

تقييم التهديد للاعبى فرق خماسي كرة القدم المشاركين في بطولة جامعات كردستان العراق

- م.د. مجيد خلد / يخش اسد

جامعة السليمانية/كلية التربية الاساسية/العراق

ملخص البحث:

يهدف البحث الى تقييم التهديد للاعبى فرق خماسي كرة القدم المشاركة في بطولة جامعات كردستان العراق والتعرف على العلاقة بين مسافات وجهات التهديد وترتيب الفرق المشاركة في بطولة جامعات كردستان العراق، وقد فرض الباحث وجود علاقة ايجابية بين نسبة التهديد من مسافة (10) م من جهة الوسط وترتيب الفرق المشاركة في بطولة جامعات كردستان العراق. استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته طبيعة البحث، وتمثلت عينة البحث من لاعبي فرق خماسي كرة القدم المشاركين في بطولة جامعات كردستان العراق والتي اقيمت في مدينة اربيل من المدة 2009/3/1 الى 2009/3/5، تم اعتماد الملاحظة العلمية كأسلوب لتحليل المباريات عن طريق استمارة تسجيل اعدت لهذا الغرض، يسجل فيها عدد مرات التهديد الناجح والفاشل على المرمى من مسافات (10م، 20م، 30م) من جهات اليمين اليسار الوسط، استخدم الباحث النسبة المئوية وقانون (سبيرمان) للتوصل الى النتائج.

وبعد عرض وتحليل النتائج ومناقشتها استنتج الباحث ان نسبة التهديد الناجح كانت اقل من نسبة التهديد الفاشل، واعلى نسبة للتهديد الناجح كانت من مسافة (10) م من جهة الوسط، وجود علاقة ايجابية بين التهديد من مسافة (10) م من جهة الوسط ونتائج ترتيب الفرق وقد اوصى الباحث بضرورة زيادة نسبة تدريب لاعبي خماسي كرة القدم على التهديد من مسافات وجهات مختلفة في الوحدات التدريبية.

تحديد مستويات معيارية من خلال بطارية مقترحة لانتقاء الناشئين في اختصاص الوثب الثلاثي (14-15) سنة.

- د. بن سي قدور حبيب*

جامعة مستغانم

ملخص البحث:

من أبرز واجبات الانتقاء هي تحديد إمكانات الناشئ التي لها صفة التنبؤ بالمستوي الرياضي الذي يمكن أن يصل إليه. حيث يمثل الأفراد الموهوبين في المجال الرياضي ثروة بشرية هامة يجب اكتشافها، و تنميتها و رعايتها و الحفاظ عليها ، و قد ظلت عملية اكتشاف الموهوبين تخضع للأساليب غير العلمية طوال العديد من السنوات، حيث اعتمدت عملية اكتشاف الموهوبين على الصدفة، و الملاحظة العابرة، و الخبرة الشخصية و غيرها من الأساليب غير المقننة علميا.

و مع التطور الحضاري للإنسان، واتساع مجالات النشاط الإنساني و تقدم العلوم، أصبحت الأساليب الغير العلمية محدودة الأثر و الاستعمال في عملية انتقاء الناشئين و توجيههم إلى الرياضات التي تتناسب مع قدراتهم و حلت مكانها الأساليب العلمية المدروسة و التي تستند إلى الأسس النظرية و المناهج العلمية. و مع التطور الهائل الذي شاهده مجال ألعاب القوى خلال السنوات الأخيرة و الذي يعكس سرعة تحطيم الأرقام القياسية و ارتفاع مستويات الأداء الرياضي في الدورات الأولمبية و العالمية، أصبحت عملية اكتشاف و انتقاء الناشئين الموهوبين في الجزائر من أولويات المشرفين و المسؤولين على الرياضة و التربية البدنية. و من المسلم به أن توجيه الناشئ إلى نوع النشاط الرياضي الذي يتناسب مع استعداداته وإمكاناته يعتبر أساس وصوله إلى المستويات الرياضية العالية. لذا أصبح الاهتمام بفرق الناشئين في مختلف الاختصاصات الرياضية بألعاب القوى أمرا معتادا و في كل المؤسسات المنظمة، و يرجع ذلك على إيمان المسؤولين بأن هؤلاء هم القاعدة الأساسية لأي نجاح رياضي مستقبلي. و من هذا منطلق عمل الباحث على تحديد مستويات معيارية من خلال بطارية مقترحة لانتقاء الناشئين (14-15) سنة في اختصاص الوثب الثلاثي بألعاب القوى.

الكلمات الأساسية : مستويات معيارية، بطارية اختبار، الانتقاء الرياضي ، الناشئين(14-15) سنة ، الوثب الثلاثي بألعاب القوى.

* أستاذ محاضر "ب" .معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم-الجزائر. (bensikaddourh@yahoo.fr)

درجات بعض مصادر الضغوط النفسية عند مدربي كرة القدم

نحو تثبيت بعض الأهداف الموسمية

- د/بومسجد عبد القادر

- جامعة مستغانم

ملخص البحث:

يتميز عمل المدرب في كرة القدم بالجهد المضني فهو المشرف الأول عن مصير الفريق و هو المخطط للعملية التدريبية و هو القائد الذي تقع على كاهله مسؤوليات جسام و كل العيون موجهة إليه من لاعبين و مسيرين و مشجعين و إعلاميين إضافة إلى الأعباء العائلية. و لهذا عليه أن يعي بوضوح طبيعة الأهداف التي يخطط لها في بداية الموسم بحيث تكون تتماشى و إمكانيات و قدرات الفريق المادية و البشرية حتى لا يقع فريسة التناقض و لا يندفع بدافع الحماس و الغرور بقبول تحقيق إنجازات تفوق مستوى الفريق، لأن الأهداف إذا ما أحسن بناؤها، و أمكن تحديدها بأسلوب سليم، فإنها و لاشك ستساعد في تجنب الكثير من الضغوط و على رأسها الضغوط النفسية هذه الأخيرة التي تعتبر أحد المتغيرات الأساسية في بحثنا هذا، لأن من شأن هذه الضغوط النفسية أن تؤثر سلبا على شخصية المدرب و تجعله يعايش المشاكل و الصراعات و الاستثارة لأدنى التعاملات التي يلقاها من اللاعبين أو الأطراف الممثلة للإدارة نتيجة الاختيارات التي وافق عليها بتهور و التي قادته الواقعية فيها إلى الفشل في تحقيقها مما يؤدي به إلى الإهالك البدني و الذهني، و في هذا الاتجاه جاءت دراستنا من أجل: معرفة الأسباب المؤدية إلى حدوث الضغوط النفسية لدى مدرب كرة القدم تبعا للأهداف التي تم رسمها في بداية الموسم الرياضي. إيضاح أنواع ا لضغوط النفسية التي يعاني منها مدربي كرة القدم على ضوء الأهداف المثبتة في بداية الموسم الرياضي. كشف طبيعة العلاقة الموجودة ما بين تثبيت الأهداف(نيل لقب البطولة، ضمان البقاء ضمن الدوري) و الضغوط النفسية عند مدرب كرة القدم. إدراك درجات مصادر الضغوط النفسية قيد الدراسة نحو تثبيت بعض الأهداف المعلن عنها في بداية الموسم الرياضي.

الكلمات المفتاحية:

الضغط النفسي-تثبيت الأهداف-مدرب كرة القدم.

البرامج التدريبية في مدارس كرة القدم الجزائرية واقع وفاق.

- د.بن قاصد علي الحاج محمد

رئيس وحدة بحث بمخبر علوم تقويم النشاط البدني الرياضي جامعة مستغانم

ملخص البحث:

انه من الصعب اليوم الوصول الى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث, وهذا بدأ من انتقاء واختيار الموهوبين وتبنيهم خلال مراحل التكوين والتدريب, وكذا إعداد البرامج التدريبية وتوفير الإمكانيات المادية والبشرية وتذليل كل العقبات التي تتعرض مسيرة التقدم والوصول الى المستويات الدولية.

لقد أثبتت الكثير من الدراسات والبحوث على ضرورة الاهتمام بالفئات الصغرى, فناشئو اليوم هم لاعبو الدرجة الأولى والمنتخبات الوطنية الغد لذا وجب على القائمين على اللعبة من ادرايين ومدربين وصحافيين الوقوف على أهمية هذه النقطة لضمان مستقبل كرة القدم الجزائرية.

ومما تقدم ذكره ولنجاح العملية التدريبية, ورفع مستوى كرة القدم الجزائرية. وجب علينا تجنيد جميع طاقاتنا في رفع مستوى المدرب وهذا عن طريق تنمية وتطوير الكفاءة المهنية في المجال التدريبي حتى يتسنى له إعداد البرامج التدريبية بفعالية وإيجابية وبالتالي رفع الحركة الرياضية الوطنية عامة وكرة القدم الجزائرية خاصة.

الكلمات الأساسية: المدرب- البرامج التدريبية- مدرسة كرة القدم.

دور وأهمية الصحف الرياضية في تنمية الثقافة البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

- /عزالدين مهدي - جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

- /عيسى براهيمى - جامعة الجزائر

ملخص مداخلة:

يمكن للصحف الرياضية أن تلعب دورا إيجابيا من خلال تأثيرها على دافعية المراهق لممارسة الأنشطة الرياضية وتزويده بالمعرفة و المعلومات الرياضية، كما يمكنها أن تؤثر عليه سلبا من خلال ما تعرضه من مواضيع. و بمراجعة الدراسات السابقة في المجال الرياضي، وجد الباحث أن جميع أو معظم الأبحاث تهتم بوسائل الإعلام المسموعة من خلال الإذاعة و المرئية المسموعة من خلال التلفزيون، ولم يجد الاهتمام بالإعلام المكتوب من خلال الصحف الرياضية، وقلة الدراسات فيه، ومن هنا ظهرت الحاجة إلى محاولة التعرف على دور الصحف الرياضية في تنمية الثقافة البدنية و الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

وجاءت إشكالية الدراسة على النحو التالي :

* هل تلعب الصحف الرياضية دور في تنمية الثقافة البدنية و الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

وحتى نجيب عن هذه الإشكالية نطرح الأسئلة الفرعية التالية:

فرضيات الدراسة: من خلال التساؤلات التي طرحناها في الإشكالية السابقة قمنا بوضع الفرضيات كحلول مؤقتة للإشكالية المطروحة.

أهداف الدراسة :

- من الطبيعي أن لكل دراسة غايات تجرى من ورائها ، وأهداف تسعى إلى الوصول إليها ، من أجل تقديم البديل ، أو تعديل ما يجب تعديله ، وتبقى الإجابة عن الأسئلة التي تطرحها المشكلة هدف كل دراسة ، ويمكن تلخيص أهداف هذه الدراسة في :
- دفع و تحفيز و فتح مجال البحث في ميدان الإعلام الرياضي خاصة الصحافة الرياضية كمرحلة ابتدائية من أجل تطبيقها على أرض الواقع.
- معرفة مدى إقبال تلاميذ المرحلة الثانوية على مطالعة الصحف الرياضية.
- تنبيه القائمين على هذا المجال بالدور الهام الذي يمكن أن تلعبه الصحف الرياضية في تنوير عقل المتطلع.

تأثير إدماج الأطفال المعاقين عقليا مع الأطفال الأسوياء على تعلم المهارات الأساسية للسباحة للأطفال المعاقين عقليا (12 - 15) سنة

- د. زابشي نور الدين

عضو بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

ملخص البحث

تُعَدُّ الإعاقة الذهنية من المشكلات الهامة التي تعتبر قضية اجتماعية جديرة بالاهتمام في السنوات الأخيرة. ونظراً لأنهم يمثلون أكثر الفئات انتشاراً على مستوى العالم ، لذا فقد اقتصتهم الدراسة الحالية . ولقد تم توفير الرعاية الشاملة لهذه الفئة من الأفراد مع مرور العصور وذلك بإعداد المراكز الخاصة بهم وتربيتهم وهم في عزلة عن المجتمع . إلا أن مختلف المنظمات و الجمعيات المهتمة بالمعاقين عقلي رفضت هذا النهج في رعاية المعاقين ودعت إلى دمجهم مع الأسوياء بحيث أن كل طفل معاق يجب أن تمنح له الفرصة في المشاركة في البرامج الدراسية العامة المتاحة للأطفال الأسوياء إلا إذا تطلبت حالة الطفل المعاق تواجده داخل فصول خاصة طوال الوقت لتلقي الخدمات التعليمية المناسبة له . و تعتبر الأنشطة الرياضية وسيط فعال من خلالها يستطيع الأطفال المعاقين ذهنيا بدرجة بسيطة و متوسطة تحسين مهاراتهم البدنية والشخصية والاجتماعية ، حيث تعمل على تشجيعهم على الاندماج في المجتمع والاستمتاع بالحياة جنباً إلى جنب مع الأطفال الأسوياء . وتتعدد مجالات الأنشطة الرياضية للأطفال المعاقين والتي من أهمها السباحة ، حيث وضعها علماء النفس والاجتماع في مقدمة الأنشطة الرياضية التي تساعد الطفل المعاق على التحرر والانطلاق والمشاركة في الأنشطة الترويحية والجماعية التي يشترك فيها كلا من الطفل السوي والمعاق .

وعلى ضوء هذا جاءت هذه الدراسة بهدف معرفة أثر الدمج بين الأطفال المعاقين ذهنيا و الأسوياء على تعلم وإتقان المهارات الأساسية في السباحة للأطفال المعاقين ذهنيا . و ذلك من خلال تطبيق برنامج تعليمي ترفيهي يدمج فيه الأطفال المعاقين ذهنيا والأسوياء حيث تم تطبيق البرنامج لمدة ثلاثة أشهر ، وقد جاءت النتائج ذات دلالة عالية، حيث حدث تحسُّن ملحوظ في نتائج الاختبارات المهارية المنجزة وتعدُّل العديد من السلوكيات غير المرغوب فيها لديهم، مما يوضِّح مدى أهمية الدمج بين المعاقين ذهنيا والأسوياء في التنمية المتكاملة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة .

