

أثر بيداغوجيا اللعب في تنمية بعض القدرات البدنية لدى تلاميذ الطور الثانوي (16-18).

The effect of playing pedagogy on the development of some physical abilities among secondary school students (16-18)

دحمانى زكرياء^{1*}، محمد العربي²

¹ جامعة خميس مليانة/ مخبر الرياضة الصحة والأداء zakaria.dahmani@univ-dbkm.dz
² جامعة خميس مليانة/مخبر علوم الاداء الحركي والتدخلات البيداغوجية/ m.larbi@univ-dbkm.dz

تاريخ النشر: 2023/06/06

تاريخ القبول: 2023/06/03

تاريخ الإرسال: 2022/12/30

الملخص:

هدفت الدراسة للتعرف على أهمية بيداغوجيا اللعب في تنمية بعض القدرات
البدنية لفئة (16-18).

- استخدمنا المنهج التجريبي بعينة تجريبية (20) تلميذ، والضابطة (20) تلميذ.
- توصلنا إلى أن تمارينات أسلوب اللعب تؤثر إيجابا في تنمية القدرات البدنية.
- من خلال الدراسة توضح لنا أن تمارينات أسلوب اللعب تزيد من دافعية
التلاميذ وتخلق جو من المتعة والسرور، وذلك لتشابهها مع وضعية المنافسة.

الكلمات المفتاحية: بيداغوجيا اللعب؛ القدرات البدنية، الطور الثانوي

Abstract: The study aimed to identify the importance of using play pedagogy in developing some physical abilities and motor skills for (16-18) class. We used the experimental method with an experimental sample of (20) students, and a control sample of (20) students. We found that playing style exercises positively affect the development of physical abilities and motor skills. Through the study, it is clearly shown that playing style exercises increase students' motivation, and create an atmosphere of fun and pleasure, due to its similarity to the situation of competition.

KEYWORDS: playing pedagogy; Physical Ability; Secondary Phase.

1- مقدمة ومشكلة البحث:

برزت أهمية التربية البدنية و الرياضية كوسيلة منفردة في تنمية الكفاءة البدنية و الحركية و ما يتصل بها من قيم صحية و نفسية و إجتماعية و ذهنية، التي تمكن الفرد من القيام بواجبه نحو وطنه و أمته و مجتمعه، فاللعبة المنظم تربويا ينطوي على إمكانيات هائلة للنمو المتعدد الجوانب للفرد، و في نشاط اللعبة تنتهي إمكانيات كبيرة لنمو الهادفة في السلوك و المثابرة و الإرادة. (مروان، 2002، ص 7)

كما تعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى على تنمية وبلورة شخصية الفرد، من جميع النواحي الحركية منها والنفسية والاجتماعية، معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية، كدعامة ثقافية واجتماعية (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، ص2)، إذ أنه يتيح الفرصة للمتعلم لبناء معارفه (بالمفهوم الواسع) بإدماج المعطيات والحلول الجديدة في مكتسباته وتعلماته، كما أنها تحدد أدوارا متكاملة لكل من الأستاذ والمتعلم. (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، ص5)

استفادت التربية البدنية من الثورة العلمية التي أدت الى بزوغ النظريات التربوية الحديثة، والى تغيير الادوار في عناصر العلاقة البيداغوجية (الأستاذ-المتعلم-المعرفة) التي كانت كحتمية لسليبيات المنهج التقليدي الذي اعتبر دور التلميذ في العملية التعليمية التعلمية سلبيا، متلقيا ومنفذا للامور ويسترجع المعرفة حين يطلب منه ذلك، الا ان النظرة الشمولية للمنهج الحديث والذي اعتبر المتعلم عنصرا فعالا في العملية التعليمية التعلمية، يكتشف و يجرب و يفكر ويتفاعل مع المعرفة.

اذ تعتبر المناهج أحد مكونات العملية التعليمية، و عنصرا أساسيا في تجسيد النوايا الحقيقية و أداء الرسالة التربوية (أحمد، 2005، ص3).

