلم بأنه سيكون عضوا هاما في المجتمع المحلي أو المجتمع الكلي ، و هذا التدريب يتم القيام به انطلاقا من وحدة التربية العلمية و بما يقوم بممارسة التدريس و النشاط المدرسي ، و من الأحسن أن يتابع المعلم كل جديد بطرد كل الوسائل التعليمية و التربوية و كيفية تطبيقها غير أن بعض الحالات نجد عدم تجهيز المعهد الذي يتكون فيه المتربص بالوسائل التعليمية عقبه أمام تدريبه المهني .

¹ تركي رابع : مرجع سابق ص 83

² مجلة همزة وصل : نفس المرجع السابق 245

- تركيز النشاطات على البرامج الدراسية التي يتولى المتربص تدريسها بعد التخرج ، أي بالتكوين يهدف إلى إعداد المتربص إعدادا تربويا و مهنيا لمزاولة مهنة التعليم مباشرة بعد إكمال مدة التكوين المحددة ، غير أن إعداد المتربص ضمن هذه البرامج الدراسية غير كافي لتكوينه كمعلم لذا يرجى أن يفضل المتربص بعد التخرج الإطلاع و توسيعه لمعارفه .
 - تسبيق التكوين المهني على التكوين الثقافي العام و جعل هذا الأخير وظيفيا و مساعدا على ممارسة المهنة .¹
 - إن الانطلاق في أي عمل أو دراسة يجب أن يكون من الواقع المحسوس ، لا من الجانب المجرد المتمثل في التدريس بشكل نظري بحت ، و هذا يتضح من خلال الساعات المقررة للجانب النظري و الجانب الميداني ، فساعات هذا الأخير قليلة و نعلم جيدا من خلال الميدان يستطيع المتربص دعم معارفه النظرية و أساسيات المهنة و تقنياها ليس معني هذا إن الجانب الثقافي أقل أهمية من الجانب المهني بل يسيران على حد واحد من الأهمية .
 - يجب أن يكون التكوين مندمجا في بعضه البعض لسائر أطرافه .²
- من الناحية الثقافية العامة ، من ناحية ممارسة المهنة نظريا و تطبيقا ، من ناحية البعد الإنساني انطلاقا من الواقع المعاصر البيئي و المحيطي ، من ناحية التنشيط بآتم معنى الكلمة عن طريق إدراجه في برامج السنة الدراسية أي التنشيط البيداغوجي ، الثقافي ، الفني ، الرياضي ، السياسي ، المدرسي و الأخلاقي و أخيرا

¹مجلة همزة وصل : العدد 10 مرجع سابق ص 32 ص 33

²مجلة همزة وصل-21العدد

من ناحية البحث أي يجب أن يكون محتوى البرنامج الدراسي جامع لتلك العناصر المذكورة سابقا التي

تجمع بين الجانب النظري و الجانب التطبيقي و بين الجانب الثقافي و المهني.¹

¹ ريتشارد- لا زروس - ترجمة محمد غنيم محمد عثمان نحلتي - الشخصية ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، 1982ص177

الخاتمة :

بعد تطرقنا إلى كل الجوانب المتعلقة بأستاذ التربية البدنية و الرياضية (مهامه و فعاليته و بالمعلم،...) يتضح لنا جلليا الدور الكبير الذي يلعبه في ميدان التربية و التعليم ، عكس ما يتداول عند عامة الناس حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية عامة و أستاذ التربية البدنية و الرياضية خاصة بأنه يقوم بدور المنشط الذي يقوم بنشاطات بدنية و رياضية بغرض الترفيه و التسلية فقط .

و لقد أبرز خلال هذا الفصل الأهمية و الدور الحقيقي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية داخل المؤسسة التربوية و المجتمع ، بحيث أنه يقوم بأدوار توجيهية في جميع الجوانب (النفسية ، الجسمية ، الخلقية ، و خاصة الاجتماعية) و بذلك لا يمكن تجاهل دوره في العمليات التعليمية.

كذلك تطرقنا في هذا الفصل إلى تكوين أهدافه و أغراضه التي تخدم المجتمع و الفرد، و التي تعمل لتحقيق ازدهار و تطور المجتمع بواسطة مناهج و أساليب تربوية.

و من الأهداف التي يسعى لتحقيقها التكوين بمختلف مفاهيمه إعداد أساتذة و إطارات ذات كفاءة فنية و عملية راقية فهو عملية فعالة في غطاء النموذج المثالي لمدرس التربية البدنية و الرياضية في إطار برنامج مسطر و منظم .

الفصل الثالث

الرضا الحركي ومفاهيمه

تمهيد:

أصبحت التربية البدنية والرياضية تحتل مكانة مرموقة في التقدم الحضاري لمختلف المجتمعات وأصبحت معيارا بمدلوله على مدى رقي وتقدم المستوى الفكري والعلمي بل والاقتصادي لأي مجتمع وأصبح توفير الإمكانيات المادية والبشرية من الأمور الضرورية لتحقيق المستويات الرياضية العالية ولتطور العملية التدريبية لرفع الإنجاز الرياضي.

إن النجاح وتحقيق التقدم في أداء النشاط الحركي مرتبط بالرضى والمتعة ومهما من الحوافز الدافعة للاهتمام بالنشاط الحركي، فالتربية البدنية والرياضية ما هي إلا خبرة اجتماعية عن طريق أنشطتها يمكن أن يخطو الأفراد خطوات واسعة وسريعة نحو التقدم الاجتماعي وتكوين اتجاهات سليمة في الحياة أساسها رضى الأفراد عن معيشتهم، فرضى الأفراد عن أدائهم في الأنشطة الرياضية يكون حافزا لبذل أقصر الجهد لاستثمار قدراتهم وإمكانياتهم وبذلك يتحقق النجاح لهم وللمجتمع، إن الرضى على الأداء يجعل من الفرد محبا للأنشطة التي يؤديها مقبلا عليها وبذلك تتحقق رغباته وطموحاته، ومن هنا برزت أهمية الفصل للتعرف على الرضا الحركي والذي يؤثر وبدرجة كبيرة على ممارسة الأنشطة الرياضية.

1.3- تطور الحركة عبر العصور:

كانت الحركة هي وسيلة الإنسان الأول في التعبير عن نفسه، حيث استخدمت الحركة في

الاجتماع البدائي كلغة ينقل بها الفرد أحاسيسه وأفكاره للآخرين، ويظهر هذا في رقصات القدماء حول

النار كأسلوب لإعلان الولاء والخضوع للآلة، أو في رقصات الحرب عن الشعور بالخطر، أو في

الرقصات التي تؤدي عند مراسيم الزواج كإعلان للفرح والسرور.

وبتقدم الإنسان تطورت الحركة وظهرت الحركات المدروسة التي منها الحركات الرياضية،

والحركات البهلوانية والتحرك بمصاحبة الإيقاع الموسيقي مثل الرقص وفن البالية.

ونظرا لصعوبة تعلم هذه الحركات ظهرت حاجة الإنسان إلى دراسة الحركة وتقنينها بهدف

التوصل إلى الأسلوب الأمثل.

ولقد حظيت حركة الإنسان وما حولها من دراسات باهتمام المفكرين على مر العصور، وفيما

يلي نستعرض مجهودات بعض الرواد أصحاب الفضل في وضع أسس ومبادئ دراسة حركة الإنسان.

إن رسوم وتمائيل القدماء المصريين تدل على أنهم كانوا يهتمون اهتماما بالغا بدراسة الشكل

الخارجي لحركات الإنسان، فقد اهتموا بتسجيل أوضاع الجسم، وطريقة تحرك الأطراف وإظهار المدى

الحركي لكل مفاصل الجسم أثناء أداء بعض الحركات الرياضية في بعض الرقصات، كما كانوا يتبنون

حركات معينة في المناسبات المختلفة كانت هذه الحركات ذات طابع تعبيرى مدروس، ودقة التعبير

الواضح في رسومهم تدل بما لا يدعوا مجالا للشك أن الفنان المصري القديم كان على دراية وعلم بطبيعة

ومدى الحركة البشرية⁽¹⁾.

1- بلاش سلامة : مذكرات في علم الحركة، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1985، ص 21.

ولقد ذكرت كتب التاريخ أن الفيلسوف اليوناني أرسطو طاليس (385-322 ق-م) هو أول من اهتم بدراسة الحركة البشرية في التاريخ القديم المسجل، فهو يعتبر بحق الرائد الأول لعلم الحركة، فقد تكلم عن مركز ثقل جسم الإنسان. وعن الروافع وإثرها على حركة الأجسام، كما برهن على أن الرياضيين يثبون إلى مسافات أبعد إذا حملوا أثقالا في أيديهم، وأن العدائين يجرون أسرع إذا ما حركوا أيديهم حركة عكسية مع الرجلين أثناء العدو.

وكان أرسطو أول من وصف حركة المشي عند الإنسان على أنها "تحويل الحركة الدائرية الناتجة من المفاصل إلى حركة انتقالية لمركز الثقل، ولقد كان تحليل أرسطو لحركة المشي هي أول تحليل هندسي لحركة الإنسان في التاريخ"¹

أما أرشميدس Archameds (287-212 ق-م) وهو عالم يوناني توصل إلى عالم الطفو ومازال هذا القانون ذات أهمية قصوى لعلم الحركة في مجال السباحة².

جاء بعد ذلك العالم الروماني "جالن" gallen (131-1 ق.م) وهو من رواد علم الطب في

العالم ساهمت أبحاثه في معرفة ودراسة حركة الإنسان، فهو أول من فرق بين الأعصاب الحسية والأعصاب الحركية وأول من تكلم عن النغمة العضلية Muscle Tone وعن الانقباض العضلي.

وذكر أن الحركة عند الإنسان تتم نتيجة مرور ما أسماه " بروح الكائن الحي" من المخ إلى العضلات خلال الممرات العصبية، والواقع أن جالن هو صاحب الفضل في إيجاد التصور العلمي لكيفية حدوث حركة الإنسان من وجهة النظر الفسيولوجية³.

1- بلاش سلامة: مذكرات في علم الحركة، مرجع سابق، ص 21.

2- حامد أحمد عبد الحق: مذكرات في مادة علم الحركة، كلية التربية لرياضة للبنين بالقاهرة، سنة 1984، ص 14.

3- حامد أحمد عبد الحق: مذكرات في مادة علم الحركة- مرجع سابق، ص 15.

وقد أهملت دراسة حركة الإنسان بعد جالن قرابة خمسة عشر قرنا ويرجع سبب ذلك موقف الكنيسة من العلماء واهتمامهم بالفكر والزندقة.

تم إحياء دراسة حركة الإنسان من جديد العالم الإيطالي ليوناردو دافنشي (1452-1519م) وهو مهندس وفنان اهتم بدراسة حركة الإنسان من زاوية القواعد الميكانيكية التي تحكم هذه الحركة في الجلوس والوقوف والوثب، وهو الذي وجه الأنظار إلى أن الجسم تحكمه نفس قواعد الميكانيكا للأجسام الصلبة¹.

ويعتبر جاليليو galilio (1564-1643م) من العلماء الذين استفاد من أبحاثهم علم الحركة كثيرا، فقد أفاد منهجه في استخدام الرياضيات في حل المشكلات العلمية أثره الواضح على علم الحركة، كما كانت أبحاثه علاقة "الجاذبية الأرضية بالأجسام الساقطة، وعلاقة الزمن بالمسافة والسرعة" دعائم قوية في دراسة حركة الإنسان بعد ذلك.

تابع الفوننس بورويللي (1608-1679) وهو تلميذ جاليليو أبحاث أستاذه ونشر أول كتاب في الميكانيكا الحيوية " الحركة عند الحيوان" وقد استخدم التمرينات الرياضية لعلاج بعض التشوهات وهو أول من حدد عن طريق التجربة العلمية موضع مركز ثقل الإنسان².

ثم جاء العالم إسحاق نيوتن (1642-1727م) الذي كان له الفضل في وضع قواعد وأسس الميكانيكا التي استند عليها علم الحركة وعلم الميكانيكا الحيوية³.

1- حامد أحمد عبد الحق: مذكرات في مادة علم الحركة- مرجع سابق، ص 15.¹

2- ناهد أنور الصباغ جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، دار الكتاب، الطبعة السابعة، القاهرة، سنة 1999، ص 27.²

3- ناهد أنور الصباغ جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، مرجع سابق، ص 27.³

وفي عام (1741م) نشر العالم نقولا أندريا كتابه عن القوام المعتدل للطفل وكان لظهور

التصوير أثره الفعال في دراسة الحركة البشرية، وكانت أول محاولة لتصوير الحركة هي التجربة التي قام بها حاكم كاليفورنيا حين حاول تصوير جواده وهي تمشي وتقفز.

و قد قام بالتجربة المصور ادور مايردج و تلخص طريقته في أنه وضع أربعة و عشرون كاميرا تعمل متتابعة و تسجل (حركة حصان يجري) و هي الحركة المراد دراستها فتم تصوير أربعة و عشرون صورة متتابعة و عند عرض الصور متتابعة يظهر لنا مسار الحركة و مداها، و كانت هذه التجربة هي أول تجارب التحليل الحركي عن طريق الصور و نجح مايردج في تصوير بعض الرياضيين بنفس الطريقة.¹

أما توماس ايديسون فقد كان له في تطوير آلات التصوير السينمائي و آلات العرض. و بظهور التصوير السينمائي فتح الباب على مصراعيه أمام التحليل الحركي و دراسة حركة الإنسان.²

و استغل ماري Mary (1880م) هذا التقدم في تصوير بعض الحركات الرياضية، و هو أول من وضع أسلوب التصوير المتتابع على كدر واحد **Chrano Zyklograph**، هذا وقد تمكن باستخدام هذه الطريقة من تصوير أجزاء الحركة متتابعة خلال وحدات زمنية متساوية وبالتالي تمكن من إيجاد خط سير الحركة و خطوط سير أجزاء الجسم أثناء الأداء الحركي.³

و استطاعا العالمان الألمانيان بروان و فشر و عن طريقة تجربة ماري من إيجاد العلاقة الكينماتيكية للحركة الرياضية. كما استطاعا إيجاد مركز ثقل جسم الإنسان عن طريق تجربتهما الشهيرة بإيجاد الوزن النسبي لكل عضو من أعضاء الجسم و خرج من تجربتهما على الجثث بجدوليهما الشهير، الذي يحدد

-ناهد أنور الصباغ . جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، مرجع سابق، ص28.¹

- ناهد أنور الصباغ . جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، مرجع سابق، ص29.²

-بلانش سلامة : مذكرات في علم الحركة، مرجع سابق، ص24.³

الوزن النسبي لأجزاء الجسم بالنسبة للرجال و السيدات و اعتماد على إيجاد مركز ثقل الجسم في الأوضاع المختلفة تمكنا من استخراج مسار مركز الثقل و بالتالي إيجاد منحني السرعة /الزمن، و منه حددا منحني التسارع، باستخدام قانون الميكانيكا:

القوة = الكتلة × العجلة تمكنا من إيجاد منحني التوزيع الزمني للقوة .

و تابع العالم السوفيتي برنشتاين أبحاث العالمان الألمانيان، و أكمل طريقة التصوير المتتابع، و اتبع أسلوب أسهل و أدق في تحديد منحني المسافة/الزمن¹

و تابعت الدراسات و الأبحاث العلمية في النصف الأخير من القرن العشرين حيث ظهرت أهمية دراسة الحركات الرياضية حين اشتدت المنافسة بين الدول في الدورات الأولمبية و المقابلات الدولية.

ومازال العلم يأتينا كل يوم بجديد في مجالات علم الحركة و الميكانيكا الحيوية، و لما كان علم الحركة و الميكانيكا الحيوية مرتبطان ارتباطا وثيقا بالعلوم الأخرى مثل الفسيولوجي و علم النفس و تكنولوجيا

الآلة، فإن أي تقدم في هذه العلوم يعني تقدما في أسلوب دراسة علم الحركة و الميكانيكا الحيوية فعلم الحركة و الميكانيكا و الباحثون عن أسلوب الأداء الأمثل في مجالات التربية الرياضية حريصون دائما

على مساهمة الانفجار المعرفي في العلوم الأخرى بهدف الوقوف على معرفة الأسلوب الأمثل للأداء الحركي الذي يبني عليه التخطيط و تطوير طرق التدريس و التدريب.

2.3- مسار حركة الإنسان كمحور اهتمام التربية البدنية:

ظلت المؤسسات الأكاديمية المعنية بتخريج المختصين بالعمل في مجال التربية البدنية و الرياضية تضع في اعتبارها إعداد و تأهيل مختص يعمل على تنمية المواطن تنمية شاملة متزنة و متكاملة على جميع

1-ناهد أنور الصباغ . جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، مرجع سابق، ص31.

المستويات السلوكية من خلال الأنشطة الحركية و البدنية التي تتيحها البرامج. و لهذا فإن مناهج هذه المؤسسات (كليات و أقسام التربية البدنية)، قد صممت بحيث تغطي كافة المجالات المهنية المتخصصة للتربية البدنية و الرياضية في سبيل تحقيق هذا الهدف، و مهما كانت هذه التخصصات فإن محورها الأساسي يلتف حول الحركة، فالتدريس قائم على الحركة، و كذلك التدريب، و الرقص و التعبير الحركي.. الخ.

المدافعون عن مسار الحركة و أسانيدهم:

وقد كتب ألريتش Ulrich:

"إن البنية النظامية للتربية البدنية و الرياضية تتأسس على حركة الإنسان، فهي نقطة المرجع التي تتصل بكل المعارف الأساسية لمدرسي التربية البدنية".

كما أشار راريك Rarick إلى أن للتربية البدنية مركز اهتمام فعلا، و هو بالتحديد حركة الإنسان المتمثلة في الرياضة، الألعاب النشطة ، الرقص.

و أوضح نيكسون Nixon أن التربية البدنية تعرف حديثا على أنها علم و فن حركة الإنسان الإرادية الهادفة¹

و قد ذكر كاخيكال أن صيغا و أشكالا قد ظهرت من قديم للتعبير عن الحركة و أطرها الاجتماعية و التربوية و مازال ظهورها مستمر إلى الآن لكنها في مجملها تجمع على اعتبار أن الحركة

¹ - Ulrich Celeste :the future hour : an educational view , ed R Welch ,Saint Louis , 1977,p 132.

وظيفة مميزة للتربية البدنية و نحن نطالب بأن تكون الحركة الطليقة المبدعة هي مركز اهتمام نظامنا التربوي.¹

و تؤكد فلشين Felshin على أن حركة الإنسان هي المجال الدراسي الأساسي لنظام التربية البدنية، فهي أساس لأداء وظائف الإنسان، و هي ذلك الجانب الحيوي من ثقافة أي مجتمع، و هي الخبرة الجمالية و التعبيرية له كما أنها مصدرا لقيمة الإنسان و التي تضفي المعنى لحياته.²

واهتم كلود بوشار بالتأكيد على أن حركة الإنسان هي الجوهر الأساسي لمختلف وظائف التربية البدنية.³

و كتبت باحثة التربية الأمريكية ميثني، أن البحث و الدراسة في مجال التربية البدنية، قد وجهت نحو فهم الناس من خلال إطار مرجعي معين يتصل بقدراتهم على التحرك و الطرق التي تمكنهم من الاستفادة من هذه القدرة و توظيفها لتخدم مختلف الجوانب الحياتية لهم كأفراد، و الحركة كوظيفة نشطة (ديناميكية) للإنسان، تعبر عن المساحة المركزية للاهتمام و التي تعطي للتربية البدنية و الرياضية الهوية المتفردة كنظام أكاديمي.⁴

و عبر عقد الستينيات من القرن العشرين اجتهد العديد من الأفراد و الكليات و الروابط المهنية في التفكير نحو بناء مفهوم التربية البدنية و تأصيله، و تضمنت تلك الجهود البحث في وظائفها و الغور في أسسها المعلوماتية و النظرية مرتكزة على قاعدة أساسها أن الحركة هي مركز اهتمام النظام و المهنة و

1- عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السياسية و الاجتماعية و التربوية، سلسلة العلوم الاجتماعية، الدار العربية للكتاب، طرابلس، ليبيا 1986، ص 65.

2- Ulrich celeste : Ibid ; p 133.

3 - عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السياسية و الاجتماعية و التربوية، مرجع سابق، ص 67.

4 - Felshin jan; More than movement: An introduction to physical education, Lea and Fibiger, Philadelphia, 1972, p 48.

بالتالي ينطلق منها البنيان المعرفي للنظام في شكل مباحث و مواد ونظم فرعية تهتم بدراسة الحركة من جوانبها المختلفة.

و قد أوضح عدد كبير من مفكري التربية البدنية بؤرة اهتمام التربية البدنية و الرياضية و مجالها الدراسي المحوري على أنه (دراسة حركة الإنسان)، و مع أن العديد من التعريفات الجديرة بالذكر قد طرحت لتعريف التربية البدنية إلا أنها تكاد تجمع أو تتفق على أن حركة الإنسان هي الظاهرة الأم التي تشتق منها الأهداف، و تنسب إليها أشكال النشاط البدني المختلفة من رياضة و ألعاب و رقص و تمارين الخ.

إن أعمال رودلف لا بان المعنية بحركة الإنسان، و محاولات الاستفادة منها و من التعديلات التي تمت عليها من قبل مرديته و تلامذته لجعل الحركة موضوعا يمثل الفكرة الرئيسية للتربية البدنية في إنجلترا، قد وجدت صداها في أمريكا من خلال الأبحاث الفلسفية للمفكرة اليانور ميشني و لباحثين مرموقين مثل لويس الديفلدت، كليمان، جويت، باريت، و غيرهم و قد ولدت تيارا جالفا سرى بين أبناء المهنة كان من نتائجه المباشرة تسليط الضوء على المفهوم الرئيسي الذي يقود المجال بشكل لم يسبق مثيل مما جعل حركة الإنسان، موضوعا يشد الانتباه و يخلق الانتباه و يدفع أبناء المهنة و المجال للتأمل و التفكير، حتى أن الكثير من التنظيمات المهنية الكبرى في الولايات المتحدة بدأت في تقصي و استكشاف موضوع حركة الإنسان. بمزيد من الجدية، في قد توج ذلك في مؤتمر اولرتون -الينوي، عندما وافق خيرة قادة المجال على بنية المعرفة للتربية البدنية تتشكل حول (فن و علم حركة الإنسان).¹

¹ - Rarick G,L : the domain of physical education ,ed G Brooks, perspectives on the Academic discipline of physical education, Human Kinetics Illinois, 1981,p234.

3.3- أبعاد و مظاهر حركة الإنسان:

3.1- ظاهرة الحركة لدى الإنسان:

خلق الله الإنسان خلقا فريدا متميزا من حيث الأهليات و الخصائص، فقد منح الإنسان قدرا كبيرا من الطباع و الغرائز و القدرات، و الصفات و المهارات . و حركة الإنسان حركة منفردة عن سائر المخلوقات ، و لطالما ارتبطت الحركة لدى الإنسان بمختلف جوانب حياته و سلوكياته و ثقافته فأثرت وجوده، و عبر الحركة انتقلت ثقافة الإنسان من مكان إلى آخر و من مجتمع إلى آخر فساهمت في نشر الحضارة و المعرفة و الثقافة.¹

وقديما ذكر هرقليدس أن الحياة قائمة كلها على الحركة، فكل شيء يتحرك و ينمو و يتطور مادام حيا، و كل شيء يتوقف عن الحركة إذا ما فقد الحياة، و الحركة تغمر الكون الأعظم، و تغمر أصغر أجزاء العالم الأصغر، و عندما نتناول حركة البشر، فإننا نشير إلى المجال الذي يعالج مسألة الانتقال الكلي و الجزئي للجهاز المحرك لجسم الإنسان الذي يشمل كذلك أوضاع الجسم المتنوعة التي لا تعد و لا تحصى.²

و حركة الإنسان لا تعبر عن ذلك الأداء الميكانيكي الصرف الذي نلاحظه، و إنما وراء الحركة عقل مفكر واع، و مشاعر فياضة، ففي الواجب الحركي، يتضمن الأداء استخداما واعيا و ماهرا لأجزاء جسمه، حيث توظف الخبرات الحركية المكتسبة لديه توظيفا غرضيا هادفا لإنجاز الواجب المطلوب، و مما لا شك فيه أن هذه الإنجازات الحركية تكون مصحوبة بالمشاعر و الانفعالات، الفرد يجني الرضا من الإنجازات الحركية، كما أنها تحقق له المتعة و البهجة و السرور، فهو يستشعر تقديرا لذاته و قيمة

1- عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السياسية و الاجتماعية و التربوية، مرجع سابق، ص73.¹

2- عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السياسية و الاجتماعية و التربوية، مرجع سابق، ص76.²

لنفسه، تلك التي وظفت الاستخدام الماهر لجسمه و حركاته و مدركاته و حواسه في تآزر و تنسيق مع عقله و معلوماته.