اثر تحديد مركز تناظر الحلق من موقف الحرة على دقة التازر الحركي البصري في التصويب المباشر و من الثبات في لعبة السلة

- أ/ زرف محمد

عضو بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

ملخص البحث:

يعتبر التعلم من اهم المظاهر والسمات التي تلعب دوراً هاماً في تقدم كثير من الشعوب حيث انه يؤثر تأثيراً إيجابياً وشاملاً في تنشئة جيل جديد على اسس علمية متطورة وحديثة ، ويقاس هذا التقدم بمدى معرفتها لطرق ووسائل ونظريات طرق التدريس والتعليم و التدريب الحديث، وقد أضاف التطور العلمى الكثير من الوسائل و الحقائق الجديدة التي يمكن للمعلم او المدرب الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للدارسين و المتدربين حتى يتم إعدادهم بدرجة عالية من الكفاءة ، وفي هذا الصدد يذكر "حسين الطوبجي" أن مهمة المعلم او المدرب لم تعد قاصرة على الشرح والإلقاء واتباع الأساليب التقليدية في التدريس او التدريب بل أصبحت مسئوليتهم الاولى هي رسم مخطط لاستراتيجيات الدرس او الحصص التدريسية تعمل فيها طرق التدريس و التدريب والوسائل التعليمية لتحقيق أهداف محده.

وقد اتفقت آراء كل من بلوم **Bloom Bengamin** وسنجر **Singer** (1980) ، عفاف عبد الكريم (1990) على إن هناك العديد من الاساليب والطرق التي تعمل في تكامل لمعالجة المنهج و البرنامج التدريبي، واثراء العملية التعليمية او التدريسية، تخدم عقل المتعلم و المتدرب مما يساعد على الانتباه لعملية الشرح، والتركيز ، والاستيعاب ، والاسترجاع.

ان اعتماد لعبة كرة السلة على المهارات الأساسية كقاعدة هامة للتقدم في مستوى الأداء ، ويذكر " حسن معوض " (1994) إلى أن مرحلة تعليم المبادئ الاساسية هي اصعب مرحلة ولكنها لازمة لرفع المستوى ، كما أنها السلم للإرتقاء نحو الإجادة والامتياز كون التصويب يلقى رتسا فوق تلك المهارات كونه المحصلة النهائية لكل العمليات الفردية او الجماعية في حسم نتيجة المباراة جاءت اهمية البحث في اعتماد التحليل الحركي كوسيلة نظرية في فك الغاز هذه المهارة ميدانيا من خلال التركيز على الحرة كمقدمة لتعلم انواع الاخرى من التهديد ضمن مجال التدريبات البصرية فتمثلها في اطار قاعدة احتمالات الدخول كرة كمؤشر نجاح تخدم المتعلم او المتدرب في انتقاء نقطة او بؤرة التركيز من خلال توظيف اداة تلغي المؤشرات التشتت فترة التركيز على الهدف و بالتالي تسمح للمتعلم و المتدرب على السواء تقدير مسار طيران الكرة من خلال زاوية الدخول المحددة بعيدا عن مؤشرات القادمة من اللوح و التي تخدم التهديد الغير مباشر

" أثر استخدام التعليم المبرمج (التشعبي) على تعلم بعض المهارات

الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد"

لطلاب معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم .

بمحت تجريبي اجري على طلبة السنة الأولى ل.م.د بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم

- ١-عبدالقادر زيتوني*

جامعة مستغانم

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى تصميم كتيب مبرمج مصور لتعلم بعض المهارات الأساسية الهجومية في كرة اليد كأسلوب من أساليب التعلم الذاتي، وكذلك التعرف على أثر التعلم الذاتي باستخدام طريقة الكتيب المبرمج على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد. و لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها 50 طالب، و بواقع (25) طالب للمجموعة التجريبية. و قد أظهرت النتائج أن للكتيب المبرمج بالطريقة التشعبية له اثر ايجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية الهجومية في كرة اليد عند طلبة السنة الأولى بمعهد التربية البدنية و الرياضية.

* أستاذ مساعد مكلف بالدروس " أ "

توضيح المتطلبات المورفولوجية لبعض المؤشرات الجسمية (النمط الجسمي، التقدير الكمي) و علاقتهما بنوع الإختصاص الرياضي الممارس

- أ/ بوجمعة بلوفاة

جامعة مستغانم

ملخص البحث:

تنحصر مشكلة البحث في أن الصفات الموروثة للرياضيين تفرض حدودا على بناء الجسم و تكوينه و الذي ينتج عنه تحديد أطر التطور للرياضي في نوع الرياضة التي يمارسها، و تجعلها محدودة للغاية في بعض المؤشرات ، و ممكنة إلى حد ما في البعض الآخر. و هذا الأمر الذي لحد الآن لم يجرى تفهمه بالشكل الكافي سواء من قبل المدربين أو اللاعبين و حتى المعينين في الجزائر، و لا حتى في أغلب الدول المجاورة و الدول النامية و التي عملت على إحداث تبايننا واضحا في المستويات و النتائج المحققة بيننا من جهة و بين الدول المتقدمة .

و كون الباحث أحد المعينين في مجال التدريب ر التدريس في المجال الأكاديمي، و في تخصص المصارعة اليابانية (الجيدو) لاحظ و لمس غياب المعايير المبنية على التصور الواضح المعمول به في رياضة التخصص و بالتالي لنموذج البطل المراد إعدادة ، و توضحه لبعض الخصائص المورفولوجية و عدم إعطاء الأهمية للمرحلة العمرية سوف لا يكون قادرا على تحقيق نتيجة رياضية جيدة و في حالة العكس ، أي لحل هذه المشكلة فإن التخطيط المستقبلي يقتضي منا البحث عن مواصفات و متطلبات و إمكانيات أفضل لتحقيق تلك النتائج و تجاوز مستواها لأن لكل مستوى من المعايير هدف معين ، و هنا نكون قد إبتعدنا عن العشوائية و نتائج الصدفة و إستبدالها بالمنهجية العلمية في تحديد متطلبات نابعة عن نموذج نريد إيجادها و تأهيله ليكون قادرا على تحقيق الهدف المخطط له مع المرحلة العمرية من جهة و متطلبات الفعالية و النشاط الرياضي المراد التخصص فيه من جهة أخرى . و كانت هناك أيضا الصلة بين مشكلتنا و بين ضعف التخطيط في مجال التربية البدنية و الرياضية واقعا سيما شجع العمل المرتجل، و الذي في كثير الأحوال تكون نتائجه غير مرضية . و كذلك في عدم الإستمرار في إستخدام القياسات و الإختبارات المورفولوجية (النمط الجسمي ، التقدير الكمي) و إن وجدت فهي تعتمد على الأساليب الذاتية و الإعتبارية لوقت طويل و مستمر لوقتنا هذا الذي لم يعنى بنشاط علمي يذكر لحل المشكلة أعلاه و الناتج عن عدم المعرفة الكافية لأهمية العلاقة بين هذه المؤشرات المورفولوجية و نوع النشاط الممارس .

استخدام الطول والوزن كمؤشر لمهاري الضربة الساحقة وحائط الصد في الكرة الطائرة

- د. محمود وجيه حمدي عثمان*

ملخص الدراسة:

لقد أصبح من الأهمية اختيار المميزات البدنية المناسبة كأحد عوامل في ظروف اللعبة (وليس قوانينها) وبذلك أجريت العديد من الدراسات للتوصل إلى العلاقة بين القياسات الجسمية والمستوى الرقمي وقد شملت هذه الدراسات مختلف الميادين الرياضية ونتجت عنها توصيات ففي الكرة الطائرة لم تعد الخطط غامضة على المدربين ولكون تفوق الأداء المهاري أصبح مهما ولقد ظهرت دراسات متعددة تهتم بطول اللاعبين كإحدى المميزات لهذه اللعبة ولكن هذه الدراسات كانت تعتمد على ارتفاع الشبكة والاهتمام بالطول دون ماينتج من ذلك مدلولات لأداء المهارات الأخرى كمهاري حائط الصد والضربة الساحقة كما أن المستويات الدولية يمكن تحقيقها بالرياضيين الذين لديهم علاقة واضحة بين المواصفات الجسمية... وبين المستوى الذي يحققه الفرد .

وبسبب الاهتمام المتزايد في هذه اللعبة فإن الباحث سيقوم بدراسة تعتمد على بيانات حديثة من خلال لاعبي الكرة الطائرة المشاركين في اولمبياد بكين الصينية لعام 2008 م ، لأغراض التوصل إلى تقنيات ومعاونة المعادلات الإحصائية لإثبات ذلك حيث يمكن الاعتماد على الوسائل الإحصائية في الوصول إلى الانتقاء . وكان الهدف من الدراسة هو لتوصل إلى معدلات إحصائية لمؤشرات كلا من القفز لأداء مهارة الضربة الساحقة ومهارة الصد ، وأيضا وضع جداول معيارية لتوضيح القفزتين مع صفة الطول والوزن.

وفي ضوء التحليل الإحصائي للبيانات الخاصة لكل لاعب من لاعبي الفرق المشاركة وعددهم (12) فريق بعدد (144) لاعبا والصادرة من الاتحاد الدولي والشاملة علي البيانات التالية (الطول - الوزن - الوثب لحائط الصد -

الوثب للضرب الساحق) توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- 1- معادلة الارتفاع المطلوب لأداء الضربة الساحقة = $205.72 + (0.796 \times \text{الطول})$
- 2- معادلة الارتفاع المطلوب لأداء حائط الصد = $212.85 + (0.760 \times \text{الطول}) - (0.386 \times \text{الوزن})$.
- 3 - استخدام الجداول المعيارية التنبؤية في حالة عدم توفر المعادلات .

*أستاذ مساعد بكلية التربية - قسم التربية الرياضية - جامعة السلطان قابوس.

متطلبات التدريب الرياضي للمستويات العليا.

- خيرى جمال

- بوعجناق كمال.

جامعة الجزائر

ملخص :

إن متطلبات التدريب الرياضي عامة هي : -لاعب - مدرب - تخطيط -إمكانات - رعاية
أما إذا تكلمنا عن متطلبات التدريب الرياضي للمستويات العالية كقطاع البطولة مثلا ، فهذا يختلف إلى حد كبير في شكل العناصر المكونة لتلك المتطلبات حيث أن ممارسة التدريب الرياضي بغرض تحسين النواحي البدنية والمهارية والفسولوجية بصورة عادية يختلف عنه بغرض إعداد الأبطال.
فان متطلبات التدريب الرياضي للمستويات العالية:

-أولا : اللاعب

ثانيا : المدرب بمواصفات خاصة

ثالثا : التخطيط على مستوى عال

رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة من الترفيه إلى المنافسة.

- ا. كواش منيرة.

جامعة محمد خيضر بسكرة.

ملخص :

تعود أصول الرياضة عند ذوي الاحتياجات الخاصة إلى أواخر القرن 19 , و منذ سنة 1888 كانت هناك نوادي رياضية خاصة للصم في ألمانيا, و في سنة 1944 أنشئ مركز لإعادة تأهيل الطيارين الناجين من الحرب و الذين تعرضوا لإصابات في الحبل الشوكي, و بعدها تطورت الرياضة من رياضة تأهيل إلى رياضة ترفيهية, ثم ظهرت رياضة المنافسات حيث أدرجت المسابقة الوطنية الأولى للرياضيين على الكراسي المتحركة و ذلك ضمن حفل افتتاح الألعاب الأولمبية بلندن سنة 1948.

تولي الدول أهمية كبيرة لذوي الاحتياجات الخاصة من مواطنيها، وفق ظروف كل دولة، لما تشكله هذه الفئة من ثروة يمكن استثمارها للمساهمة في تنمية المجتمع. و قد تم لهذا الغرض إشراك ذوي الاحتياجات الخاصة من مختلف الأعمار في أنواع عديدة من الألعاب الرياضية و تكييف تلك الألعاب لمواءمة نوع الإعاقة ، و ما يستلزمه ذلك من تشريعات و قواعد تناسب كل حالة.

و فيما يلي سنحاول الإجابة على الأسئلة التالية:

- هل الرياضة مناسبة لذوي الاحتياجات الخاصة كما هي للأصحاء؟

- ما هي أنواع الإعاقة التي يمكن أن يمارس أصحابها الرياضة؟

- ما هي الألعاب الرياضية التي يمكن أن يمارسها ذوي الاحتياجات الخاصة؟

- هل هناك سن معين لممارسة الرياضة التنافسية بالنسبة لذوي الاحتياجات الخاصة؟

و في الأخير سنقدم لمحة مستخلصة من التعديلات التي أجراها الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) على قواعد لعبة كرة القدم لتناسب المعاقين بصرياً. و عليه سيتم تحاشي أوجه التشابه مع لعبة كرة القدم المعروفة و التركيز على مواصفات كرة القدم للمعاقين بصرياً. و كذا ملخص عن المشاركة الجزائرية في الألعاب شبه الأولمبية.

النشاط الرياضي المدرسي وأثره على مستوى اللياقة البدنية بالنسبة لتلاميذ مرحلة الثانوي

- أ/ شريف مسعود

- أ/ سحنون نادية

جامعة الجزائر

ملخص البحث:

يعتبر النشاط الرياضي في الوسط المدرسي عنصرا هاما وأساسيا من عناصر المنهج ، وهو مادة كباقي المواد الأخرى المدرسة ، وتكمن أهميته في اعتباره عامل مدمج للفرد في الوسط الذي يعيش فيه ويدرس فيه، وكذا بالنسبة لجانب التربوي والأخلاقي الذي يتحلى به هؤلاء المتدربين، ضمن الفوج وفي المدرسة ككل، كذا في تطوير وتنمية قدرات التلميذ الفكرية وسلامة اتخاذ القرار.

إذن النشاط البدني المدرسي هو ذلك الجهد البدني والعقلي الذي يبذله المتعلم في سبيل تحقيق هدف ما، ففي السابق كانت فكرة النشاط البدني المدرسي عبارة عن حصص من أجل سد وقت الفراغ ووقت للتسلية ، ولكن لخدمة التربية البدنية والرياضية أهداف هامة ونبيلة منبثقة ومسطرة من خلال برنامج سنوي الذي ينبثق منه أهداف مرحلية لكل فصل والمتمثلة في الأهداف الدورية والتي تتفرع إلى أهداف خاصة بالحصص.