إن عملية التدريس عبارة عن حصيلة من الخبرات والمهارات التدريسية، يخططها المدرس ويديرها من أجل مساعدة التلاميذ على تحقيق أهداف معينة، وبذلك فهو يعتبر موقفا يتميز بالتفاعل بين الطرفين، لكل منهما أدوار يمارسها من أجل بلوغ الأهداف المنشودة، وعلى هذا الأساس يجب على المدرس أن يسعى إلى مساعدة تلاميذه على التحول من السلبية إلى الإيجابية، ومن الجمود إلى الفعالية خلال مختلف المواقف التدريسية، بإستخدامه الامثل للوسائل التدريسية المناسبة، و من جملتها إستخدام أساليب التدريس المختلفة (عادة جلال، 2008، ص 114)، ثم إن تحقيق المهام الجديدة والعصرية للتربية الرياضية تتطلب الخروج من نظام التدريس التقليدي، والمعلومات القديمة المكررة من مصدر إلى آخر، في المدارس المستقبلية للتربية البدنية والرياضية، تنادي بتحديث وتطوير المناهج ومحتواها وأساليب تدريسها، وذلك لإحداث التعليم الأفضل ومن ثم نشر الثقافة الرياضية من خلال المراجع و المصادر الحديثة. (مصطفي، 2001، صفحة 8)

إن الحاجة لإختيار البيداغوجيات المناسبة للوصول الى اهداف حصة التربية البدنية و الذي يتماشى مع تطلعات المقيمين علي العملية التربوية، يعد من بين اهم الاولويات، ، وبذلك فان بيداغوجيا اللعب توفر الجو المناسب لتلبية حاجات و رغبات التلميذ في المرحلة العمرية والمتمثلة في الطور الثانوي.

- الدراسات السابقة و المشابهة:

دراسة حسين سعدي إبراهيم و بيرفان عبد الله المفتي بعنوان (تأثير أسلوب التعلم باللعب بإستخدام الألعاب الحركية و الرياضيات في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية و التحكم الحركي لدى تلاميذ الصف الأول إبتدائي)
هدفت الدراسة الكشف عن تأثير تمرينات أسلوب اللعب بإستخدام الألعاب الحركية و الرياضيات في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية و التحكم الحركي لدى تلاميذ الصف الأول إبتدائي.

- الكشف عن فروق بين تمرينات أسلوب اللعب في تطوير القدرات البدنية و الحركية.
- إستخدام الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث، تم إختبار العينة بطريقة عمدية تكونت العينة من (60) تلميذ.
- توصل الباحث إلى ما يلي حقق تمرينات أسلوب اللعب تطور في القدرات البدنية و الحركية و التحكم الحركي.

دراسة حاجم شاني عودة و ناهدة عبد زيد الديلمي (جامعة البصرة):

تأثير تمرينات خطية بأسلوب اللعب المباشر في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة و أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.

هدفت الدراسة : لمعرفة تأثير التمرينات الخطية بأسلوب اللعب المباشر في تطوير بعض الجوانب الخاصة و أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.

إستخدم الباحثون المنهج التجريبي لعينة عددها (24)، (12) طالب كعينة تجريبية، و (12) طالب كعينة ضابطة من طلاب السنة الرابعة من كلية التربية الرياضية - جامعة بابل.

إستنتاجات الدراسة:

٥٢ أن الترتيبات الخطية بأسلوب اللعب المباشر و الأسلوب المتبع حقق تأثيرا ايجابيا في تطوير الجوانب البدنية الخاصة و أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.

دراسة مها أحمد عبود: بعنوان (تأثير اسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة للمبتدئين)

هدف الدراسة: لمعرفة مدى تأثير اسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة للمبتدئين

٥٣ أهمية وضع تمرينات تعليمية بتمرينات أسلوب اللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لمبتدئي طلبة الديالي.

الإستنتاجات: اسلوب التعلم باللعب المباشر له تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين و الذين يمثلون منتخبات دياتي.
ودراسة أسعد حسين عبد الرزاق (2009) تحت عنوان تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات، استخدمنا لباحث المنهج التجريبي على عينة من تلاميذ الابتدائي وخلصت الدراسة على أن الألعاب الصغيرة قد أثرت إيجابيا على تنمية القدرات البدنية والحركية للأطفال (7-8) سنوات. (تامن و رواب، 2021، ص ص57-58).

- التساؤل العام:

هل تؤثر تمرينات أسلوب اللعب إيجابا في تنمية بعض القدرات البدنية ؟

التساؤلات الفرعية :

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و الضابطة في الإختبارات القبلية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الإختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الإختبارات القبلية و البعدية للعينة الضابطة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و الضابطة في الإختبارات البعدية؟

الفرضية العامة:

تؤثر تمرينات أسلوب اللعب إيجابا في تنمية بعض القدرات البدنية .

الفرضيات الجزئية:

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و الضابطة في الإختبارات القبلية.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية فى الاختبارات القبلية و البعدية للعينه التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية فى الاختبارات القبلية و البعدية للعينه الضابطة.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينه التجريبية و الضابطة فى الاختبارات البعدية.