ومن المنظور الفلسفي الظاهري، أوضح بونتي أن جسم الإنسان هو أدواته في الاتصال والامتزاج بالأشياء، ومكانته بالنسبة للكون هي مكانة القلب للجسم، ومن خلال الجسم يتحد الإنسان مع العالم، فإذا كان الفكر الإنساني يتمثل في شكل رموز و كلمات و معاني و مقولات، فإن الفعل الإنساني يتمثل في شكل أداءات البدن و حركاته، فالحركة الهادفة أداة لتنفيذ أي نشاط منتج، و هي الشكل الإجرائي لأفكار.¹

4.3- حركة الإنسان كأساس لتأدية وظائفه:

تعد الحركة لدى الإنسان إطاراً وظيفياً ثرياً في أنماطه لتحقيق أهدافه و مراميه، وأجزاء الجسم الإنساني المختلفة قابلة للتحريك بشكل عام، لكن تتباين الحركة من منظور النوعية و الكفاية من فرد لآخر تبعاً لاعتبارات وتأثيرات بيولوجية كاللياقة البدنية، و ميكانيكية كالمهارة الحركية. و يرى كاخيكال أن الحركة قد ينظر إليها كنشاط ضروري للبقاء على قيد الحياة، كما ينظر إليها كحيوية بيولوجية نفسية تعبر عن أصالة طبيعية لديه، وأن ما نشكوه من فقر في الحركة هو نتيجة طبيعية لطغيان الآلة على الإنسان، وإهمال الإنسان القيام بالمجهود البدني المطلوب.²

والعلاقة وثيقة و متبادلة بين حركة الإنسان و جسمه، فإن كانت اللياقة البدنية تضيي الكفاية على حركة الإنسان، فإن النشاط الحركي المنظم من شأنه التأثير إيجابياً على مختلف وظائف الجسم و

1- أمين أنومر الخولي: فلسفة الجمال في الرياضة، سلسلة الثقافة الرياضية، العدد 03، معهد البحرين الرياضي، المنامة، يناير 1991، ص 79.¹

- عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السياسية والاجتماعية و التربوية، مرجع سابق، ص 82.²

3- أمين أنومر الخولي: فلسفة الجمال في الرياضة، مرجع سابق ص 114.

تحسين عملها وهو ما أمكن تأكيده من مستخلصات و نتائج البحوث التي تعبر حصائل هذه التأثيرات البيولوجية الميكانيكية، ولذلك تعمل، أو يجب أن تعمل، برامج التربية البدنية و الرياضية على تأكيد وتبني هذه المبادئ كإطار عمل وكأهداف كبرى للنظام، فالمعارف المتصلة بهذا المنظور يجب أن توظف كأساس لإثراء الوظائف الحيوية للإنسان وتحسين أدائه الحركية .

3-5- حركة الإنسان كمصدر للقيم و المعاني:

أشار أفلاطون من قديم إلى صعوبة أن يحتفظ مخلوق -أيا كان- ببدنه ساكنا، فكل المخلوقات تصدر عنها حركات وأصوات، فهي تثبت و تميل و ترقص و تتصايح في سرور و طرب، و يعتقد برجسون أن الحياة بوثناتها للأمام مازالت تثبت فيه تيار الحياة الخلاقة .عبر لانوزا أن التطور طويل المدى للنوع الإنساني ينبع من رغبته في إلغاء ثقل جسمه أو على الأقل التخفف منه¹.

وهكذا كانت الحركة مصدر للقيام والمعاني الإنسانية وستظل، وهذا الاتجاه في دراسة الحركة يعني بدراسة حركة الإنسان في علاقتهما بدوافعه ومدركاته نحو معناها ومغزاها، وواقعه الحركي وكيف مكن تطويره وتوفيره أقصى استفادة سلوكية وفكرية منه.

وكتبت فلشين أنه بالرغم التفسيرات المعقولة التي طرحت بشأن الحركة وأنشطة الحركة بمختلف ألوانها لدى الإنسان، إلا أنه يبدو بوضوح أن الإنسان مازال يمارس تلكم الأنشطة في غياب الوعي بفائدتها، ذلك لأن هناك نعي داخلها في الحركة وأشكالها وأطرها، والتي حاول الكثيرون سير أغوارها بطرق عديدة ومختلفة وهناك مواقف تتسم بالتحدي والغموض، وأخرى تتسم بالقلق والنجاح، فضلا

عن تلك التي تتصف بالتعقيد والحرية، كما أن هناك الحركة في حد ذاتها وتجريب الذات من خلالها، وما ينتج عن ذلك من خبرات فريدة ذات معاني ثرية¹.

6.3 - حركة الإنسان كأشكال مستمرة للنشاط:

وهذا الاتجاه يتناول مختلف السبل التي يتخذها الإنسان في تشكيل الحركة أو إعادة تشكيلها، فالرياضة بأنواعها المتباينة والرقص بألوانه، وطرق التمرينات البدنية، وكل هذه الأطر من بناء الإنسان، وهذا الاتجاه يدعوا إلى تحليل هذه الأشكال المستمرة للحركة النشطة لفهم نظرية الألعاب واتجاهات تطورها، وتعقد حركة الإنسان، واحتياجات الإنسان الحركية في العصر الحديث، مثل إطار عمل الرقص، وتركيبه الرياضية وبنيتها، وأساليب وطرق الأداء الفني، والتمرينات البدنية على أساس أنهما في مجموعهما أنهما أنشطة إبداعية وهذا الاتجاه يدعوا إلى تحليل أشكال الحركة في ضوء أنها مستمرة ونشطة وتضمن لنفسها عوامل البقاء، وهذه الأشكال الحركية التي تعني بها التربية البدنية، إنما هي أشكال تجريدية في غالبيتها، فالرياضة- مثلا- نشاط غير منتج، وشكل تعبيرى، وحتى نفهم هذه الأطر والأشكال يجب دراستها بشكل مستقل ومنفرد عن الدافع الإنساني والأهمية الاجتماعية².

والسلوك الطبيعي للإنسان يعتبر أساسا لكل بنية أو إطار رياضي، يتمثل في ممارسة الإنسان للنشاط البدني عن طريق الحركة، دون أسباب ذرائعية، كان تكون تلك الممارسة متصلة بالحاجات الأساسية الضرورية لبقاء الإنسان، أو تلك الدوافع الآنية لهذه الممارسة، بل هي ممارسة تلقائية مبدعة وأصيلة في حد ذاتها.

¹ - Ulrich Celeste: Ibid, p 138.

² - Ulrich Celeste: Ibid, p 139.

7.3- مفهوم علم وتعريف علم الحركة:

يعني علم الحركة kinesiology لغويا دراسة الحركة و كينسيولوجي كلمة إغريقية مكونة من مقطعين، المقطع الأول kines يعني حركة أما المقطع الثاني Ology فيعني دراسة و الكلمة في مضمونها تعني دراسة الحركة.

والمقصود بعلم الحركة هو دراسة الحركة الإنسانية من وجهة نظر العلوم الطبيعية، فدراسة حركة الجسم الإنساني تعتمد على ثلاث ميادين دراسية هي علم الميكانيكا و علم التشريح و علم وظائف الأعضاء. ومعظم الدراسات الخاصة بعلم الحركة تعتمد أساسا على علمي الميكانيكا و التشريح بجانب دراسات منفصلة عن فسيولوجية عمل العضلات و التي تغطي جزء كبير من الجانب الثالث ألا وهو وظائف الأعضاء حيث أن هناك مفاهيم فسيولوجية معينة لا يمكن تجاهلها عند تدريس مادة علم الحركة¹

في الماضي عندما كانت أنشطة التربية الرياضية بسيطة و لا تشمل على المهارات الحركية المعقدة، كانت محتويات المنهج الدراسي لمادة علم الحركة تعتمد أساسا على التشريح الوظيفي و بالتدريج و عندما احتلت التربية الرياضية مكانا مرموقا و عندما تعقدت المهارات الحركية و اشتمل منهاج التربية الرياضية على المهارات التي تتطلب توافق عضلي و عصبي و درجة عالية من التحكم و الاتزان ظهرت الحاجة إلى دراسة الأسس الميكانيكية التي تطبق على التكنيك الرياضي للوصول بالأداء لا على مستوى ممكن.

1 - بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة ، الطبعة 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، سنة 1996 ، ص 37.¹

و الأسس الميكانيكية لا تطبق فقط على حركة الجسم الإنساني بل تطبق كذلك على حركة الأداء المستخدمة مثل الكرة و المضرب، و الرمح، و الجلة، و القرص إلى آخر الأدوات التي تستخدم في الأغراض الرياضية¹. و بفضل بعض العلماء تسمية علم الحركة بدراسة الحركة لأنها ليست علم قائم بذاته، و لأن الأسس التي تعتمد عليها هذه المادة مشتقة من العلوم الأساسية كالتشريح و الفسيولوجي و الطبيعة و على أي حال فإن الإسهام الحقيقي لهذا العلم أو لهذه الدراسة هو اختيار الأسس التي تحكم الحركة الإنسانية من عدة علوم و تنظيم طريقة تطبيقها.

وقد أعطى هذا العلم نظرة جديدة للحركة الإنسانية التي نعيشها، و فتح الباب على عالم جديد وآفاق جديدة لاكتشاف و تقدير الحركة الإنسانية²

ولو فكرنا قليلا فلا سمعنا ألا أن نتأثر ليس فقط بجمال الحركة الإنسانية و لكن كذلك بقدرتها اللامحدودة، بمعناها بنظامها، بطريقة تكيفها و تفاعلها مع البيئة المحيطة، فلا شيء متروك للصدفة أو للمصادفة، فكل عضو مشترك في حركة الجسم يقوم بهذا الأداء في خضوع تام للأسس الفسيولوجية و الطبيعية .

و الدارس لعلم الحركة مثله مثل الدارس لعلم التشريح أو الفسيولوجي أي أو علم الوراثة أو علم النفس أو أي علم آخر من عوم الأحياء فنظرته كلها إعجاب موقر لقدرات هذا الجسم المعقدة ولا يسعه إلا أن يسبح و يشكر الخالق على حسن خلقه.

و لقد وردت في المراجع العلمية عدة تعريفات لعلم الحركة نذكر منها "علم الحركة هو ميدان

دراسة القوانين و المبادئ المتعلقة بحركة الجسم الإنساني بهدف الوصول إلى الكفاءة الحركية"¹

- ناهد أنور الصباغ . جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، مرجع سابق، ص44.¹

- ناهد أنور الصباغ . جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، مرجع سابق، ص44.²

تعريف آخر:

"علم الحركة هو العلم الذي يبحث في الشكل المورفولوجي للحركة"²

و عفه كورت ماينيل بأنه: العلم الذي يبحث في المظهر الخارجي لسير الحركة"³

و يعرفه حامد عبد الخالق بأنه: "هو العلم الذي يقوم بدراسة الأداء الحركي للإنسان بغرض الوصول

بالأداء إلى أعلى مستوى تسمح به إمكانيات وطاقات البشر"⁴

8.3- أهمية دراسة علم الحركة:

دراسة علم الحركة ضرورة لازمة لمعلمي التربية البدنية ولا يمكن الاستغناء عنه، فهو جزء

رئيسي لتنمية خبراتهم التعليمية ويتضح كذلك أهمية دراسته للرياضيين لما له من أثر مباشر على الارتفاع

بمستوى الأداء. ونلاحظ أنه كلما زاد الصراع في المقابلات والمنافسات الدولية في المجال الرياضي كلما

اندفع الباحثون نحو دراسات أعمق للحركة الرياضية لتحديد العوامل التي تؤثر على مستوى أداء الفرد،

وفي النقاط التالية نوضح أهمية دراسة هذا العلم:

أ- يساعد الفرد على إتقان الأداء الحركي والوصول بالحركة للمستوى المطلوب بكفاءة وكفاية.

ب- يساعد الفرد على تفهم الحركات التي يقوم بها مما يساعدها على أدائها بطريقة سليمة وكذا تجنبه

الحوادث والأخطار.

ج- يساعد الفرد على الإحساس بالقوام المعتدل وحسن استخدام أطراف الجسم وأجزائه المختلفة.

1- بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة، مرجع سابق، ص39¹

2- بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة، مرجع سابق، ص39²

3- بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة، مرجع سابق، ص39³

4- بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة، مرجع سابق، ص39⁴

د- يوفر للفرد القدرة على تقويم الحركات من حيث تأثيرها على التكوين البدني وكذا معرفة الأخطاء وسببها.

هـ- يساعد الرياضي في الوصول إلى مستوى البطولة إذ توفرت لديه الإمكانيات وذلك بتطبيق المبادئ والقوانين الميكانيكية والحركية في التدريب.

و- يوفر للفرد القدرة على تحليل الحركات المختلفة.

ن- يسهل على المعلم عملية التعليم وذلك باستخدام الأسس العلمية من حيث تحليل الحركات الرياضية وبالتالي إمكان تحديد الأخطاء واكتشافها والعمل على إصلاحها، مع معرفة النقاط الفنية الخاصة بكل مهارة حركية.

ح- يساعد المعلم على وضع البرنامج المناسب تبعاً للسن والجنس والحالة الصحية، وكذا وضع برامج للمعاقين.

9.3- خصائص الحركة: Qualities Of Movement.

عندما نتساءل عن خصائص الحركة وكيفية أدائها نقصد السمات والصفات المعينة لحركة الفرد

التي تتضمن الزمن Time، الانسيابية Folow والجهد Effort والفراغ Space بالإضافة لعوامل

أخرى مثل شكل الجسم body shape وأيضا العلاقات بين الجسم والأجسام الناس والأشياء المحيطة

التي تؤثر في حركة الجسم.¹

1- أمين أنور الخولي. أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، الطبعة 2، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1996 ص54.¹

• الزمن: Time.

يرتبط الزمن بالسرعة أداء الحركة وقد تفاوتت حركات الفرد بين حركات سريعة جدا وبطيئة جدا وحركات متوسطة السرعة، وتختلف الأنشطة الحركية في متطلباتها وواجباتها الحركية من حيث الزمن ما بين سريع وبطيء في إطار الأداء للمهارات الحركية المختلفة.¹

* أهداف البرنامج لمفهوم الزمن:

- تنمية مقدرة الفرد للتمييز بين السرعات المختلفة.
- تنمية مقدرة الفرد على التحكم في سرعة أدائه بالزيادة أو النقصان.
- تدريب الفرد على الإحساس بالتوقيت.
- تعويد الفرد على الربط بين الوعي بالجسم والفراغ مع زمن الأداء الحركي.

• الجهد: Effort.

هو عبارة عن إمكانية الطفل في التغلب على مقاومة سواء كانت مقاومة الجسم أو أشياء أخرى وهي في العادة ناتجة عن الانقباض العضلي وأداء الواجبات الحركية يتطلب قدر كبير من القوة. ويمكن أن تتراوح درجة القوة ما بين خفيفة- متوسطة- مرتفعة- متنوعة- وتتوقف درجة القوة على نوع الحركة ومثال ذلك الفرد الذي يركل كرة القدم لمسافة 15 متر يحتاج لبذل قوة أكثر من الفرد الذي يركل الكرة إلى مسافة 10 أمتار فقط.²

1- أمين أنور الخولي. أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، مرجع سابق ص54.¹

2- أمين أنور الخولي. أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، مرجع سابق، ص55.²

أهداف البرنامج لتعليم مفهوم الجهد:

- يجب أن يتم تعليم الفرد التمييز بين القوة من حيث الدرجة.
- تطوير الفرد على بذل الجهد المناسب لنوع الحركة مع الاقتصاد في الجهد.
- تنمية مقدرة الفرد على بذل درجات متفاوتة من القوة بفعالية.
- تنمية مقدرة الفرد على الربط بين الزمن ودرجة القوة في الواجب الحركي.

• الانسيابية: Flow :

وهي تعني استمرارية الأداء بتوافق الحركات وهي تتطلب التحكم والسيطرة على القوى

الداخلية والخارجية حتى يتم الانتقال السليم بين الحركات المختلفة في الواجب الحركي.¹

أهداف البرنامج لمفهوم الإنسياب

- تنمية مقدرة الفرد على التمييز بين نوعي الانسياب في الحركة والمهارة.
- تنمية القدرة على أداء الحركات والتوقف المفاجئ والثبات التام.
- تنمية مقدرة الفرد على أداء الحركات بانسياب وسهولة.

• شكل الجسم:

يعني شكل الجسم وضع الجسم في الفراغ... وتغيير شكل الجسم تعني الحركة ومثال ذلك

لاعب الجمباز الذي يؤدي الشقبة وتغيير وضع جسمه أثناء تأدية المهارة.²

أهداف البرنامج لمفهوم شكل الجسم:

1- أمين أنور الخولي. أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، مرجع سابق، ص 55-56.¹

1- أمين أنور الخولي. أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، مرجع سابق، ص 56.²

- إكساب الفرد المقدرة في التحكم والسيطرة على أجزاء جسمه.
- تنمية المقدرة على التعبير بشكل الجسم لدى الفرد.
- تأدية الفرد لأكثر عدد من أشكال الجسم المنحنية كما يتصور هو شخصيا.
- تنمية القدرة على الربط بين شكل الجسم وبقية المفاهيم المرتبطة والمؤثرة في الحركة.

10.3- العوامل التي تؤثر على حركة الإنسان:

لقد حب الله بتكوين بدني مميز يجعله قادر على إنجاز العديد من المهام الحركية التي لا يقدر عليها غيره من الكائنات ولذا وجب علينا عند دراسة حركة جسم الإنسان أن نعرف ما هي الخصائص التي يتميز بها جهازه الحركي والتي تميزه عن غيره من الكائنات.

أولاً: العوامل التشريحية.

ثانياً: العوامل الميكانيكية.

ثالثاً: العوامل الفسيولوجية.

أ- العوامل التشريحية:

في تناولنا موضوع العوامل التشريحية التي يتميز بها الجهاز الحركي لجسم الإنسان نجد أن جسم الإنسان مكون من مجموعة من العظام المتباينة الطول والشكل والمتصلة مع بعضها البعض بمفاصل تختلف في شكلها وتكوينها ومداهما الحركي كما ترتبط هذه العظام وتكسوها الأوتار والعضلات التي تكون الشكل الخارجي لجسم الإنسان.¹

¹ - بدوي عبد العال بدوي وآخرون: علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، الطبعة الأولى دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، سنة 2006، ص97.

باستعراضنا السريع للخصائص التشريحية لجسم الإنسان نجد أن هذه الخصائص هي التي تؤثر في طبيعة ومدى حركات الإنسان.

كما أن العضلات هي منبع الطاقة الحركية ينظمها ويتحكم فيها الجهاز العصبي المركزي، بالإضافة إلى أن العظام تتحرك كروافع تحت تأثير القوة الناتجة من العضلات، وتحدد هذه الحركة بنوع المفصل ومداه التشريحي.¹

ب- العوامل الميكانيكية:

إن تركيب جسم الإنسان قد يساعد الجهاز الحركي على أداء حركاته بكفاءة تامة، وعليه فإن الخصائص الميكانيكية لهذا التركيب الأمثل تبين مدى تلاؤم هذا التكوين للوظائف الحركية المطلوب من الجهاز الحركي للعضلات.

خاصية المطاطية الموجودة في العضلات، تجعلها قادرة على الاستطاعة وهذا ما يساعد على زيادة المدى الحركي للمفاصل كما أن ألياف العضلات تعمل كأوتار مطاطة.²

ج - العوامل الفسيولوجية:

تتلخص العوامل الفسيولوجية فيما يلي:

أ- جميع عضلات الجسم تنسم بقابلتها على استقبال المثيرات الحركية والقدرة على الاستجابة لها عن طريق الانقباض العضلي الذي يتمثل في قصر طول العضلة فتقرب المسافة بين منشئها واندغامها وينتج عن ذلك حركة أجزاء الجسم.

¹ - بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة، مرجع سابق، ص 89.

³ - بدوي عبد العال بدوي وآخرون: علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، مرجع سابق، ص 104.

⁴ - بدوي عبد العال بدوي وآخرون: علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، مرجع سابق، ص 106.

ب- تتميز العضلات بالمطاطية والمرونة حيث يمكن للعضلة أن تزيد من طولها عن طريق الشد ثم تعود

لمعدل

طولها الطبيعي.

ج- للعضلة القدرة على أن تحافظ على شكلها وتقاوم أي تغير فيه.¹

11-3- التطور الحركي: Développement:

إن التطور والنمو والتعلم ظواهر تؤثر وتتأثر ببعضها، وبذلك لا يمكن فصل إحداها عن

الأخرى، وبهذا فقد أخذ مصطلح التطور الحركي وضعاً مميزاً لظاهرة هامة وخصوصاً فيما يلي يتعلق

بالجانب الحركي للإنسان. إن المفهوم العام للتطور كمصطلح نمائي يقصد به الانتقال من مرحلة إلى

أخرى من جهة أعم وأشمل من جهة أخرى، فمن حيث أنها كظاهرة إنمائية فهذا متفق عليه، ومن ناحية

الانتقال من مرحلة لأخرى فالبعض ينظر إلى ذلك كمفهوم قديم لمعنى تلك الظاهرة، فالنمو عملية وراثية

تحدث طبيعياً، إلا أنها لا تتطور إلا بعض النضج، فالنضج هنا أساس لكل من النمو والتطور، هذا

بالإضافة إلى التعلم، وبهذا فينظر إلى ظاهرة التطور بأنها شاملة لكل من النمو والنضج والتعلم.²

إنه تطور تلك المهارات الرياضية المختلفة يرتبط بنمو ونضج معرفي جديد يرتبط بالأسس

الحركية والميكانيكية والتشريحية والوظيفية، والذي يعمل مؤخرًا على تطوير التكنيك والتكتيك.

إن التطور يعني التغيرات التي تحدث في مجال تنوع واستغلال الوظائف خلال التطور البشري

عامة، وكذلك التطور الحركي الذي يمر به الإنسان منذ ولادته وحتى مماته، وعليه فإن التطور هو سلسلة

متصلة ومستمرة من التغيرات الإنمائية المرحلة نحو اكتمال تحول وتغير نمائي ونضج شامل وانتقال من

²- cratty b.j. perceptual and motor development in fants children, 2ed, new jersey, 197, p 136.

طور إلى آخر في مجالات مختلفة، البدنية الحركية، النفسية، الانفعالية، الجنسية، الفسيولوجية، العضلية، اللغوية... الخ، والتي تمثل جوانبه الأساسية والتي يمثل فيها كل من النمو والنضج والتعلم أهمية كبيرة.¹

إن التطور الحركي مهم لأنه يتأثر ويؤثر في النمو بشكل كبير، وهذا عندما ينظر إلى التطور بمعناه الشامل والذي يتضمن النمو كأساس للتطور، وتأتي تلك الأهمية لارتباط مستوى التطور بمقدار النمو والنضج، وذلك من مرحلة لأخرى، هذا يعني أن عملية النمو تحدث فطريا في جميع الظروف عن طريق الوراثة، ولكن لا يصبح هذا النمو مؤثرا دون النضج، حتى يحدث التطور.

إن القدرات البدنية تنمو عند الطفل منذ ولادته فطريا عن طريق الوراثة أيضا مع نموه الطبيعي في جميع الجوانب الأخرى، ويساعد في معدل ذلك النمو درجة نشاطه الحركي سواء كان النشاط مقصودا أو غير مقصود وبذلك لا يحدث التطور المطلوب في قدراته دون نضج تلك القدرات أي أن النضج أساس النمو في تلك الحالة، وكذلك لكي تتطور حركات الطفل من الحبو إلى المشي الخ، فإن ذلك يتوقف ليس فقط على نمو قدراته والمتمثلة في قوة العضلات الخاصة بذلك، بل وصول النمو إلى درجة النضج كأساس لحدوث التطور.²

من ناحية أخرى فإن هناك علاقة بين التطور الحركي والنضج حيث يعتبر النضج شرط أساسي لحدوث النمو، وبدون النضج لا يحدث النمو بالصورة المنشودة، وبذلك يصبح النمو والنضج جانبيين هامين لظاهرة التطور، وبذلك فإن أي نماء في نشاط أو سلوك حركي أو بدني أو عضلي يحتاج إلى درجة مناسبة من النضج، والتي تعمل على تحقيق الهدف من ذلك السلوك أو النشاط بذلك يتحقق النمو والتطور في مساريهما الطبيعي، فالتصويب على السلة مثلا لا يمكن تحقيقه وتطويره إلا إذا نما عندهم

1 - فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، القاهرة، دار المعارف، سنة 1995، ص 75.¹

2- فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، مرجع سابق ص 78.²

الإحساس والتوافق بين العين والذراع تصبح القدرات البدنية الخاصة¹. أما علاقة التعلم والتطور الحركي فيأخذ أهمية خاصة في الأنشطة الرياضية والبدنية، فلاعب الوثب العالي لا يستطيع اجتياز العارضة وتطوير تلك العملية على مستوى معين، إلا إذا نضجت وتمت قدراته البدنية الخاصة من قوة وسرعة ومرونة ورشاقة، إضافة إلى تكتيك وتكتيك الوثب العالي، تعد الحركة وهي ترافق الإنسان منذ ولادته أهم واجب يقوم به في حياته اليومية الاعتيادية وعليه يجب معرفة هذه الحركة كي يتمكن من معرفة الكيفية لإنجاز أي عمل بصورة مؤثرة سواء كان العمل سريعاً أم بطيئاً، وسواء تطلب إنجاز وقتاً قصيراً أم طويلاً، فحركة الإنسان هي الحرك لبدهه في أيه فعالية ونشاط، وعليه فإن التطور الحركي ذات أهمية بالنسبة لعملية النمو الشامل للفرد في أثناء نموه، إذ أن السلوك الحركي يعبر عن نفسه من خلال مجموعة من الحركات أو المهارات الحركية، والنمو الحركي يكون أكثر تخصصاً كلما تقدم الفرد بالعمر، إذ يتمكن من السيطرة على أجزاء جسمه وتتقدم مهاراته الحركية نحو التعقيد أكثر فأكثر.²

لقد استخدمت منحنيات للتطور الحركي بهدف اختيار صفة بدنية أو حركية أو مهارة حركية، كقياس الزمن أو المسافة، حيث يستخدم المنحنى لتسجيل التطور الحاصل في تلك الصفة أو المهارة الحركية، وتعد الخطوة البيانية المتعلقة بالتطور الحركي كثيرة التداول في بحوث ودراسات التربية الرياضية، وذلك من خلال العلاقة بين الصفة أو المهارة الحركية والعمر الزمني، والذي ينتج لدينا منحنى يمثل تطور النمو الحركي للأفراد لهذه المرحلة العمرية، فعندما يكون المطلوب استخراج تطور النمو الحركي للصفات الحركية ومنها الرشاقة مثلاً، نأخذ عينة من الطلبة من أعمار الثانية عشر أو الثالثة عشرة، ثم نقيس لهم صفة الرشاقة من خلال اختبار مقنن.