وهذا على غرار الهدف المسطر لسيرورة الحصص والأهداف المرجوة من ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة، فهي تستخدم لاكتشاف المواهب والقدرات والعمل على صقلها (حسن عبد الله 1986)، كما يعمل أساتذة المادة على تكوين عادات ومهارات وقيم وأساليب تفكير لازمة لمواصلة التعليم والمشاركة في التنمية الشاملة ، حيث كما تبين الدراسات أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي يتمتعون بنسبة ذكاء عالية وإيجابيون مع أساتذتهم ، كما أنهم يتمتعون بروح القيادة وثبات انفعالي (أبو العلاء وآخرون، 1993)، لكن الواقع الذي نعيشه بين لنا عدم الاهتمام بهذه المادة من الأولياء و من الجهات الوصية وذلك من خلال عدم تشجيع الأولاد على الممارسة وكذا عدم توفير الأجهزة والإمكانات الملائمة للممارسة، حتى تتحقق الأهداف التي سطرت من أجلها المادة والتي تتمثل في تعميق المفهوم الأمثل للرياضة ، صقل المواهب وتهذيب النفوس، تقويم السلوك وإعداد الشخصية السوية، تنمية اللياقة البدنية، تقديم أنواع الرياضات الشيقة التي تنمي التنافس الشريف وتساعد كذلك على علاج بعض الأمراض والأعراض والتكيف معها .

ولتحقيق الأهداف المرجوة من حصص النشاط البدني الرياضي لا بد من وسائل لقياس وتقويم هذه الأهداف والتحقق من تحقيق البرامج المسطرة فعلا، فالقياس والتقويم أمور تساعد على التعرف على مواضع الضعف بالنسبة للأفراد ودمى تقدم هذه البرامج المسطرة (أمين أنور الحفوي 1990).

إذن ومن خلال هذا البحث أدركنا معرفة مدى تحقيق هدف اللياقة البدنية بالنسبة لتلاميذ الطور الثانوي وهل تعمل الحصص على تطوير هذه اللياقة لهؤلاء الممارسين؟، فهذه اللياقة تعتبر عامل من عوامل صحة الفرد وبنيتة الجسمية ، ولقياسها تستخدم اختبارات اللياقة البدنية المعروفة .

فترى (ليلي زهران 1991) بأنه يمكن الحكم على أداء التلاميذ في حصص التربية الرياضية بأساليب ووسائل متعددة تتمثل في اختبارات اللياقة البدنية والحركية ومقاييس الأداء.

التربية البدنية والرياضية في ظل التدريس وفق المقاربة بالكفاءات بالمؤسسات التعليمية الجزائرية

- 1. حشاشي عبد الوهاب

- : يعقوب العيد

جامعة المسيلة

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى مساهمة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التربية الشاملة للتلميذ بالمؤسسات التعليمية الجزائرية، في ظل التدريس وفق المقاربة بالكفاءات. ولذلك تم توزيع استبيان على 50 أستاذا من أساتذة المادة من مختلف المؤسسات التعليمية المتوسطة والثانوية بكل من ولاية سطيف و برج بوعريج ومسيلة، وهذا للإجابة على التساؤل التالي:

- هل تساهم التربية البدنية والرياضية في التربية الشاملة للتلميذ بالمؤسسات التعليمية في ظل ما يتحقق من أهداف مسطرة بمنهاج المقاربة بالكفاءات؟

وقد توصلنا إلى النتائج التالية:

- انتشار كمي للتربية البدنية عبر كل المؤسسات التعليمية وليس نوعي، حيث لا يواكب هذا الانتشار السريع والواسع للتربية البدنية تغير في معتقدات وثقافة المجتمع، ولعل هذا ما جعل القوانين الخاصة بهذا الميدان لا تفرض وجود منشآت وهياكل تساعد على تحقيق العمل التربوي...
- رغم أن التدريس وفق المقاربة بالكفاءات يعتمد منطق التكوين بدل منطق التلقين، إلا أن أننا نجد أن أساتذة التربية البدنية والرياضية لم يغيروا من طريقة تدريسهم بعد (أي اعتمادهم على منطق تلقين المعلومات للتلميذ)...
- صعوبة متابعة وتقييم مؤشرات الكفاءة القاعدية والختامية للتلميذ، ومن ثم تثمينها...
- إن تغيير مقاربات التدريس في ميدان التربية البدنية والرياضية من المقاربة بالأهداف إلى المقاربة بالكفاءات، لن يساهم في تحقيق التربية الشاملة للتلميذ في ظل غياب الأرضية الملائمة لذلك: من توفير الإمكانيات والوسائل البيداغوجية، وإلزامية وجود المنشآت والمرافق الضرورية، ومرجعة حجمها الزمني، وتماشي برامج التكوين مع متطلبات ما هو مسطر من طرف الجهة الوصية...

برنامج تعليمي مقترح لتنمية بعض الصفات البدنية لدى المصايين بداء المنغوليا

"زملة داون" (13 - 15) سنة

بحث تجريبي أجري على فئة المصايين بزملة داون 13 - 15 سنة . جمعية مساعدة المعاقين ذهنيا - مستغانم -

- أ/ غزال محجوب . عضو .مخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية- جامعة مستغانم

ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اثر وحدات تعليمية مقترحة لتنمية بعض الصفات البدنية لدى المصايين بداء المنغوليا. وتكونت عينة الدراسة الأساسية من 08 أفراد يمثلون العينة التجريبية، انعدم العينة الضابطة لأن هذه العينة هي أصلا عينة خاصة إضافة إلى قلة أفراد هذه العينة من حيث مواصفات العينة المدروسة. طبقت العينة التجريبية برنامجا يتكون من 20 وحدة بمعدل 03 وحدات أسبوعيا. وقد طبقت الاختبارات المقترحة (القبلي والبعدي) وهذا بعد تحكيمها. وتضمنت بطارية الاختبارات 14 اختبارا: الوثب العمودي - الوثب العريض - رمي الكرة الطبية من الوقوف - رمي الكرة الطبية من الجلوس - الجري 05 دقائق - الجري 250 متر - الجري 06 ثواني - الجري 30 متر - الجري 20 متر - الاستجابة الحركية - ثني الجذع من الوقوف - ثني الجذع من الجلوس - المكوكي - الانبطاح المائل 10 ثواني .

وبعد تطبيق الاختبارات ومعالجتها إحصائيا تبين أن العينة أظهرت تحسنا دالا في جميع الاختبارات ما عدا اختبار الجري 250 متر واختبار الجري 06 ثواني .

فعلى سبيل المثال في اختبار الوثب العمودي نلاحظ أن هناك دلالة إحصائية (1.98 + 1.10) في الاختبار القبلي و (2.01 + 0.10) في الاختبار البعدي .

وكذلك هناك دلالة إحصائية في اختبار رمي الكرة الطبية من الوقوف (2.75 + 0.36) في الاختبار القبلي و (3.09 + 0.50) في الاختبار البعدي . وفي اختبار جري 05 دقائق (387 + 13.37) في الاختبار القبلي و (451.50 + 32.10) في البعدي. وكذلك تحسن دال في اختبار الاستجابة الحركية (2.47 + 0.30) في القبلي و (1.81 + 0.33) في البعدي. كذلك تحسن دال في اختبار المكوكي (76 + 5.16) في القبلي و (86.50 + 4.12) في البعدي .

خلاصة النتائج : أظهرت هذه الدراسة أن جميع الاختبارات المقترحة لها دلالة إحصائية ما عدا اختبارين 02 فقط من جملة 14 اختبارا. مما يبين لنا الوحدات التعليمية المقترحة كان لها دور كبير وفعال في التنمية الصفات البدنية لدى العينة التجريبية.

تأثير بعض العوامل البيومترية على بعض المؤشرات الوظيفية
لدى طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة أثناء تأديتهم الامتحانات الفصلية.

- د. خليفة يحيى فيلا لي

المملكة العربية السعودية

الملخص:

خضعت مجموعتان متجانستان من حيث الطول و الوزن و العمر من طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة لتجربة تمثلت في تسجيل نبض القلب و الضغط الدموي الشرياني في حالة الراحة قبل بداية الامتحان و بعد بدايته بدقة إلى خمس دقائق. المجموعة الأولى قامت بالتجربة في الصباح, أما المجموعة الثانية فقامت بالتجربة في المساء. أسفرت النتائج على وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين بالنسبة لنبض القلب لصالح مجموعة الفترة الصباحية, و عدم وجود فروق فيما يخص الضغط الدموي الشرياني. أما فيما يخص كل مجموعة على حدا فالتأثير يبدو واضحا على مجموعة الفترة المسائية. هذا يعني أن فترة المساء تبدو غير مناسبة لإجراء الامتحانات.

الكلمات مفاتيح: امتحان - نبض القلب - رياضة - الضغط الدموي.

اقتراح طريقة تقويم كفاءات من خلال وضعيات معقدة في التربية البدنية والرياضية

1- علي شريفى علوم التربية جامعة تلمسان

1- عبدالقادر زيتوني جامعة مستغانم

ملخص البحث:

تحتل المقاربة بالكفاءات اليوم مكانة في عدد من الأنظمة ، وتهدف إلى أن تجعل التلاميذ قادرين على تجنيد معارفهم ومهاراتهم من أجل حل وضعيات مشكل . من هذا المنظور ، يأخذ تقويم مكتسبات التلاميذ بعد جديد : - إعداد وسائل التقويم لا ينحصر في أخذ عينة من محتوى أو أهداف خاصة وإجرائية ممثلة لمحيط مرجعي في شكل محتوى أو أهداف ، ولكن اقتراح وضعية أو وضعيات معقدة ، تنتمي إلى عائلة الوضعية المحددة بكفاءات ، تستلزم من التلاميذ إنتاج (منتوج) معقد من أجل حل المشكلة . إعداد ، استعمال وتصديق أي وسيلة بدون أية صعوبة . تعتبر معايير التقويم من أهم الثوابت لعائلة الوضعية لأنه من خلال المعايير تحلل كل الوضعية المتعلقة بالكفاءة . - المعيار هو وجهة نظر من خلاله يسمح لنا بتقويم موضوع التقويم . تسمح المعايير بتقويم إنتاج التلميذ . التقويم المحكي معقد، ولا يمكن تعقيده أكثر من اللازم، فالكل يشعر بذلك والكل يدور حول المؤشرات وماذا يمكن أن نفعل بها . إذا كان المعيار عام وبمجرد، فالمؤشر يوجد في سياق وكذلك صحيح. من خلال إنتاج التلميذ يعطي المؤشر معلومات حول تحكم التلميذ في الكفاءة. يوجد داخل القسم الواحد مستويات متفاوتة، وكذلك وجود شبه تخصص بين التلاميذ فمثلا قد يكون بعض التلاميذ لهم ميل إلى لعب دور مدافع بحيث يكونون فاعلين فيه أكثر من دور مهاجم والعكس. في ضوء ما تقدم تتمثل إشكالية المداخلة في : - كيف يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية كفاءات مدرسية من خلال وضعيات مشكل في الألعاب الجماعية باعتبار أنها تشترك في خصائص (كرة اليد ، كرة السلة ، كرة القدم) ؟ ملخص بحث " اقتراح أسلوب تقويم كفاءات من خلال وضعيات مشكل في مجال التربية البدنية و الرياضية" تهدف الدراسة إلى التعرف على أساليب التقويم في ضوء المقاربة بالكفاءات في مجال الألعاب الجماعية للتعليم المتوسط، و كذلك إلى التعرف على أساليب جديدة لتقويم الكفاءات من خلال وضعيات مشكل واستخدم الباحثان المنهج الوصفي نظرا لطبيعة البحث و تكونت عينة البحث من مجموع تلاميذ متوسطات ولايتي عين تموشنت (30 متوسطة) وولاية معسكر (60 متوسطة) على مدى ثلاثي في نشاطات (كرة السلة ، كرة اليد) باعتبارها تشترك في خصائص : (كرة واحدة ، ملعب محدد ، مرمى مهاجمه ، ورمى ندافع عنه ، رفقاء ، خصوم) واقترح على الأساتذة بعض المبادئ لبناء وضعيات مشكل في التقويم التكويني ، وترك الاختيار للأستاذ لتكييف الوضعية حسب مستوى التلاميذ ونجاحاتهم في إيجاد الحلول لها .

جهاز الموانع وتأثيره علي السلوك العدواني و بعض مهارات الجودو للصم والبكم

*.د نادية عبد القادر أحمد

*أ.م.د فايزه أحمد محمد خضر

جامعة الزقازيق - مصر

ملخص البحث:

قامت الباحثتان بأجراء الدراسة بهدف التعرف علي تأثير حمجاز الموانع ومستوي اداء بعض مهارات الجودو للصم والبكم وذلك من علي عينه عمديه من تلاميذ الصم والبكم يتراوح أعمارهم ما بين 12 الي 14 عام ممن يتسمون بالسلوك العدواني وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبتة لطبيعته الدراسة وذلك باستخدام مجموعتين أحدهما تجريبية والتي طبق عليها البرنامج التجريبي باستخدام حمجاز الموانع وبعض مهارات الجودو والاخرى ضابطة والمستخدمه بالبرنامج المتبع وذلك بالتصميم القبلي والبعدي وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعه التجريبية في كل من السلوك العدواني ومستوي الاداء لمهارات الجودو قيد البحث للصم والبكم

تأثير برنامج للتدريب العقلي على بعض المهارات النفسية والصفات البدنية والمستوى الرقمي للناشئين في السباحة

* أ. د / إيتسام توفيق عبد الرازق .

جامعة الزقازيق - مصر

ملخص البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج للتدريب العقلي على بعض المهارات النفسية و الصفات البدنية والمستوى الرقمي للناشئين في السباحة ؛ و قد قامت الباحثة بإستخدام المنهج التجريبي ؛ و قد إشمطت عينة البحث على (28) سباحا من السباحين الناشئين تحت 15 سنة والتابعين لنادى هليوبليس الرياضى ، و قد تضمنت أدوات البحث على مقياس الإستثارة الإنفعالية للرياضيين ؛ قائمة الصفات لمؤشرات التوتر و القلق ؛ مقياس التصور الذهني الرياضي ؛ و برنامج للتدريب العقلي مدته (12) أسبوع و كان التدريب يتم بواقع مرتان اسبوعيا مدة المرة الواحدة (90) تسعون دقيقة و قد بلغ إجمالي عدد ساعات البرنامج (36) ستة و ثلاثون ساعة ؛ و قد أشارت النتائج الإحصائية الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تطوير القدرة على الأسترخاء و خفض التوتر و القلق ؛ تحسين التصور العقلي الحركي ؛ الصفات البدنية قيد البحث ؛ والمستوى الرقمي للناشئين في السباحة لصالح القياس البعدي مما يدل على فاعلية البرنامج وتأثيره على تلك المتغيرات . و من أهم النتائج : أن البرنامج المقترح للتدريب العقلي أثر ايجابيا على بعض المهارات النفسية والصفات البدنية قيد البحث كما ساهم بنصيب وافر في تطوير المستوى الرقمي للناشئين في السباحة .