2- الهدف العام من الدراسة: تهدف الدراسة للوصول لإعداد برنامج وحدات تعليمية بإستخدام تمرينات أسلوب اللعب ، والذي يسمح للكثير من الأساتذة بالإستناذ عليه فى إخراج حصه التربية البدنية و الرياضية؁ كما يجب إختيار الأنشطة البدنية و الرياضية التي تتماشى مع حاجات و رغبات التلميذ فى هذه المرحلة العمرية؁ لذا يجب تكييف الأنشطة على حسب الشدة و الحجم المناسبين للفئة العمرية؁ للوصول لتحقيق الجوانب الثلاث لحصه التربية البدنية الجانب المعرفى و الحسى حركى و الوجدانى العاطفى بإستخدام إستراتيجية التدريس باللعب؁ و من ثم زيادة دافعية الإنجاز لدى التلاميذ من خلال اختيار أنشطة اللعب التي تعتمد على إستراتيجية التدريس باللعب؁ و من خلال المعالجة الإحصائية نتمكن من إبراز وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتغيريين (تأثير تمرينات أسلوب اللعب على تنمية القدرات البدنية و المهارات الحركية).

3- التحديد الإجرائى للمفاهيم الواردة فى البحث:

📌 **بيداغوجيا اللعب :** بيداغوجيا اللعب وسيط تربوي مهم يعمل على تشكيل شخصية الطفل من خلال ما يتضمن من ألعاب تربوية تشبع حاجة الطفل الحركية كما انه يساهم فى تعرف الطفل على العالم الخارجى الذى يحيط به و إكسابه المعلومات و الخبرات المختلفة. (هانى؁ 2010؁ صفحة 15)

تعريف اللعب: يعرفه ريدير "reider" حيث يقول نستطيع أن نرى احد الأطفال يقول لنا انه يلعب لان هذا يسره و يفرحه، لكن لا نستطيع الادعاء أن هذا يشرح ظاهرة اللعب .
(Albermons, 2004, p 43)

التعريف الإجرائي: من أحدث الأساليب التربوية و التي تهدف لتنمية مختلف الجوانب الحسية الحركية و الوجدانية العاطفية و المعرفية، من خلال الانشطة الموجهة تخلق جو من المتعة و السرور و بذلك زيادة ميل و دافعية التلميذ للتعلم.

- **القدرات البدنية :** يعرف محمد صبحي حسانين القدرات البدنية بأنها : الحالة السليمة للفرد من حيث تكوينه الجسماني والعضوي التي تمكنه من استخدام جسمه بمهارة في نواحي النشاط. (حسنين، 2001، ص 265)

بأنها النمو و الزيادة في حجم العضلات و الأجهزة من الناحية الفيزيولوجية و التشريحية نتيجة التكيف مع الأنشطة البدنية.

التعريف الإجرائي: هي القدرات التي لها علاقة بالحالة الفيزيولوجية لأعضاء الجسم و تحسينها يكون بالتكيف مع مجهود بدني مقنن.
المهارات الحركية: كفاءة الفرد على أداء واجب حركي خاص أو مجموعة واجبات حركية.
(محمد عبد الباقي، 2012، ص 45)

التعريف الإجرائي: مختلف المواقف التي تتطلب إستخدام حركات جسمية و بدنية و عمليات ذهنية، لمختلف الأنشطة التي يقوم بها الفرد.

- **المراهقة:** يعرف الباحث "أوبسل" المراهقة علي انها سيرورة الإندماج النفسي للبلوغ، فحسب هذا العالم فإن المراهقة تظهر معالمها بالبلوغ الجنسي الذي يصاحبه تغير نسي هام يميزها عن باقي المراحل العمرية الأخرى. (frecoin, 1998, p28)

- **التعريف الإجرائي:** هي مرحلة عمرية إنتقالية تقع ما بين الطفولة و الرشد، و تمتاز بظهور عدة تغيرات جسمية و عقلية و نفسية ... الخ ، مما تحدث عدم التوافق بين النمو العقلي و البدني، و الممثلة في دراستنا بمرحلة المراهقة المتوسطة.

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

4-1 الطريقة والأدوات: ويتم فيها ذكر العناصر التالية:

المنهج المتبع: إستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة الموضوع.

- **الدراسة الإستطلاعية :**

قام الباحثان بإجراء التجربة الإستطلاعية في التاريخ 2022/10/02 و 2022/10/03 علي الساعة 09:30 صباحا علي عينة لا تنتمي لعينة البحث، و عددها 16 تلميذ.