1- عبد الرحمن عيسوي: علم النفس والنمو، دار المعرفة، الإسكندرية، سنة 1989، ص 148.

2 - أسامة كامل راتب: النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1999، ص 120.

الاختبار السنوي للرشاقة – مثلا، ونستخرج الوسط الحسابي لهم فيكون لدينا الوسط الحسابي للطلبة في الرشاقة لكل عمر زمني، بعدها نرسم، الخطوط البيانية لتطور نمو الرشاقة لهذه المرحلة العمرية، حيث يمثل المحور السيني- العمودي - تطور النمو الحركي (الرشاقة) فيما يمثل المحور الصادي - الأفقي - العمر الزمني. ومن خلال تتبع تطور النمو على أساس العلاقة بين النمو الحركي والعمر الزمني، ينتج لدينا منحنى يمثل النمو في مظاهره المطلوبة، وفي ضوء تلك العلاقة يمكننا تحديد ما إذا كان تطور الصفة الحركية متماثلا أو مختلفا عن بقية الأعمار الزمنية للمرحلة نفسها، ويمكننا أن نحدد عن طريق المنحنى الحركي مدى الفرق بين عمر معين وبين الأعمار الأخرى، وبالتالي يمكننا تحديد الطريقة الصحيحة في تطور النمو الحركي لها.¹

إن التطور الحركي يشمل القابلية الحركية والجسمية مثل تطور القوة، السرعة، المقاومة، كذلك القابلية على السيطرة الحركية، تعلمه الحركي، التعود، التكيف.

12.3- التعلم والتعلم الحركي:

1-12.3 - التعلم:

يتضمن التعلم كل ما يكتسبه الفرد من ومعارف ومعان وأفكار واتجاهات وعواطف، وميول وقدرات وعادات ومهارات حركية وغير حركية، سواء تم هذا الاكتساب بطريقة مقصودة أو غير مقصودة، فالتعلم هو التصرف الجدي المبني على التجارب، وإن أي مهارة حركية يشاهدها المرء عدة مرات يجد نفسه يستطيع أن يعلمها ويبد عملية التعلم منذ مرحلة الرضاعة، فالطفل يتعلم الصراخ لكي يحمله أحد، وفي الطفولة المبكرة نتعلم عادات حركية كثيرة كالتقبض على الأشياء والوقوف دون

1- أسامة كامل راتب: مرجع سابق، ص 125-126.

مساعدة الأم وأن نلبس ثيابنا بأنفسنا، وفي هذه المرة أيضا نتعلم حل بعض المشاكل البسيطة كالصعود على الكرسي لأخذ شيء نريده من الرف، وكلما مرت الأيام تعلمنا حل مشاكل أصعب وعلى هذا الأساس ننتقل تدريجيا من ضروب التعلم البسيطة إلى مستوى أعلى لحل المشاكل التي تواجهها وتطلب ذلك استخدام التفكير.

إن التعلم يتطلب تدريبا وممارسة وملاحظة خاصة، ولكنه يتوقف إلى حد ما على مستوى النضج الذي بلغه الفرد فالمشي عند الأطفال يتوقف على النضج إلى حد كبير، لأن الطفل يستطيع المشي دون تدريب والواقع أننا لا نعلمه المشي بل نساعد عليه، ونشجعه على الاستمرار، وقد لوحظ أن بعض الأطفال يمشون جيدا دون تدريب، إلا أن التدريب يؤدي إلى حسن التآزر بين العضلات، واستبعاد الحركات التي لا فائدة منها، وأن تصبح الخطوات أكثر سعة واستقامة وسرعة، وهناك استعدادات وقدرات لا يمكن أن تظهر إلا بتدريب وتعلم خاص كالقدرة على السباحة.

إن التعلم يدل على حدوث تغيير أو تعديل في سلوك الفرد كإكتساب معارف أو معلومات جديدة أو إكتساب القدرة على أداء مهارة معينة نتيجة لقيامه ببعض من النشاط، يرى هوفلاند Heflard بأن التعلم تغيير في الأداء يرتبط بالممارسة ولا يمكن تغييره هو عملية معقدة تستغرق حياة الفرد بأكملها.¹ ويرى هيلجارد Helgard أن الاستدلال على التعلم يحدث من ملاحظة التغيير في الأداء هذا التغيير الذي يعتبر نتيجة للتدريب والخبرة.² ، بينما يرى جيتس Gates أن التعلم يمكن أن ينظر إليه على أنه عملية إكتساب الوسائل المساعدة على إشباع الحاجات والدوافع وتحقيق الأهداف، وهو كثيرا ما يتخذ صور حل المشكلات، فكان التعلم لا يحدث إلا بتحديد هدف واضح يتجه إليه

1- العجيلي وتاجي خليل: نظريات العلم، مطابع الوحدة العربية، الزاوية، ليبيا، سنة 1993، ص 168.

2- العجيلي وتاجي خليل: نظريات العلم، مرجع سابق، ص 168.

التعلم بكل نشاطه ليسخر ما عنده من استعدادات، في اكتساب الوسائل التي تساعد على الوصول إلى هذا الهدف وحل الموقف المشكل.¹

التعلم عملية طبيعية بالنسبة للإنسان، ولكنها معقدة تحتاج لكثير من الدراسات والتحليل شأنها بذلك شأن حقائق النمو والوراثة والتناسل، فالتعلم يسود كل أنواع النشاط البشري تقريبا، حتى إنه لا يكاد يخلو من أنماط السلوك المكتسب من نوع ما من التعلم.

12.3-2- التعلم الحركي:

التعلم الحركي بمفهومه العام هو تغيير في الأداء يرتبط بالممارسة الإيجابية، أي قيام الفرد الرياضي بنشاط، ولا يتم هذا النشاط إلا إذا نشأت لديه حاجات تدعوه إلى القيام بمثل هذا النشاط، فالتعلم الحركي هو اكتساب معرفة عن طريق أداء مهارة ما، أو اكتساب قدرة على أداء مهارات جديدة، فتعلم الحركات أو المهارات الجديدة لا تنتهي بالمعرفة التي اكتسبها الفرد الرياضي، بل المقدرة التي جاءت نتيجة الممارسة، والذي يبذل فيها الفرد الرياضي في البداية جهدا كبيرا نتيجة للتجارب الأولية، كما أن تثبيت هذه الحركات وجعلها تحت السيطرة في الوقت الذي يرغب فيه الفرد الرياضي.²

التعلم الحركي هو الأداء العملي، أي التجربة العملية المحسوسة، والذي يحدث نتيجة لتطبيق المعلومات المكتسبة والمعارف.³

وفي مجال التربية الرياضية يكون التعلم عملية انتقال المعلومات من المدرب إلى اللاعب، وهي عملية ضرورية يتأسس عليها التدريب الرياضي، وذلك لأجل أن يكتسب اللاعب المهارة التي تسهم

2 - العجيلي وتاجي خليل: نظريات العلم، مرجع سابق، ص 168.¹

3 - أسامة كامل راتب: النمو الحركي، مرجع سابق، ص 143.²

- عبد علي ناصيف: التعلم الحركي، مطابع جامعة الموصل، العراق، سنة 1980، ص 103.³

بالارتقاء بمستواه إلى أقصى درجة فعندما لا يستطيع الفرد الرياضي أداء مهارة حركية معينة بصورة

صحيحة أثناء ممارسته لنشاط رياضي معين، فإنه يشعر بحاجة إلى تعلم هذه المهارة الحركية.

إن عملية التعلم في النشاط الحركي لا يقتصر على تعلم المهارات الحركية، بل يشمل أيضا تعلم

خطط اللعب وهذا يهدف إلى اكتساب اللاعب المعلومات والقدرات الخططية وإتقانها، بالقدر الكافي

الذي يمكنه من حسن التصرف لمختلف المواقف المتعددة والمتغيرة أثناء المباريات، فتعلم خطط اللعب

يستند على التعلم الحركي.¹

إن الأساس في التعلم هو السلوك، فالمدرّب أو المدرس عندما يعلم مهارة فإنه يشرحها لفظيا أولا

ثم يعرضها أمام الطلاب، ثم يطلب من الطالب أداءها، ومن خلال المحاولات المستمرة من قبل المتعلم فإنه

قد يخطأ ويفشل، وفي الحالتين فإن المدرّب يستمر في إرشاداته المستمرة خلال أداء المتعلم للمهارة، وفي

النهاية وبعد عدة محاولات يصل إلى الأداء الصحيح.

إن الذي عمله المدرّب يمثل مثيرات حركية للاعب، حفزات إحساسه ورغب في دفعه للتعليم

والسيطرة على الأداء الحركي، إن هذه الأحاسيس والرغبات أحدثت توتر نفسيا عند المتعلم جعلته يأتي

بسلوك حركي يشابه السلوك الذي يؤديه خلال شرحه وعرضه للمهارة، وعندما يصل إلى مرحلة الأداء

الصحيح بطريقة سليمة فإن تأثيره ينتهي بتحقيق هدف المهارة.²

إن التعلم يمكن أن يكون تغيرا في السلوك الناتج عن استثارة، ولكن هذا يكون غير متسلسل

حيث يتغير سلوك بعض اللاعبين خلال اللعب نتيجة لأي استثارة، ومع ذلك يحدث تعلم، وعندما يتغير

سلوك اللاعب في الملعب بسبب تأثير التعب أو الإصابة فإن هذا التغير لا يعتبر تعلمًا، وذلك لأن هذا

- فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، مرجع سابق، ص 95¹.

1- السيد عبد المقصود: نظريات التدريب الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، سنة 1969، ص 36²

التغير يختلف عن التغير نتيجة لتعرض اللاعب لموقف يتضمن نوعا مختلفا من المشيرات كالشرح أو عرض الحركة، والتي تتوجب نوعا جديدا في السلوك تؤدي إلى التكيف لموقف معين يساعد على اكتساب خبرة جديدة تؤهل اللاعب لمواجهة المواقف الشبيهة مستقبلا .

إن عملية التعلم الحركي في التربية الرياضية لا تشمل مهارات وعادات حركية معينة، بل تشمل عملية التعلم الحركي بصورة شاملة وفق الآتي:

1- تعلم المعارف والمعلومات المتصلة بالنشاط الرياضي.

2- تعلم السلوك الاجتماعي، فالنشاط الرياضي من حيث أنه ظاهرة اجتماعية يسعى لمحاولة إكساب الفرد مختلف النواحي السلوك الاجتماعي المقبولة¹.

يرى هربرت سنبر Herbert Spencer أنه يجب مراعاة المبادئ التالية من خلال

عمليات التعلم :

أ- السير من البسيط إلى المركب .

ب - السير من الغامض إلى المحدد .

ت- السير من المحسوس إلى المعنوي.

ث- السير من العملي إلى النظري، ومن مستوى الخبرة العملية إلى التفكير الفعلي.

كما يرى جون هنري بستالوتزي John Heiorich Pestalzi مراعاة المبادئ التالية :

أ. البدء بالمدرجات الحسية.

ب. الانتقال من المحسوس إلى المعقول .

2- فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، مرجع سابق، ص 112.¹

ت. الانتقال من البسيط إلى المركب.

ث. الانتقال من العام إلى الخاص.

ج. الانتقال من الجمل إلى المفصل.

ح. الانتقال من المعلوم إلى المجهول¹.

13.3- العوامل المؤثرة في التعلم الحركي :

13.3-1: التصميم على الهدف :

إن تعلم حركة جديدة عمل إيجابي من جانب الفرد الرياضي، يرتبط بإدراك الفرد للحركة أو المهارة الجديدة، مع إيمان اللاعب بهدف الحركة أو المهارة، وطالما ان ذلك عمل إيجابي فهناك نشاط يقوم به الفرد الرياضي في مختلف الظروف والعوامل بتصميم معين وهو دافع الحركة، هذا الدافع الحركي الذي يظهر بوضوح عندما نلاحظ أن الأطفال الأصحاء يكونون في حركة دائمة خلال مراحل نموهم المختلفة، مع تناسب ذلك مع مستوى التطور الحادث في الجهاز العصبي لهؤلاء الأطفال الأصحاء. لو لاحظنا الطفل في مرحلة الرضاعة وهو يحاول مسك الأشياء التي يقع عليها بصره، ويحاول جمعها ليلعب، ماذا يعني ذلك؟ يعني أن الطفل بدأ يجمع تجارب حركية جديدة حول هذه الأشياء، إذن دافع المران أو الحركة يشكلان أهم عوامل التعلم الحركي الجديدة في سن المرء فيما بعد².

ولقد أطلق (Pawlow) على دافع الحركة والمران التصميم على تحقيق الهدف، فالحياة تعمل من أجل هدف ما وهي المحافظة على الحياة ذاتها، ويسعى الإنسان ويعمل بكلل أو من أجل تحقيق ذلك الهدف ويسمى هذا الهدف بغزيرة الحياة، إن هذا الدافع يتكون من عدة دوافع ويشكل القسم الأكبر

فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، مرجع سابق، ص 114.¹

فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، مرجع سابق، ص 108.²

منها الدوافع الحركية الإيجابية التي تتم في ظل عوامل وشروط تتناسب والحياة، والتي يمكن ملاحظتها من خلال حركات الذراعين¹.

إن الطاقة الأساسية للحياة تنبع من دافع المستقبل الذي له تأثير كبير على الحياة نفسها، فعندما يسعى المرء لتحقيق هدف ما يشع بالسعادة عندما يحقق هذا الهدف لينتقل منه إلى هدف ثان، وهكذا فالطاقة الأساسية للحياة هي العامل الهام لتحسين وتطوير وتقديم حركات الحياة ذاتها، أي أنها كل شيء بالنسبة للتعلم الحركي، والتي تظهر بوضوح كما بين في بداية حياة المرء كدافع حركة ودافع تمرين، ومع مرور الوقت يضاف التفكير والنشاط في التعلم مع الإرادة والقدرة على العمل والوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، بالإضافة إلى الإنتاج العالي في الحياة العامة.

13.3-2: المخزن الحركي والتجارب الحركية:

يرتبط تعلم الحركات الجديدة بدون شك على نمو الأجهزة الداخلية وخاصة الجهاز العصبي، فلا يستطيع الطفل المشي دون تنمو ساقاه بحيث تستطيعان تحمل وزن الجسم، ولكن يتمكن الطفل من الشعور بالاتزان ويستطيع الفرد الرياضي تعلم حركات جديدة كلما كثرت عند التجارب الحركية (أو الخبرة الحركية) أن التجارب الحركية التي يمر بها الإنسان أو الفرد الرياضي يحتفظ بها في المخزن الحركي بالمخ، ذلك أن الجهاز العصبي ينمو وينضج من خلال العمل الدائم²، وهذا يفسر لنا كيف يتم إنتقال أثر التدريب من مهارة معينة، فلقد تناول علماء النفس هذا الموضوع بالبحث والدراسة لمعرفة هل ما تعلمه الفرد الرياضي وما يكتسبه من نواحي السلوك الرياضي في خلال ممارسته النشاط الحركي، سواء

أسامة كامل الراتب: النمو الحركي، مرجع سابق، ص 98.¹

1- فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، مرجع سابق، ص 111²

أكان ذلك في عملية التدريب أو المنافسة يمكن أن ينتقل أثره في تعامله مع الناس وهل تؤثر عملية اكتساب مهارة حركية معينة في اكتساب وتعلم بعض المهارات الحركية الأخرى¹.

من المعروف أن الفرد الرياضي لابد أن يتعلم المهارات الحركية والسلوك الرياضي من درجة الصفر، فلقد ذكرنا أن الفرد منذ ولادته يبدأ في تعلم المهارات الحركية إذن ففي المجال الرياضي، نجد الفرد قد مر بتجارب كثيرة حركية وسلوكية تؤثر بالطبع في الخبرات التي يحاول تعلمها واكتشافها، وقد يكون تأثير هذه الخبرات إيجابيا أو سلبيا وهذا يتوقف بالطبع على الخبرات السابقة التي يحتفظ بها في المخزن الحركي أو السلوكية، لذلك فهناك انتقال إيجابي لأثر التدريب والمران، وهو عبارة عن إسهام مهارة معينة سبق تعلمها واكتسابها في تكوين أو تطوير مهارة أو مهارات جديدة، مما يساهم في سرعة تعلم وإتقان تلك المهارة الجديدة، والتي تركز بالطبع على خبرة حركية سبق للفرد الرياضي، وهذه الخبرة الحركية السابقة تتميز بالإتقان والتثبيت الصحيح للمهارة الحركية السابقة والتي تتشابه في مكوناتها أو بعض مكوناتها مع تلك المهارة الجديدة².

كما أن الفرد الرياضي عندما يعرف مدى التشابه بين مكونات الحركة الجديدة (الخبرات الحركية) يبحث عن عامل آخر وهو اكتشاف العلاقات الأساسية بين المهارة الجديدة والمهارة أو الخبرة الحركية لديه لإمكانية التعميم بينهما ففي كثير من المواقف يمكن تعميم ما تعلمه الفرد الرياضي في المواقف المتشابهة، فالخدع مثلا في الألعاب الصغيرة يمكن استخدامه في الألعاب الكبيرة وهكذا.

2- انتصار يونس: سيكولوجية النمو والشخصية، دار المعارف، الإسكندرية، سنة 1988، ص 128.¹

3- أسامة كامل الراتب: النمو الحركي، مرجع سابق، ص 107.²

وعندما يحدث تعارض بين مهارة معينة سبق تعلمها مع مهارات أخرى، مما تعمل على الإقلال من تعلم وإتقان تلك المهارات فيسمى ذلك انتقال أثر التدريب أو التمرين السلبي، والذي يعمل على تداخل أو تعارض المهارات الحركية.

13.3-3: غرض الحركة وهدفها.

لكل حركة واجب يحدد هدف وغرض الحركة وكل حركة رياضية جديدة يتعلمها الفرد، تخدم بالطبع أو تحقق واجبا حركيا سبق أن تعلمه أو سبق معرفته له، وعليه كان من الأهمية استطاعة الفرد الرياضي استيعاب الواجب الحركي مضبوطا وواضحا، حتى تكون هناك قاعدة للتعلم أفضل.¹

ونستطيع أن نقول أن التعلم الحركي المقصود يرتبط باستيعاب وتفهم واجب الحركة الجديدة مع معرفة غرض تلك الحركة، وكلما وضح هدف وواجب الحركة فإن ذلك يبعث في نفس النفس الرياضي الحماس والإقدام على أداء تلك الحركة، ويصبح التعلم الحركي ذا فعالية عندما يتعامل الفرد الرياضي مع أداة، أو يحاول التغلب على شيء عارض مثلا، ويررى العالم Jhon أن وجود أداة لكل تمرين أو تدريب أو وجود شيء يمكن للفرد الرياضي من التغلب عليه يجعل الموقف التعليمي أكثر فعالية، وهذا يوضح لنا أن الملائمة الخيالية أو المبارزة الخيالية لا فائدة منها، ذلك أن الواجب الحركي هنا ليس له غرض محدد، ذلك أن الحركات الرياضية هي عبارة عن نشاط إنساني مع الأدوات والعوارض، ومع الواجبات التي تفرضها البيئة الخارجية والتي تتم برغبة الإنسان واختياره ليجد فيها ما يحقق رغباته.²

1 - محمد يوسف الشيخ: التعلم الحركي، دار المعارف، القاهرة، سنة 1984، ص 117.

1 - أسامة كامل الراتب: النمو الحركي، مرجع سابق، ص 109.

إن هذا النشاط الإنساني الدائم والذي يربط الإنسان بالبيئة الخارجية من العناصر الأساسية للتعلم الحركي، أن الطفل الرضيع تبدأ علاقته بالبيئة الخارجية عندما يكون دافع حب الاستطلاع قد بدا عن طريق المسك واللمس لكل ما تقع عليه عيناه.

والنجاح الحركي للطفل الصغير يجعله دائما مقدما على الحركات الناجحة ويتدرب عليها، وبالتالي تقوى تلك الحركات فهذا بالطبع إلى شعور طيب ومن هنا لا يعرف وجه الطفل الضاحك الذي تنجح محاولاته بعد أن قام بعدة تجارب حركية فاشلة¹.

ولذلك نفضل بل ننح دائما في التعلم الحركي بإعطاء الأولوية لعنصر الشجاعة في أداء الحركات مع إعطاء ملاحظة بسيطة عن طريقها يتم التحسن من ناحية النوع والكمية، وفي السنوات المتأخرة عندما تصبح إرادة واضحة وثابتة نجد أن الخسارة تكون واقعا للتدريب والتمرين، وهذا بالطبع يرتبط بقوة الهدف والفوز والهزيمة أمران لا بد منهما فتاريخ الرياضة حافل بأمثال عديدة وكلمة قوى ووضوح الهدف يصل الفرد الرياضي خلال مراحل الإعداد الطويلة إلى الفوز.

14.3- مبادئ التعلم الحركي:

1-14.3 - الاستيعاب:

إن سرعة الفهم والاستيعاب تؤثر على التعلم، فسريعي الفهم والاستيعاب يتعلمون الحركة أسرع ويستوعبون أكثر من غيرهم الذين لا يستطيعون الاستيعاب، فهم قادرون على التكيف بصورة سريعة للمواقف التي تتطلب التفكير السريع، والاستيعاب يكون على الشكل الآتي:

2 - أسامة كامل الراتب: النمو الحركي، مرجع سابق، ص 112.¹

14.3-1-1- الوضوح:

إن الوضوح في عملية التعلم تسهل على الفرد استيعاب وإدراك المسائل الجوهرية المتعلقة بالحركة من الناحية النظرية والعلمية، إن إيضاح الحركة يتطلب أداء حركيا جيدا أو عريضا جيدا أو مشاهدة أفلام، فالوضوح الحركي سوف يسهل عملية إدراك الحركة وإن وسائل الإيضاح الجيدة تسهل عملية الوضوح وإدراك الأشياء من بعد ذلك، كذلك الطريقة التعليمية التي يسلكها المعلم.

14.3-1-2- السهولة:

وهي أن تكون الحركات في بادئ الأمر سهلة مقبولة لدى الكائن الحي حتى يستطيع استيعابها، وخاصة عند المبتدئ فصعوبة الحركات في بادئ الأمر سوف تعطي للمبتدئ الصعوبة في الفهم والإدراك.

إن التدرج بالمبتدئ بحركات سهلة والانتقال بها إلى الصعبة سوف تؤدي إلى أثر طيب في التعلم وعلى تطور الكائن الحي، والفرد الذي لديه تجارب، سوف يتحمل الحركات الصعبة ويعتبرها سهلة أكثر من الفرد الآخر الذي ليس لديه تجربة، فالمهم أن يتعلم الفرد الحركات التي يستوعبها ويدركها ويعتبرها سهلة وخاصة الحركات الصعبة والمركبة.

14.3-1-3- التدرج:

وهي زيادة في عدد المهارات والحركات التي تعلمها الرياضي أو استوعبها والتدرج بصعوبة الحركة نفسها حين إعادتها، وزيادة صعوبتها عن طريق الحمل حتى يستطيع تأدية الحركة الاعتيادية بصورة سهلة.

14.3-2- التشويق والإثارة:

من المميزات المهمة التي يجب أن ينبه إليه المربون هي مبدأ التشويق والإثارة، لأن أي عمل يقوم به الإنسان لا يمكن أن يتقن إذا ما كانت هناك إثارة أو رغبة في العمل مثل استعمال ألعاب صغيرة مسيلة أو التشجيع أو الإطراء وإشعار المجموعة الرياضية التي بحوزتك باهتمام بهم، كذلك استعمال طرق خاصة بالتشويق كالسفرات الجماعية والاجتماع بعد التمرين، وإعطاء بعض المسؤوليات للأفراد، ومبدأ التشويق والإثارة، يتطلب من المعلم أو المدرب درجة عالية من التجارب والخبرات.

14.3-3- الإتقان والثبات والتجارب السابقة:

الإتقان صفة من صفات الرياضي لدى الرياضي والمدرّب والمعلم الذي يعرف صفة المهارات والحركات ودرجتها وهل أن الرياضي وصل إلى درجة الإتقان.

إن صفة الإتقان من الصفات المهمة التي ينتبه لديها المدربون في تعليم المهارات، أن استيعاب أو إتقان المهارات سوف يؤدي إلى تعلم مهارات جديدة.

إن إتقان المهارات وتثبيتها بشكل آلي مرتبط بالتدريب والتعلم الجيد، وكلما أتقنت المهارات سوف تؤدي الحركات بشكل أفضل من السابق وسببه يعود إلى الاقتصاد بالجهد.

اكتساب المهارات وخاصة التجارب السابقة تؤدي إلى تأدية الحركات بصورة أفضل، فالفرد الذي لديه ممارسة سابقة له قدرة على الأداء أفضل من غيره لتأدية الحركات وتعلمها.

14.3-4- الممارسة:

لا يمكن أن يتعلم الفرد المهارة إلا من خلال ممارستها وخاصة الحركات الشائبة، فلا يمكن أن يتعلم ركوب الدراجات أو السباحة إلا من خلال ممارستها والتدريب عليها و لفترة غير قليلة.

14.3-5 - دافع الحركة و المران :

هو اتجاه الفرد نحو الآخرين، أصدقائه، معارفه، ونحو المجتمع الذي يعيش فيه و الولاء للوطن و إنكار الذات و المثابة و حبه للعمل، و يقيد بالدافع الحالة النفسية الداخلية التي تحركه لتحقيق الهدف و معرفة الدافع الذي يدفع الرياضي للتعلم الحركي مهم جدا من أجل تعليمهم و تقدمه، فالدافع و الطموح يدفع الفرد إلى التعلم.