* أستاذ الرياضات المائية ووكيل كلية التربية الرياضية بنات لشئون التعليم والطلاب سابقا - جامعة الزقازيق

فاعلية التدريبات البصرية على المهارات الادراكية و القدرات البصرية

وتحسين مستوى الاداء المهارى فى رياضة الجمباز

ا.د ناهد خيرى عبد الله فياض

ا.د ناهد على محمد على

جامعة الزقازيق - مصر

ملخص البحث:

يهدف البحث الى التعرف على تأثير التدريبات البصرية على المهارات الادراكية و القدرات البصرية و تحسين مستوى الاداء المهارى على عارضة التوازن لطالبات الفرقة الرابعة تخصصى جمباز بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق للعام 2008\2009 والبالغ عددهن 36 طالبة تم تقسيمهن الى مجموعتين متساويتين قوام كل منها 18 طالبة و استخدمت الباحثات المنهج التجريبي و توصلوا الى ان التدريبات البصرية اثرت ايجابيا على كلا من المهارات الادراكية و القدرات البصرية (قيد البحث و مستوى الاداء المهارى على عارضة التوازن).

تأثير برنامج موجه للأنشطة الحركية على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال من 4-6 سنوات

أ / قدور بن دهمة طارق

أ / قاسمي بشير

جامعة وهران

ملخص البحث:

إن الهدف من هذه الدراسة التجريبية معرفة أثر ممارسة النشاط الحركي في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية في مرحلة الطفولة المبكرة (التعليم التحضيري من 4-6 سنوات).
ممارسة النشاط الحركي في التعليم التحضيري عشوائي حيث العمل المقدم هو عبارة عن ألعاب ملهية، هذا ما استنتجته من خلال الدراسة الأولية مع مربيات هذه المرحلة، من هنا جاءت فكرة هذه الدراسة محاولا إقتراح وحدات تعليمية تطبيقية ومعرفة العلاقة الموجودة بين النشاط الحركي وبعض المهارات الحركية الأساسية
تمثلت عينة البحث في أربعة وخمسين طفل وطفلة تتراوح أعمارهم ما بين 4 - 6 سنوات تم تقسيمهم إلى قسمين، مجموعة تجريبية (27 طفل وطفلة) وأخرى ضابطة (27 طفل وطفلة) حيث طبقت الوحدات التعليمية المقترحة الخاصة بالنشاط الحركي على المجموعة الأولى.
توصلت في نهاية البحث إلى وجود علاقة بين أثر ممارسة النشاط الحركي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية في مرحلة الطفولة المبكرة.
ومن هنا يأمل الباحث أن تؤخذ نتائج هذه الدراسة بعين الإعتبار من قبل المسؤولين والمربين للإستفادة من توصياتها ونتائجها لإبراز مكانة و دور النشاط الحركي في التعليم التحضيري بإعتباره بداية قاعدة هرم التعليم.

الكلمات المفتاحية:

الطفولة المبكرة ، النشاط ، نشاط حركي، الحركات الأساسية.

قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية لفرق القسم الوطني الأول

د/ صحراوي مراد

أ/ بورنان شريف مصطفى

جامعة الجزائر

ملخص :

إن الإنجازات الرياضية تتطلب كلا متكاملًا من القدرات البدنية والتهيئة السيكولوجية و الفنيات العالية والمخططات العلمية لإنجاز عمل رياضي متميز. وقد اهتمت الدراسات الحديثة بالجانب النفسي، وأولت له الأهمية القصوى من أجل بلوغ أحسن نتيجة ممكنة في هذا المجال إذ بينت الدراسات العلمية تقارب كبير بين الرياضيين من حيث المؤهلات البدنية والمهارات الفنية والتحضير المنهجي، لكن النتائج تحسم في غالب الأحيان بناء على العامل النفسي، فكلما كان التحضير النفسي جيد كانت النتائج المحققة جيدة هي كذلك، وكأن العلاقة بين الأمرين حتمية، ولذلك اهتم المختصون في مجال علم النفس الرياضي بهذا الجانب وكان هذا من بين الدوافع التي فرضت نفسها على الباحثان للتوغل في هذا المجال لكن من جانب واحد، وجدا انه الأهم، و من جهة أخرى لأن هذا المجال متشعب ولا يمكن الإلمام بكل جوانبه وفسي ضوء ما سبق برزت فكرة القيام بالدراسة الحالية سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، وذلك من خلال إلقاء الضوء على علاقة قلق المنافسة بدافعية الإنجاز باعتبارهما من العوامل المهمة التي تقف وراء ارتفاع وانخفاض الأداء والإنجاز الرياضي. هذا بالإضافة

إلى الأهمية العلمية والتطبيقية للدراسة الحالية وخاصة في مجال علم النفس الرياضي، حيث يمثل قلق المنافسة ودافعية الإنجاز إحدى العوامل المهمة التي ترتبط بأداء الفرد بوجه عام وبمستوى الإنجاز الرياضي لدى اللاعب بشكل خاص. وتعد كرة القدم واحدة من النشاطات الرياضية الأكثر تنافسية من خلال ما تحمله مبارياتها من ضغوط تؤدي إلى استثارة حالة قلق المنافسة، و لاعب كرة القدم كإنسان يحس و يشعر و يتعامل مع هذه الحالة من خلال بذل مجهودات إضافية تمكنه من تحسين أدائه و ذلك إذا توفرت لديه دافعية إنجاز قوية (جورج، ريموند. 1977، ص.12) و عليه فقد لاحظ الباحثان مبدئياً - من خلال الملاحظة الميدانية أثناء المنافسة - تأثير قلق المنافسة على إنجازات اللاعبين و أدائهم من جهة، و من جهة أخرى ما يتمتع به اللاعبون من روح قتالية. و من خلال هذا الطرح تلخصت الأهداف الأساسية للبحث في الإجابة على الأسئلة التالية: ما هي أبعاد قلق المنافسة، و أبعاد دافعية الإنجاز التي تميز رياضيي كرة القدم المستوى الأول صنف أكابر؟. هل توجد علاقة ارتباطيه بين حالة قلق المنافسة و دافعية الإنجاز الرياضي؟. هل توجد فروق في قلق المنافسة و دافعية الإنجاز بين لاعبي كرة القدم المستوى الأول صنف أكابر؟.

الكلمات الأساسية: قلق المنافسة الرياضية، دافعية الإنجاز الرياضي، كرة القدم.

السلوك القيادي وعلاقته بتماسك الفريق ودافعية الانجاز لدى لاعبي الفريق الرياضية دراسة حالة (فرق رياضية بالمركب الرياضي الكائن بالاغواط وبالمسيلة)

الأستاذة خوحلي أحلام

جامعة الأغواط كلية الحقوق قسم التربية البدنية وعلوم الحركة

ملخص المداخلة :

تحتاج الإدارة الرياضية في الوقت الحاضر إلى إدارة ديناميكية مرنة قادرة على مواجهة التحديات الصعبة لدى المدرب الرياضي، فهناك بعض المدربين لديهم العلم والفن في إدارة الفرق الرياضية ولديهم القدرة على القيام بواجباتهم بدراية وكفاءة وإخلاص، ويتقنون ادوار التدريب والإرشاد والتحضير والاهتمام بصحة الرياضي مما يدفع بالفريق الرياضي إلى التماسك بحثا عن إحراز النجاح، فازدادت الحاجة إلى هذه الكفاءات القادرة على قيادة اللاعبين في العملية التدريبية لتحقيق الأهداف المطلوب ويعتبر السلوك القيادي الذي يمارسه المدرب من أهم الأدوار الاجتماعية لدى أعضاء الفريق اذ يعمل المدرب على زيادة تماسك جماعة الفريق كما يوفر لهم أفضل فرص للتعاون وتنمية العلاقات الإنسانية بينهم التي تسعى بدورها إلى تحقيق الأهداف المطلوبة بأقصى جهد من اجل رفع شان الجماعة .

كما يقوم المدرب بدور مؤثر في حل المشاكل التي قد تواجه أعضاء الفريق من اللاعبين خلال عملية التدريب بالإضافة إلى الدور الذي يقوم به المدرب من استغلال قدرات اللاعبين الفنية والبدنية والنفسية والاجتماعية مع محاولته في تنميتها حتى يصل أعضاء الفريق إلى اعلي درجات الكفاءة والفوز بالمنافسات الرياضية ، ويعتبر تماسك الفريق من المجالات الهامة التي يهتم بها المدرب ، فالمدربين الناجحين يؤمنون بان تماسك الفريق هو العامل الحاسم في نتائجه ، لهذا يهتم المدرب بالتفاعل الديناميكي بين أعضاء الفريق ويمكن القول ان الدافع للانجاز في المجال الرياضي يمثل أهمية كبيرة بالنسبة للاعب والمدرب حيث استشارة الدافع لدى اللاعب بهدف تحقيق التفوق في نشاط رياضي معين يتطلب اكتساب اللاعب للنواحي البدنية و المهارية والخططية ، والسلوك القيادي المفضل من قبل الأعب يقوده إلى مزيد من الانجاز في مهامه المختلفة والأداء بمستوى متقدم في المنافسات الرياضية وتحقيق النجاح ولذا قامت الباحثة بإجراء دراسة وصفية لفرق رياضية كائنة بالمركب الرياضي للاغواط والمسيلة (فريق كرة القدم ،فريق كرة السلة)للتعريف على العلاقة بين السلوك القيادي للمدربين وتماسك الفريق ودافعية الانجاز بالفريق الرياضية وتحدد المداخلة الحالية بالمتغيرات موضع الدراسة وهي السلوك القيادي ،تماسك الفريق ،دافعية الانجاز الرياضي .دراسة مسحية وإلى أن تنظروا في طليي تقبلوا مني فائق الإحترام والتقدير

التدريب العقلي و تطوير المهارات الحركية المفتوحة دراسة ميدانية للنخبة الوطنية للكراتيه دو

د. عبد القادر بلعيد عقيل

ملخص البحث:

يعتبر التدريب العقلي من بين أهم القواعد و الركائز التي تعتمد عليها كبرى الدول المعروفة بمستوياتها الرياضية العليا في إعداد رياضيي ذو مستوى دولي و أولمبي، ففوة الأداء المهاري مرهون بالقدرات و المهارات العقلية للرياضي، هذا ما يؤكده خبراء علم النفس المعرفي. إذن كيف يمكن الاعتماد على هذا الصنف من التدريب في تطوير مستوى الأداء المهاري لرياضيي النخبة الوطنية الجزائرية للكراتيه دو؟

كان الهدف الأساسي للدراسة هو التحقق من فعالية استخدام برنامج للتدريب العقلي في تطوير مستوى الأداء المهاري لرياضيي النخبة، و لهذا الغرض قام الباحث من خلال المنهج التجريبي باختبار *ماونتر* لقياس مستوى التصور العقلي لعينتين متقاربتين من حيث المستوى المهاري، الفني و العمري، حيث تم الاستعانة بنتائج الفئتين قبل و بعد المعالجة التجريبية (*برنامج تاوقت*) وفق خطوات منهجية مدروسة. بعد مقارنة نتائج المجموعتين اتضح للباحث الدور البارز لبرنامج التدريب العقلي في تطوير مستوى الأداء المهاري للعينة التجريبية.

إدراك المعلمين والمشرفين الرياضيين للسلوك السياسي لرئيس القسم علاقته ببعض المتغيرات النفسية في سلطنة عمان.

د. عبد الحميد سعيد حسن

كلية التربية/ جامعة السلطان قابوس - عمان

الملخص

هدفت الدراسة إلى معرفة إدراك المعلمين والمشرفين الرياضيين لتفشي السلوك السياسي داخل الأقسام الرياضية في مديريات التربية ، وقد تم استخدام عينة مكونة من 100 معلم ومشرف رياضي في 11 مديرية في سلطنة عمان، وقد تم استخدام مقياس السلوك السياسي والإجهاد النفسي والرغبة في ترك العمل والرضا عن العمل، بعد استخراج خصائصها السيكومترية ، واستخدم معامل الانحدار لمعرفة تأثير المتغيرات المستقلة المتمثلة بالنوع والخبرة والسلوك السياسي وأظهرت النتائج أن السلوك السياسي يؤثر على كل من الإجهاد النفسي والرضا الوظيفي ، في حين لا يوجد اثر لكل من النوع والخبرة، وقد تمت مناقشة النتائج واقتراح بعض التوصيات والمقترحات.

تأثير استخدام التمارين البليومترية في تنمية القوة المميزة بالسرعة في كرة اليد

بحث تجريبي اجري على طلبة السنة الرابعة ت.ب.ر اختصاص كرة اليد.

- أ.مقراني جمال

عضو بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

الملخص:

باعتبار التدريب عملية تربوية هادفة ذات تخطيط علمي لإعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم بدنيا ، مهاريا و نفسيا للوصول إلى أعلى مستوى ممكن و ذلك لتحقيق أهداف رياضية في مختلف المستويات لتنمية الأداء الحركي حيث أن هناك الكثير من الأساليب المتبعة هي نفسها عند جميع المدربين اغلبهم ، مما أدى بنا إلى استعمال أسلوب التدريب البليومتري محاولة بذلك من خلال بحثنا المساهمة في تبيان أهمية استخدام هذا الأسلوب ومدى تأثيره في تنمية القوة المميزة بالسرعة و التي تمثل هدف تدريبي دقيق و هام في كثير من الأنشطة الرياضية خاصة في لعبة كرة اليد ، حيث تكسب الرياضي القدرة على الأداء الحركي المميز بأكبر قدرة عضلية في أسرع وقت ممكن مما أدى بنا إلى اقتراح تمارين بليومترية و مدى تأثير استخدامها لتنمية القوة المميزة بالسرعة في لعبة كرة اليد. و لقد تمت الدراسة التجريبية على طلبة السنة الرابعة تربية بدنية و رياضية اختصاص كرة اليد و ذلك من خلال إجراء اختبارات بدنية قبلية و بعدية على مجموعتين الأولى ضابطة و الأخرى تجريبية ، حيث طبقت هذه الأخيرة التمارين البليومترية في حين طبقت المجموعة الأولى (الضابطة) البرنامج مع مدرّبها .