- العينة وطرق اختيارها:

إشتمل مجتمع البحث على تلاميذ السنة اولى ثانوي لثانوية مالك بن نبي موزاية و البالغ عددهم (379)، موزعون على شعبتين جذع مشترك علوم وعددهم (255) و جذع مشترك أداب عددهم (124) ثم اختياريهما بطريقة قصدية نظرا لملائتهما مع التوقيت الاسبوعي و عدد التلاميذ المكون من فوجين، مقسمة إلى مجموعة تجريبية (20)، و أخرى ضابطة (20)، و بذلك تكون نسبة العينة (10,55) بالمئة، و تم إختيارها بالطريقة العمدية .

- مجالات الدراسة:

المجال البشري: تلاميذ ثانوية مالك بن نبي موزاية، مديرية التربية لولاية البليدة
الفئة العمرية (16،18) سنة.

المجال الزمني: 2022/10/05 الى غاية 2022/12/06.

المجال المكاني : ساحة ثانوية مالك بن نبي موزاية، القاعة الرياضية.

- إجراءات البحث / الدراسة:

تحديد المتغيرات:

المتغير المستقل: تمرينات أسلوب اللعب.

المتغير التابع: القدرات البدنية .

- **الأداة :** تم الإعتماد على إختبارات القدرات البدنية، والتي تم إختيارها إستنادا على الدراسات السابقة، و من ثم عرضها على المحكمين و الممثلون بأستاذة التعليم العالي تخصص تدريب رياضي ومفتشي التربية البدنية والرياضية، و مدربي ألعاب القوى، وكانت على النحو التالي:

إختبار "45/15" Gacon، اختبار المرونة، اختبار الرشاقة.

- الوسائل المستخدمة:

١٢٢ ميزان طبي لقياس وزن الجسم، ساعة توقيت إلكترونية، شريط لقياس
الأطوال و المسافة، صندوق + مسطرة مرقمة، صافرة.
- الإختبار: إختبار 45/15 Gacon : هدف الإختبار: قياس السرعة الهوائية
القصوي.

الوسائل المستخدمة: مضمار بأرضية مسطحة مسافة 200 متر - شواخص
تستخدم كمعالم - منبه لإعطاء إشارة.
طريقة الإنجاز: يؤشر مضمار الجري المحدد ب 200 متر بشواخص حيث
يوضع كل شاخص على مسافة 6,25 مع تحديد نقطة البداية، عند إعطاء
الإشارة يقوم التلاميذ بالجري مسافة 100 متر و الممثلة بالمعلم رقم (8) لمدة
45 ثانية، ثم يقومون بالمشي للمعلم رقم (9) و يغيرون الإتجاه. راحة لمدة 15
ثانية عند سماع الإشارة يقومون بالجري إتجاه خط البداية و هكذا، يتوقف
الإختبار عندما لا يستطيع التلميذ قطع المسافة المحددة نحو المعلم في (45)
ثانية.

كيفية التسجيل : كل معلم يمثل مسافة و زمن و سرعة محددة في جدول
التقييم.

- إختبار الرشاقة: الغرض من الإختبار: قياس الرشاقة الكلية للجسم أثناء
تحركه حركة إنتقالية.

- الأدوات: شريط قياس، ساعة إيقاف، 4 أقماع.
- طريقة الأداء: توضع الأربعة أقماء علي خط واحد، بحيث تكون المسافة بين
كل قمع و الآخر 180سم، و المسافة بين القمع الاول و خط البداية 360سم
و يلاحظ أن يكون خط البداية موازيا للحواز بطول 180سم يرسم علي
الأرض.

- يقف اللاعب عند خط البداية، عند سماع إشارة البدء يقوم بالجري بين الحواجز علي أن يستمر في الجري ذهاباً و إياباً.

- حساب الدرجات: يحسب للاعب الزمن الذي يستغرقه في أداء الاختبار منذ لحظة إعطائه إشارة البدء و حتي يقطع خط النهاية لأقرب 10/1 من الثانية.
(علاوي و محمد ، 1994، ص288)

إختبار المرونة: الغرض من الاختبار: قياس مرونة الجذع و الفخذ في حركات الثني للأمام من وضع الوقوف.

- الأدوات: مقياس مدرج من الخشب أو مسطرة طولها حوالي 20 سم مقسمة بخطوط إلي وحدات اهتزاز، يثبت المقياس (المسطرة) بحافة المقعد أو المنضدة بحيث يكون منتصف القياس إلى أعلى حافة المقعد و النصف الآخر أسفل الحافة، يلاحظ أن نقطة التدرج "صفر" تكون في مستوي حافة المقعد، علي أن تكون انحرافات الدرجات التي تقع في النصف العلوي بالسالب، و التي تقع في النصف السفلي بالموجب.

- طريقة الأداء: يتخذ اللاعب وضع الوقوف علي حافة المقعد أو المنضدة بحيث تكون القدمين ملاصقتين لجانبي القياس.