14.3-6- تأثير المجتمع و البيئة:

يلعب المستوى الإجتماعي و الثقافي و توفير الأجهزة و الأدوات و المناخ و البيئة و المجتمع على التعلم و على نوع النشاط الرياضي.

14.3-7- النضوج:

و النضج في علم الحركة معناه السن المناسب لاختيار اللعبة، فمثلا سن النضج للجمباز هو 4-5، و سن النضج للسباحة من 3-4، و سن النضج للملاكمة من 14-15، فالنضج هي الوسيلة التي يراها مناسبة له.

14.3-8- النمط الجسمي/ و القوام:

هناك أنماط عديدة يتصف بها الكائن الحي، و إن هذه الأنماط يمكن أن توزع عليها مختلف الأنشطة الرياضية، فقصر القامة يصلح للجمباز و طويل القامة يصلح لكرة السلة، و أهم ما يميز الحركات الرياضية و نجاح هذه الحركات، هو اختيار النمط الذي يصلح لهذه اللعبة أو تلك.

14.3-9- المزاج و أنماطه:

هو مجموعة من الصفات التي تميز الانفعالات للأفراد، و قد تكون هذه الانفعالات مهمة جدا في التأثير على حركات الإنسان و النشاطات الرياضية، و في التدريب الرياضي ينظر إلى هذه الصفة بعين الاعتبار، و لا تقل أهمية المزاج عن أهمية أنماط الجسم و القوام، و أننا نجد أن الأنماط الأمزجة مهمة جدا في تقديم النشاطات الرياضية و المزاج من ناحية علم الحركة هو الدرجة التي يتأثرها الفرد في الموقف الحركي، و نوع الاستجابة الحركية و ما هو رد الفعل الحركي على هذا الموقف، فإن المزاج السائد لدى الفرد يؤثر على سير الحركة ، و لهذا ينصح بأن يأخذ الرياضي النشاط وفق مواجه و نمطه، و هذه الأنماط ، النمط الليمفاوي، و الدموي ، و الصفراوي، و السوداني .

15.3- مفهوم الرضى الحركي:

الحركة هي النشاط و الشكل الأساسي للحياة و هي في مضمونها استجابة بدنية و طريقة أساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم بوجه عام و هي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء أكانت داخليا أم خارجيا وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في المفاهيم وحل المشكلات و قد أجمعت الآراء في الآونة الأخيرة على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضى والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا إيجابيا سواء من الناحية الفعلية والبدنية أو الاجتماعية أو النفسية للمشاركين فيها¹

1- سهير مصطفى المهندس: تأثير برنامج تربية حركية مقترحة على الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية المؤتمر العلمي الأول، المجلد الثاني، جامعة الزقازيق، سنة 1990، ص 293.

يعرف الرضى الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبير عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحقق بهذا النشاط¹. أما الرضا عن العمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محبا لعمله مقبلا عليه في بدء يومه². إن الرضى سواء عن المهنة أو الدراسة يأتي من نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو مهنته أو درسته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصية وميوله التي تظهر في صورة الرضى³.

يلعب المدرس أو المدرب الرياضي دورا هاما في وصول الفرد إلى خبرات سارة مرضية" فإذا ما ألم بالتدريس الماما تاما بأحسن طرق التعليم المهارات في مجال التربية البدنية فإن هذا ادعى إلى اقتصاد الجهد والوقت ويحقق نتائج أحسن وسيصل المتعلم على خبرة تعليمية شاملة وسارة"⁴. إن القيادة الرشيدة هي مفتاح التعليم الجيد السليم، فيمكن للقائد أن يخلق مواقف سارة تجعل الأفراد يتذوقون النجاح ويحصلون على خبرات مرضية سارة فيحققون شيئا من الرضى. إن الرضى عن الأداء الحركي يشكل تدعيما أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلا على أن زيادة الشعور بالرضى عن مستوى الأداء يعد أحد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (Singer) " إلى أنه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الانجاز الرياضي

2 - محمود سمير طه، بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقى الميدان والمضمار، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول " العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1989، ص 101.

3 - محمد عفاف محمود: الرضى عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى للطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية، المؤتمر العلمي الخامس، جامعة حلوان مصر، سنة 1984، ص 728.

4 - محمد عفاف محمود: الرضى عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى للطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية، مرجع سابق، ص 728.

5 - تشارلر بيوكر : أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة 1964، ص 434.

هو الشعور بالرضى عن مستوى الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشرا عن حالة الرضى، كما ويرتبط رضا الفرد بخبرات الفرد السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمة فإن ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبني عليها توجهات الفرد ورغباته فيحيا حياة صحيحة سعيدة متمتعة ويكون قارا كما يشير (أسامة) في هذا الصدد" إلى أن الخبرات السابقة الإيجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح و الرضى في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضا نتيجة تحقيق الأهداف".¹

16.3- إجراءات تكوين الرضى الحركي:

الرضى عن موضوع معين هو حالة وجدانية إيجابية تؤدي إلى قبول التعامل معه، وهذه الحالة الوجدانية هي محصلة بين ما يريده الفرد وما يحصل عليه، ومن ثم فالرضى حالة نفسية تصاحب بلوغ الفرد لغاياته وإشباعه لحاجاته. والجدير بالذكر أن الفرد أيا كانت المرحلة العمرية التي ينتمي إليها عندما يتعامل مع أي موضوع جديد، فإن هذا الموضوع يكون في موقع اختباري، فإذا أدى التعامل معه إلى درجة معينة من الإشباع كان ذلك كفيلا بتكوين الرضى عنه درجة تتناسب مع درجة هذا الإشباع. ونظرا لأن حالة الرضى النفسي عن أي موضوع أو أي نشاط تتكون خلال الفترة الأولى للتعامل معه أو ممارسته، فإن دراسة الرضى في المجال الرياضي غالبا ما تنصب على مرحلة الطفولة والمراهقة، حيث أن هذه المرحلة من حياة الفرد هي بمثابة فترة اختبار لكثير من الأنشطة الإنسانية

- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 2001، ص 256¹

وخصوصا النشاط الرياضي لما له من خاصية إشباع الحاجة إلى الحركة والتي تعتبر من الحاجات الأساسية للإنسان بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة.

وتتحكم في عملية التكون الرضى عن الممارسة الرياضية نوعان أساسيان من المتغيرات الأولى:

هي مجموعة المتغيرات الشخصية والتي تتحد فيها يريد الفرد الحصول عليه، وهذه النوعية من المتغيرات متوافرة لدى كل فرد يسعى للممارسة الرياضية وتمثل في محاولة إشباع حاجته البيولوجية إلى الحركة وكذلك إشباع حاجة أو أكثر من حاجاته النفسية تبعاً لتكوينه النفسي، أما المجموعة الثانية من المتغيرات فهي تلك المتغيرات كما يشير (أسامة) في هذا الصدد " إلى أن الخبرات السابقة الإيجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح والرضى في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضا نتيجة تحقيق الأهداف¹.

16.3- إجراءات تكوين الرضى الحركي:

الرضى عن موضوع معين هو حالة وجدانية إيجابية تؤدي إلى قبول التعامل معه، وهذه الحالة الوجدانية هي محصلة بين ما يريده الفرد وما يحصل عليه، ومن ثم فالرضى حالة نفسية تصاحب بلوغ الفرد لغاياته وإشباعه لحاجاته. والجدير بالذكر أن الفرد أياً كانت المرحلة العمرية التي ينتمي إليها عندما يتعامل مع أي موضوع جديد، فإن هذا الموضوع يكون في موقع اختباري، فإذا أدى التعامل معه إلى درجة معينة من الإشباع كان ذلك كفيلاً بتكوين الرضى عنه درجة تتناسب مع درجة هذا الإشباع. ونظراً لأحن حالة الرضى النفسي عن أي موضوع أو أي نشاط تتكون خلال الفترة الأولى للتعامل معه أو ممارسة، فإن دراسة الرضى في المجال الرياضي غالباً ما تنصب على مرحلة الطفولة

أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 2001، ص 256.¹

والمراهقة، حيث أن هذه المرحلة من حياة الفرد هي بمثابة فترة اختبار لكثير من الأنشطة الإنسانية وخصوصا النشاط الرياضي لما له من خاصية إشباع الحاجة إلى الحركة والتي تعتبر من الحاجات الأساسية للإنسان بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة.

وتتحكم في عملية تكوين الرضى عن الممارسة الرياضية نوعان أساسيان من المتغيرات الأولى:

هي مجموعة المتغيرات الشخصية والتي تتحدد فيما يريد الفرد الحصول عليه، وهذه النوعية من المتغيرات متوافرة لدى كل فرد يسعى للممارسة الرياضية وتتمثل في محاولة إشباع حاجته البيولوجية إلى الحركة وكذلك إشباع حاجة أو أكثر من حاجاته النفسية تبعاً لتكوينه النفسي، أما المجموعة الثانية من المتغيرات فهي تلك المتغيرات البيئية التي تساعد على تحقيق غاياته وإشباع حاجاته، وهذه النوعية من المتغيرات يمكن التحكم فيها من خلال بعض من الإجراءات التالية:

✚ أن تكون الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة أي نوع من النشاط مجالا خصبا لإشباع حاجة الفرد إلى الحركة ومتنفسا قويا لطاقته الحركية الكامنة.

✚ أن تكون الممارسة الرياضية في جو انفعالي يسوده المرح والسعادة ومجلا لتحقيق أكبر قدر من النجاح.

✚ أن تكون الممارسة الرياضية للنشاط في تنظيم يتناسب مع مستوى قدرات ممارسيه البدنية والعقلية، حتى يكون مجالا خصبا لإظهارها .

✚ أن تشمل الممارسة الرياضية على إجراءات تدعيمه إيجابية عن كل أداء ناجح، على أن تكون هذه الإجراءات فورية ومناسبة لمستوى الأداء، وفي نفس الوقت يجب تجاهل الأداء الخاطئ وعدم تدعيمه سلبيا.

تطوير أدوات وأجهزة الممارسة الرياضية بما يتناسب مع مستوى القدرات البدنية والحركية حتى

لا تكون مجالاً للشعور بالفشل والإحباط.

أن يكون التنافس عنصراً أساسياً في برامج الممارسة الرياضية وعلى مستوى مناسب لدرجة

النضج الانفعالي الذي يكون عليه الممارسون.

أن يتم تنظيم الممارسة الرياضية بأسلوب يتجنب أي نوع أو درجة من الإصابات، وذلك من أجل

تجنب الخبرات الانفعالية السلبية في الممارسة الرياضية بصفة عامة وفي أي نوع من أنواع

الأنشطة الرياضية.

أن تكون ممارسة أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية بالطريقة الكلية التي تسمح باكتساب

التوافق الأولى، الأمر الذي يساعد على استيعابه وتقبله واستمرارية التعامل معه.

أن تكون الممارسة الرياضية - وخصوصاً إذا كانت لنوع معين من النشاط الرياضي - مجالاً

لاكتساب مهاراته الأساسية وتحقيق مستوى مناسب من الإنجاز الحركي حتى يجد فيها الممارس

مجالاً للتطور والنجاح.

خلاصة :

أصبح النشاط البدني الرياضي ضرورة من ضروريات الحياة المعاصرة ويجب أن تكون الممارسة بالصورة التي توفر الفائدة المرجوة منها وأن تحقيق الفائدة والنجاح في أداء الأنشطة الرياضية يؤدي إلى شعور الفرد بالرضى الحركي الذي يعد أحد أهم الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن الممارسين في شتى المجالات المعرفية والحركية ويساهم في تحقيق الإنجاز الرياضي والمساعدة على تطوير مستوى الأداء من خلال تفهم أفضل لهم عن مستوى رضاهم الحركي فضلا عن أن الإحساس بالرضى نتيجة الاشتراك بالأنشطة الرياضية يؤدي إلى الشعور بالارتياح والسعادة للممارسة تلك الألعاب وهذا يؤدي إلى التغلب على كثير من الصعوبات التي تواجههم عند عملية التدريب والممارسة ويساهم في إثارة الدافعية لديهم نحو الاستمرار في مزاولة الأنشطة، في أن الحالة الانفعالية الإيجابية التي تستند عليها خبرات النجاح تعد من أهم الأسس للنهوض بمستوى أداء الفرد.

الفصل الرابع

المرافقة ومميزاتها

تمهيد:

يعتقد العلماء والباحثون أن دراسة فترة المراهقة لاعتبارات مدرسية , إلا أن ذلك لا يمنع من دراسة تلك المرحلة لاعتبارات عملية نفعية تجعلنا أقدر على التعامل مع المراهق من جهة , وعلى فهمه وفهم ذواتنا والأصول النفسية من جهة أخرى .

فالمراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغيرات عقلية وجسمية , إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم , وقلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل , حيث وصفها " ستانلي هول " أنها فترة عواصف وتوتر وشدة وتكتنفها الأوهام النفسية , وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق .

وعلى هذا الأساس يجب دراسة الظواهر النفسية والسلوكية للمراهق , وكذا ما يحدث في جسمه من تغيرات فيزيولوجية وعقلية وانفعالية وعاطفية إدراكا لما قد ينجر عنها من نتائج سلبية أو ايجابية .
فهذه الفترة قد تكون المحطة الأخيرة للفرد كي يعدل أو يتم تكامل شخصيته في ظل الخبرات الديناميكية الجديدة في حياته .

ومن هذا المنظور ارتأينا في هذا الفصل التطرق لمختلف أنواع المراهقة ومشاكلها وخصائصها حتى يتسنى لنا الإلمام بجميع جوانب الموضوع .

1.4 – مفهوم المراهقة:

يؤكد العلم الحديث أن مرحلة المراهقة هي منعطف خطير في حياة الإنسان , وهي التي تؤثر طيلة حياته على سلوكه الاجتماعي والخلقي والنفسي , ولذلك لا بد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية والسلوكية التي تعترى الكائن البشري أثناء هذه الفترة العصبية من حياته الانفعالية لاتصالها اتصالا وثيقا بسعادته أو بؤسه أو بصورة أدق وأشمل بسلوكه الاجتماعي .

فالمراهقة هي عملية الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب , وتتميز بأها فترة بالغة التعقيد لما تحمله من تغيرات عضوية ونفسية وذهنية تجعل من الطفل كامل النمو , وليس للمراهقة تعريف دقيق ومحدد , فهناك العديد من التعاريف والمفاهيم الخاصة بها .

فتعرّفها " البهي فؤاد السيد " على أنها المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج , والمراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد , فهي بذلك عملية بيولوجية حيوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها .

و راهق بمعنى : غشى أو لحق أو دنا من ... فالمرهق بهذا المعنى هو الذي يدنو من الحلم واكمال

النضج¹

أو " Adolescérré" أما " مصطفى فهمي " فيرى أن كلمة مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني :

" ومعناها التدرج نحو النضج الجنسي والبدني والعقلي والانفعالي .² Grow up

¹ البهي فؤاد السيد: الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط4 ، 1975 ، ص275.

² صالح العبودي: أثر السلطة الأبوية على النمو الاجتماعي للمراهق ، مذكرة دكتوراه ، معهد علم النفس وعلوم التربية ، الجزائر ، 1989 ، ص27.

ومن الناحية اللغوية يعرف " معجم متن اللغة " أنه الغلام الذي قارب الاحتلام ولم يحلم بعد فهو مراهق و راهق , وهي مراهقة و راهقة.¹

وكلمة مراهقة مشتقة من الفعل " راهق " بمعنى تدرج نحو النضج ويقصد به مجموعة من التحولات الجسدية والنفسية التي تحدث ما بين الطفولة والرشد.²

وقد يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج والاكتمال من النواحي النفسية والعقلية والجنسية والبدنية " المراهقة على أنها الوقت الذي يحدث فيه التحول البيولوجي ويعرف "AUSBEL".

وهناك من يخلط بين البلوغ والمراهقة لذا يجب التمييز بينهما: فالمراهقة هي التدرج نحو النضج والاكتمال، و " البلوغ " يقصد به نضج الأعضاء الجنسية واكمال وظائفها.

فمن خلال ذلك يتضح لنا أن البلوغ يقصد به جانب واحد من جوانب المراهقة

أما عن السن الذي يحدث فيه البلوغ فانه يختلف باختلاف الجنس والظروف الاجتماعية والمناخية التي يعيش في وسطها المراهق . وفيما يخص الفرق بين الجنسين فإن هذه التغيرات تحدث عند البنات في سن مبكرة ولا تحدث عند الأولاد غالبا قبل 12 سنة . كما ينبغي الإشارة إلى أن هناك فروق فردية واسعة بين الأفراد في سرعة نموهم واكمال نضجهم.

ومرحلة المراهقة هي المرحلة الإنمائية، أو الطور الذي يمر فيه الناشئ وهو الفرد غير الناضج جسديا وانفعاليا، عقليا واجتماعيا، نضج بدء النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي.

¹ أحمد رضا: متن اللغة، مكتبة الحياة، ط1، بيروت 1965، ص 21.

² سعد جلال، محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي، دار النهضة العربية ، ط2 ، 1982 ، ص 21.

ومن خلال جميع هذه التعاريف نقول أن مرحلة المراهقة هي مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد , تتميز فيها التصرفات السلوكية بالعواطف , والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة , وعلى العموم من السهل تحديد بداية المراهقة ولكن من الصعب تحديدها نهايتها .

وتعتبر من المراحل الحساسة في حياة الفرد , وذلك لما يحدث فيها من تغيرات نفسية وفيزيولوجية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في المراحل اللاحقة من عمره .

2.4- أنواع المراهقة:

في الواقع أنه ليس هناك نوع واحد من المراهقة , فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الاجتماعية والجسمية والنفسية والمادية , وحسب استعداداته الطبيعية , فالمراهقة إن كانت تختلف من فرد لآخر , كذلك تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق , فهي في المجتمع البدائي تختلف عنه في المجتمع المتحضر , كذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي¹ ومن هنا نستطيع تمييز أنواع المراهقة التالية:

1.2.4 المراهقة المتكيفة:

هي المراهقة الهادئة نسبياً تميل إلى الاستقرار العاطفي، وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة , وغالبا ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة , كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له , ولا يسرف في أحلام اليقظة والخيال أو الاتجاهات السلبية .

2.2.4 – المراهقة الإنسحابية (المنطوية) :

تتميز بالانطواء والعزلة والتردد والحجل والشعور بالنقص , وعدم التوافق الاجتماعي , ويصرف فيها المراهق جانبا كبيرا من تفكيره إلى نفسه وحل مشاكله والتفكير في الجانب الديني , والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية , كما يسرف في الاستغراق في أحلام اليقظة , وخيالات مرضية , يؤدي به إلى محاولة مطابقة نفسه بأبطال الروايات التي يقرأها أو يشاهدها في وسائل الإعلام المختلفة .

3.2.4 – المراهقة العدوانية:

والتي يكون فيها المراهق نائرا متمردا على السلطة الأبوية أو سلطة المجتمع الخارجي , كما يميل إلى تأكيد ذاته , ويظهر السلوك العدواني إما بصفة مباشرة أو غير مباشرة , فيتخذ صورة العناد ويرفض كل شيء¹ .

2.4 – 4 – المراهقة الجانحة:

تشكل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني، وتتميز بالانحلال الخلفي والانهيار النفسي، حيث يقوم المراهق بتصرفات تروّع المجتمع ويدخلها في بعض الأحيان في عداد الجريمة أو المرض النفسي أو العقلي² .

1-محمد مصطفى زيدان : النمو النفسي للطفل والمراهق ، أسس الصحة النفسية ، دار الشروق — جدة — 1979 — ص155 .

2محمد مصطفى زيدان نفس المرجع — ص 156 .

3.4 – أزمة المراهقة:

المراهقة فترة من العمر تتميز بالفوضى والتناقض, يسعى من خلالها الفرد (الشاب) إلى

الاستقلالية واكتساب هوية جديدة, كما تتميز بالتمرد ضد سلطة الأسرة والمؤسسات الاجتماعية

الأخرى, بأشكال مختلفة كرفض سلطة الوسيط العائلي خاصة سلطة الكبار, و" كسر " القيود التي تربطه بالطفولة.

كما يحاول المراهق دائما اجتياز تلك الأزمات والتوترات النفسية عن طريق ميكانيزمات دفاعية متنوعة , كالاهتمام بالنشاطات الرياضية

ويرى العديد من الباحثين أن أزمة المراهقة التي تتميز بالقلق والكآبة وعدم الاستقرار, تظهر تقريبا

في حدود سن 15 سنة, وتحدث بصفتين:

— إنها تدريجية, حيث أن المراهق يستوعب بعض الأفكار غير المفهومة خلال مرحلة الطفولة.

— ثم تنفجر الأزمة بصفة خطيرة, ويعود سببها إلى الإحساس الشديد بالخوف والخطأ والخجل, كما

ترتبط أزمة المراهقة بمستوى الذكاء الذي يصل إليه الفرد, فكلما ارتفع هذا المستوى اتنابه القلق أكثر¹

4.4- أشكال أزمة المراهقة :

تتخذ الأزمة التي يمر بها الفرد أثناء المراهقة أشكالا متنوعة , فيمكن أن تظهر على شكل تمرد ضد

السلطة الأبوية أو المجتمع أو على شكل تبعية للعادات والتصورات الاجتماعية السائدة .

إن سعي المراهق نحو التحرر والاستقلالية يعني الرغبة في تحقيق الذات والتخلص من التبعية الطفلية , التي

تفرضها الأسرة والمدرسة والمجتمع ككل , تسبب له الضيق والانزعاج والاحتقار من قدراته .

¹ B.Reymond. – Rinier. / le developpement social de l'enfant et l'adolescent- MARDAGA-1980- p 193

5.4- العوامل النفسية الاجتماعية لأزمة المراهقة :

5.4-1- تأكيد الذات :

يتمرد المراهق على الوسط العائلي ويظهر ذلك إما على شكل سلوكيات عنيفة وانتقادات موجهة ضد أفكار وأخلاق الكبار والأولياء أو على شكل صورة شفقة عليهم من خلال إحساسه بالتفوق , ومن وجهة نظر التحليل النفسي , الرغبة في تأكيد الذات والاستقلالية هي الدافع الأساسي الذي يؤدي بالمراهق إلى عدم تقبل الأنماط الفكرية الأبوية , ويزداد ذلك حدة عندما يكتشف أن سلطة الوالدين غير مطلقة .

إن تضارب قيم الأسرة بقيم جماعة المراهقين يسبب إهانة نفسية وجرح نرجسي عميق , تعد هذه المشكلة من بين تناقضات المراهقة الناتجة عن رفض صور الآباء وعدم الامتثال لقوانين الأسرة¹ . إن المراهق الذي يتميز بالميل نحو التحرر يجد نفسه مقيدا بجماعة الأقران, هذا من جهة ومن جهة أخرى شعوره بقيمته كشخص مستقل حر في سلوكه وأفكاره ما زال خاضعا لسلطة الأولياء فيقول " : " أن الحاجة إلى تأكيد الذات والشعور بعدم الاهتمام والتفاهم من طرف E.Restinberg الأولياء عبارة عن مميزات أساسية لمرحلة المراهقة " "

5.4-2- البحث عن الأصالة :

غالبا ما تعتبر عملية البحث عن الأصالة على الرغبة في تحطيم القوالب السابقة , والابتعاد عن قيم الأولياء والأسرة , فالنضج الفيزيولوجي واستيقاض العواطف والرغبات الجديدة تجعل المراهق يشعر حقيقة بأنه ولد من جديد لأنه لم يتوصل بعد إلى فهم معزى التحولات التي يعيشها .

¹ Dominguez -Jordan Daniel- Suicid Adolescent . N° 20 Decembre 1993p32

5.4- 3- البحث عن الهوية :

في المجتمعات التي تتميز بالتغيرات السريعة , يجد الشباب صعوبات كبيرة في الامتثال للقيم الاجتماعية السائدة , فالإحباط والصراعات النفسية التي يعيشها الفرد هي نتاج مباشر للتحويلات التي تمس النظام الثقافي التقليدي, فيمكن اعتبار " عملية الرجوع إلى الأصل " وسيلة دفاعية وملجأ ضد القلق والتوتر السيكولوجي لدى المراهق حسب " T.RECA " (1962) لا يتكوّن هذا الشعور بالهوية في المراهقة بسهولة , وذلك بسبب عدم تحديد الأدوار فيها, حيث لا يجد الشاب معايير ثابتة في عالم متميز بالحركة والتغير¹

6.4- العوامل المعرفية:

تمثل هذه المرحلة عند المراهق مرحلة الخروج عن تقليد الوالدين والمربين , ودخوله طور بناء الشخصية وحل المشاكل الحياتية التي يتعايش معها كما تتميز بطرح المراهق لعدة تساؤلات حول وجوده ومكانته في المجتمع , وتزداد شدة الأزمة في هذه المرحلة بظهور التفكير الطويل والتخيل والتخمين مما يساهم في تحولها إلى أزمة نفسية , ولذلك هناك بعض العلماء يسمونها مرحلة " الماورائيات "

7.4- مشاكل المراهقة :

إن مشكلات المراهقة من المشاكل الرئيسية التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة (المرحلة الثانوية) والسبب يعود إلى المجتمع نفسه والمدرسة والهيئات الاجتماعية والأسرة والنوادي , وكل

¹ Dominguez –Jordan Daniel- Suicid Adolescent . N° 20 Decembre1993p33.34

المنظمات التي لها علاقة بهذه الفئة , فكلها مسؤولة عن حالة القلق والاضطراب والعدوانية في حياة هؤلاء المراهقين في الوقت الحالي , لهذا سوف نتناول مختلف المشاكل التي يتعرض لها المراهق¹.