و توصلنا في الأخير من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين

الاختبارات قبلية و البعدية لصالح العينة التجريبية على حساب الضابطة .

الرضا الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل الإصلاح التربوي

أ.سبع بوعبدالله .

أ.سلطاني فضيلة .

جامعة شلف

الملخص:

يتأثر الرضا الوظيفي للأستاذ بعدة عوامل خارجية منها تحسين الخدمات و تلبية الاحتياجات و الحوافز المادية اضافة الى ذلك يتأثر بنوع العلاقات الاجتماعية داخل المؤسسة، و من اجل تحقيق الرضا الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية يجب التطرق الى ما ذكر سابقا لتحسين البيئة التي يتأثر بها الرضا الوظيفي للأستاذ حتى ينعكس ايجابيا على الدور الذي يلعبه في تقديم الاجراءات الميدانية لمنهاج التربية البدنية وفق ما تما التطرق اليه في عملية الاصلاح التربوي .

و هدفت الدراسة الى معرفة العوامل التي يتأثر بها الرضا الوظيفي للأستاذ و مدى تأثره بالخبرة و المؤهل العلمي ، وتم التوصل أن لكل من الخبرة و المؤهل العلمي دور في ذلك.

فاعلية التدريب على الملاعب المصغرة في تطوير الأداء البدني والمهاري والخططي للاعب كرة القدم

أ/ حجار محمد حرفان.

عضو بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

الملخص:

يعد التدريب الرياضي عملية تربوية هادفة مبنية على أسس علمية تهدف إلى وصول اللاعب إلى التكامل في الأداء الرياضي ويتحقق ذلك من خلال تنمية وتطوير مختلف قدرات اللاعب البدنية والمهارية والخططية والمعرفية، فعملية إعداد اللاعب يجب أن تخطط وتنظم في إطار متكامل.

وقد شهدت السنوات الأخيرة بشكل منظم ومخطط الاهتمام بتطوير الأداء الحركي للاعب كرة القدم وأصبح ممكنا مشاهدة الكثير من الجوانب المتداخلة في أداء اللاعبين حيث تتميز كرة القدم الحديثة بالإيقاع السريع والمتغير لتحركات الزملاء والمنافسين بالملعب والتي تتطلب اتخاذ سريع وصائب للقرارات لتحقيق فاعلية في الأداء سواء في الهجوم أو الدفاع في المواقف الثابتة أو المتحركة، كما بدأ الاهتمام بشكل ونوعية النشاط الحركي للاعبين أثناء المباريات وهو ما يوضح الحاجة إلى نوعية خاصة من التدريبات تتماشى وطبيعة الأداء المهاري والحركي ومواقف اللعب المتغيرة والسريعة.

لقد تطورت كرة القدم في العصر الحديث وأخذت شكلا جديدا في الجوانب العديدة التي يتطلبها الأداء التنافسي، ففرى طرق اللعب قد تغيرت وتباينت وتعددت ونتج عنها اختلاف في خطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية والجماعية التي استلزمت درجة عالية ومتميزة من الأداء المهاري خلال مواقف أكثر تعقيدا تتطلب قوة وسرعة ودقة وتحركا طوال زمن المباراة وبكفاءة قصوى لجميع اللاعبين.

كما أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداء الحركي بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها وفق مواقف اللعب الحقيقية وتزيد من قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط في أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بمواقف لم يتم التدريب عليها ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجب المهاري والخططي. إلا أن أحد الموضوعات التي تغيبت كثيرا عن الدراسة والبحث والتي رأى الباحث أنها قد تكون أحد الأساليب الرئيسية للفارق في مستويات الأداء هو البيئة التدريبية والتي يقصد بها توفير الظروف والإمكانات والمعلومات والمواقف المناسبة للاعبين والمشجعة على تحقيق أحسن أداء في مختلف الجوانب (بدنية.مهارة.خططية).

ومع التغيرات التي طرأت على الجوانب الخططية والفنية لكرة القدم ومع زيادة سرعة وقوة الأداء، فالباحث ومن خلال مشاهداته بالملاحظة الموضوعية للكثير من تدريبات ومباريات الناشئين في معظم مناطق الغرب الجزائري اتضح أن الكثير من اللاعبين يتصف أدائهم بالبطء وعدم القدرة على الأداء الجيد في ظل ضغط المنافس.

المفاتيح الأساسية: الفاعلية. الملاعب المصغرة. الأداء البدني. الأداء المهاري. الأداء الخططي.

علاقة الحالة التدريبية بالفورمة الرياضية لدى لاعبي المستوى العالي دراسة حالة فريق نخبوي في كرة اليد

الدكتور/ دادي عبد العزيز ، أستاذ محاضر
الدكتور/ بورغده محمد مسعود ، أستاذ محاضر
الأستاذ/ عبايسه نجيب ، أستاذ مكلف بالدروس
جامعة منتوري بقسنطينة، الجزائر

ملخص:

إن وصول اللاعب إلى الحالة التدريبية المثلى، أي الفورمة الرياضية، يجب أن يصل إليها خلال موسم المنافسات ، وبذلك يكون اللاعب معداً إعداداً بدنياً ومهارياً ونفسياً بأعلى مستوى ممكن أي يكون في الفورمة الرياضية ، وإذا لم تكتمل حالة اللاعب التدريبية بذلك يكون خارج الفورمة الرياضية وبذلك لا يسمح له بالاشتراك في المنافسات حتى تكتمل فورمته الرياضية لما لذلك من آثار جانبية سيئة على اللاعب.

ومصطلح " فورمة رياضية " هو المصطلح الشائع استخدامه في وسط التدريب الرياضي عامة، فلاعبي كرة اليد أو السلة أو القدم ، كألعاب جماعية يبدؤون موسم المنافسات والذي يمثل بداية الدوري العام لتلك الألعاب ن حيث يمثل هذا الموسم مرحلة طويلة من التنافس بالنسبة للاعبين، الأمر الذي يدعو المدرب إعداد فريقه إعداداً خاصاً وشاملاً حيث يؤهله للاستعداد لدخول كل مباراة ، وهو في أعلى حالة تدريبية أي في أعلى فورمة رياضية يمكن الوصول إليها ، هذا يعني أن يضع المدرب خطة لإمكانية دخول اللاعبين المشاركين في كل مباراة إلى الفورمة الرياضية العالية ، وهذا لا يتأتى بإعداد كل اللاعبين المسجلين في الدوري مرة واحدة ، وعلى ذلك يجب أن يقتصر الإعداد على اللاعبين المشاركين - في كل مباراة سواء كانوا أساسيين أو احتياطيين ، وهنا نقف لتساءل التساؤلات التالية :

- لماذا لا يعد كل اللاعبين ويدخلون الفورمة الرياضية في كل مباراة ؟
 - ما هي الفترة الممكن أن يحافظ بها اللاعب على فورمته الرياضية ؟
 - ما هي الأضرار الناتجة عن تجهيز اللاعب ودخوله الفورمة الرياضية لفترة طويلة ؟
 - ما هي العلامات المميزة للاعب الذي دخل الفورمة الرياضية ؟
- تتمحور هذه المداخل في محاولة الإجابة على تلك التساؤلات بالاعتماد على نتائج دراسة ميدانية أجريت على فريق نخبوي في كرة اليد.

اثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية لطالبات

المرحلة الخامسة

في المدارس الأساسية

م.م. حسين شفيق حسين

كلية التربية الأساسية - جامعة السليمانية

ملخص البحث:

ان محتوى درس التربية الرياضية تتضمن في طياتها تحقيق العديد من الاهداف التربوية من الناحية البدنية والنفسية والخلقية والعقلية فأن العناية بها من حسن الاعداد واخراج الدرس وتنفيذ يعد خطوة هامة يضاف إليها أهمية الألعاب الصغيرة وما تلعبه في نمو وتطوير بعض عناصر اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الخامسة في المدارس الاساسية.

وعليه فان مشكلة البحث تجلت في عدم اهتمام اكثر المعلمين باللعب الصغيرة وفي ضوء هذه المشكلة جاءت هدف البحث متركزا بالتساؤل الاتي :

هل هناك اثر لبعض الالعاب الصغيرة في نمو وتطوير بعض عناصر اللياقة البدنية للطالبات المرحلة الخامسة بالمدارس التعليم الاساسية.

أما مجالات البحث فقد اشتمل المجال لبشري على (60) طالبة من طالبات المرحلة الخامسة في مدارس المرحلة الاساسية بمركز محافظة السليمانية. والمجال الزماني (2008-2009) والمجال المكاني ساحات مدارس التعليم الاساسي) في مدينة السليمانية لاجراء البحث.

كما استخدم الباحث المنهج التجريبي اذ تم كذلك ترشيح مجموعة اختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية كاختبار قبلي، تبعه ترشيح بعض الالعاب الصغيرة متمثلة ب(15) لعبة، ثم اجريت التجارب الاستطلاعية تبعها تطبيق الاختبارات القبلي، ثم اجراء التجربة الاساسية المتمثلة بتطبيق الالعاب المختارة خلال المدة المحددة، بعدها اجري الباحث الاختبارات البعدية وجمع النتائج لغرض معالجتها احصائيا.

واستطاع الباحث من خلال مناقشة النتائج تحقيق هدفه والتوصل الى ان استخدام العاب الصغيرة في اثناء درس التربية الرياضية يعد عاملاً هاماً في نمو وتطوير (السرعة الانتقالية، المطاولة الاوكسجينية، الرشاقة). وعليه اوصى بضرورة الاهتمام باللعب الصغيرة ضمن خطة درس التربية الرياضية ويكون بشكل علمي مدروس وموجه بحيث تخدم الاهداف التربوية.

تأثير المجهود البدني الأقصى على التكيف الفسيولوجي للتهوية الرئوية

وتركيز الأملاح النادرة بالدم لدى السباحين الناشئين

* د/ نادية محمد طاهر شوشة.

جامعة الزقازيق-مصر

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير المجهود البدني الأقصى على التكيف الفسيولوجي للتهوية الرئوية وهو (معدل التنفس - الحد الأقصى لأستهلاك الأوكسجين المطلق والنسبي - معامل التنفس - معدل استهلاك الأوكسجين لكل نبضة)، وعلى بعض الأملاح النادرة بالدم (الحديد - الزنك - السيلينيوم - النحاس) لسباحة 100م حرة الناشئين ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (15) سباحاً من نادى مدينة 6 أكتوبر، والمسجلين بالاتحاد المصرى للسباحة، واستخدمت الباحثة جهاز **Ozycon-5** لتحديد الوصول للمجهود البدني الأقصى، كما تم سحب عينات دم لقياس مستوى الأملاح النادرة بالدم ، ومن أهم النتائج: يؤدي المجهود البدني الأقصى إلى زيادة في التكيف الفسيولوجي للتهوية الرئوية ، وهو (معدل التنفس - الحد الأقصى لأستهلاك الأوكسجين المطلق والنسبي) فيما عدا متغيرات (معامل التنفس - معدل استهلاك الأوكسجين لكل نبضة) حيث أثبتت النتائج وجود فروق في هذه المتغيرات وإن كانت غير دالة إحصائياً، وكذلك إلى زيادة تركيز مستوى الأملاح النادرة بالدم (الحديد - الزنك - السيلينيوم -) لسباحين الناشئين 100م حرة، وهذا يلفت النظر إلى أهمية متابعة هذه المتغيرات عند التخطيط ومتابعة تنفيذ الوحدات التدريبية والأحمال البدنية المختلفة .

* أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية والمنازلات بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق

أهداف مناهج الرياضة المدرسية وفقا لمعتقدات الطلبة المعلمين ومعلمي الرياضة المدرسية

بسلطنة عمان: دراسة مقارنة

د. ناصر بن ياسر بن عبيد الرواحي

كلية التربية - جامعة السلطان قابوس - عمان

ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى تقصي معتقدات معلمي التربية الرياضية العمانيين (قَبْلَ الخدمة وأثناء الخدمة) حول أهداف مناهج التربية البدنية في المدارس العُمانية. استخدم الباحث المنهج الوصفي والتفسيري لتحقيق هدف الدراسة عن طريق تطبيق الإستبانة والمقابلة كأداتي جمع وعرض البيانات. إشمطت عينة الدراسة التي شملتها الإستبانة على 160 معلم ومعلمة و 68 طالب وطالبة من الطلبة المعلمين المسجلين في السنة الرابعة بقسم التربية الرياضية، بينما شملت عينة المقابلات على 17 معلم ومعلمة وعلى 12 طالب وطالبة من الطلبة المعلمين. أظهرت نتائج الإستبانة أن غالبية عينة الدراسة من المعلمين والطلبة المعلمين يعتقدون بأن الأهداف التالية هي أكثر الأهداف التي يجب أن تركز عليها مناهج التربية الرياضية في سلطنة عمان: 1) تزويد الطلاب بالمهارات والمعارف الضرورية لمختلف الالعاب والممارسات الرياضية، 2) إتاحة الفرص للممارسة الرياضية لجميع الطلاب بالمدارس (الرياضة للجميع) ، 3) أن تعمل مناهج الرياضة المدرسية على تحسين وتطوير اللياقة البدنية لدى الطلاب. كما أظهرت نتائج المقابلات مع عينة الدراسة أن غالبية العينة من المعلمين والطلبة المعلمين أيضا يعتقدون بأن أهداف مناهج التربية الرياضية بالمدارس العمانية يجب أن تركز على تنمية مختلف الجوانب الأكاديمية والثقافية والإجتماعية والصحية

تمت مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الأدب التربوي المتعلق بدراسة المعتقدات حول أهداف التربية الرياضية وتقديم بعض المقترحات التي من شأنها أن تعمل على تحسين وتطوير الرياضة المدرسية في سلطنة عمان.

أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

دراسة تحليلية

أ. حبارة محمد

أ. بن عبد الله عبد القادر

ملخص المداخلة:

نظرا للانعكاسات السلبية الخطيرة التي قد تخلفها الضغوط النفسية المستمرة على صحة الأساتذة وأدائهم، جاءت هذه الدراسة لتتناول موضوع هذه الضغوط من أجل معرفة مستوياتها عند الأساتذة والتي تفيد في الحكم عما إذا كان مستوى الضغط معتدل، أم أنه بلغ مستويات قد تشكل خطرا على صحتهم، وهذا تمهيدا لوضع إستراتيجيات وأساليب من شأنها إدارة الضغوط النفسية لجعلها في مستويات صحية. ومن بين أهداف هذه الدراسة هو تحديد مستويات الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. معرفة مدى تأثير مستويات الضغوط النفسية باختلاف الخصائص الفردية لأساتذة التربية البدنية والرياضية (السن، الجنس، الخبرة المهنية، الحالة المدنية، الصفة). التعرف على أهم مسببات ومصادر الضغوط النفسية الأكثر تأثيرا على أساتذة التربية البدنية والرياضية. تصميم قائمة مصادر الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

وضع أساليب لمواجهة الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية؟ ولأجل فهم أعمق لظاهرة الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية حاولت هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- * هل يتعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية ؟
- * هل تتباين مستويات الضغوط النفسية باختلاف الخصائص الفردية لأساتذة التربية البدنية والرياضية (السن، الجنس، الخبرة المهنية، الحالة المدنية، الصفة)؟

ولقد اعتمدنا المنهج الوصفي المسحي منهجا للدراسة على ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة، ولأجل اختبار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها قمنا ببناء مقياس لمعرفة مصادر ومسببات الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية؛ وتمثلت عينة الدراسة في 135 أستاذ لمادة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي بالجزائر العاصمة.

خلصت الدراسة إلى توصيات منها : توعية وتحسيس أساتذة التربية البدنية والرياضية والقائمين على التربية والتعليم بضرورة الاهتمام بظاهرة الضغط النفسي القيام بمراجعة دورية وتقييم مستمر للضغط النفسي عمل دورات في الإرشاد النفسي الرياضي لحل المشاكل التي تسبب الضغوط النفسية للأساتذة وإرشادهم إلى كيفية مواجهتها.

الكلمات الدالة: مصادر الضغوط النفسية/أساتذة التربية البدنية والرياضية/أساليب المواجهة.

دور الأنشطة الحركية الموجهة في تعديل السلوكيات العدوانية

لأطفال المرحلة الابتدائية (9-12) سنة

"دراسة تجريبية بإحدى المؤسسات التربوية بالجزائر"

د. حفصاوي بن يوسف

جامعة حسينية بن بوعلي - الشلف -

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى إبراز دور وأهمية الأنشطة الحركية الموجهة (ضمن برنامج التربية البدنية والرياضية) في تعديل السلوكيات العدوانية للأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12) سنة . وقد تمّ استعراض الدراسات والبحوث السابقة، وكانت فروض الدراسة كما يلي :

ينصّ الفرض الرئيسي للدراسة الحالية على ما يلي " يؤدي استخدام برنامج مقترح للأنشطة الحركية إلى تعديل السلوك العدواني لدى أطفال المرحلة الابتدائية (أفراد المجموعة التجريبية)"

وشمل مجتمع البحث على تلاميذ وتلميذات السنة الرابعة، الخامسة والسادسة ابتدائي بإحدى المدارس الابتدائية لولاية الشلف لكن الدراسة الأساسية (التجريبية) ركزت على 20 تلميذ و 11 تلميذة من المجموعة الضابطة , و20 تلميذة و 11 تلميذة من المجموعة الضابطة ينتمون إلى قسم السنة السادسة ابتدائي ولهم درجات عالية من العدوان (عدوان عال من 40 - 50 درجة) .

وللتحقق من فروض هذا البحث، فقد استخدم الباحث الأسلوب العلمي وهذا بوضع مقياس يقيس السلوك العدواني لهذه المرحلة من النمو، وبعد التأكد من صلاحية هذا المقياس، وضع الباحث برنامج للنشاط الحركي يعمل على التخلص من الطاقة الزائدة لدى الأطفال والتنفيس عنها لتفريغ الطاقة العدوانية وتحويلها إلى سلوك إيجابي يخدم الطفل ويدفعه نحو النمو المتكامل، وخاصة في هذه المرحلة الحساسة من مراحل نمو الطفل والتي تسبق مرحلة المراهقة .

واستخدم الباحث الأساليب الإحصائية، والمتوسطات والانحرافات المعيارية، ومعامل ارتباط بيرسون واختبار (ت) للفروق بين المتوسطات. وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية :

- 1- توجد فروق دالة بين الذكور في المجموعة التجريبية والضابطة للقياس القبلي و البعدي، وهذا يدل على أن التلاميذ الذين تعرضوا للتجربة تعدل سلوكهم العدواني إلى سلوك إيجابي.
- 2- توجد فروق دالة بين الإناث في المجموعة التجريبية والضابطة للقياس القبلي و البعدي لمقياس السلوك العدواني، ويدل ذلك على أن التلميذات في المجموعة التجريبية قد تأثرت بالبرنامج وتعدّل سلوكهم إلى سلوك إيجابي.
- 3- توجد فروق دالة للمجموعة التجريبية للقياس القبلي و البعدي لمقياس السلوك العدواني، ويدل ذلك على أن المجموعة التجريبية قد تعدّل سلوكها العدواني إلى سلوك إيجابي بينما ظل السلوك العدواني ثابتا نسبيا في المجموعة الضابطة.

الكلمات الدالة : السلوك العدواني - النشاط الحركي - المرحلة الابتدائية - الطفل

التدريب بالأثقال التخصصي في تنمية القدرة العضلية على فعالية الأداء المهاري لمرحلة الرمي لمصارعي الجبديو

كتشوك سيدي محمد.

عضو بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

الملخص:

رياضة الجبديو رياضة قتالية نبيلة، عريقة النشأة، يابانية الميلاد، منتشرة بنواحيها في جميع أنحاء العالم، تجلب للجميع بفتياتها ومهاراتها وبطولاتها، فتطورت طرق تدريباتها وتعددت وسائلها.

فهذه الرياضة عرفها البعض بصراع القوة، ويؤكد بعض العلماء أن القوة العضلية من الصفات البدنية الأساسية للمصارع وأنها تحسم الصراع لمن يمتلكها في حالة تساوي باقي القدرات البدنية الأخرى والمهارية مع المنافس. وتؤكد نتائج الأبحاث والدراسات أن القوة العضلية من العوامل الأساسية في تطوير الأداء الحركي، وأن هناك ارتباطاً وثيقاً ومباشراً بين القوة والمهارة، وتعتبر تدريبات الأثقال هي أفضل وأسرع الوسائل في تنمية أنواع القوة العضلية للمصارع وتحقيق التناسق والاتزان والتحكم في أجزاء الجسم وجعل العضلات أكثر استجابة لإتقان المهارات الحركية الأساسية وارتفاع مستواها، واكتساب الجهاز الحركي مناعة ضد الإصابات الرياضية.

إن الأبحاث العلمية التي أجريت في مجال التدريب بالأثقال تؤكد على إمكانية تنمية القوة العضلية للناشئين في مختلف المراحل، وأن التدريب بالأثقال للناشئين يبدأ بعد السن 16 سنة بطريقة أكثر خصوصية للنشاط الممارس، وأن مرحلة البلوغ تؤدي إلى زيادة تُعادل 20 ضعفاً في إنتاج هرمون (التستسترون) الذي يساعد على زيادة وزن الجسم وحجم العضلات والقوة العضلية بمعدلات عالية.

وهذا ما يعزف عنه مدربيننا، ويمكن أن نؤكد أن هناك معظم الفرق الرياضية لم تخضع لبرنامج تدريبي بالأثقال على مدار المواسم التدريبية، وأن هناك نسبة لا تقل عن 90% من قاعات الجبديو تفتقر إلى الأجهزة الحديثة كالأثقال، علماً أن هذه النتيجة التي تحصل عليها الباحث هي نتيجة المقابلات الشخصية والملاحظات الميدانية والاستبيانات التي قمنا بها مع المدربين والمختصين.

ومن هنا، استطاع الباحث تحديد إشكالية البحث في النقاط الأساسية التالية:

* تضارب أفكار المدربين بين مؤيد ومعارض حول إمكانية التدريب بالأثقال للاعبين الجبديو وخاصة الناشئين بحجة انه يؤدي إلى التضخم العضلي وإلى تقليل المدى الحركي وتأثيره على الصفات البدنية الأخرى كالسرعة والرشاقة والتوافق.

* بعض المدربين يجبدون إستخدام الأثقال وما شابهها في تدريباتهم، ومع ذلك يعزفون عن إستخدامها وأن مشكلتهم ليس في تدريبات الأثقال وإنما في التمرينات المختارة والمناسبة المتخصصة في إتجاه العمل العضلي لرياضة الجبديو وفي نوع القوة التي يجب تنميتها وكمية الأثقال التي يرفعها ونوع الإنقبضات العضلية التي يجب التركيز عليها.

معوقات النشاط البدني الرياضي في إدماج المعاق حركيا داخل المجتمع

أ / زحاف محمد

جامعة المسيلة الجزائر

الملخص :

استهدفت هذه الدراسة التعرف على معوقات و دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية في إدماج المعاق حركيا داخل المجتمع, حيث نجد أن اهتمام بهذه الفئة هو أمر حديث عند المجتمعات , وجاء نتيجة لعوامل مختلفة من بينها العوامل الاقتصادية والضمير الاجتماعي .

يهدف هذا البحث إلى إبراز أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي , ومعرفة أثره و دوره في دمج المعاق حركيا في المجتمع. ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لهذه الدراسة , حيث طبق استبيان على عينة تشمل 82 مستجوب على مستوى الجزائر العاصمة , وتنقسم إلى عينتين : الأولى تخص الأساتذة التعليم الثانوي وعددهم 35 والدين يحتوون في صفوفهم علي التلاميذ المعاقين حركيا, والثانية تخص التلاميذ

وعدهم 47 ذكور وإناث. وتم اختيارهم بطريقة عشوائية. وتوصلت الدراسة أن ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعد في دمج المراهقين المعاقين حركيا

في المجتمع , وتوصلت كذلك إلى الأسباب الحقيقية التي أدت إلى إبعاد هذه الفئة عن الممارسة الرياضية. وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي :

- توفير الأدوات و الوسائل الرياضية وتكييفها حتى نسمح للمعاقين حركيا ممارسة النشاط البدني الرياضي
- إعداد برامج خاصة مكيفة مع طبيعة الإعاقة دون أن تؤثر هذه البرامج في عزل المعوق حركيا عن بقية الزملاء.
- تكوين إطارات متخصصة في النشاط

العوامل المرغوب توافرها في أساتذة التعليم العالي من وجهة نظر الطلبة الجزائريين.

د. بوعجناق كمال

أ. نهار جميلة

جامعة الجزائر

ملخص:

ساد الاعتقاد لدى الكثيرين، أن حصول عضو هيئة التدريس على الشهادة كفيل بأن يؤهله للقيام بعملية التدريس بالجامعة. مثل هذا الاعتقاد غير صحيح كون الطلبة يشكون من أن بعض الأساتذة في الجامعات الجزائرية لا يتمتعون بالصفات والعوامل التي يفترض توافرها في عضو هيئة التدريس الناجح. كما تبين أن أداء الطلبة في الجامعات قد تأثر سلباً في السنوات الأخيرة، حيث أرجع الطلبة ذلك إلى عدم تمتع أعضاء الهيئة التدريسية ببعض الصفات والعوامل الواجب توافرها في الأستاذ الناجح.

وعليه هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء العوامل التي يرغب طلبة الجامعة توافرها في عضو هيئة التدريس لتكون مرجعاً لبناء أداة يمكن استخدامها لتقييم الطلبة لعضو هيئة التدريس. ولتحقيق ذلك بُنيَ استبيان للصفات التي يرغب الطلبة توافرها في عضو هيئة التدريس. وقد اشتملت فقراته من نتائج الدراسات السابقة، ومن آراء الطلبة التي جُمعت بواسطة استبيان مفتوح أُعد لهذا الغرض.

أظهر التحليل العاملي لاستبيان الصفات عن وجود ثلاثة عوامل تمحورت حولها الصفات هي: العامل الشخصي، عامل الكفاءة التربوية، وعامل العلاقة مع الطلبة.

وقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($0.05 \geq \alpha$) في ترتيب فقرات كل عامل حسب درجة أهميتها بالنسبة للطلبة، ولا في درجات رغبات الطلبة في توافر الصفات أو العوامل تعزى إلى كل من الجنس، المستوى الدراسي، والمعهد أو القسم الذي ينتمي إليه.

الخطاب الرسمي للمدرب بين القيم القدرية والقيم الاختيارية في الوسط الرياضي النخبوي الجزائري

- نصرالدين قصري
أستاذ محاضر بجامعة الجزائر

الملخص:

يتناول هذا الموضوع الخلفية القيمة المستمدة من المرجعية الثقافية للفرد والتي يستعملها لتفسير أو تبرير وقائع يكون فيها طرفا رئيسيا وفق منطق سائد ومقبول في المجتمع الأصلي لهذا الفرد.

والمدرب الرياضي هو أحد العناصر الرئيسية الذي يصدر خطابه عبر قنوات اتصال سمعية بصرية ومكتوبة، يقدم فيه توقعاته قبل المنافسة لتليها حقائق تستدعي الشرح بعد المنافسة انطلاقا من طبيعة النتائج على أرض الواقع.

والوسط الرياضي الجزائري النخبوي يعاني من عدم صلاحية هذا الخطاب في إقناع مستقبله مما يساهم في زيادة الاحتقان لدى المتتبع للمنافسات الرياضية، وتكرر الصدمات نتيجة الهوة الواسعة بين الخطاب الرسمي قبل وبعد المنافسة.

وهذا الواقع يستدعي نظرة عميقة نخوض من خلالها في أعماق منظومة القيم السائدة لتشخيص المصادر الحقيقية المنتجة لهذا النوع من التفكير لدى المدرب الجزائري في الوسط الرياضي النخبوي.