- يقوم اللاعب بثني الجذع أماماً أسفل، بحيث تصبح الأصابع أمام المقياس، و من هذا الوضع يحاول اللاعب ثني الجذع لأقصى مدي بقوة و ببطء، مع ملاحظة أن تكون أصابع اليدين في مستوي واحد و أن تتحرك لأسفل موازية للمقياس.

- يؤدي الاختبار بدون تصلب في عضلات الذراعين و الجذع و الرقبة.

- يؤدي الاختبار من وضع فرد الركبتين.

- يكون ثني الجذع لأسفل ببطء و بقوة و محاولة تحقيق أقصى مدى ممكن من الثني لأسفل.

- يعطي اللاعب محاولتين أو ثلاث كوسيلة للإحماء و التدريب علي الاختبار قبل القياس، مع ملاحظة أن يتم ذلك قبل الصعود علي المنضدة.

- يجب علي اللاعب توجيه النظر لأسفل المقياس.

- **حساب الدرجات:** درجة اللاعب هي أفضل نقطة علي المقياس يصل إليها

لاعب من وضع ثني الجذع أمام أسفل. (علاوي و محمد ، 1994 ، ص341)

اختبار القفز الأفقي من الثبات:

الغرض: قياس القوة الانفجارية للأطراف السفلية (الرجلين).

الأدوات: ملعب وتكون الأرضية جيدة و مناسبة ، ديكامتر .

الأداء: الوثب بالقدمين معا من الثبات على نفس الخط بحيث أصابع الجلين

خلف خط الإنطلاق والوثب للأمام بثني الركبتين و البحث على أبعد مسافة.

حساب النتائج: تسجل النتيجة المحصل عليها بعد الوثب بالمتر أي نقطة

الهبوط بعد الوثب (aurélien & Olivier, 2012, p. 35) .

اختبار دفع الثقل 3 كغ:

الغرض: قياس القوة الانفجارية للأطراف العلوية (الذراعين)

الأدوات: حائط، بساط أرضي، كرة طبية 3 كغ، ديكامتر .

الأداء: يقوم المختبر بدفع الكرة الطبية باليدين اثنتين من المنطقة الصدرية وهو

في ثبات و وضعية جلوس على الأرض فوق البساط متكأ الرأس و الظهر على

الحائط مع البحث على أبعد مسافة ممكنة.

حساب الدرجات: تسجل النتائج المحصل عليها بالمتر في نقطة ارتطام الكرة

الطبية بالأرض (aurélien & Olivier, 2012, p. 45) .

اختبار السرعة:

الغرض: قياس السرعة القصوة للجري.

الأدوات: أقماع، ديكامتر، ميقانية.

الأداء:

يقوم المختبر بالانطلاق بسرعة بعد إشارة الأستاذ وهو في وضعية الوقوف على مضمار 50م (10م + 30م + 10م) 10م جري تحضيري + 30م السرعة المحسوبة + 10م الجري النهائي. (Alexandre, 2008, p. 75)

- الأسس العلمية للأداة:

الصدق الذاتي: و ذلك بالقيام بحساب الجذع التربيعي لمعامل الثبات.

معامل الثبات: وذلك بحساب معامل الثبات بيرسون.

- الأدوات الإحصائية: إستعمل الباحث في معالجة البيانات ببرنامج "spss".

4-2 عرض وتحليل النتائج: الجدول رقم(01): يبين معامل الثبات والصدق

الذاتي للإختبارات القدرات البدنية و المهارات الحركية.

الصدق	م. الثبات	وحدة	عدد	
0,98	0.98	الثانية	20	المداومة
0,97	0,95	السنتمتر	20	المرونة
0,99	0,99	الثانية	20	الرشاقة
0,86	86,0	الثانية	20	السرعة
0,84	0,84	السنتمتر	20	القفز الأفقي
0,98	0,98	السنتمتر	20	دفع الثقل 3 كغ

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة معامل الثبات و معامل الصدق لمتغيرات

البحث ، موجب و قريب من الصفر، هذا يعني ارتباط قوي.

الجدول (02): المقارنة بين النتائج العينية لمعرفة التجانس و التكافؤ

القياسات الصفة	المج التجريبية		المج الضابطة		ت مح	قيمة الدلالة	الدلالة
	س	ع	س	ع			
المداومة	15,42	1,96	15,45	2,07	-0,039	0,78	(-)
المرونة	15,32	3,01	15,60	3,16	-0,28	0,96	(-)
الرشاقة	10,41	1,30	10,41	1,30	0,015	0,98	(-)
السرعة	2,06	0,18	2,18	0,13	2,32	0,19	(-)
الفقر الأفقي	3,44	0,52	3,49	0,36	0,38	0,25	(-)
دفع الثقل	4,27	0,21	4,25	0,16	0,29	0,66	(-)

نلاحظ من خلال الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين عينتين التجريبية و الضابطة لأن مستوى الدلالة أكبر من 0,05 في جميع المتغيرات

الجدول رقم (03) : المقارنة بين نتائج المجموعتين في القياسات القبلية.