7.4-1 – المشاكل النفسية :

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق , وانطلاقا من العوامل النفسية ذاتها, التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التجديد والاستقلال وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب , فهو لا يخضع لأمر البيئة وتعاملها وأحكام المجتمع, وقيمه الخلقية والاجتماعية, بل أصبح يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله,

وعندما يشعر المراهق أن البيئة تتصارع معه , ولا تقدر موقفه ولا تجش إحساسه الجديد, لذا فهو يسعى دون قصد لأن يؤكد لنفسه وبثورته وتمرده وعناده , فإذا كانت كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدراته ومواهبه , ولا تعامله كفرد مستقل , ولا تشبع فيه حاجته الأساسية , في حين فهو يجب أن يحس بذاته وأن يعرف الكل بقدرته وقيمه².

7.4-2 – المشكلات الانفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في عنف انفعالاته وحدتها واندفاعها , وهذا الاندفاع الانفعالي , ليست أسبابه نفسية خالصة بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية , فإحساس المراهق بنمو جسمه , وشعوره أن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال وصوته قد أصبح خشنا , فيشعر المراهق

¹ أحمد شبشوب : علوم التربية ، المؤسسة الوطنية للكتاب ، 1991 ، ص 230.

² ميخائيل خليل عوض : مشكلات المراهقين في المدن والريف، دار المعارف ، القاهرة ، ط1، 1971، ص 73.

بالفخر وكذلك في الوقت نفسه بالحياء والحجل من هذا النمو الطارئ , كما يتجلى بوضوح خوف المراهق من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها والتي تتطلب منه أن يكون رجلا في سلوكه وتصرفاته¹

7.4-3 _ المشاكل الاجتماعية:

إن مشاكل المراهقة تنشأ من الاحتياجات السلوكية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع والمدرسة كمصادر للسلطة .

7.4-4 _ الأسرة كمصدر للسلطة :

إن المراهق في هذه المرحلة يميل إلى الحرية والاستقلالية والتحرر من عالم الطفولة , وعندما تتدخل الأسرة في شؤونه فهو يعتبر هذا الموقف تصغيرا له من شأنه واختبارا لقدراته , كما أنه لا يريد أن يعامل معاملة الصغار , لذلك نجد ميل المراهق إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من آراء وأفكار , ولا يستقبل كل ما يقال له بل تصبح له مواقف وآراء يتعصب لها أحيانا .

إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والتراعات الموجودة بينه وبين أسرته , وتكون نتيجة هذا الصراع إما خضوع وامتنال المراهق أو تمرده وعدم استسلامه .

7.4-5 _ المدرسة كمصدر للسلطة :

المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق معظم وقته , والسلطة المدرسية تتعرض لثورة المراهق , فالطالب يرى أن السلطة المدرسية أشد من سلطة الأسرة , فلا يستطيع المراهق أن يفعل ما يريد في المدرسة خضوعا وامتنالا للقوانين الداخلية لهذه المؤسسة , ولهذا فهو يأخذ مظهرها سلبيا للتعبير

عن ثورته كاصطناع الغرور أو الاستهانة بالدرس , وقد تصل الثورة أحيانا لدرجة التمرد والخروج عن السلطة المدرسية لدرجة تصل إلى العدوان ¹.

7.4 – 6 – المجتمع كمصدر للسلطة :

الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة , يميل إما إلى الحياة الاجتماعية وإما إلى العزلة , فالبعض منهم يمكنهم عقد صلات اجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب الأصدقاء , والبعض الآخر يميل إلى العزلة والابتعاد عن الآخرين لظروف اجتماعية ونفسية , وكل ما يمكنه القول في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح والاندماج الاجتماعي لا بد أن يكون محبوبا من طرف الآخرين وأن يشعر بتقبل الآخرين له . ²

7.4 – 7 – مشكلة الرغبات الجنسية :

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد إلى الجنس الآخر , ولكن أحيانا تقف التقاليد حائلا أمام رغباته الداخلية , فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق تجاه الجنس الآخر وإحباطها , وقد يتعرض لانحرافات وسلوكات لا أخلاقية , بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى طرق ملتوية لا يقرها المجتمع .

¹ميخائيل خليل عوض : مرجع سابق ، ص 162.

²— عبد الرحمان عيسوي ، معالم علم النفس ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1984 ، ص 98

7.4-8 – المشاكل الصحية:

من المتاعب التي يتعرض لها المراهق هي السمنة , فقد تكون سمنة بسيطة مؤقتة , لكن إذا ازدادت وكانت كبيرة يجب الاعتماد على نظام الحمية باستشارة أخصائي فقد تكون وراءها اضطرابات هرمونية للغدد , كما يجب عرض المصاب على طبيب نفسي¹.

7.4-9 – التربة العدوانية:

من المشاكل الشائعة بين المراهقين التربة العدوانية على الآخرين من زملائهم, وتختلف أشكالها مثل:

- الاعتداء بالضرب والشتيم على الزملاء (العدوان الجسدي واللفظي).
- الاعتداء بالسرقة .
- الاعتداء بإلقاء التهم على الآخرين .

ويرى الدكتور " عزت محمد راجح " أن غالبية المراهقين يعانون من صراعات متعددة وهي كما يلي :

- 1 — صراعات بين مغريات الطفولة والرجولة .
- 2 — صراع بين شعوره الشديد بذاته وشعوره بالجماعة .
- 3 — صراع جنسي بين الميل المتيقظ وتقاليده المجتمع أو بينه وبين ضميره الخلقى.
- 4 — صراع ديني بين ما تعلمه من شعائر وبين ما يصوره له تفكيره الجديد.
- 5 — صراع عائلي بين التحرر من سلطة الأسرة وقيودها, وبين رغبته في الاعتماد على الأسرة في قضاء حاجاته .
- 6 — صراع بين مثالية الشباب وبين الواقع.

¹محمد رفعت : نفس المرجع ، ص 300.

7 — صراع بين جيله وبين الأجيال السابقة.

8 — صراعات بين أهداف متعارضة في داخل يرغب في تحقيقها في آن واحد.¹

8.4 — خصائص ومميزات المراهقة:

يؤدي الانتقال من المدرسة الأساسية إلى الثانوية إلى اطراد الشعور بالنضج والاستقلال , ومرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل النمو في حياة الفرد بشيء هام ألا وهي التحولات أو التغيرات التي تطرأ عليه من الناحية الجسمية , العقلية , النفسية , الانفعالية , الاجتماعية والحركية والتي تؤثر بصورة بالغة على حياته في المراحل اللاحقة.

لذلك من أجل مساعدة هؤلاء للخروج من هذه المرحلة أصحاب معافين , ارتأى الباحث أن يلم بهذه الجوانب التي يتعرض لها المراهق , كون المعرفة والإلمام بما له أهمية خاصة للعاملين في ميدان التربية البدنية والرياضية , وبالتالي تحديد ميولهم واحتياجاتهم الأساسية .

أ- الخصائص الجسمية والفيزيولوجية :

إن الخصائص الجسمية للمراهق تظهر من ناحيتين , ناحية فيزيولوجية تشمل نشاط الغدد والأجهزة الداخلية التي ترافق بعض الظواهر الخارجية , والناحية الجسمية العامة والتي تشمل الزيادة في الطول والوزن² , وينعكس ذلك على اتساع الكتفين والصدر وطول الجذع ومحيط الردفين وطول الساقين . وتمتاز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج حيث يزداد الطول والزن وتنمو العضلات والأطراف , ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في سرعة النمو في جميع جوانب الجسم , كذلك تؤدي هذه السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة ويؤدي ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي¹.

¹- د. أحمد عزت راجح، أصول علم النفس، دار القلم، بيروت، لبنان، ص 273.

²سعدية محمد علي هادر: سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية ، ط1، 1980، ص141.

ففي المرحلة الممتدة من سن 11 — 14 سنة تظهر الزيادة والنمو عند المراهقين في الطول والوزن باختلاف الجنس , فنجد في مراحل معينة أن البنات يكنّ أطول من الأولاد وكذا أكثر منهم وزنا , في حين يفوق متوسط وزن جسم الولد وطوله بعد سن الـ 15 منه عند الإناث.²

وتشير متوسطات الطول والوزن التي أسفرت عنها دراسات الإدارة العامة للصحة المدرسية إلى النتائج الموضحة في الجدول التالي :

السن	متوسط الطول عند البنين (سم)	متوسط الوزن عند البنات (كغ)	متوسط الطول عند البنين (سم)	متوسط الوزن عند البنات (كغ)
12 سنة	143.1	37.00	147	39.5
15 سنة	159.1	48.80	157.1	50.5
18 سنة	169.3	64.40	158.8	60.3
21 سنة	178	68.30	159.3	55.8

* جدول رقم (1) يمثل الخصائص الجسمية للمراهقة .

ومن أهم التغيرات الجسمية في هذه المرحلة ما يسمى بالأعراض الجنسية الثانوية نتيجة نمو بعض الغدد³

¹ عبد الرحمان عيسوي ، معالم علم النفس ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1984 ، ص 87

² محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي دار المعارف ، القاهرة ، ط8 ، 1994 ، ص 140.

³ م عمر محمد الشيبانين : الأسس النفسية التربوية لرعاية الشباب ، دار الثقافة بيروت ، بدون سنة ، ص 48.

وقد يصحب ظهور هذه الأعراض المزيد من المشكلات التي تعترض الأفراد, كخشونة الصوت أو السمنة أو النحافة, وغالبا ما تعزى أسباب ظهور الأعراض الجنسية الثانوية إلى نشاط الغدد الجنسية ونضجها بالإضافة إلى علاقتها بغيرها من الغدد كالغدة النخامية والغدة الدرقية.

ويلاحظ أن هذه التغيرات الجسمانية والفيزيولوجية السابقة ترتبط بالعديد من التغيرات النفسية والسلوكية التي تتميز بها هذه المرحلة.²¹

كما يمتاز النمو الجسمي بنوع من عدم التوازن , فالجهاز العضلي يكون أسرع من نمو الجهاز العظمي , وربما كان هذا سببا فيما يبدو على المراهق من قابليته للتعب وعجزه عن القيام بمجهودات .

- ب- الخصائص الحركية :

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة ومدى أهميته بالنسبة للنمو الحركي والجسمي , أن حركات المراهق حتى حوالي سن الـ 13 تتميز بالاختلال في التوازن GORKIN " ويرى " والاضطراب في نواحي التوافق والتناسق والانسجام , كما يؤكد أن هذا الاضطراب يحمل الطابع الوقي إذ لا يلبث المراهق في غضون مرحلة الفتوة حتى تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافقا وانسجاما عن ذي قبل .

أما " هومبورجر " فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية³, كما يرى " ميكلمان و نويهارس " في هذه الفترة أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية, إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي تمتد إلى فترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي .

¹ - سعدية محمد علي بمادر : سيكولوجية المراهقة ، دار البحوث العلمية ، ط 1 ، 1980 ، ص 312.

-2

³ محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، مرجع سابق ، ص 141

كما يلاحظ على المراهق في هذه الفترة أن حركاته يميزها الكثير من الاضطراب والارتباك , وأبلغ مثال على ذلك مما يلاحظ أثناء المشي والجري , الزيادة المفرطة في الحركات , وتعني عدم القدرة على الاقتصاد الحركي ونقص هادفية الحركات ونقص في القدرة على التحكم الحركي .

1 – الارتباك الحركي العام:

نلاحظ أن حركات المراهق التي كانت تتميز بالتناسق والانسجام والسهولة, التي اكتسبها في غضون المراحل السالفة يعثر عليها الكثير من الاضطراب والارتباك.¹

2 – الافتقار للرشاقة :

تتميز حركات المراهق بافتقارها لصفة الرشاقة, ويتضح ذلك جليا لتلك الحركات التي تتطلب حسن التوافق لمختلف أجزاء الجسم.

3 – نقص هادفية الحركات :

لا يتوافر للمراهق تنظيم حركات لمحاولة تحقيق هدف معين, إذ يمكن ملاحظة أن حركات أطرافه لا تخضع لصفة الانتظام, ولا يستطيع حسن التحم فيها, وخاصة بالنسبة لحركات الجسم التي تسهم فيها حركات الذراعين والساقين, فنرى عدم استطاعة المراهق توجيه حركة أطرافه لتحقيق هدف معين أو القدرة على أداء بعض الأنشطة الرياضية التي تتطلب قدرا كبيرا من الدقة والتوازن.²

¹ كورت منيل: التعلم الحركي، ترجمة عبد العالي نصيف، ط2، بغداد، 1987. ص 2144.

² – كورت منيل: التعلم الحركي، مرجع سابق، ص 274.

4 – الزيادة المفرطة في الحركات :

كثيرا ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الزائدة , ويتضح ذلك عند ملاحظة يديه أثناء الجري , وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركاته وعدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص في هادفية الحركات ¹.

5 – اضطراب القوى المحركة:

في بعض الأحيان يجد المراهق صعوبة بالغة في استخدام قوته لكي تناسب الواجب الحركي , فنراه يؤدي الكثير من الحركات باستخدام قدر كبير من التوتر والتقلص ويعني هذا افتقاره للاقتصاد في الجهد وعدم قدرته على ضبط القوى المحركة للعضلات .

6 – نقص في القدرة على التحكم :

على العكس من المرحلة السابقة نجد أن المراهق يجد صعوبة في اكتساب بعض المهارات الحركية الجديدة, كما يظهر عليه الخوف بصورة أكثر وضوحا من المرحلة السابقة ويسهم ذلك في إعاقة اكتسابه واستيعابها الحركات الجديدة.

7 – التعارض (التضاد) في اللاسلوك الحركي العام :

يتسم المراهق بعدم الاستقرار الحركي الذي يظهر في القيام بمختلف الحركات غير المقصودة , فهو يجد صعوبة في البقاء صامتا لفترة طويلة , فنجده دائم الحركة بيديه وينشغل باللعب بما يقع أمامه من أدوات وأشياء , ونجده تارة يتحسس شعره وتارة يتحسس فمه أو ملابسه , وفي بعض الأحيان يؤدي

عدم الاستقرار الحركي إلى بعض الانتفاضات غير المنتظمة بالرأس أو الأكتاف وفي أحيان أخرى نلاحظ اتسام حركاته بالتكاسل وتوصف عادة بالتثاقل والتواني .

أما في المرحلة ما بين 15 – 18 سنة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك الحركي والاضطراب , وتأخذ مختلف النواحي للمهارات الحركية في التحسن لتصل إلى درجة عالية من الجودة ويستطيع المراهق فيها سرعة اكتساب وتعلم الحركات وإتقانها وتثبيتها , إضافة إلى ذلك فإن عامل قوة العضلات التي يتميز بها الفتى يساعد على ممارسة أنواع عديدة من الأنشطة الرياضية وكذلك مرونة الفتاة في عضلاتها تساعد على ممارسة الجمباز , كما يستطيع في هذه المرحلة الوصول بالتدريب إلى أعلى المستويات من النجاح , أما من سن 18 – 21 سنة يصل إلى اكتمال الصفات البدنية كالقوة العضلية والمرونة والرشاقة ويستطيع الوصول إلى أعلى مستوى رياضي.¹

9.4 – النمو العقلي :

إن الحياة العقلية تتجه نحو التمايز, والذي يقوم على الذكاء والإدراك والتذكر والتفكير والتخيل ... , فالقدرة العقلية لدى المراهق تلعب دورا في تكوين صورة عن ذاته وتقييمه لها. والنمو العقلي من الخصائص المهمة, لأن فهم ومعرفة ما يحدث للمراهق على المستوى العقلي يساعدنا على فهم شخصيته وتوظيف المعارف والمعلومات في العملية التربوية. وتشير معظم الدراسات أن منحنيات نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة قفزة سريعة كما هو الحال في النمو الجسمي.

¹ – محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي ، مرجع سابق ، ص 143.

كما يلاحظ في هذه الفترة القدر على اكتساب المهارات والمعلومات وعلى التفكير والاستنتاج , كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية بالوضوح , وتبدأ قدرة واستعدادات المراهق في الظهور خاصة في الانتباه والملاحظة والإدراك والنقد.¹

ويتضح ذلك بانتقاله من النمط المشخص إلى النمط المجرد , حيث نجد أن الطفل عندما يستعمل منطقته يستعين بالأشياء المحسوسة بينما المراهق يتعدى هذا المستوى من التفكير باعتباره يستعمل المنطق حتى في الأمور التي ليس لها علاقة بالمحسوس وبالخاص , معنى ذلك أنه يفهم ويدرك ما هو مجرد . ويعود لنظرية " جون بياجى " الدور الأكبر في بيان طبيعة النمو العقلي بكثير من الوضوح بحيث يحدده في المراحل التالية :

— المرحلة الحسية الحركية يتم التعلم فيها بالأفعال والمعالجات اليدوية .

— المرحلة الرمزية أو مرحلة ما قبل العمليات ويحدث التعلم فيها باللغة والرموز .

— مرحلة العمليات المجردة ويتطور فيها التفكير المنطقي .

وتعتبر مرحلة العمليات المجردة من أهم المراحل التي يبدأ فيها المراهق ممارسة أكثر العمليات المعرفية أو العقلية .

والقدرة على التفكير التجريدي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بفهم العلاقات الكيفية للأشياء , وتشكل الجانب الهام والضروري من النضج الذهني والعاطفي .

ومن الجوانب التي تنطرق إليها في خصائص النمو العقلي في هذه المرحلة ما يلي:

¹ . حامد عبد السلام زهران : علم النفس والنمو ، الطفولة والمراهقة ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1983 ، ص 143

1 - الذكاء:

هو القدرة العقلية العامة التي تبين المستوى العام للفرد , كما عرفه " بيرت " بأنه القدرة العقلية والمعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية , بل تأثره بالنواحي الإدراكية , وفي هذه المرحلة يجب استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة , واكتشاف إمكانيات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لنضمن له بدء التعمق الدراسي وبالأخص التوافق الدراسي الجيد .

2 - الإدراك:

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية, وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي لا تقوم على البرهنة والإقناع.

3 - الانتباه:

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن الانتباه يزداد بشكل واضح في مداه ومدته ومستواه , وعليه فإنه يستطيع فهم مشكلات طويلة ومعقدة .

4 - التفكير:

يتأثر تفكير المراهق بالبيئة , وهذا ما يجعله يلجأ على مختلف الطرق لحل مشاكله , ورغم أنه يرتفع عن التفكير الحسي , ويرتقي إلى مرحلة التفكير المجرد إلا أنه يستخدم فيه الاستدلال بنوعيه : الاستقراء والاستنتاج , وما يهمه هو أن يكون تفكيره دائماً مبنياً على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات¹.

¹ - عبد الحميد نشواتي : علم النفس التربوي ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، الأردن ، ط3 ، 1987 ، ص 147

5 - التذکر:

تؤكد الأبحاث الحديث أن الطفولة ليست هي المرحلة الذهبية للتذکر , ذلك أن عملية التذکر تنمو أيضا في مرحلة المراهقة , وتنمو معها قدرة الفرد على الاستيعاب والتعرف والقدرة على الاحتفاظ , وترتبط عملية التذکر بنمو قدرة الفرد على الانتباه بدرجة ميله نحوها أو عزوفه عنها.¹

6 - التخيل:

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان , ويحقق له عدة وظائف , فهو أداة ترويجية كما أنه مسرح للمطامح غير المحققة , وهو يرتبط بالتفكير ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة هامة للمراهق لتحقيق الانفعالات.²⁽³⁾

10.4-النمو الاجتماعي :

يتميز النمو الاجتماعي في هذه المرحلة بالتغير الواضح الذي يتمثل في إعادة تنظيم العلاقات الاجتماعية يشكل ومستوى جديدين يتفقان ومستوى النضج الذي وصل إليه المراهق , كما يخضع سلوكه لعدة تغيرات تتميز بأنواع من التحول , تشير إلى نمو الحساسية الاجتماعية , كما تظهر هناك فروق أساسية بين اتجاهات المراهقين في الطبقة الاجتماعية المختلفة.

وفيما يخص سلوك المراهق يظهر في الاهتمام المتزايد بالمظهر الشخصي, والترعة

الاستقلالية والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس , وينمو لديه الوعي والمسؤولية الاجتماعية .

¹كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل المراهق ، دار النهضة العربية ، بيروت ، ط1 ، 1979 ، ص241

²البهى فؤاد السيد: الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1975 ، ص 283.

كما تعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة , وهناك عدة عوامل تؤثر في السلوك الاجتماعي للمراهق¹ وتتمثل في الاستعدادات والاتجاهات العائلية (الاتجاه الديني , العادات , التقاليد , ...) وجماعة الرفاق والمدرسة .

ويلخص " ميـك " ² أنواع التحول في السلوك الاجتماعي للمراهق وعلّها تدور حول الرغبة في تحقيق الذات .

- 1 — التنوع من التحول وعدم الاستقرار في الميول الاجتماعية إلى التحديد والعمق.
- 2 — التحول من الثثرة وزيادة النشاط أيا كان إلى سلوك أكثر ضبطا واحتراما.
- 3 — التحول من الرغبة في الارتباط بالأفراد إلى الارتباط بالمجموعات .
- 4 — التحول من عدم الاهتمام بمركز الأسرة الاجتماعي والاقتصادي كعامل مؤثر في العلاقات الاجتماعية وتكوين أصدقاء واعتبار متزلة الأسرة اجتماعيا واقتصاديا عاملا مهما في تحديد العلاقات وتكوين الصداقات .
- 5 — التحول من قبول أي نشاط يعطي فرصة لعلاقات اجتماعية إلى الاهتمام بأنواع النشاطات التي تتفق والمواهب الخاصة للمراهق.

وكثيرا ما يتعرض المراهق إلى الإحباط والصراع نظرا لكونه من جهة يريد ان يدخل مجتمع الراشدين , ويتحمّل مسؤولياتهم , وهذا ما يجعل دوره الاجتماعي غير واضح , لأنه لم يعد طفلا ولا يعتبر راشدا

¹ — محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، مرجع سابق ، ص 149

² — عبد الرحمان عيسوي: سيكولوجية الجنوح ، مرجع سابق ، ص 178

ويسعى في نفس الوقت لتحقيق ذاته والتحرر من سلطة الكبار , لذا يلجأ إلى اختيار صديق يفهمه ,
يوجهه ويساعده في حل مشاكله.¹

11.4- النمو الانفعالي :

يشكل النمو الانفعالي جانباً أساسياً في عملي النمو في مرحلة المراهقة, وتعتبر دراسته هامة
جداً وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق, بل لتحديد وتوجيه مسار شخصيته ككل,
والخوض إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من عواطف وأفكار.²
تتميز هذه الفترة بقلق انفعالي نتيجة التغيرات النفسية والجسدية , والتي تؤدي إلى القلق الجنسي,³
ويلاحظ عدم الثبات الانفعالي للمراهق , متجلياً في تحول سلوكه بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار ,
وتغير شعوره بين الحب والكره , والشجاعة والخوف , ومن المظاهر الانفعالية في هذه المرحلة :
— الاهتمام الشديد بالجسم والقلق للتغيرات المفاجئة في النمو, وقد ينجح البعض بسبب هذه المظاهر
الجسدية.

— مرحلة اضطراب انفعالي وحساسية شديدة للنقد وخاصة فيما يتعلق بمظهر الصوت والجسم, ومحاولة
المراهق للتكيف مع هذه المتغيرات.

— يهتم أفراد هذه المرحلة بمظهرهم الشخصي , ويجنون الملابس الزاهية وذلك لتعويض العيوب
الجسمي .

¹ — مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة والمراهقة , دار الآفاق الجديدة , بيروت , ط2 , 1991 , ص 302

² — ميخائيل إبراهيم أسعد : مشكلات الطفولة والمراهقة, مرجع سابق , ص 302.

³ مالك سليمان مخول : علم النفس الطفولة والمراهقة , مطابع مؤسسة الوحدة , القاهرة , 1981 , ص 166.

— يبدأ من التخلص من الأنانية الفردية, التي كان يتركز فيها نحو نفسه حتى يحصل على مكانة في الجماعة.

— يتميز نموه الوجداني بحب أبطال التاريخ , فهو يتخذ منهم مثله العليا .

— الرغبة في محاكاة الأفراد أكثر من الرغبة في الاستجابة لتوجيهات الكبار.

— يزداد عنده الاعتزاز بالنفس .

— في احتياج إلى وعي بالاتجاهات القومية حتى يكّن حبه لزعمائته عن إدراك ووعي.

11.4 – النمو الأخلاقي للمراهق :

لا يمكننا التعرض لأي موضوع يتعلق بالإنسان دون أن نتطرق إلى هذا الجانب المهم والخطير , فلقد

ربط الرسول الكريم في حديث له أن الأخلاق لها علاقة وثيقة بالإيمان , وردا على سؤال حول هذا

الموضوع وهذا نص الحديث : " سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم : أي المؤمنين أفضل إيمانا ؟ فقال أحسنهم خلقا " ¹ .

ولعل من بين أهم مظاهر الخلق الحسن احترام الآخرين مهما كانت صفتهم , سواء كان وليا أو أستاذا

أو صديقا أو حتى منافسا كي لا نقول عدوا ونبقى دائما في مجال التربية البدنية والرياضية فوجب علينا

تعزيز بعض المفاهيم وغرسها في نفس المراهق كي تسمو بخلقه وشخصيته , ومن بين هذه المفاهيم :

التسامح والصدق والتواضع والتعاون و...إلخ .

12.4- التغيرات النفسية :

إن التغيرات العنيفة التي تفاجئ المراهق تشد انتباهه إلى جسمه وتسبب له الكثير من القلق والاضطراب , ويمكن القول أن هذه الفترة تعتبر أزمة يعاني فيها المراهق , لذلك فإن هذا التغير الواضح على جوانب النمو الأخرى العقلية والوجدانية والاجتماعية يكون كما يلي :

— نقل سرعة النمو في القدرة العقلية نظرا لانشغال معظم طاقات المراهق البيولوجية والفيزيولوجية بمواجهة مطالب النمو الجنسي السريع حتى أنه يشعر بالإرهاق إذا قام بمجهود عقلي وهنا ينبغي أن يراعى حجم الدروس وفيما يجب أن يكلف به المراهق من أعمال مختلفة .