الكلمات الدالة: الخطاب الرسمي للمدرب - القيم القدرية - القيم الاختيارية - رياضة النخبة الجزائرية

" الاتجاهات النفسية وأبعادها نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي

لدى المعاقين سمعيا"

- ا. واضح أحمد الأمين

جامعة شلف

الملخص:

تلعب الأنشطة البدنية والرياضية الدور الإيجابي من خلال إعداد ذوي الاحتياجات الخاصة بدنيا ومهاريا، صحيا واجتماعيا، وترفع من المستوى البدني والنفسي والصحي وتساعد على إفراغ الشحنات والمكبوتات وكذا إبراز القدرات والمواهب الفردية والجماعية، فقد دخلت الممارسة الرياضية في المعالجة النفسية والتأهيل الوظيفي للمعاقين، فتبين أن النشاط البدني الرياضي أنفع لصحة المعاقين.

ومن أجل إجراء هذه الدراسة قام الباحث بتوزيع مقياس الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لجيرالد كينيون والذي أعد صورته الى العربية محمد حسن علاوي على عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة (معاقين سمعيا) , من أجل معرفة الاتجاهات النفسية لهذه الفئة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وقد توصل البحث بعد الدراسة الاحصائية الى أن الاتجاهات النفسية للمعاقين سمعيا نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي ايجابية في الابعاد التالية :

- النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية.
- النشاط الرياضي للصحة واللياقة.
- النشاط الرياضي كخبرة جمالية.

تأثير استخدام بعض الأنواع من التغذية الراجعة الفورية في تعلم بعض المهارات في الكرة الطائرة سن 13-15 سنة.

د/ عطاء الله أحمد

رئيس مجموعة بحث بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية- جامعة مستغانم

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير بعض الأنواع من التغذية الراجعة الفورية في تعلم بعض المهارات في الكرة الطائرة ، وقد اخترنا كل من التغذية الراجعة الفورية (الاجيائية، السلبية، والمختلطة) ، وكذا التعرف على أحسنها تأثيرا لدى لاعبين سن 13-15 سنة بولاية سعيدة -الجزائر.

تم اختيار عينة عمدية أو قصديه، بلغ قوامها(60) لاعب ذكرا، وزعوا بالتساوي وعشوائيا إلى ثلاث مجموعات تجريبية هي (التغذية الراجعة الفورية الايجابية 15 لاعب ذكر المجموعة الثانية: التغذية الراجعة الفورية السلبية 15 لاعب ذكر ،- المجموعة الثالثة: التغذية الراجعة الفورية الإيجابية زائد السلبية أو المختلطة 15 لاعب ذكر ، كما ضمت المجموعة الضابطة أيضا 15 لاعب ذكر، استخدمنا اختبار مقنن لمهارات المقترحة، وهو اختبار الاتحاد الأمريكي للرياضة والصحة وهو متكون من اختبار الإرسال في الكرة الطائرة ، السحق ، واختبار رفع الكرة بالساعدين أكبر وقت. بعد حساب الأسس العلمية مجددا، قمنا بالتجريب على مجموعات البحث لمدة شهرين، بواقع ثلاثة حصص أسبوعيا(مدة الحصة التعليمية الواحدة ساعة ونصف)، استعنا في التحليل النتائج المعادلات الإحصائية التي تسمح لنا بالإجابة على الأسئلة المطروحة والتأكد من الفرضيات ولهذا الغرض استخدمنا اختبار(ت) للعينات غير المستقلة، وأيضا اختبار التحليل التباين الأحادي، وكذلك اختبار توكي للمقارنات البعدية لتتوصل إلى النتائج الآتية:

- تفوق القياسات البعدية على القياسات القبليية في جميع المجموعات التجريبية بما في ذلك المجموعة الضابطة.
- استخدام الأنواع المختلفة من التغذية الراجعة الفورية أثرت إيجابا على تعلم مهارة الإرسال، السحق، رفع الكرة أكبر وقت في الكرة الطائرة.
- استخدام التغذية الراجعة الفورية الايجابية هو الأفضل في تعلم هذه المهارات .

الكلمات المفتاحية:

-التغذية الراجعة الفورية، ايجابية ، السلبية، المهارات المفتوحة، التعلم.

مفهوم تحقيق الذات لدى فئة المراهقين من خلال النشاط البدني

الرياضي الممارس داخل مؤسسات التعليم الثانوي ببعض ولايات وسط الشمال الجزائري

- أ / نافا سفيان جامعة الجزائر

ملخص البحث:

إن العوامل الجسمية، العقلية، والإنفعالية..، التي تتغير في مرحلة المراهقة، تؤثر على مفهوم الذات للمراهق إما سلبا أو إيجابا، وتتفاوت شدة حدة هذه الصراعات تبعا للبيئة الإجتماعية والثقافية، والقيود المفروضة على المراهق. إن المراهق الجزائري غالبا ما يتصارع بين ما يتلقاه من وسائل إعلام سمعية ومرئية، وطنية وأجنبية متنوعة، وواقع تحكمه عادات وتقاليد ذات الطابع التقليدي الإسلامي. مما يجعله غالبا في صراع بين هويته الإسلامية العميقة، وفلسفة الجسد المستورد. ففي ظل التحولات الثقافية والإجتماعية والإقتصادية الراهنة يجد المراهق نفسه مجبرا على معرفة ذاته ومحيطه المعاش، وإلا إستحال عليه التعامل والتكيف مع المواقف الإجتماعية التي يتعرض لها في حياته العامة وفي محيطه المدرسي خاصة. فالأنشطة البدنية والرياضية هي إحدى الأنشطة الهامة ضمن النشاط المدرسي، إذ تساهم حصص التربية البدنية والرياضية مع بقية المواد الأكاديمية الأخرى في تحقيق الغايات التربوية للمنظومة التربوية بالإضافة لربط المدرسة بالمجتمع. وإن كان الإستفادة من الأنشطة الرياضية كوسيلة لتجنب تلك الإنحرافات، وتحقيق إشباع الحاجات المراهق المتعددة تعد كوسيلة ناجحة لتحقيق ذلك، فإن نظرة العالم العربي للاتجاهات التربوية السائدة اليوم يحدو غالبيتها الشك في قدرة المناشط البدنية والرياضية في حصص التربية البدنية والرياضية على تحقيق الأهداف الأكاديمية. الأمر الذي إنعكس في شكل سلبيات معروفة على هذه الممارسة وظروف ممارستها، فما زالت التربية البدنية والرياضية في أذهان الكثير مادة غير أساسية في المنهاج لغالب المراحل الثانوية والمتوسطة، وهو ما أدى لإنتشار المفاهيم والمدرجات الخاطئة، وإحساس العاملين فيها بنوع من التديني. وعليه جاءت دراستنا هذه بالإشكالية المطروحة كما يلي: هل لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في مرحلة التعليم الثانوي، التأثير الإيجابي في تحقيق الذات للمراهقين والمراهقات، وذلك من خلال أبعادها المختارة في هذه الدراسة؟ وإن كان ذلك فهل يختلف هذا التأثير باختلاف جنس ممارسيها؟ خصت أبعاد الدراسة البعد الجسدي والبعد الإجتماعي والبعد الديني الخلفي. وجرت على عينة مأخوذة من ستة ولايات تمثل وسط الشمال الجزائري، وبعد الدراسة الميدانية التي قام بها الباحث إستخلص النتائج التالية: فبالنسبة لمجموع التلاميذ من مختلف الولايات المدروسة جاءت مجموعة من الملاحظات التي كانت تعبر عن تقاربها أحيانا من متغير لآخر، أو متعاكسة تارة. فقد جاءت الفروقات ذات الدلالة الإحصائية بالنسبة لمتغير الممارسة وهو ما يؤكد أهمية هذه الممارسة الرياضية داخل مؤسساتنا التعليمية، وذلك رغم ما تعاني منه من مشاكل مادية، وإمكانات، وحتى شخصية من خلال نظرة الآخرين (الزملاء، الإدارة...) لأستاذ التربية البدنية، ومادة التربية البدنية. فتفاوتت إذن الفروقات في أبعاد الذات المدروسة من بعد لآخر، ومن ممارس لغير ممارس، ومن الذكور إلى الإناث، ومن ولاية لأخرى.

الكلمات الدالة: النشاط البدني الرياضي، الذات الجسدية، الذات الخلقية والدينية، الذات الإجتماعية، المراهقة.

العوامل المؤثرة في مستوى لاعبي فرق الألعاب الجماعية في جامعة فلسطين التقنية خضوري

د/ محمود عزاب

جامعة فلسطين

ملخص

تعتبر الألعاب الجماعية من أكثر الألعاب انتشارا لدى العديد من الشعوب حيث يكون فيها اللاعب هو محور أداء اللعبة واللاعب هو كائن بشري, فلا بد ان يشعر ويتحمل وينفعل والى غيرها من السمات النفسية, وعليه قد تكون هناك عوامل ومسببات تؤثر بشكل ايجابي أو سلبي على مستوى أداء اللاعب. لذا يشعر المعنيون في مجال هذه الألعاب إلى الحد والتقليل من هذه العوامل وبشكل خاص تلك العوامل التي تساهم بشكل فاعل في التأثير على مستوى أداء اللاعبين وتعزيز العوامل التي تلعب دورا أساسيا في رفع مستوى أداء اللاعبين من اجل الوصول إلى أفضل أداء خلال المباريات حيث تعتبر المنافسة أو المباراة المرأة التي تعكس نتائج التدريب حيث ان أسلوب الحياة الصحيح خلال الوحدات والتمارين المنتظم والتصرف الصحيح والمناسب يوم المنافسة هي الأساس للمستوى الجيد .

الإعداداد النفسي في ملاعبنا بين الواقع والطموح

د / أحمد بن قلاويز تواتي

جامعة مستغانم

هل اللاعب في حاجة ماسة لإحصائي نفسي وهل أصبح علم النفس الرياضي ضرورة في ملاعبنا لا يقل أهمية عن مدربي الأحمال ومدربي الملعب؟

حول هذه القضية وأهمية الإعداداد النفسي للاعبين والفرق وهل هي ضرورة أم مجرد ترفيه وكماليات رياضية؟

الآراء تباينت حول دور الإعداداد النفسي.. ولأن البعض لديه حساسية من كلمة "نفسى" باعتباره مرضاً

حساساً ولأن هذه القلة بالذات تكاد تكون حاجزاً بين المعد والاحصائي النفسي بين اللاعبين بل والمدربين.. لكن الواقع يؤكد أن الإعداداد النفسي أصبح جزءاً مهماً في إعداد اللاعب للبطولة .

ولأن مستوى اللاعب الذي لا يثبت علي أداء معين وعدم استقرار عند الاشتراك في المباريات أو المسابقات

خلال الموسم الرياضي فإن المدرب يسعى لمعرفة أسباب عدم استقرار مستوى اللاعب وحين يدرك أن القدرات البدنية والمهارية للاعبين سليمة يرجح أن عدم الاستقرار في الأداء والمستوي يعود إلي القلق الزائد والخوف من الفشل وعدم المقدرة علي التركيز في الأداء مما يتطلب ضرورة التدخل للتعامل مع اللاعب نفسياً عن طريق المختص أو المعد أو احصائي علم النفس الرياضي .

ولمعرفة أهمية الإعداداد النفسي والاحصائي النفسي في المجال الرياضي كانت هذه الجولة من اللقاءات مع عدد من

الأساتذة في علم النفس الرياضي كجزء أول يتبعه في أجزاء قادمة لقاءات مع المدربين واللاعبين والمسؤولين عن الأندية والاتحادات الرياضية .

*يقول د.محمد حسن علاوي أستاذ علم النفس الرياضي ونائب رئيس الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضي والعميد

السابق لكلية التربية بجامعة حلوان، أن علم النفس الرياضي هو العلم الذي يبحث أو هو الدراسة العلمية التي تبحث في السلوك والخبرة والعمليات الفعلية المرتبطة بالمجال الرياضي علي مختلف مجالاته ومستوياته بغرض تحليله والتحكم فيه والاستفادة من تطبيقاته العملية في المجال الرياضي.. مشيراً إلي أن سلوك الفرد هو النشاط الظاهر الذي يقوم به..

وقال إن هناك إعداداً نفسياً طويل المدى وآخر قصير المدى.. الأول يبدأ مع اللاعب الناشئ بهدف التوجيه والإرشاد بهدف تنمية السمات الدافعية وتنمية القدرات والسمات الشخصية وتدريب المهارات النفسية مثل الاسترخاء والتصور والانتباه والحديث الذاتي مع النفس.. مشيراً إلي أن المهارات النفسية تشتمل علي القلق والتصور والانتباه والحديث مع النفس.

التصنيفات الطبية القانونية لألعاب القوى لدوى الاحتياجات الخاصة في الجزائر

د. رواب عمار
أ/ ولد حمو مصطفى
أ/ غربي صباح
جامعة بسكرة

ملخص

النشاط البدني الرياضي المكيف يجعل ذوى الحاجة يشعر بالقدرات التي يتمتع بها خاصة وأن رياضة ذوى الاحتياجات الخاصة تعتمد على التصنيف في وضع المجموعات المتقاربة من حيث القدرات والاستعدادات لضمان التنافس العادل وتكافؤ الفرص، وهذا ما يجعل مقارنة الفرد مع أقرانه تكون إيجابية وممكنة وهو ما يضمن التناسق بين شخصية الفرد المصاب وبيئته والوسط الذي يعيش فيه، والنشاط الرياضي يتيح الفرصة لذوى الاحتياجات الخاصة لإشباع هواياتهم وممارستها بشكل بناء ومناسب وهي تعتبر من المطالب الضرورية للفرد، بل إن الترويح عن النفس واللعب يمثل أسلوبا علاجيا للجانب النفسي لدى البعض من ذوى الاحتياجات الخاصة للتغلب على المشكلات الشعورية لديهم والناجمة عن الشعور بالنقص وعدم التكافؤ مع الآخرين، وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب والمستويات سواء من حيث قدرات واستعدادات الفرد البدنية والذهنية واسترجاع بعض العضلات التي تعتبر تقريبا ضامرة، وكذا في تنشيط ذوى الاحتياجات الخاصة وجلب السرور والمتعة له، وتنميته من الناحية النفسية التي تتميز غالبا عند ذوى الاحتياجات الخاصة بالإحباط والشعور الزائد بالنقص وعدم الشعور بالأمن وغيرها من السمات التي ذكرها الدكتور كليمك في تعدادها للسمات السلوكية التي تنتج عن الإصابة بالإعاقة، وتؤدي ممارسة النشاط الرياضي إلى الخروج من حالة الثبات والانطواء والعزلة وكذا يساهم في إدماج المعوق في مجتمعه بطريقة فعالة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات الحديثة.

سنحاول من خلال المداخلة هذه تناول موضوع رياضة ذوى الاحتياجات الخاصة في الجزائر والتصنيف الطبي القانوني للألعاب القوى .

ممارسة الرياضة والترويح في إطار الشريعة الإسلامية

د/ شعلال عبد المجيد

رئيس مجموعة بحث بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

جامعة مستغانم

الملخص:

تعتبر الرياضة من أهم الأنشطة الاجتماعية التي لا يستطيع الإنسان التخلي عنها ، وهي كظاهرة اجتماعية تبوأ مكانة كبيرة على الساحة الدولية ، كما يعد الترويح أحد النظم الاجتماعية التي يتأسس عليها المجتمع ، إذ يعد الترويح ضروري من ضرورات الحياة وكذلك ضرورة اجتماعية تسهم في بناء وتطوير شخصية الإنسان. ولكوننا نعيش في مجتمع مسلم أردت بهذا البحث التعرف على ضوابط ممارسة الرياضة والترويح في هذه البيئة الإسلامية كونها تختلف كلياً عن المجتمع الغربي. والشريعة الإسلامية بمنهجها الشامل المتكامل الواقعي قدرت الرياضة والترويح وأولتها عناية كبيرة لما لهما من أهمية. وشملت عينة البحث 168 أستاذ جامعي من مختلف التخصصات لمعرفة نظرتهم وإبداء آرائهم حول إشكالية هذا البحث.

دور النشاط البدني و الرياضي المكيف في الاندماج الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة.

أ/ عمردمانة

أ/ محمود بن سعيد

جامعة عمار الثليجي بالأغواط .

ملخص المداخلة:

يساعد النشاط البدني و الرياضي على حل الكثير من المشاكل في مختلف النواحي النفسية و الاجتماعية و الحركية ، و بالنسبة للمساعدات الحركية فهي تتم من خلال البرامج التربوية و طرق التدريب الخاصة التي تعمل من خلالها على تقديم أفضل السبل لهذه الفئة و التي يتولاها بطبيعة الحال أشخاص مؤهلون في هذا المجال . إن تكيف الفرد المعاق و تأقلمه مع ضغوط الحياة المعاصرة و من ثمة اندماجه في المجتمع بصفة فعالة تقتضي تجاوزه لعقدة الشعور بالنقص الناجمة من فكرة أن هيئة الشخص هي مقياس لتفكيره و مشاعره ، بحيث تعكس الهيئة السليمة صورة التفاؤل و الثقة بالنفس في حين تعكس الإعاقة انعدام أو قلة الثقة بالنفس و ضعف الشخصية و الظهور بمظهر التعب الدائم.

و قد ساعدت البحوث و الدراسات التي أجريت على فئة المعاقين (أو ذوي الاحتياجات الخاصة) في تشخيص و اكتشاف المشاكل النفسية و الاجتماعية لتلك الفئة و التي تنتج عنها العديد من المشاكل كالإحساس بالفشل و احتقار النفس اللذان يؤديان - إضافة إلى العديد من المشاكل الأخرى - إلى الانطواء و العزلة الدائمين . و بما أن النشاط البدني و الرياضي يعد أحد الوسائل الهامة التي تلعب دوراً إيجابياً و فعالاً في ترقية الجانب الصحي و النفسي و الاجتماعي للفرد بشكل عام و المعاق بشكل خاص (في حالة تكيف ذلك النشاط مع الإعاقة) فإن ذلك سيساعده حتماً على التكيف مع إعاقته و اندماجه اجتماعياً .

دور ممارسة الرياضة المكيفة في تقبل الإعاقة

د. فتاحين عائشة

المعهد الوطني للتكوين العالي في علوم وتكنولوجيا الرياضة (دالي ابراهيم)

ملخص البحث:

لقد أثار في موضوع الملتقى، خاصة محوره "ذوي الاحتياجات الخاصة" في الرغبة في المشاركة بالمداخلة المعنونة أعلاه. ذلك أن الإعاقة الجسمية وإن كانت من المشاكل الخطيرة التي عانى منها الفرد والمجتمع عبر التاريخ- لما تخلفه في صاحبها من آثار سلبية تمس مختلف جوانب الشخصية، وما تفرضه من أعباء على من يحيط به وعلى المجتمع- فإن تقبل الإعاقة من قبل المصابة، كما دلت على ذلك دراسات علمية، يعد من بين أهم العوامل التي بإمكانها أن تحد من آثار الإعاقة السلبية وتساعد صاحبها على تجاوزها مما جعلني أتساءل:

ما هو دور ممارسة الرياضة في مساعدة المعوق على تقبل إعاقته؟

إن محاولة الإجابة عن هذا السؤال قد كان من خلال دراسة ميدانية .

العلاقة بين الادراك الحس - حركي ببعض المتغيرات الكينماتيكية ودقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة كويه

م.د. هوشيار عبد الرحمن محمد

جامعة كويه-العراق

ملخص البحث:

هدف الى التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الادراك الحس - حركي ودقة أداء مهارة الضرب الساحق لدى لاعبي الكرة الطائرة لمنتخب كلية التربية الرياضية - جامعة كويه، والتي ستساعد اللاعب والمدرّب على فهم وأستيعاب أهمية التدريب على هذه القدرات كونها مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بمهارات هذه اللعبة، والتي يمكن ان تتحقق من خلال التدريبات الخاصة التي تنمي قدراتهم وأستعداداتهم، لذا فرض الباحث من ان هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأدراك الحس - حركي (الخاص) ودقة أداء مهارة الضرب الساحق.

و تحددت عينة البحث بـ (12) لاعبا من مثلوا فريق كلية التربية الرياضية للموسم 2008، وكانت الأختبارات الداخلة بالدراسة هي أختبارات مهارة الضرب الساحق، كما شملت أختبارات القدرات حس- حركي (الخاص) وللمهارة المحددة في الدراسة.

فضلاً عن أستخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لمشكلة البحث، كما أستخدام الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لأستخراج معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة. كما أظهرت الدراسة وجود معامل ارتباط معنوي واخرى غير معنوية بين اختبار الدقة الضرب الساحق والقدرات الحس - حركي (الخاص) . وفي ضوء مناقشة النتائج توصل الباحث إلى عدة أستنتاجات حققت بها أهداف البحث وفرضياته منها، أمتلاك لاعب الكرة الطائرة لقدرات الإدراك الحس- حركي (الخاص). بمهارة الضرب الساحق، فضلاً عن ظهور ارتباط معنوية بين مهارة الضرب الساحق وأختبار أدراك الأحساس بمسافة رمي الكرة بالذراع الضاربة، كذلك يمتلك لاعب الكرة الطائرة أدراك حسي عالي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين وتبين ذلك من خلال ظهور، فضلاً عن وجود أحساس عالي بالزمن لدى لاعبي الكرة الطائرة لمهارة الضرب الساحق، مما حمل الباحث على وضع مجموعة من التوصيات والمقترحات التي من شأنها الأسهام بتطوير قدرات لاعب الكرة الطائرة الحس - حركي، ومن ثم الأسهام في الأرتقاء بمستوى لعبة الكرة الطائرة نحو الأفضل ، منها ضرورة توجيه المدربين إلى ضرورة أستخدام الأساليب العلمية الدقيقة في أشتمال مفردات الوحدة التدريبية على تمرينات تساعد على تنمية القدرات الحس - حركية الخاصة والعامّة، فضلاً عن ضرورة وضع أختبارات تقيس هذه القدرات ومدى تطويرها للاعب الضرب الساحق بالكرة الطائرة، كذلك ضرورة إجراء دراسات وبحوث على عينات أخرى من فرق النساء والناشئين فضلاً عن إجراء دراسات مقارنة للتعرف على الإدراك الحس - حركي بين لاعبي الكرة الطائرة ولاعباتها.

دراسة تحليلية لمهارة التهديف بوجه القدم الامامي لبعض مباريات بطولة أمم أوروبا لعام 2008 بكرة القدم

م.م. ناظم جبار جلال

جامعة كويه / كلية التربية الرياضية-العراق

ملخص البحث :

يهدف البحث الى التعرف على التهديف بوجه القدم الامامي الناجحة والفاشلة لمباراة كاملة بحيث نقسم المباراة الى 90 دقيقة إلى ستة اقسام كل قسم زمنه 15 دقيقة وكذلك حساب التهديف داخل منطقتيه وخارجه وتحديد النسبة المئوية.

تم تسجيل 24 فريق أي 12 مباراة من بطولة امم اوربا 2008 وقد استخدم المنهج الوصفي وباستخدام الفيديو كاسيت وقد تم حساب التهديف بوجه القدم الامامي في كل قسم من اقسام المباراة الستة أي ثلاثة للشوط الاول وثلاثة للشوط الثاني في داخل منطقة الجزاء وخارج منطقة الجزاء وقد استخدم النسبة المئوية لتحديد العدد الفرعي والكلبي سواء التهديف بوجه القدم الامامي ككل او الناجحة او الفاشلة.

استنتج الباحث ان عدد التهديف بوجه القدم الامامي الناجحة هي دائماً اقل من عدد الضربات الفاشلة لاقسام المباراة الستة سواء من الحركة او من الثبات كذلك سجلت النسبة المئوية للضربات الناجحة بالحركة 42.2% في القسم الثاني من الشوط الاول داخل منطقة الجزاء اما خارج منطقة الجزاء فكانت اعلى نسبة مئوية في القسم الاول من الشوط الاول 43.1%.

اما التهديف بوجه القدم الامامي الناجحة من الثبات فسجلت اعلى نسبة لها 50% في القسم الثالث من الشوط الاول داخل منطقة الجزاء وسجلت النسبة 54.4% من خارج منطقة الجزاء في القسم الثالث من الشوط الاول.

أهمية النشاط البدني والرياضي في مجابهة الأمراض المزمنة.

أ / بن زيدان حسين .

عضو مجموعة بحث بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية- جامعة مستغانم

الملخص :

من الثابت علميا في وقتنا الحاضر أن الممارسة المنتظمة للنشاط البدني والرياضي المعتدل الشدة وارتفاع اللياقة البدنية والحركية تحملان في طياتهما تأثيرات ايجابية كثيرة على وظائف الجسم المختلفة، وتعودان بفوائد صحية كثيرة على الإنسان، وعلى العكس من ذلك فإن الخمول البدني والركود للراحة يؤديان إلى جملة من الآثار السلبية على صحة الفرد والمجتمع على السواء. وتشير بعض الإحصائيات مثلا في الولايات الأمريكية المتحدة إلى أن و 35% من وفيات أمراض القلب التاجية، 35% من وفيات داء السكري و 32 % من وفيات سرطان القولون تعزى للخمول أو كما تسمى أمراض نقص الحركة .

أما النشاط البدني والرياضي يسهم بدور مهم في الوقاية من العديد من الأمراض المزمنة مثل أمراض القلب، داء السكري، ومكافحة والتخلص من البدانة) السمنة (والوقاية من هشاشة العظام، أمراض المفاصل. ويعتقد أن آلية التحسن البيولوجي المؤثرة على أمراض القلب من جراء النشاط البدني تكمن في تحسين إمدادات الأوكسجين لعضلة القلب والمحافظة عليها، وفي خفض مخاطر الإصابة بأمراض القلب التاجية وتقليل الإجهاد على عضلة القلب، بما في ذلك خفض احتياجها من الأوكسجين وتحسين كفاءة ضخ الدم من قبل القلب وأخيرا في دعم استقرار النشاط الكهربائي للقلب مما يقلل من احتمالات اضطرابات النظم. بالإضافة إلى أن الكثير من الدراسات تشير إلى ممارسة النشاط البدني المعتدل الشدة لمدة 120 إلى 200 دقيقة في الأسبوع كفيل بخفض نسبة الإصابة بداء السكري بدرجة ملحوظة. ويساهم النشاط البدني مع الحمية الغذائية في خفض نسبة الشحوم في الجسم والمحافظة على العضلات، كما أن النشاط البدني المعتدل الشدة الذي تتراوح مدته من 3 إلى 5 ساعات أسبوعيا يسهم بدور وقائي في منع السمنة على المدى الطويل. وتشير البحوث إلى أن ممارسة نشاطا بدنيا يؤدي إلى إجهاد العظام والعضلات مثل المشي والجري والقفز والتمرينات البدنية التي يتم خلالها حمل الجسم أثناء النشاط تؤدي إلى تحسن في معدل كثافة العظام مما يقلل من فرص إصابتها بهشاشة. وهنا تكمن أهمية ممارسة النشاط البدني المعتدل من المحافظة على الصحة العامة للفرد .

الكلمات الأساسية: الأهمية والفوائد - النشاط البدني - الأمراض المزمنة -الصحة العامة

تحديد طريقة علمية لتقييم التلاميذ في الألعاب الجماعية أثناء المنافسة من خلال إعداد برنامج إعلام آلي "

- د/ بن برنو عثمان (جامعة مستغانم)

عضو مجموعة بحث بمخبر تقويم النشاطات البدنية الرياضية - جامعة مستغانم

ملخص البحث

و يعتبر الحاسب الآلي هو إحدى أفضل وأسرع وأدق الوسائل العلمية المستخدمة في تقييم أداء التلاميذ أو اللاعبين في مختلف الأنشطة الرياضية. فهو يعتبر إحدى الطرق المتقدمة التي يمكن الاعتماد عليها لتقييم أداء التلاميذ و اللاعبين أثناء الحصص التعليمية و التدريبية من خلال إدراج المعلومات و النتائج المتحصل عليها من خلال المنافسة و من تم الحصول على التقييم الموضوعي و الجيد للتلاميذ و اللاعبين مما يمكن من التعديل و التغيير و ضبط نقاط الضعف في البرنامج التعليمي أو التدريبي. و بغية السير مع الاتجاهات الحديثة في عملية تقييم باستخدام برامج الحاسب الآلي وسيلة أساسية لتقييم التلاميذ. جاءت الدراسة لحل المشكلة المطروحة حول الكيفية بموجبها يمكن للأستاذ التربية البدنية و الرياضية تقييم التلميذ باستخدام وسيلة سريعة و دقيقة توفر أكبر قدر الزمن (الحاسب الآلي Logiciels Evaluation) و تمكنه دون اللجوء إلى الطريقة التقييم الذاتي.