القياسات الصفة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت مح	قيمة الدلالة	الدلالة
	س	ع	س	ع			
الوزن	62,40	10,74	60,55	8,93	0,53	0,37	(-)
الطول	1,69	0,09	1,67	0,10	0,85	0,56	(-)
مؤشر الكتلة	21,81	4,62	21,74	3,41	0,52	0,08	(-)

(-) غير دال نلاحظ من الجدول عدم وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياسات القبلية للمتغيرات المدروسة لان مستوى الدلالة اكبر من 0,05 في جميع المتغيرات.

الجدول رقم (04) : المقارنة بين نتائج المجموعة التجريبية في القياسات القبلية والبعدية

القياسات الصفة	القياس القبلى		القياس البعدى		ت مح	قيمة الدلالة	الدلالة
	ع	س	ع	س			
المداومة	15,45	2,07	16,92	2,57	3,61-	,002	(★★★)
المرونة	15,60	3,16	20,25	3,78	15,64-	,000	(★★★)
الرشاقة	10,41	1,30	9,90	1,06	1,416	,173	(-)
السرعة	2,06	0,18	2,56	0,15	33,79-	,000	(★★★)
القفز الأفقى	3,44	0,52	4,35	0,28	6,1-	,000	(★★★)
دفع الثقل	4,27	0,21	3,93	0,16	8,6	,000	(★★★)

دال عند مستوى 0,001 (★★★) ، نلاحظ من الجدول اعلاه وجود فروق

ذات دلالة احصائية $p > 0,001$ لمتغيرات الدراسة ما بين القياس القبلى

والبعدى للمجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في صفة

الرشاقة $p > 0,01$ ما بين القياس القبلى والبعدى.

الجدول (05) : المقارنة بين نتائج المجموعة الضابطة في القياسات القبلية و البعدية .

القياسات الصفة	المج التجريبية		المج الضابطة		ت مح	قيمة الدلالة	الدلالة
	ع	س	ع	س			
المداومة	19,45	3,99	16,92	2,57	2,37	,023	(★★)
المرونة	21,22	3,16	20,25	3,78	0,88	,38	(-)
الرشاقة	9,15	1,26	9,90	1,06	2,02	,050	(★★)
السرعة	2,18	0,13	2,34	0,10	4,53-	,000	(★★★)
القفز الأفقى	3,49	0,69	3,88	0,33	3,12-	,000	(★★★)
دفع الثقل	4,25	0,16	4,04	0,13	8,90	,000	(★★★)

دال عند مستوى 0,001 (★★★). نلاحظ من الجدول وجود فروق ذات دلالة احصائية للقياس القبلي والبعدى المجموعة الضابطة لمتغيرات الدراسة عند مستوى $p > 0,001$ ، وعدم وجود فروق في صفة المرونة .
الجدول رقم (06): المقارنة بين نتائج العينتين في القياسات البعدية.

القياسات الصفة	القياس القبلي		القياس البعدى		ت مح	قيمة الدلالة	الدلالة
	س	ع	س	ع			
المداومة	15,42	1,96	4591,	3,99	0,284	,000	(★★★)
المرونة	15,32	3,01	21,22	3,16	4,80-	,000	(★★★)
الرشاقة	3610,	0,98	9,85	0,85	13,43-	0.03	(★★)
السرعة	2,34	0,10	2,56	0,15	5,29-	,000	(★★★)
القفز الأفقى	3,88	0,33	4,35	0,28	4,79-	,002	(★★★)
دفع الثقل	4,08	0,13	3,93	0,16	3,27	,000	(★★★)

نلاحظ من الجدول وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياسات البعدية لمتغيرات الدراسة بدلالة $p < 0,001$.

4-3 مناقشة النتائج وتفسيرها:

الفرضية الأولى: جاءت الفرضية الاولى علي النحو التالي :
لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في الإختبارات القبلية، من خلال الجدول رقم (02) يتضح لنا أن المجموعتين تتميزان بالتكافؤ و التجانس و ذلك من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية و الإنحراف المعياري، لبعض الخصائص المورفولوجية (الوزن - الطول - و مؤشر الكتلة)، اي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في الإختبارات القبلية، اذن الفرضية الاولى محققة .