— نلاحظ على المراهق في هذه الفترة زيادة الحساسية الانفعالية , فقد يضطرب المراهق أو يشعر بالقلق بما يعترضه من النمو الجسمي السريع , فيحس بأنه يحتال على الناس وتقل ثقته بنفسه , ولذلك فهو كثيرا ما يميل إلى أحلام اليقظة , فهو يحتاج لأن يحصل على العزلة بعضا من الوقت .

— تختفي جماعات الأطفال التي كانت واضحة في المرحلة السابقة, ويحل محلها بعض الأصدقاء من نفس الجنس.¹

13.4 - حاجيات ومتطلبات مرحلة المراهقة :

تتمثل أهم حاجيات ومتطلبات المراهق فيما يلي:

- أ- الحاجة إلى الأمن :

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي, الحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع, والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية¹.

¹بحي الدين مختار، مرجع سابق، ص 162.

ب- الحاجة إلى حب القبول :

وتتضمن الحاجة إلى التقبل الاجتماعي والحاجة إلى أصدقاء , الحاجة إلى الشعبية , الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة ووحدة الهدف , والتجانس في الخبرات , والألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين الأفراد , معرفة الأدوار في الجماعة وتحديدها , كل هذا يؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق من المراهقين بشكل جيد²

ج- الحاجة إلى مكانة الذات والانتماء :

وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق , الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية والحاجة إلى تحقيق الذات , لذلك فهو يريد أن يمدح ويشجع دوماً لأجل الشعور بقدرته على تحقيق الأعمال , الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة وكذا التقبل والحاجة إلى النجاح الاجتماعي والامتلاك والقيادة³ .

ووسيلة إرضاء حاجة التلميذ إلى الانتماء أن يشعر بأنه ليس قائماً بمفرده , وإنما هو عنصر في جماعة يشعر فيها بوجود علاقات طيبة بينه وبين الآخرين , لذلك فمن العقوبة أن يخرج المعلم التلميذ أمام زملائه ويعزله عن نشاطهم فواجب المدرسة أن تتيح للتلميذ فرصة العمل الجماعي⁴

د – الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار :

وتحتاج إلى توسيع قاعدة الفكر والسلوك , وإلى اكتساب الخبرات الجديدة , والحاجة إليها وإلى تنوعها , الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات , فتظهر هذه الحاجة في الرغبة في الكشف ومعرفة حقائق الأمور وحب الإستطلاع⁵ .

¹ حامد عبد السلام زهران : علم النفس النمو، مرجع سابق ، ص 401.

² محمد عماد الدين إسماعيل:النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، ط1، 1982، ص 84.

³ حامد عب السلام زهران ، المرجع السابق ، ص 402.

⁴ – أبو الفتوح رضوان / المراهق في المدرسة والمجتمع – المكتبة الأنجلومصرية – ط3 – 1973 – ص 40.

⁵ زحاف خالد / العلاقات الاجتماعية لتلاميذ الطور 3 – مذكرة ماجستير – الجزائر – 2000 – ص 40.

و- الحاجة إلى تحقيق الذات والحرية :

وتتضمن الحاجة إلى النمو , الحاجة إلى التغلب على العوائق أو التفوق على الغير ومنافسته¹ , وتعني حاجة الفرد إلى إثبات وجوده في وسط الجماعة التي يعمل معها , وأن ذاته معترف بها ومحل تقدير .
 أما حاجته إلى الحرية فتتمثل في نزعة أو دوافع مرتبطة بفرديته , وإمكانية تصرفه وتحمل مسؤولية هذا التصرف , فالمراهق يتضايق من كل ما يعيق حريته في الحركة والكلام , وواجب المدرسة تجاه هذه الحاجة أن يتخذ المدرس موقفا موجها ويترك الحرية للتلميذ في العمل² .

13.4 – علاقة الأستاذ المربي بالمراهق :

علاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق , بدرجة يمكن اعتبارها المفتاح الموصل إلى النجاح التعليمي أو فشله , إذ يعتبر التلميذ مرآة تعكس تأثره بأستاذه , واقتدائه به , فعلاقة الأستاذ بالتلميذ يجب أن تكون مبني على أساس الاحترام والمحبة , لا على أساس السلطة والسيادة فالمعلم الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصفة بناءة في حياة التلميذ , ومن الطبيعي أن يؤدي الأستاذ دوره في توجيه المسار النهائي ويساعده على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها , ومساعدته على الصمود أمام العراقيل والمشاكل في حياته الخاصة³ .

¹ محمد مصطفى زيدان : نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية ، د.م.ج ، الجزائر 1989 ، ص 55.

² ميخائيل إبراهيم أسعد، مرجع سابق ، ص 399.

³ — نفس المرجع ص 340

14.3 – أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق :

لتوضيح هذه العلاقة ما علينا إلا أن نستند إلى بعض التجارب التي أقيمت من طرف بعض

العلماء , حيث اهتم بعضهم بتأثير الجسد والتمرينات الحركية على القدرات العقلية والنفسية , التي

تلعب دورا هاما في عملية اندماج واحتكاك المراهق مع الجماعة , وهذا ما يسمح له اكتساب التوازن

النفسي والاجتماعي .

وحسب العالمان الروسيان " فزاز يارون و صاك " أن التلاميذ المتفوقون من حيث القوة البدنية

من نفس السن , هم أكثر ديناميكية من حيث النشاط الرياضي والتحصيل الدراسي . كما لاحظ

البحث النفساني " روتر " على 3500 تلميذ للمدرسة الابتدائية والمتوسطة في " سان لويس " بفرنسا ,

استنتج أن التلاميذ الذين يتحصلون على نتائج دراسية جيدة يتمتعون بنمو بدني جيد , ونفس

الملاحظات أثبتت على تلاميذ مراهقين في إحدى المدارس الألمانية في مدينة بون¹ .

ويتفق " ريتشارد أدلمان " مع " فروي " في اعتبار أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق والتوتر

الذي هو وليد الإحباط , فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتمحور بصفة مقبولة , وبفضل

اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية , ومحاولة

تطويرها باستمرار² .

¹VAN SCHGEN KH. – Role de l'education physique dans le developpement de la
Personnalité . p.u.f .paris -1993 . p 379

²محمد الأفندي : علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1965 ، ص 444 .

بفضل الرياضة يخفف المراهق الضغوطات الداخلية ذات المنشأ الفيزيولوجي , ويعبر عن مشاكله وطموحاته , كما تجعله يعطي صورة حسنة لكيونته الشخصية وحضوره الجسدي إلى غاية تحقيق رغبة التفوق والهيمنة , وذلك بغرض إثبات صورة أنه المثالية على الآخرين .

بالإضافة إلى هذا فإن الباحث " روزن برغر " يؤكد على وجود التمرينات البدنية والرياضية بالقدرات العقلية والحالة النفسية والاجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التوازن النفسي الاجتماعي للمراهق¹ .

ومن خلال هذه التجارب العملية والنفسية تجدر لنا الإشارة أن سلامة البدن والنمو الجسمي السليم يعني سلامة العقل والتفكير , هذا ما يؤدي إلى هدوء النفس وشعور الفرد يكون واضحاً على سلوكه النفسي الاجتماعي .

كما أن هذه المرحلة تتميز بالإتقان , بسبب الزيادة في سرعة زمن الرجوع وهو الزمن الفاصل بين المثير والاستجابة , هذا ما يجعل قابلية المراهق للتعلم كبيرة , فمن مظاهر هذه الفترة زيادة المهارات الحسية الحركية بصفة عامة² . هذا ما يجعل تنمية بعض القدرات البدنية ضرورة ملحة كالقوة والتحمل , لأنها تعتبر أحسن مرحلة لتعليم المهارات الحركية , وتنمية القوة³ .

15.3 – العلاقات الاجتماعية المختلفة للمراهق:

يلعب الأبوان والأسرة عموماً دوراً هاماً في حياة الفرد منا وخاصة في مرحلتها الطفولة والمراهقة , حيث يكون اعتماده عليهما كلياً في مرحلة الطفولة , ويستمر هذا الانتقال كأحد أهم مواصفات هذه المرحلة

¹ VAN SCHAGEN – p 379.

² حامد عبد السلام زهران ، مرجع سابق ص 403.

³ قاسم حسن حسين، علم التدريب الرياضي للمرحلة 4، جامعة بغداد، العراق، 1987، ص 193

إلى حين بلوغه مرحلة المراهقة , حيث يحاول تقليد الراشدين في تصرفاتهم , ويرى أن الاعتماد على نفسه أهم مظاهر هذه المرحلة , "فيرغب في ولوج عالم الكبار قبل مسايرة سنة التطور"¹ وهنا تكمن صعوبة وخطورة التسرع والأحكام الجزافية عند المراهق الناتج عن تصور خاطئ لديه يبنى أساسا على تطور جسمه ونموه , الذي سبق وأن أشرنا أنه يكون قبل اكتمال نموه العقلي والاجتماعي وبالتالي يظهر دور الأبوين والمربين والأصدقاء وحتى وسائل الإعلام والمحيط عموما , في تأهيل المراهق وتحضيره لإدراك مرحلة الرشد دون مشاكل , من خلال إحلال التوازن المفقود بين اختلاف سرعات النمو البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي لدى المراهق .

كما تتميز هذه المرحلة بفتور نسبي في علاقة المراهق بأسرته وجميع الراشدين وميله إلى أقرانه لتلبية لرغبة الاجتماع عنده, " كما تتميز بمحاولته الانتصار على زملائه في ألعابهم وبمغالاته في منافستهم, وميله أحيانا إلى السلوك العدواني ."²

وباعتبار المراهق فردا من المجتمع فإنه يؤثر ويتأثر من خلال علاقاته المختلفة مع أسرته أو في مدرسته أو مع أصدقائه أو حتى من وسائل الإعلام والتي يمكن أن تبني شخصية سوية أو يتعلم من خلالها سلوكا سيئا .

وفيما يلي نذكر بإيجاز علاقة التلميذ بهذه الجوانب من محيطه الاجتماعي وما يمكن أن يساهم في اكتساب سلوك سوي وجازم.

¹د. عبد العلي الجسماني : سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية ، الدار العربية للعلوم ، لبنان ، ط1 ، 1999 ، ص 263.

²البهي فؤاد السيد : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، مرجع سابق، ص 232.

15.3- 1 - علاقة التلميذ بالأسرة :

إن الأسرة بوصفها إحدى قنوات الثقافة السائدة تتبع العديد من الأساليب التي تؤثر في سلوك الأبناء , ولقد لآثرنا الحديث عن هذه القناة المهمة باعتبارها المدرسة الأولى التي يتعلم فيها الأبناء الأنماط الحياتية ويكتسبوا فيها السلوكات المختلفة, ويكونوا من خلالها شخصياتهم المستقبلية , ونبين دورها كعلاقة تؤدي إلى فهم أكثر لدراستنا , ومدى أثر تربية الوالدين في تشكيل سلوك الأبناء , فغياب أحدهما يؤثر على تشكيل هذا السلوك, بالإضافة إلى أن وجود المناخ الأسري الذي يعتبر من أبرز العلاقات المتصلة بالأبناء بصفة عامة , والتلاميذ بصفة خاصة , حيث أنه إذا كان الابن يعيش في جو أسري يسوده الهدوء والاستقرار , فإنه يظهر أنماطا سلوكية مقبولة , أما إذا كان يفد من جو أسري يسوده الاضطراب , فإنه يظهر أنماطا سلوكية مخالفة للقواعد الخلقية العامة¹.

وتعد الأسرة من أهم القنوات التي تؤثر على سلوك التلميذ كإكتسابه للخصائص المطابقة لجنسه , لاسيما عند الذكور , فإذا كان الأب يتسم بالعنف وبعض الصفات الخشنة فإن الابن يتحلى أو يقلد هذه الصفات حيث يعتبر والده مثله وقدوته , ويلجأ إلى تقليد سلوكاته وتسليط العدوان على إخوته وأصدقائه².

وفيما يلي نوضح علاقة التلميذ خارج أسرته, في المؤسسات التعليمية التي تعتبر المصدر المهم الثاني في حياته في هذه المرحلة.

¹محمود حسن شمال: الاضطرابات النفسية والمناخ الأسري , دار الآفاق العربية, بدون سنة , ص 183.

²مفيد نجيب حواشين : النمو الانفعالي لدى الطفل , دار الطباعة للنشر والتوزيع , بيروت, ط2 , 1996 , ص 79.

15.3 – 2 – علاقة التلميذ بالمؤسسات التربوية :

تعد المؤسسات التربوية من القوى الثقافية المهمة في تشكيل سلوك التلميذ وبناء شخصيته , وتكوين علاقات اجتماعية مختلفة , ومن بين العوامل التي تساهم في اكتساب هذه الشخصية هو تفاعل التلميذ مع المدرسة ومع الأستاذ ومع أقرانه من التلاميذ , وفيما يلي نذكر هذه العلاقات المختلفة :

أ) علاقة التلميذ بالمدرسة :

والتي تعد المصدر الأول في التشكيل السلوكي للتلميذ من الناحية الثقافية والمصدر الثاني لتربيته بعد الأسرة , بصفاتها تتركب من عوامل ومعطيات تضبطها حتى تساعده على كسب العلاقة الوطيدة بين التلميذ والمدرسة , ومن أهمها : "المقررات الدراسية والكادر التدريسي (الإطار التدريسي) من المعلمين والإداريين بوصفهم نماذج منها أن تدمج سلوك التلميذ وفقا لتوصيات النظام التربوي , فإذا أخذنا المقررات الدراسية نجد أنهما لا تعدو أن تكون وسيلة اتصال بين النظام التربوي والتلميذ , إذ يتم من خلالها إيصال الرسائل التي يحث عليها النظام التربوي وهي في الوقت نفسه تمثل انعكاسا لتوجهات المجتمع في الحياة .

ومن المعروف أن البيئة المدرسية تمثل البيت على نطاق أوسع , وهي أكثر تباتا وأشد خضوعا لتطورات المجتمع . فكثيرا ما يشعر التلميذ ببعض الرهبة , لذا فإن المدارس في الوقت الحالي تحاول إزالة الشعور ومنح التلميذ أكبر فرصة ملائمة في البيئة المدرسية الجديدة , وذلك من خلال ما تهيئه من ألوان مختلفة من النشاطات الاجتماعية التي تساعد المراهق على النمو واكتمال النضج , كالاشتراك في النوادي المدرسية , حيث تعتبر إحدى الوسائل التي تحقق التنشئة الاجتماعية للمراهق وتضيف جوا ملائما لممارسة النشاط الحر في أوقات الفراغ .

(ب) علاقة التلميذ بالأستاذ :

يعد الأستاذ المنشط المباشر والأساسي لمواقف تلاميذه في الحصة , وعلاقة التلميذ المراهق بأستاذه تلعب دورا أساسيا في بناء شخصيته بدرجة أنه يمكن اعتبارها المفتاح الموصل إلى نجاح العملية التربوية أو فشلها , إذ يعتبر هذا الأخير (التلميذ) مرآة تعكس حالة الأستاذ المزاجية واستعداداته وانفعالاته, فهو إن أظهر روح التفتح للحياة و الاستعداد للعمل بكل جد وحزم , فإننا نجد نفس الصفات عند التلاميذ , وإن كانت غيرها فإن النتيجة تكون مطابقة لصفاته , وإذا كان المعلم يميل إلى السيطرة واستعمال القوة في معاملته للتلميذ فإن النتيجة تكون حتما سلبية حيث يميل التلميذ إلى الانسحاب والانحراف والعدوان. وبما أن الأستاذ طرف مهم في العملية التعليمية , فإن أهميته هذه ترتبط ارتباطا وثيقا بمدى تكيفه النفسي ومدى تلاؤمه مع الوسط المدرسي , وكثير من الدراسات التي تؤكد أثر التكيف السريع للأستاذ في نمو التلاميذ حيث أن صحته النفسية تؤثر سلبا أو إيجابا على سلوك التلاميذ .

كما أن العلاقة بين التلميذ المراهق والمدرس تتحدد بكون المدرس بديلا عن الأب وبالتالي يصبح المحور الذي تسقط عليه الانفعالات وتوجه نحوه العدوانية والعنف والنفور.

لذا فالعلاقة التي تربط الطرفين يجب أن تكون مبنية على أساس الصداقة والاحترام والمحبة لا على أساس السلطة والسيادة , فالمعلم الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصورة بناءة في سلوك تلاميذه.¹

15.4 – 3 – علاقة التلميذ بوسائل الإعلام :

تشكل وسائل الإعلام القوة الأكثر تأثيرا في حياتنا بسبب التطور والتقدم التكنولوجي, لكن هذه التكنولوجيا رغم قوتها وفعالها المؤثر وقدرتها على تسهيل حياة الإنسان وشؤونهم , إلا أنها جلبت معها

¹- ميخائيل إبراهيم أسعد ، مشكلات الطفولة والمراهقة ، مرجع سابق ، ص 399.

الآفات والكوارث والمآسي النفسية والاجتماعية والتربوية والتغير القيمي , فالظواهر التي كانت تتميز بها الشعوب , وتمثل خاصية تتصف بها دون غيرها من الصعوبة في الانتقال والاتصال باتت سهلة الانتقال بفعل التحديث السريع الذي حوّل العالم إلى قرية صغيرة .

إن تأثير شبكات الاتصال ومكونات التكنولوجيا الحديثة, أبرز قوة الإعلام كأحد نتاجاتها مما زاد من أهميته , وأصبحت تنقل إلينا حياة الشعوب القديمة والحديثة , والتي تؤدي إلى تغيرات فعالة في السلوك الاجتماعي .

ومن بين وسائل الاتصال الأكثر فاعلية في الإعلام المرئي نجد التلفزيون , الذي أصبح ينقل برامج تخترق حياة الناس في أدق تفاصيلها وتؤثر فيهم , وبات سلوك العنف عبر الشاشة هو السلوك البطولي الأكثر سيطرة على المتلقي , ونقل السمات المكتسبة لدى الأطفال بواسطة هذا الجهاز . خاصة مع قدراته العالية والفعالة في تحريك آليات الحياة وديناميكيته وتفاعلها مع الموجودات الحية , وإن هذه القوة (التلفزيون) يتأثر بها الإنسان ويتفاعل معها وتكاد توجهه وتغير اتجاهه وميوله نحو موضوع حيوي في حياته , وهذه القوة باتت تتعدى نطاق السيطرة عليها أو على قوة تأثيرها ووجودها الذي يتسرب بشكل لا انفكك منه للأسرة ... فكأن التلفزيون هو الضيف الوحيد الذي يدخل دون استئذان

على الأسر والبيوت في أي وقت وفي أي مكان, ومن ثم يتم تعلم كل التصرفات السلوكية المختلفة من خلال مشاهدة هذه البرامج مثلما يتعلم الأطفال مختلف المهارات الاجتماعية والثقافية الأخرى عن طريق التقليد.

هذا , ناهيك عن باقي وسائل الإعلام والاتصال الحديثة المتاحة للأطفال والتي جعلت العالم قرية صغيرة يتعلم منها الطفل ما يشاء من سلوكيات , ويتصرف كيف يشاء , وهذا ما يطلق عليه عبارة : العالم بين يديك .

وبهذا فإن وسائل الإعلام التي تشمل على العديد من قنوات الاتصال , شأنها في ذلك شأن القوى الثقافية الأخرى , إذ تعتمد في المحصلة النهائية إلى تشكيل سلوك الفرد بطريقة تناسب واديولوجية النظام الاجتماعي السائد.

ومن خلال هذه التوضيحات فإن وسائل الإعلام والاتصال تعد من أبرز وأهم العوامل التي تؤثر على نمط سلوك التلميذ إما بالسلب أو بالإيجاب في جميع المجالات والميادين .

خلاصة:

المراهقة مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد , وتعتبر من المراحل الحساسة وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية ونفسية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في المراحل التالية من عمره . وتتسم بمحاولة وصول المراهق إلى التوافق النفسي الاجتماعي والاندماج الاجتماعي قصد تحقيق الذات , والحصول على مكانته الاجتماعية , وذلك بالاستقلال الانفعالي والاقتصادي عن الأسرة , أي الانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس , والانتماء إلى جماعات , وذلك حتى يكتشف قواه الحقيقية , ويفهم ميوله ورغباته واهتماماته الأساسية , وبالتالي يتقبل ذلك ويثق في نفسه ويلبي حاجاته من الأمن وتحقيق الذات .

واستخلصنا كذلك العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع المراهق للإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي , حيث أن الدافع هو مثير داخلي يحرك سلوك الفرد , ويوجهه لتحقيق إشباع حاجة معينة أو لإعادة التوازن لحالته الداخلية , ومن بين الطرق الأكثر ملاءمة لتحقيق ذلك هو الاشتراك في النشاطات الرياضية.

وفي الأخير بيّنا تأثير العلاقات المختلفة للمراهق على سلوكه العام.

الباب الثاني

الاجانب التطبيقي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تمهيد:

بعد عرض منهج البحث وإجراءاته، والذي تم من خلاله التعرف على فرضيات البحث وتصميمه وكذلك الخصائص العامة للعينة التي شاركت في البحث، نحاول في هذا الفصل التعرض لمختلف النتائج المتوصل إليها ومناقشتها.

وقد ركز الباحث على إبراز نقاط الكثافة والتمركز على مختلف متغيرات البحث ودراسة بعد ذلك

العلاقة الممكنة بين هذه المتغيرات معتمدين في ذلك على التقنيات الإحصائية لإبراز ما يلي:

- مهارات الاتصال لأساتذة التربية البدنية والرياضية والمستوى النظري لاختبار مهارات الاتصال.

- الرضا الحركي والمستوى النظري لمقياس الرضا الحركي.

- علاقة مهارات الاتصال لأساتذة التربية البدنية بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

- الفروق عند تلاميذ الأقسام النهائية في الرضا الحركي ومهارات الاتصال لأساتذة التربية البدنية

تبعاً لمتغيرات الخبرة والتكوين العلمي للأساتذة.

الفرضية الأولى:

توجد علاقة ارتباطية بين مهارات الاتصال لأساتذة التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

جدول (3): يبين نتائج اختبار مهارات الاتصال

الأستاذ	التلميذ
41,00	35,70
25,00	27,20
30,00	27,60
44,00	39,80
42,00	40,60
29,00	25,00
42,00	38,00
39,00	39,80
30,00	29,20
42,00	39,30
40,00	38,00
42,00	36,80
42,00	38,40
42,00	38,40
30,00	29,30
39,00	36,40
38,00	40,30
28,00	24,40
40,00	39,10
40,00	39,30
30,00	30,00
29,00	25,90
40,00	38,20
42,00	38,90
42,00	37,00

41,00	37,10
30,00	24,30
42,00	36,30
42,00	37,20
28,00	28,80

- الجدول رقم (4): يوضح نتائج اختبار مهارات الاتصال لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

الدرجات	المدلول	التكرار	النسبة
30-15	مهارات اتصال عالية	20	66.66
45-31	مهارات اتصال منخفضة	10	33.34
المجموع	العام	30	%100

ما نلاحظه من خلال هذا الجدول أن هناك نسبة 66.66% من مجموع العينة (عينة أساتذة التربية البدنية والرياضية)

لديهم مهارات اتصال عالية، ونسبة 33.34% من لديهم مهارات اتصال منخفضة.

هذه النتائج تشير إلى وجود نسبة كبيرة من عينة أساتذة التربية البدنية والرياضية تمتاز بمهارات اتصال تسمح بالتواصل الجيد مع التلميذ، وبالتالي إيصال رسائل واضحة تمكن التلميذ من الفهم الجيد لإرشادات وتوجيهات الأستاذ، مما يؤدي إلى الاستجابة لمضمون الرسالة.

والنسبة الثانية من عينة أساتذة التربية البدنية والرياضية تعاني من صعوبات في الاتصال أي لهم مهارات اتصال منخفضة مما يحول دون الاتصال بين الأستاذ والتلميذ، وذلك راجع إلى عدم الإيصال الجيد لمضمون الرسائل الموجهة من الأستاذ إلى التلميذ.

الجدول رقم (5) : يوضح نتائج مقياس الرضا الحركي

الاتصال	الرضى الحركي
41,00	107,6
25,00	86,9
30,00	66,40
44,00	118,4
42,00	108,9
29,00	68,70
42,00	111,40
39,00	117,2
30,00	65,40
42,00	119,30
40,00	108,3
42,00	113,2
42,00	117,6
42,00	116,4
30,00	71,10
39,00	119,4
38,00	107,30
28,00	70,7
40,00	112,4
40,00	109,6
30,00	76
29,00	76,3

40,00	102,4
42,00	109,60
42,00	117,6
41,00	111,9
30,00	78,4
42,00	115,4
42,00	111,4
28,00	73,2

المتوسط الحسابي لدرجات الرضى الحركي عند كل عشر تلاميذ حسب درجة الإتصال للأستاذ

يبين الجدول المتوسط الحسابي لدرجات الرضى الحركي عند كل عشر تلاميذ حسب درجة الإتصال للأستاذ

الجدول رقم (6) نتائج مقياس الرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية

النسبة المتوية	التكرار	المدلول	
33.33 %	100	رضى حركي منخفض	90-30
66.66 %	200	رضا حركي مرتفع	150-91
100 %	300		المجموع العام

تأتي نتائج مقياس الرضا الحركي لتفرض وتؤكد نتائج اختبار مهارات الاتصال، حيث تبين أن تلامذة الأساتذة الذين تحصلوا على درجات منخفضة في اختبار مهارات الاتصال (نسبة 33.34) لا يتمتعون بمستوى عال في مقياس الرضا الحركي، وبالتالي فإن تلامذة الأساتذة الذين تحصلوا على درجات

عالية في اختيار مهارات الاتصال (نسبة 33.34) تحصلوا على درجات مرتفعة في مقياس الرضا الحركي.

والجدول التالي يبين أكثر ما توصلنا إليه، حيث يبين وجود علاقة ارتباطية قوية بين نتائج اختبار مهارات الاتصال ومقياس الرضى الحركي، حيث كان معامل الارتباط: 0.97 عند مستوى الدلالة 0.01.

الجدول رقم (7) : يبين العلاقة الارتباطية بين نتائج اختبار مهارات الاتصال لأساتذة التربية البدنية في مقياس الرضى الحركي للتلاميذ.

معامل الارتباط	نوع العلاقة	مستوى الدلالة	حجم العينة N
0.92	إيجابية	0.01	30

اختبار مهارات الاتصال
مقياس الرضا الحركي

و يوضح لنا الجدول هنا أن هناك علاقة ارتباطية قوية وإيجابية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية أي كلما كانت مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية عالية كلما كان الرضى الحركي عند التلاميذ مرتفع وكلما كانت مهارات اتصال الأستاذ ناقصة كلما كان الرضى الحركي للتلاميذ منخفض.

وعليه فقد جاءت هذه النتائج لتبين ما ذهبنا إليه في دراستنا، أي أن الاتصال الجيد بين الأستاذ والتلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية يؤدي إلى النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي، إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا إيجابيا للمشاركين فيها سواء من الناحية البدنية أو العقلية أو الاجتماعية أو النفسية.¹

¹ - سهير مصطفى المهندس: تأثير برنامج التربية الحركية على الرضا الحركي وبعض مكونات الأداء الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية، مرجع سابق، ص239.

الفرضية الثانية:

العلاقة الارتباطية بين مهارات الاتصال البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية بمتغير خبرة الأستاذ.

جدول (8) : يبين خبرة كل أستاذ و درجته في اختبار مهارات الاتصال

الأستاذ	متغير الخبرة
41,00	15
25,00	06
30,00	06
44,00	16
42,00	14
29,00	05
42,00	20
39,00	15
30,00	01
42,00	13
40,00	15
42,00	20
42,00	20
42,00	15
30,00	01
39,00	20
38,00	15
28,00	04
40,00	17
40,00	15
30,00	02
29,00	06
40,00	20
42,00	20

42,00	17
41,00	15
30,00	01
42,00	22
42,00	15
28,00	01

لإيجاد طبيعة العلاقة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية تبعاً لمتغير خبرة الأستاذ : ارتأينا إلى تقسيم متغير الخبرة حسب الجدول التالي:

النسبة	عدد الأساتذة	الفئات	
%33.33	10	من 0-6 سنوات	1
%33.33	10	من 6-15 سنة	2
%33.33	10	أكثر من 15 سنة خبرة	3

الجدول رقم (9) : تقسيم أفراد العينة على أساس عامل الخبرة

من جدول النتائج نلاحظ أن الأساتذة ذوي الخبرة الطويلة يتمتعون بمهارات اتصال عالية ما يساهم في رفع مستوى الرضى الحركي لتلاميذهم.

كما نلاحظ أن الأساتذة ذوي الخبرة القصيرة لا يتمتعون بمهارات اتصال عالية وبالتالي يؤثر سلبا على الرضى الحركي لتلاميذهم.

مما لاحظناه في الجدول أن الأساتذة في الفئة الأولى والتي تتراوح سنوات خبرتهم اقل من 6 سنوات لهم مهارات اتصال ناقصة وتلاميذ هذه الفئة لا يتمتعون برضى حركي عال.

جدول (10) : بين علاقة بين خبرة الأستاذ و مهارات الإتصال

حجم العينة n	مستوى الدلالة	نوع العلاقة	معامل الارتباط	
30	0.01	إيجابية	0.89	خبرة الأستاذ إختبار مهارات الإتصال للأستاذات ب ر

نلاحظ من الجدول انه توجد علاقة ايجابية متزايدة بين مهارات الإتصال ، أي كلما كانت سنوات خبرة الأستاذ اكبر زادت مهارات الإتصال التعليمية.
و كلما كانت خبرة الأستاذ اقل اثر ذلك على مهارات الإتصال لديه.
و يوضح لنا الجدول ان هناك علاقة ارتباطية قوية $r=0.89$
عند مستوى الدلالة 0.01 عينة اساتذة التربية البدنية

جدول 11: يبين العلاقة بين خبرة الأستاذ و الرضا الحركي عند التلاميذ

معامل الارتباط	نوع العلاقة	مستوى الدلالة	حجم العينة n
0.90	ايجابية	0.01	300

خبرة الأستاذ
مقياس الرضا
الحركي

نلاحظ من الجدول أن هناك علاقة دالة بين خبرة الأستاذ و الرضا الحركي عند التلاميذ ، فكلما كانت سنوات الخبرة لأستاذ التربية البدنية و الرياضية أكبر كلما زاد الرضا الحركي للتلاميذ ، و يوضح لنا الجدول أن هناك علاقة إرتباطية قوية $r=0.90$ عند مستوى الدلالة 0.01

الفرضية الثالثة:

العلاقة الارتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية يتأثر بمتغير التكوين العلمي للأستاذ.

جدول 12: يبين التكوين العلمي لأساتذة التربية البدنية و الرياضية مقارنة ب مهارات الاتصال للأساتذة و الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

ش ت ب ر = شهادة تعليم التربية بدنية و رياضية

الرضى الحركي	الأستاذ	التكوين العلمي
107,6	41,00	ليسانس
86,9	25,00	ليسانس
66,40	30,00	ليسانس
118,4	44,00	ليسانس
108,9	42,00	ليسانس
68,70	29,00	ليسانس
111,40	42,00	ليسانس
117,2	39,00	ليسانس
65,40	30,00	ليسانس
119,30	42,00	ليسانس
108,3	40,00	ليسانس
113,2	42,00	ليسانس
117,6	42,00	ت ب ر . ش ت
116,4	42,00	ليسانس
71,10	30,00	ليسانس

ت ب ر ش ت	39,00	119,4
ليسانس	38,00	107,30
ليسانس	28,00	70,7
ليسانس	40,00	112,4
ليسانس	40,00	109,6
ليسانس	30,00	76
ليسانس	29,00	76,3
ت ب ر ش ت	40,00	102,4
ت ب ر ش ت	42,00	109,60
ليسانس	42,00	117,6
ليسانس	41,00	111,9
ليسانس	30,00	78,4
ت ب ر ش ت	42,00	115,4
ليسانس	42,00	111,4
ليسانس	28,00	73,2

من الجدول نلاحظ أنه ليس هناك فرق بين الأساتذة ذوي شهادات ليسانس وشهادات تدريس

التربية البدنية والرياضية.

كما نلاحظ أن الأساتذة المتحصلين على شهادات تدريس التربية البدنية والرياضية لهم مهارات اتصال عالية وتلاميذهم لهم رضى حركي عال. مع العلم أن كل أساتذة هذه الفئة لهم خبرة تفوق 15 سنة.

مما يبين أن الفرضية الثالثة والتي تشير إلى تأثير متغير التكوين العلمي لأستاذ التربية البدنية والرياضية على العلاقة الارتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية غير محققة في عينتنا.

2- الاستنتاج العام:

لقد حاولنا من خلال هذه الدراسة معرفة علاقة مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية بالرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية، ولقد تلخصت أهم النتائج في النقاط التالية:

1- هناك نسبة 66.66% من مجموع عينة أساتذة التربية البدنية والرياضية لديهم مهارات اتصال عالية، ونسبة 33.34% من مجموع عينة أساتذة التربية البدنية والرياضية لديهم مهارات اتصال ناقصة. هذه النتائج أتت لتبين الدور الهام الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية والرياضية في وصول التلميذ إلى خبرات سارة ومرضية فإذا ما ألم بالتدريس إلماما تاما بأحسن طرق التعليم للمهارات في مجال التربية البدنية فإن هذا يدعو إلى اقتصاد الجهد والوقت وتحقيق نتائج أحسن وسيحصل المتعلم على خبرة تعليمية شاملة وسارة.²

وقد جاءت نتائج مقياس الرضى الحركي لتؤكد نتائج اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية حيث أن تلاميذ الأساتذة الذين تحصلوا على درجات عالية في اختبار مهارات الاتصال (66.66%) تحصلوا على درجات مرتفعة في مقياس الرضى الحركي.

وتوصلنا إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين نتائج اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية ومقياس الرضى الحركي حيث كان معامل الارتباط $r=0.97$ عند مستوى الدلالة 0.01.

وعليه فقد جاءت النتائج لتبين ما ذهبت إليه في الفرضية الأولى أي وجود علاقة ارتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية، حيث يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضى والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي، إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا إيجابيا للمشاركين فيها سواء من الناحية البدنية أو العقلية أو الاجتماعية أو النفسية كما أن التواصل الجيد بين الأستاذ وتلميذه يؤدي حتما إلى نجاح ورضى في أي نشاط يؤدي إلى زيادة الاستعداد والربة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضى نتاجه تحقيق الهدف.

- تشارل بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، المكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، سنة 1964، ص 434.²

وعليه يتأكد لنا صدق الفرضية الأولى والتي مفادها:
توجد علاقة ارتباطية قوية بين مهارات الاتصال عند أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

2- على ضوء النتائج تبين لنا جليا أن العلاقة الارتباطية بين مهارات الاتصال عند أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية تتأثر تبعا لمتغير خبرة الأستاذ.

فالخبرة هي خلاصة تجارب الأستاذ في تخصصه، كما أنها مؤشر يوضح مدى استفادة الأستاذ من هذه التجاري وإمكانية توظيف ذلك في المستقبل من حيث قلة فرص الوقوع في الخطأ فضلا عن توفير الجهد والوقت وتحقيق الأهداف المأمولة بأفضل مستوى ممكن، بالإضافة إلى أنها تساعده على التمييز بين المتغيرات والأسباب التي تؤدي إلى النجاح والانجاز فيدعمها، وتلك التي تفضي إلى الفشل والإحباط فينحيتها ويتجنبها.

3- تأكد لنا من خلال النتائج أن متغير التكوين العلمي للأستاذ لا يؤثر في العلاقة الموجودة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية لأننا لاحظنا أن الأساتذة المتحصلين على شهادات تدريس التربية البدنية والرياضية يتمتعون بمهارات اتصال عالية مما يؤثر إيجابا على الرضى الحركي على تلاميذهم. مع العلم أن الأساتذة المتحصلين على شهادات التربية البدنية والرياضية في عينتنا لهم خبرة تفوق 15 سنة ولم يتسنى لنا قياس مهارات اتصال عند أساتذة متحصلين على نفس الشهادة ولكن بخبرة قصيرة.

3-الاقتراحات والتوصيات:

تهدف البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية في التربية البدنية والرياضية للاستفادة من نتائجها في أغراض التوجيه والإرشاد النفسي هو العمل على مساعدة الفرد على تنمية شخصيته وفهمه لذاته وتحليل وتقدير قدراته واستعداداته، أي تقييم نفسه حتى يرضى عن نفسه وغيره.

ويمكن الاستفادة من النتائج المتوصل إليها في ضوء التوصيات و الاقتراحات التالية:

- أهمية الأنشطة البدنية والرياضية في تقديم الفرد الصالح والمندمج في المجتمع.
- على الأساتذة أن يقوموا بدورهم الهام وذلك بالتواصل الجيد بالتعلم من أجل استمراره في الممارسة و تقديمهم في المستوى.
- الاهتمام بشؤون مادة التربية البدنية والرياضية من مختلف جوانبها والعمل على ارتقائها وازدهارها وتبوءها مكانة لائقة في المجتمع ورعاية شؤون أساتذتها.
- توسيع قاعدة التعاون بين أساتذة التربية البدنية والرياضية.
- لم شمل الأساتذة الممارسين في إطار تنظيمي مهني يعمل على التحسس بمشكلات الواقع المهني والآمال والتطلعات وهذا من أجل الارتقاء بالمهنة والأخذ بيد الأساتذة والتعاون معهم من أجل جعل التربية البدنية والرياضية مهنة جديرة بالتقدير والاحترام.
- مناقشة القضايا المعاصرة لمهنة تدريس التربية البدنية والرياضية من خلال عقد لقاءات وندوات.
- تنظيم تربصات ودورات صيفية أو خلال العطل الفصلية للأساتذة وحلقات البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية والعمل على تطويرها للاستمرار من خلال تزويدها بالإصدارات الحديثة من الكتب والمراجع.

- تشجيع أساتذة التربية البدنية والرياضية على إجراء بحوث ودراسات من خلال المسابقات التي تعقدتها معاهد وأقسام التربية البدنية والرياضية ورصد جوائز قيمة لذلك.
- خلق الآلية اللازمة لإيجاد الرابط أو الصلة بين قطاعات المجتمع وهيئاته ومؤسساته وهذا يحتاج إلى تضافر جهود الدكاترة والأساتذة والخبراء.
- العمل على ربط الإنتاج البحثي في التربية البدنية والرياضية بالواقع الاجتماعي والمهني وإخراجها من أرفف المكاتب للاستفادة منها من خلال التطبيق والتوظيف التقني لها بهدف خدمة المجتمع أولاً والارتقاء بالمهنة.
- إجراء المزيد من البحوث في العلاقة وأثر مفهوم الذات والتوافق النفسي عند الممارسين.

الشيخ محمد بن عبد الوهاب

تمهيد :

في ضوء العرض السابق للجانب النظري و إشكالية البحث، و من خلال ما تم عرضه من أهمية و أهداف البحث، فإن الباحث يحاول في هذا الفصل التطرق إلى تصميم البحث من خلال المنهج المتبع و عيناته و مجالاته و أدوات الدراسة، بالإضافة إلى ذلك تحديد الإجراءات العملية المتبعة و الأساليب الإحصائية التي تم الاعتماد عليها في تحليل النتائج .

1-الدراسة الاستطلاعية :

في بحثنا هذا قمنا بدراسة استطلاعية، حيث كان الهدف منها معرفة و تحديد العوامل التي من الممكن أن تؤثر في الرضا الحركي عن تلاميذ الأقسام النهائية: بالإضافة إلى ذلك فقد كان الهدف من الدراسة الاستطلاعية قياس مدى صدق و ثبات المقياس المستعملة في هاته الدراسة و هي :

+اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية

مقياس الرضا الحركي .

و عليه قمنا بتوزيع المقاييس المذكورة سالفاً على:

أ - اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و قد على 30أستاذ - 300 تلميذ.

ب - مقياس الرضا الحركي :

و قد وزع على عينة مكونة من 300 تلميذ، و تم قياس الصدق و الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار

(Test - retest) و كانت المدة بين التطبيق الأول و الثاني هي أسبوعين و أيضا باستعمال طريقة

التجزئة النصفية و معامل الإتساق (ألفا) و انطلاقاً من الدراسة الاستطلاعية و دراستنا النظرية ثم وضع

مقاييس البحث وفق الأهداف و الفرضيات مع الأخذ بعين الاعتبار الشروط العلمية و المنهجية .

2-منهج الدراسة :

استجابة لطبيعة الموضوع سنعمد في دراستنا على المنهج الوصفي بشقيه الإرتباطي و السبي المقارن في تصميم البحث، حيث سيتم توظيف المنهج الإرتباطي في دراسة علاقة الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية بالرضا الحركي لتلاميذ الأقسام النهائية كما سيتم إستخدام المنهج الوصفي (السبي المقارن) لتحديد الفروق بين المجموعات المختلفة تبعاً لمتغير خبرة الأساتذة و تكوينهم العلمي في كل من متغير الرضا الحركي و الاتصال البيداغوجي كمتغيرات مقاسة في هذه الدراسة، و يمكن إستخدام الباحث لهذا المنهج لمناسبته في المقارنة بين المجموعات .

2-1-البحث الإرتباطي :

يسعى البحث الإرتباطي إلى محاولة تحديد العلاقات بين متغيرين أو أكثر قابلين للقياس، و درجة هذه العلاقة و الغرض من البحث الإرتباطي قد يكون التعرف على وجود علاقة أو عدم وجود هذه العلاقة أو إستخدام العلاقة بين المتغيرات بغرض التنبؤ و دراسات العلاقة تدرس غالباً عدداً من التغيرات التي يفترض ارتباطها بمتغير أساسي أو متغير مركب كالرضا الحركي مثلاً، و المتغيرات التي يتضح أنها لا ترتبط مثلاً بالمتغير الرئيسي يمكن حذفها أو صرف النظر عنها¹

و من أهمية بمكان أن نتذكر أن الدراسة الإرتباطية لا ينتج عنها علاقة الأثر و السبب، و لكن ينتج عنها علاقة فقط، و إن كان ارتفاع درجة الارتباط بين متغيرين يمكن أن يفيد في التنبؤ، و درجة العلاقة بين متغيرين يمكن التعبير عنها عادة باستخدام معامل الارتباط و هو رقم يتراوح ما بين صفر، و واحد

1-محمد حسن علاوي،أسامة كامل راتب:البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي، القاهرة،

صحيح، و كلما اقترب معامل الارتباط مع الصفر دل ذلك على ضعف العلاقة بين المتغيرين و كلما اقترب معامل الارتباط من الواحد الصحيح دل ذلك على قوة العلاقة بين المتغيرين.

2-1- البحث السببي المقارن:

البحث السببي المقارن يحاول التوصل إلى العلاقة بين الأثر و السبب، كما يتطلب المقارنة بين المجموعات . و في البحث السببي المقارن فإن المتغير المستقل أو السبب يتميز بأنه موجود أو حادث بالفعل، و إن المتغيرات المستقلة في هذا البحث متغيرات لا يمكن التحكم في إدخالها (مثل الجنس، ذكر أم أنثى) أو ببساطة لم يصطفها أو يتحكم في إدخالها الباحث¹

و في البحث السببي المقارن تتم المقارنة بين مجموعات مختلفة في بعض المتغيرات و معرفة أثر ذلك الاختلاف على المتغير التابع بحيث أن هذه المتغيرات المراد معرفة أثرها على المتغيرات التابعة هي موجودة فعلا و لكنها ليست من صنع الباحث.

و يتميز البحث السببي المقارن بأنه أقل تكلفة، بالإضافة إلى أن نتائج البحث السببي المقارن قد تقود إلى دراسة تجريبية لتدعيم النتائج.

3-مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع البحث من 30أستاذ تربية بدنية ورياضية بمرحلة الثانوي (ثانويات الشلف مركز). و300 تلميذ عينة عشوائية مقصودة وهذا بمعدل 10تلاميذ أقسام نهائية لكل أستاذ.

¹محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب :البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي،ص.104 سنة1999

الجدول رقم (2): جدول معلوماتي حول عينة البحث

المؤسسة	الأساتذة	التلاميذ
1	أ	10
	ب	10
	ج	10
2	أ	10
	ب	10
	ج	10
3	أ	10
	ب	10
	ج	10
4	أ	10
	ب	10
	ج	10
5	أ	10
	ب	10
	ج	10
6	أ	10
	ب	10
	ج	10
7	أ	10
	ب	10
	ج	10
8	أ	10
	ب	10

10	ج	
10	أ	9
10	ب	
10	ج	
10	أ	10
10	ب	
10	ج	

4-مجالات البحث:

1.4 – المجال الزمني:

لقد تم ابتداء منذ أوائل شهر نوفمبر عن طريق البحث في الجانب النظري، أما فيما يخص الجانب التطبيقي، فقد دام قرابة شهرين أي فيفري، مارس 2009 وهذه المدة تم فيها التطبيق الميداني وتحليل النتائج المحصل عليها، باستعمال الطرق الإحصائية.

2.4 – المجال المكاني:

أجري البحث في ثانويات الشلف مركز و هي :

1. ثانوية الإخوة قوادري هني

2. ثانوية الجيلالي بو نعامة

3. متقن الحاج ميلود

4. ثانوية الونشريسي

5. ثانوية محمد بو عايسي

6. ثانوية السعادة

7. ثانوية شيهان علي

8. ثانوية العقيد بو قررة

9. ثانوية بلحاج قاسم

10. ثانوية شاشو علي

5- أدوات الدراسة:

1.5- مقياس الرضى الحركي:¹

مقياس الرضى الحركي *mouvement de satisfaction scale* صممه في الأصل

نيلسون Nelson وألن Allen إيماناً منهما بأن بعض مقاييس صورة الجسم *body image* لا تعظ اهتماماً واضحاً للجانب الحركي الإنساني.

إذ أن المقياس يحاول التعرف على درجة رضا الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية. وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس هذا المقياس. والمقياس الأصلي يتضمن 50 عبارة وفي ضوء الدراسات التي أجريت على العبارات الأصلية تم حذف بعض العبارات واستبدال بعض العبارات الأخرى لتناسب التطبيق في البيئة المصرية.

عند الرقص "، " أستطيع ركل كرة ثابتة لمسافة طويلة.

نظراً لعدم مناسبة العبارة للتطبيق على التلميذات وبذلك أصبح المقياس يتكون من 30 عبارة.

ويقوم الفرد بالإجابة على عبارات المقياس على مقياس خماسي التدرج (ينطبق بدرجة كبيرة جداً،

بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً)، ويصبح المقياس للتطبيق على تلاميذ

وتلميذات المرحلتين الإعدادية والثانوية وطلبة وطلاب الجامعات. أي في المرحلة العمرية من 14-21 سنة

1.1.5- المعاملات العلمية لمقياس الرضى الحركي:

أ. الثبات:

تم إيجاد معامل آفا للاتساق الداخلي للمقياس على عينة مكونة من 176 من الجنسين تراوحت

أعمارهم ما بين 16-21 سنة وبلغ هذا المعامل 0.95

ب- الصدق:

تم إيجاد الصدق المنطقي للمقياس عن طريق 8 محكمين خبراء في مجال التربية البدنية الرياضية وعلم

النفس الرياضي. كما تم إيجاد الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق المقياس على عينة الثبات (176 فتى

وفتاة)

وأسفرت عن وجود ارتباطات مقبولة بين المقياس والمقاييس الأخرى وتراوحت ما بين: 0.6-0.71

¹ - محمد حسن علاوي: موسوعة الاختيارات النفسية للرياضيين، الطبعة 01، مركز الكتاب للنشر، مصر 1998، ص171.

2.1.5- التصحيح:

يتم جمع الدرجات التي حددها المفحوص بالنسبة لجميع عبارات المقياس وكلما قاربت من الدرجة العظمى وقدرها 150 درجة كلما دل ذلك على زيادة الرضى الحركي للفرد.

1 التعليمات:

- 2 - فيما يلي العبارات التي يمكن أن تصف بها نفسك وتصف بها قدرتك الحركية:
 - إقرأ كل عبارة وارسم دائرة الدرجة التي تناسب مع وصفك لنفسك ووصفك لقدراتك الحركية.
 - فإذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا ارسم دائرة حول الرقم 5.
 - وإذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة ارسم دائرة حول الرقم 4.
 - وإذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة متوسطة ارسم دائرة حول الرقم 3.
 - وإذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة قليلة ارسم دائرة حول الرقم 2.
 - وإذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا ارسم دائرة حول الرقم 1.
- لاحظ أنه يوجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة لأن كل فرد يختلف عن الفرد الآخر في وصفه ووصف قدراته الحركية والمطلوب تحديد الدرجة التي تناسب مع حالتك بكل صدق وأمانة.
- لا تترك أي عبارة بدون إجابة.

3.1.5- المواصفات العلمية للمقياس:

أ - صدق المقياس: اس:

اعتمد الباحث لبيان صدق المقياس على الصدق الظاهري وهي ان يقوم مجموعة من المختصين (***) بتقويم صلاحية فقرات لقياس السمة التي وضع من أجلها المقياس، ذ قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المختصين في مجال التربية البدنية والرياضية وعلم النفس وطلب منهم الاطلاع على فقرات المقياس وبيان مدى صلاحية من يره مع إضافة التعديلات المناسبة. وبعد جمع استمارات السادة المتخصصين تم تفرغها من قبل الباحث وتبين الآتي:

نسبة اتفاق 95%، وبذلك حصل الباحث على الصدق الظاهري للمقياس.¹

ب - ثبات المقياس:

المقياس الثابت هو المقياس الذي يعطي النتائج نفسها عند تكرار تطبيقه على الأفراد وتحت نفس الظروف ولعدد من المرات.

لغرض الحصول على ثبات المقياس قام الباحث باستخدام طريقة التجزئة النصفية وذلك من خلال تقسيم فقرات المقياس لى فقرات تحمل الأرقام الزوجية وأخرى تحمل الأرقام الفردية بعد أن تم توزيع المقياس على أفراد عينة البحث. ثم معالجته إحصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط فظهرت قيمة (ر) (0.83).

يستدل من ذلك وجود معامل ارتباط عال بين فقرات المقياس مما يدل على ثبات عال للمقياس.

2.5- اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية :

أ - الثبات: تم إيجاد معامل أنفا للاتساق الداخلي للمقياس على عينة قدرها 182 وبلغ هذا المعامل 0.95.

(**) الأستاذ الدكتور بن عكي محند آكلي، (جامعة الجزائر)

(**) الدكتور شريقي علي، (جامعة الجزائر)

(**) الدكتور حاج شريف قويدر، (جامعة الجزائر)

(**) الدكتور قصي محمود القيسي، (جامعة مستغانم)

¹ - د. بجاوي محمد، الرضا الحركي بمفهوم الذات وتأثيرها على التوافق الدراسي عند طلبة التربية البدنية والرياضية أطروحة دكتوراه غير مشورة، معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة الجزائر. ص 248. سنة 2008.