الفرضية الثانية : جاءت الفرضية التالية علي النحو التالي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للعينتين التجريبية في الإختبارات القبلية و البعدية، من خلال نتائج الجدول رقم (03) يتضح لنا من قيمة الدلالة لمتغيرات البحث (0,001)، في الإختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية و لصالح الإختبار البعدي، و يعزو الباحثان ذلك إلى تأثير تمارينات اسلوب اللعب، نظرا لزيادة دافعية التلاميذ و ميلهم لممارسة أوجه النشاط المعتمد علي اللعب، صف الى ذلك خلق جو من التنافس بين التلاميذ و الذي يعتبر من خصائص المرحلة العمرية، و هذا ما أكدته دراسة حسين سعدي إبراهيم و بيريفان عبد الله المفتي (تأثير تمارينات أسلوب اللعب بإستخدام الألعاب الحركية و الرياضية في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية و التحكم الحركي لدي تلاميذ الصف الأول الإبتدائي) مما يدل على انها من الاساليب الفعالة في تنمية القدرات البدنية، إذن الفرضية (2) محققة.

- الفرضية الثالثة: جاءت الفرضية الثالثة علي النحو التالي:

توجد فروق ذات دلالة احصائية للعينة الضابطة في الإختبارات القبلية و البعدية. من خلال نتائج الجدول رقم (04) يتضح لنا أن قيمة الدلالة لمتغيرات الدراسة كانت 0,001 وهذا يدل علي قيمة التطور الذي حصل نتيجة تطبيق

البرنامج التقليدي في هاتين الصفتين و هذا ما إتفق مع دراسة عامر فاخر شعاني (إستخدام بعض تمارينات الإطالة في تنمية المرونة الخاصة)، في حين قيمة الدلالة لصفة الرشاقة كانت اكبر من 0,05 اي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية و هذا راجع لعدم مساهمة البرنامج التقليدي في تنمية الرشاقة، لغياب دافعية الإنجاز لدى التلاميذ و ميلهم نحو النشاط البدني.

الفرضية الرابعة: جاءت الفرضية الرابعة علي النحو التالي :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في القياسات القبلية و البعدية من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ ان قيمة الدلالة

لصفتي المداومة و الرشاقة كانت 0,001 اي P أصغر من 0,001 دلالة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارات القبلية و البعدية للعينتين و لصالح القياس البعدي، أي ان برنامج الوحدات التعليمية بتمارين أسلوب اللعب كان له تأثير إيجابي في تنمية بعض القدرات البدنية و ذلك لزيادة ميل التلاميذ نحو الأنشطة المختارة التي تعتمد علي اللعب، وخلق جو من البهجة و السرور، و روح المنافسة لتحسين الأداء الفردي و الجماعي و هذا ما يتفق مع دراسة حسين سعدي إبراهيم و بيريفان عبد الله المفتي (تأثير تمارين أسلوب اللعب بإستخدام الألعاب الحركية و الرياضية في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية و التحكم الحركي لدي تلاميذ الصف الأول الإبتدائي)، ودراسة حاجم شاني عودة و ناهدة عبد زيد الديلمي (تأثير تمارين خطية بأسلوب اللعب في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية لكرة

الطائرة، و دراسة Audrey Chan

(Motiver les apprentissages des élèves du cycle 3 par le jeu)

- اما صفة المرونة فلا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينتين، نظرا لان صفة المرونة تتطلب وسائل واجهزة خاصة، اذن الفرضية الرابعة محققة.

الإستنتاجات:

☞ من خلال نتائج الدراسة و إعتمادا على المعالجة الإحصائية تبين أن برنامج الوحدات التعليمية المستخدمة ببيداغوجيا اللعب لها تأثير ايجابي في تنمية بعض القدرات البدنية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

☞ حقق برنامج الوحدات التعليمية بإستخدام بيداغوجيا اللعب تطورا في بعض القدرات البدنية مقارنة بالإختبار القبلي و البعدي.

☞ حقق برنامج بيداغوجيا اللعب تطورا ملحوظا في نتائج الاختبار القبلي و البعدي مقارنة بالبرنامج التقليدي

٥٢٢ لم يحقق برنامج بيداغوجيا اللعب تطورا فى صفة المرونة؁ فى نتائج القياس القبلى و البعدى و هذا راجع لخاصية هذه الصفة البدنية التى تعتمد على وسائل خاصة.

التوصيات:

٥٢٣ إعداد برامج وحدات تعليمية ببيداغوجيا اللعب و ما له من اثر إيجابى فى تحسين القدرات البدنية.

اتباع بيداغوجيا اللعب فى إعداد خطة درس التربية البدنية و الذى يعتبر من بين أهم الاساليب الحديثة التى حققت نجاحات كبيرة؁ نظرا لزيادة الدافعية لدى التلاميذ مع الإختبار الأمثل للألعاب التى تتماشى مع الفئة العمرية.

٥٢٤ استخدام بيداغوجيا اللعب مع الحرص على احترام الشدة و الحجم فى الألعاب المختارة.

٥٢٥ التنوع فى الألعاب مما يزيد من التشويق و المتعة لدى التلاميذ لتحسين القدرات البدنية من جهة؁ وتفرغ الطاقة الزائدة من جهة أخرى.

٥٢٦

الخاتمة:

تعتبر بيداغوجيا اللعب من أحدث البيداغوجيات التى نادى لها العديد من المفكرين و التربويين؁ إذ يعتبر وسيطا تربويا فعالا يسهم فى زيادة الدافعية و ميل التلاميذ نحو أوجه النشاط؁ إذ يتيح للتلميذ الفرصة للتعبير عن قدراته بكل إستقلالية و إكتشاف بيئته؁ إضافة لخلق جو من المتعة و السرور و التخلص من العديد من الإنفعالات السلبية؁ و تنمية القدرات البدنية خاصة أن مرحلة المراهقة تمتاز بزيادة متسارعة فى النمو نظرا للعمل الهرمونى الكبير؁ كهرمون النمو (GH) ؁ لذا وجب على اساتذة التربية البدنية و الرياضية إستغلال اللعب فى برمجة الوحدات التعليمية للوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة؁ لأن اللعب يعتبر من بين الحاجات التى تسمح للفرد بالتحرر و الإستقلالية عكس

البيداغوجيات التعلم التقليدية التي تعتمد على النموذج و النمطية، و الطرق التحليلية.

المراجع المستخدمة في البحث

المراجع باللغة العربية

الكتب :

- حسنين صبحي، حسنين . (2001). *أطلس تصنيف وتوصيف انماط الأجسام*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- سلامة، فضل. (2010). *سيكولوجية اللعب عند الأطفال*. عمان: دار أسامة للنشر و التوزيع.
- مفتي، إبراهيم. (2009). *المرجع الشامل في التدريب الرياضي*. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- الديلمي، ناهدة. (2008). *اساسيات في التعلم الحركي* (ط. 1). النجف: دار الطباعة للطلب و التصميم.
- علاوي، محمد حسن، و نصر الدين رضوان محمد. (1994). *اختبارات الأداء الحركي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد بني هاني، وليد. (2010). *التعلم عن طريق 100 لعبة تعليمية*. الأردن: دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع.
- أحمد بوسكرة. (2005). *مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و التقني*. المسيلة: دار الخلدونية للنشر و التوزيع.
- غادة جلال عبد الحكيم. (2008). *طرق تدريس التربية البدنية* (ط1). مصر: دار الفكر العربي.
- ناهدة عبد زيد الديلمي. *اساسيات في التعلم الحركي*. النجف: دار الطباعة للطلب و التصميم.
- عبدو، خ & رائد، ش. (2017). *التربية الرياضية دليل المعلم*. فلسطين: مركز المناهج.
- مروان، ع. (2002). *النمو البدني و التعلم الحركي* (Ed. 1). عمان: دار العلمية الدولية - دار الثقافة.

المراجع باللغة الأجنبية

- François, Richard . les troubles phisiques a l adolescences. (1998). Paris : mosson.
- alexander, dellel. (2008). *analyse de l'activité physique du footballeur*. Strasbourg: universite de strasbourg.
- Arnold, Reek. (1981). *Developing sport skills*. New Jersey: New Jersey monogra.
- La Rue, Jacques. (2004). *manuel de psychologie de sport*. paris: vigot.
- aurélien , B., & Olivier, B. (2012). *les testes de terrain*. France: 4 trainer
- alexander, d. (2008). *analyse de l'activité physique du footballeur*. Strasbourg: universite de strasbourg.

المقالات:

- تامن مريم، و رواب عمار (2021)، فعالية مجموعة ألعاب صغيرة في تنمية قدرات حركية محددة وبعض المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال الروضة بعمر 4-6 سنوات، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 06، العدد 02، المركز الجامعي نور البشير البيض، الجزائر، الصفحات 53_71
- حسن سعدي إبراهيم، و عبد الله مفتي بيرفان. (2011). تأثير تمارين أسلوب اللعب باستخدام الألعاب الحركية و الرياضيات في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية و التحكم الحركي لتلاميذ الصف الابتدائي (ط. 3). المجلد 23، العدد 03، جامعة بغداد، العراق، الصفحات 193_248.