ب - الصدق:

تم إيجاد الصدق المنطقي للمقياس عن طريق 3 محكمين خبراء عن مجال التربية البدنية والرياضية وعلم النفس الرياضي.

كما تم إيجاد صدق الاختبار عن طريق الصدق المرتبط بالتحك عند تطبيق المقياس على عينة إثبات وأسفرت على وجود ارتباطات مقبولة بين المقياس والمقاييس الأخرى وبلغ معامل الارتباط 0.78.

ج- التصحيح:

يتم منح الدرجات كما يلي: أبدأ، درجة واحدة، أحيانا: درجتان غالبا 3 درجات ويتم جمع درجات العبارات كلها كلما قاربت من الدرجة العظمى وقدرها 45 درجة كلما دل ذلك على وجود مهارات اتصال عالية.

التعليمات:

فيما يلي بعض العبارات التي توضح كيفية قيامك كأستاذ تربية بدنية ورياضية بمحاولة توصيل إرشاداتك وتوجيهاتك للتلاميذ والمطلوب قراءة كل عبارة جيدا ووضع علامة (x) أمام كل عبارة وأسفل ما يتناسب مع حدوثها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

- الرجاء عدم ترك أي عبارة بدون إجابة.
- لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، المهم هو محاولة الإجابة بكل صدق وأمانة على الطريقة التي تتم بها عملية الاتصال بينك كأستاذ وتلاميذك.

المعاملات العلمية لاختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية

6- التحليل الإحصائي:

* ن العرض من اختيار الفرضية الأولى هو تحديد العلاقة بين متغيرين فنويين، فقد تم استخدام معامل ارتباط "بيرسون" حيث أنه الأسلوب الإحصائي المناسب.

* والغرض من اختبار الفرضيات الثانية والثالثة نبحث عن الفروق بين عينات التلاميذ في درجة الرضا الحركي، والفروق بين عينات الأساتذة ودرجة الاتصال.

كل هذا تبعاً لمتغير الخبرة والتكوين العلمي لدى الأساتذة.

7- الأساليب الإحصائية:

تمت معالجة النتائج بالأسلوب الكمي بالاعتماد على حقيبة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS 13.0).



إن الجهد المقدم في هذا البحث هو محالة دراسة تأثير مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية على الرضى الحركي لتلاميذه في الأقسام النهائية.

حيث تم من خلال هذا البحث دراسة العلاقة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

لقد قامت المعالجة المنهجية في هذه الدراسة على أساس اقتراح افتراضي له ما يبرره في الإنتاج المعرفي النظري و التطبيقي لميدان علم النفس و علم النفس الرياضي و علم النفس الاجتماعي، إذ يبين أن الاتصال الفعال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية له اثر معتبر على الرضى الحركي للتلميذ.

و قد جاءت النتائج لتبين :

1. الفرضية الأولى محققة، حيث أننا توصلنا إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية ، حيث يمر التلميذ في هذه المرحلة بفترة عمرية صعبة ألا و هي المراهقة. و التي تعد من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، والترقي في معارج الصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد، ومكمن الخطر في هذه المرحلة التي تنتقل بالإنسان من الطفولة إلى الرشد، هي التغيرات في مظاهر النمو المختلفة (الجسمية والفسولوجية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والدينية والخلقية)، ولما يتعرض الإنسان فيها إلى صراعات متعددة، داخلية وخارجية.

2. الفرضية الثانية محققة و التي تنص على أن العلاقة الإرتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية تتأثر بمتغير خبرة الأستاذ . حيث لاحظنا أن كلما كانت سنوات خبرة الأستاذ كبيرة صار بموجبها مهارات الاتصال لديه اكبر، و كلما كانت سنوات الخبرة اقل كانت مهارات الاتصال لديه ناقصة ، و بالتالي يؤثر ذلك على الرضى الحركي عند التلميذ .

3. الفرضية الثالثة لم تتحقق ، أي أن متغير التكوين العلمي للأستاذ لم يؤثر على العلاقة الإرتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية. و بالتالي فإن متغير الخبرة كان له الأثر الكبير على هذه العلاقة في عينتنا. لقد حاولنا من خلال بحثنا هذا إظهار علاقة مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية بالرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية و العوامل المؤثرة في ذلك ، فكانت الفكرة الرئيسية و الهامة التي استوحيناها من خلال بحثنا هذا و استنادا على الدراسات التطبيقية التي قمنا بها، باستعمال أدوات بحثنا و بعد تحليلنا و استخلاص النتائج، وجدنا أن الرضى الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية في حصة التربية البدنية و الرياضية يتأثر بمهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية ، وذلك وفقا لخبرة الأستاذ .

يعتبر التواصل مهمة أساسية للعاملين في المجال التربوي، والاتصال عملية ضرورية وهامة لكل عمليات التوافق والفهم التي يتوجب على التربويين القيام بها بهدف الوصول إلى الأهداف المنشودة للمؤسسة التربوية. والاتصال عملية اجتماعية تفاعلية تقوم وتعتمد اعتمادا كبيرا في حدوثها على المشاركة في المعاني بين المرسل والمستقبل.

إن مستقبل المجتمعات يتوقف على ضرورة و كيفية استغلال التربية بطريقة بناءة تعود على المجتمع بالنفع و الايجابية , و هي بالعكس تعود سلبا على المجتمع إذا استغلت بأساليب هدامة . و التربية عملية اجتماعية تختلف من مجتمع لآخر و تعتبر وسيلة المجتمع للمحافظة على بقاءه و استمراره و ثبات نظمه ومعايير الاجتماعيه و تهدف إلى نقل التراث الثقافي عبر الأجيال بعد إجراء عمليات التعديل و الانتقاء و المفاضلة بين مشتملان هذا التراث بما يلائم روح العصر الجديد , و اتجاهاته الحضارية فهي بذلك تعتبر عملية إعداد الفرد للحياة و تطبيعه و تنشئته . و درس التربية البدنية احد أشكال و مظاهر التربية العامة , وهو اللبنة الأولى والوحدة الأساسية التي تحقق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية و تحقيق أهدافها و غاياتها . فالتلميذ يتعلم من خلال درس التربية البدنية و الرياضية أشياء كثيرة و في مجالات مختلفة كالتدريب و التمرن , و النظرية و التطبيق و القيادة و التبعية و التنمية و التطور , و التوازن

في بناء شخصيته المستقبلية لهذا فإننا نلقي الضوء في هذا الفصل على مفهوم التربية و التربية البدنية و الرياضية مع توضيح أهمية درس التربية البدنية و الأسس التي يقوم عليها .

التربية تهدف إلى تنشئة الفرد سليما منسجما مع نفسه من جهة, ومع مجتمعه وتقاليده من جهة أخرى, فيلم الفرد من المعارف الحياتية ما يساعده على العيش ومواجهة المشاكل. ومبدئيا لا يتمكن عالم أو مبدع في أي مجال دون تعليمه القراءة والكتابة, ودون تزويده بقاعدة علمية وتقنية متينة, كما انه لا يمكن تعليم قيم ومعتقدات وتقاليده مجتمعه الأصلي دون اكتساب القدرة على التكيف في مجتمعه.

إذن الأهداف التربوية متكاملة, فالتركيز على هدف معين لا يعني إهمال الأهداف الأخرى, انطلاقا من أن التأكيد على كل الأهداف صعب في مرة واحدة.

والواقع أن الفرد لا ينمو في فراغ فهو يتحرك في وسط إجماعي , يتأثر به ويؤثر فيه فالتربية إذن لا يستطيع أن تغفل الفرد , لأنه موضوع اهتمامها ولا تستطيع أن تتجاهل المجتمع , فهي نابعة منه وتعمل من اجله ولذلك نجد كثيرا من كتاب التربية يتحدثون عن أهداف تربوية تتجه إلى الفرد وأخرى تتجه إلى المجتمع .

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة , أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا , فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية , كالقوة والسرعة, الرشاقة والتحمل والمرونة , وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية, يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في تدريس التربية البدنية والرياضة .

إن الرضى عن الأداء الحركي يشكل تدعيما أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلا على أن زيادة الشعور بالرضى عن مستوى الأداء يعد أحد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (Singer) " إلى أنه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الانجاز الرياضي هو الشعور بالرضى عن مستوى الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشرا عن حالة الرضى، كما ويرتبط رضا التلميذ بخبرات الأستاذ السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمة فإن ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبني عليها توجهات التلميذ ورغباته فيحيا حياة صحيحة سعيدة متمتعة.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قائمة المراجع باللغة العربية :

1. د.طلحة حسام الدين، علم الحركة التطبيقي، الجزء الأول مكتبة الأمل للنشر
2001.
2. محمد السيد أبو النيل، "علم النفس الاجتماعي"، دراسة عربية وعالمية مطابع دار
الشعب.
3. عدنان درويش، " التربية الرياضية المدرسية"، دار الفكر العربي القاهرة 1996.
4. محمد عوض بسيوني، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات
الجامعية 1992.
5. عادل الهواري، سعد عبير، مدخل الى الاتصال دار الفكر العربي ، القاهرة
1997.
6. عاطف عدلي عبيد، سعد مصلوح، موسوعة العلوم الاجتماعية الإمارات العربية
المتحدة، بدون طبعة مكتبة الفلاح 1999.
7. محمد أمين المفتي، معالم تربوية سلوك التدريس"، مؤسسة الخليج العربية 1996.
8. محمد حسن سعد، التربية العلمية بين النظرية والتطبيق، 1999.
9. عنايات محمد أحمد فرج، درس التربية الرياضية، مكتبة دار الفكر العربي القاهرة
1996.
10. د.عبد المقصود عبد الغني، "نظريات البحث العلمي"، مكتبة الهدى الرياض
1996.

11. محمد حسن علوي "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين"، مركز الكتاب

للنشر القاهرة 1998.

12. *عصام عبد الحق: التدريب الرياضي نظريات و تطبيقات، دار الكتب

الجامعية، مصر، بدون طبعة

13. *عبد المجيد النشواني : علم النفس التربوي ، دار النشر ، بيروت بدون

طبعة 1981

14. *السمراي العباس :عبد الكريم محمد السمراي ، تطوير مهارات تدريس التربية

البدنية و الرياضية ، بدون طبعة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1992

15. *مكارم حلمي أبو هرجة ، محمد سعد زغلول ، رضوان محمد رضوان :

موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ،

16. محمد مصطفى السايح :تكنولوجية إعداد معلم التربية الرياضية ، ط1

17. *صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد: التربية و طرق التدريس، دار

المعارف بمصر ط-1-1984

18. *محمود السباعي: معلم الغد و دوره ،دار المعارف بمصر ، 1985

19. *بوفلحة غياث: الأمن النفسية للتكوين و مناهجه ، سنة 1989

20. *يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي، معهد إعادة القادة 1990

21. *جبرائيل بشارة: تكوين المعلم العربي و الثورة العلمية التكنولوجية، دمشق

ط 1979

22. *صالح عبد العزيز: التربية الحديثة، مطابع دار المعارف، بدون طبعة،
23. *أبو الفتوح و آخرون:المدرس في المدرسة و المجتمع، مكتبة الأنجلو،مصر، بدون طبعة-1973
24. *أحمد منير مصلح : التربية و طرائق التدريس، مطابع فن العرب ،1969، بدون طبعة
25. *تركي رابح عمارة: أصول الشريعة و التعليم، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ط1 -1982
26. *مجلة همزة وصل العدد 10: تقارير اللجنة العاشرة حول التكوين المهني العام
27. *مجلة همزة وصل العدد4: تقارير اللجنة الرابعة حول التكوين المهني العام
28. *دكتورة رمزية الغريب : التعلم دراسة نفسية ، تفسيرية ، توجيهية 1977مدرسة الأنجلو مصرية .
29. *د.مروان عبد المجيد إبراهيم : النمو البدني و التعلم الحركي .بدون طبعة .جامعة قار يونس
30. *جمال ميثال القاسم "محيستير علم النفس التربوي" الطبعة الأولى 2000-1420 دار الصفاء للنشر و التوزيع عمان .
31. *طلحة حسام الدين ،د.وفاء صلاح الدين، د.مصطفى كامل حمد، د.سعيد عبد الرشيد : علم الحركة التطبيقي الجزء الأول

32. *د. مروان عبد المجيد إبراهيم : النمو البدني و التعلم الحركي . بدون طبعة
جامعة قار يونس
33. د. طلحة حسام الدين : علم الحركة التطبيقي الجزء الأول
34. عادل الهواري ، سعد المصلوح ، موسوعة العلوم الاجتماعية ، الإمارات العربية المتحدة ، بدون طبعة ، مكتبة الفلاح ، 1999
35. عاطف عدلي عبيد ، مدخل إلى الاتصال و الرأي العام ، دار الفكر العربي ،
بدون طبعة ، القاهرة ، سنة 1997
36. د/محمد محمود الحيلة ، تصميم و إنتاج الوسائل التعليمية التعليمية ، دار الفكر العربي
37. د /محمد محمود الحيلة ، تصميم و إنتاج الوسائل التعليمية التعليمية ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، القاهرة ، 1999
38. هالة منصور ، الاتصال الفعال ، المكتبة الإزاريطية ، الإسكندرية ، بدون طبعة ،
1997 ،
39. د/ سامية جابر ، الاتصال الجماهيري و مجتمع الحديث ، النظرية و التطبيق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، ط2 ، القاهرة ، سنة 1990 ،
40. برنت د. روبن ، الاتصال و السلوك الإنساني ، ترجمة من أعضاء قسم الوسائل و التكنولوجية التعليم لكلية التربية ، جامعة الملك سعود ، مطابع الإدارة العامة للبحوث ، المملكة العربية السعودية ، بدون طبعة ، سنة 1991

41. د/ محمود عودة، أساليب الاتصال و التغيير الاجتماعي، دار الغرفة، لبنان، بدون طبعة، بيروت، سنة 1989
42. خيرى خليل الجميلي، الاتصال و وسائله في المجتمع الحديث، المكتب الجامعي الحديث، بدون طبعة، 1997
43. سمير محمد حسين، الإعلام و الاتصال في الجماهير و الرأي العام، عالم الكتب، بدون طبعة، القاهرة، 1984، ص111.¹
44. د/ محمد معوض، إعلام الطفل، دراسات حول صحف الأطفال و إذاعتهم المدرسية و برامجهم التلفزيونية، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، سنة 1994.
45. د/عاطف عدلي العبد عبيد، دور الإذاعة الصوتية في تغيير النظرة التقليدية إلى المرأة، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، بدون طبعة، 1979
46. بشير عبد الرحيم كلوب، الوسائل التعليمية و طرق استخدامها، مكتب المحتسب عمار دار إحياء العلوم، لبنان، ط2، بيروت، 1985.
47. د/ عنايات محمد أحمد فرج، مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1998.
48. سامية فرغلي، زينب سيد حسن: مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ و تلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة و نشاط الجمباز

1 بصفة خاصة، بحث منشور، ب حوث المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول

النامية، كلية التربية الرياضية بالهرم، 1985.

49. محمد محمود عبد الدايم: تقنين مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ ، مجلة

بحوث المؤتمر لرياضة المستويات العالية، المجلد الثاني، القاهرة، 1994

50. هانم كساب: مستويات الرضى الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية ، مجلة

نظريات و تطبيقات، العدد 21 كلية التربية الرياضية، أبوقير، الإسكندرية 1994

51. محمد حسن علاوي. أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية و

علم النفس الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1999 ،

52. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب :البحث العلمي في التربية الرياضية و

علم النفس الرياضي، سنة 1999

53. محمد حسن علاوي ،أسامة كامل راتب،البحث العلمي في التربية الرياضية و

علم النفس الرياضي، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1999

54. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب :البحث العلمي في التربية الرياضية

و علم النفس الرياضي، سنة 1999

55. يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي، معهد إعادة القادة 1990-

56. بوفلجة غياث ، الأمن النفسية للتكوين و مناهجه ، سنة 1989

57. جبرائيل بشارة، تكوين المعلم العربي و الثورة العلمية التكنولوجية ، دمشق

58. أبو الفتوح و آخرون: المدرس في المدرسة و المجتمع ، مكتبة الأنجلو، مصر-بدون

طبعة-1973

59. أحمد منير مصلح : التربية و طرائق التدريس ، مطابع فن العرب

،1969، بدون طبعة

60. ¹ حامد أحمد عبد الحق : مذكرات في مادة علم الحركة، كلية التربية لرياضة

للبنين بالقاهرة، سنة 1984

61. ناهد أنور الصباغ جمال محمد علاء الدين: علم الحركة، دار الكتاب، الطبعة

السابعة ، القاهرة، سنة 1999

62. عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السياسية و الاجتماعية و التربوية ،

سلسلة العلوم الاجتماعية، الدار العربية للكتاب، طرابلس، ليبيا1989

63. أمين أنومر الخولي: فلسفة الجمال في الرياضة ، سلسلة الثقافة

الرياضية، العدد03، معهد البحرين الرياضي، المنامة ، يناير 1991

64. بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس ونظريات علم الحركة ، الطبعة 1 ، دار

الفكر العربي ، القاهرة ، سنة1996

65. فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، القاهرة، دار المعارف، سنة

1995

66. عبد الرحمن عيسوي: علم النفس النمو ، دار المعرفة، الإسكندرية، سنة

.1989

67. - أسامة كامل راتب: النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1999

68. لعجيلي وتاجي خليل: نظريات العلم، مطابع الوحدة العربية، الزاوية، ليبيا،

سنة 1993

69. عبد علي ناصيف: التعلم الحركي، مطابع جامعة الموصل، العراق، سنة

1980،

70. السيد عبد المقصود: نظريات التدريب الرياضي، مركز الكتاب للنشر،

القاهرة، سنة 1969

71. انتصار يونس: سيكولوجية النمو والشخصية، دار المعارف، الإسكندرية، سنة

1988

72. حمد يوسف الشيخ: التعلم الحركي، دار المعارف، القاهرة، سنة 1984

73. سهير مصطفى المهندس: تأثير برنامج تربية حركية مقترحة على الرضا

الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية، المؤتمر العلمي الأول، المجلد

الثاني، جامعة الزقازيق، سنة 1990

74. محمود سمير طه، بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقى الميدان والمضمار، مجلة

علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول "العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات،

القاهرة، سنة 1989

75. محمد عفاف محمود: الرضى عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى للطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية، المؤتمر العلمي الخامس، جامعة حلوان مصر، سنة 1984
76. تشارل بيوكر : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة1964
77. أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 2001
78. البهى فؤاد السيد : الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ،القاهرة ، ط4 ، 1975
79. أحمد رضا: متن اللغة ، مكتبة الحياة ، ط1 ، بيروت 1965
80. سعد جلال ، محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار النهضة العربية ، ط2 ، 1982 ،
81. عبد الرحمان عيسوي: سيكولوجية الجنوح ، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1984.
82. محمد مصطفى زيدان : النمو النفسي للطفل والمراهق ، أسس الصحة النفسية ، دار الشروق ، جدة ، 1979
83. حامد عبد السلام زهران : علم النفس النمو ، الطفولة والمراهقة ، عالم الكتب ، القاهرة، 1983.

84. كمال الدسوقي : النمو التربوي للطفل المراهق ، دار النهضة العربية ، بيروت ، ط 1 ، 1979
85. البهي فؤاد مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، دار الآفاق الجديدة ، بيروت ، ط 2 ، 1991 د السيد : الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1975
86. مالك سليمان مخول: علم النفس الطفولة والمراهقة ، مطابع مؤسسة الوحدة، القاهرة، 1981
87. محمد عماد الدين إسماعيل: النمو في مرحلة المراهقة ، دار القلم، الكويت، ط1، 1989.
88. زحاف خالد: العلاقات الاجتماعية لتلاميذ الطور 3، مذكرة ماجستير، الجزائر. 2000.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

1. Ulrich Celeste :the future hour : an educational view , ed R Welch ,Saint Louis , 1977
2. Felshin jan; More than movement: An introduction to physical education, Lea and febiger , Philadelphia, 1972
3. Rarick G,L : the domain of physical education ,ed G Brooks, perspectives on the Academic discipline of physical education, Human Kinetics Illinois, 1981,.
4. cratty b.j. perceptual and motor development in fants children, 2ed, new jersey, 1977
5. B.Reymond. – Rinier. / le developpement social de l'enfant et l'adolescent- MARDAGA-1980
6. Dominguez –Jordan Daniel- Suicide Adolescent . N° 20 Decembre1993

قوله
والله
أعلم

مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية (الصورة أ)

أنا كأستاذ تربية بدنية :

العبارات	أبدا	أحيانا	غالبا
1/أعبر بوضوح تام عن إرشاداتي و توجيهاتي.			
2/أرسل رسائل غزيرة المعلومات.			
3/رسائلي واضحة بصورة دائمة.			
4/أستمع جيدا للتلاميذ و أفهم رسائلهم.			
5/أستخدم حركات جسمي في إرسال توجيهاتي.			
6/أحاول أن أجعل توجيهاتي للتلميذ في صورة يستطيع فهمها.			
7/ألاحظ استجابات التلاميذ لمضمون رسالتي.			
8/توجيهاتي أرسلها إلى التلميذ المقصود و مباشرة.			
9/أحاول أن تكون توجيهاتي عامة للجميع.			
10/إشاراتي الجسمية تعني دائما نفس الشيء الذي تعنيه كلماتي.			
11/أشجع التلاميذ على تبادل المعلومات معي.			
12/أستخدم الاتصال ذو الاتجاهين (من الأستاذ للتلميذ و من التلميذ للأستاذ).			
13/عندما أوجه رسالة فإنني أركز على موضوع واحد فقط.			

			14/رسائل مختصرة دائما.
			15/جميع اللاعبين يفهمون كلماتي و إرشاداتي.

مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية و الرياضية (الصورة ب)

أنا كتلميذ رياضي أرى أن أستاذي:

غالبا	أحيانا	أبدا	العبارات
			1/يعبر بوضوح تام عن إرشاداته.
			رسائل غزيرة المعلومات يرسل.2/
			3/رسائله واضحة بصورة دائمة.
			4/يستمتع جيدا للتلاميذ و يفهم رسائلهم.
			5/يستخدم حركات جسمه في إرسال توجيهاته.
			6/يحاول أن يجعل توجيهاته للتلميذ في صورة يستطيع فهمها.
			7/يلاحظ استجابات التلاميذ لمضمون رسالته.
			8/توجيهاته يرسلها إلى التلميذ. المقصود و مباشرة
			9/يحاول أن تكون توجيهاته عامة للجميع.
			10/إشاراتة الجسمية تعني دائما نفس الشيء الذي تعنيه كلماته
			11/يشجع التلاميذ على تبادل المعلومات معه.

قائمة الملاحظات

			12/يستخدم الاتصال ذو الاتجاهين (من الأستاذ للتلميذ و من التلميذ للأستاذ)
			13/عندما يوجه رسالة فانه يركز على موضوع واحد فقط.
			14/رسائله مختصرة دائما.
			15/جميع التلاميذ يفهمون كلماته و إرشاداته.

مقياس الرضى الحركي

الدرجات					العبارات
5	4	3	2	1	1- زملائي يعتقدون أن قدرتي على الحركة جيدة.
5	4	3	2	1	2- أستطيع تعلم تعلم المهارات الحركية بسهولة
5	4	3	2	1	3-عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات.
5	4	3	2	1	4-أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب
5	4	3	2	1	5-لدي القدرة على الجري بسرعة.
5	4	3	2	1	6-أستطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة.
5	4	3	2	1	7-قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جديدة.
5	4	3	2	1	8-أستطيع الاحتفاظ بتوازي من الثبات
5	4	3	2	1	9-لدي القدرة على التحرك بخفة و رشاقة.

قائمة الملاحظات

5	4	3	2	1	10-أستطيع رمي كرة التنس لمسافة كبيرة جدا
5	4	3	2	1	11-أستطيع الاحتفاظ بتوازي بالوقوف على قدم واحدة لفترة معقولة
5	4	3	2	1	12-أستطيع التحرك بسرعة حول بعض العوائق و الموانع.
5	4	3	2	1	13-لدي القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الأرض.
5	4	3	2	1	14-أستطيع ثني ومد جسمي بسهولة.
5	4	3	2	1	15-أستطيع أن أقوم بأداء حركات بدنية أفضل من معظم زملائي
5	4	3	2	1	16-أستطيع أداء الحركات البدنية العنيفة.
5	4	3	2	1	17-أستطيع السباحة لمسافة طويلة.
5	4	3	2	1	18-أستطيع أن أشترك في بعض الأنشطة البدنية التي تتطلب مستوى عال من المهارة الحركية
5	4	3	2	1	19-أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب

5	4	3	2	1	20- لي قدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات
5	4	3	2	1	21-عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية.
5	4	3	2	1	22-أنا راض تماما عن قدراتي الحركية
5	4	3	2	1	23-أستطيع حفظ توازني أثناء المشي
5	4	3	2	1	24- لي قدرة على التحرك برشاقة على إيقاع الموسيقى
5	4	3	2	1	25-أستطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما أرغب في ذلك
5	4	3	2	1	26-أستطيع تقدير المسافات بيني و بين زملاء الآخرين أثناء الحركة
5	4	3	2	1	27-أستطيع القيام باسترخاء جسمي عندما أرغب في ذلك
5	4	3	2	1	28-أستطيع استخدام كلا من الذراعين و الرجلين في وقت واحد عندما يتطلب الأمر ذلك
5	4	3	2	1	29-أستطيع الوثب أماما لمسافة معقولة
5	4	3	2	1	30-أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة.