

اثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م لكل من الذكور والإناث (14-17 سنة)

– دراسة ميدانية على بعض متوسطات بلدية بسكرة –

The Impact of Sport and Physical Education Syllabus of Fourth year Middle School on the Results of the 60 meters Fast Running test for both Males and Females (14-17 years old)

– Field Study at Some Middle School at Biskra –

الياس لروي¹، معتز بالله شريف²

¹ جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي / الجزائر / ilaroui@live.fr

² جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 2 / الجزائر / mouatazbillahcherif7@gmail.com

تاريخ النشر: 2023-01-31

تاريخ القبول: 2022-11-21

تاريخ الاستلام: 2022-08-04

ملخص:

هدفت هذه الدراسة لمعرفة "اثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م لكل من الذكور و الإناث للمرحلة العمرية (14-17 سنة) "، بحيث استخدمنا المنهج الوصفي لتحقيق هدف هذه الدراسة و اخترنا عينة بطريقة مقصودة مكونة من 164 متعلم من الجنسين (90 متعلم من الإناث و 74 متعلم من الذكور) ، و اخترنا الاختبار 60 م من المنهاج الخاص بالمادة لتقويم نشاط الجري السريع كأداة لجمع البيانات ، بحيث قمنا بالاختبار القبلي قبل بداية البرنامج الدراسي المقرر لمتعلمي السنة الرابعة متوسط ثم قمنا بالاختبار البعدي بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الدراسي المقرر من قبل الأساتذة المشرفين على عينة المتعلمين ولقد أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى وجود اثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م للمتعلمين الذكور و إلى عدم وجود اثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م للمتعلمين إناث .

الكلمات المفتاحية: برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر / اختبار الجري السريع 60 م لكل من الذكور و الإناث..

Abstract:

The purpose of the study was to know the impact of sport and physical education syllabus of fourth year middle school on the results of the 60 meters fast running test for both males and females between 14 and 17 years old. The descriptive method was used to fulfill the objective of the study and the sample was chosen in conscious way and it is consist of 164 learners (90 females and 74 males). Moreover, we chose the 60 meters test from the course to evaluate the fast running activity as a tool to gather the data as we had done the pre-test before starting the study syllabus of fourth year middle school learners than we did the post-test after finishing from implementing the syllabus of the study on the sample by the supervisory teachers. The data from the study indicated that there is no impact of sport and physical education program of fourth year middle school on the results of the 60 meters fast running for males and there is no impact of sport and physical education program of fourth year middle school on the results of the 60 meters fast running for females as well.

Keywords: Sport and physical education syllabus/ The 60 meters fast running test for both males and females

مقدمة:

مع تطور البحث في مجال علوم التربية ظهرت المدرسة البنائية التي تبنت المقاربة بالكفاءات و التي تمنح المتعلم فرصة لتوظيف ما تعلمه المتعلم في حياته و بناء معارفه و مهاراته بنفسه و هذا ما تطلب إلى تغير جذري في المناهج و البرامج و تحديد دور المعلم كموجه أو مرشد أما المتعلم فقد أصبح هو الصانع الحقيقي لتعلماته و مهارته و الباني الفعلي للفعل التعليمي و لتحقيق هذه الكفاءات تطلب الأمر إعادة هيكلة برامج التربية البدنية والرياضية بحيث تبرز مجالات الأهداف و مستويات الكفاءة (قاعدية ، ختامية ، نهائية) و الأهداف التعليمية بالشكل الذي يتماشى مع المقاربة الجديدة وهو ما يتطلب برامج دراسية تراعي الأهداف و الواقع الفعلي للمادة و ما تتطلبه من وسائل بيداغوجيا و مرافق رياضية ووقت و نشاطات رياضية مختلفة مع الإلمام بجميع خصائص متعلمي كل مرحلة ، وللتأكد من تحقق الأهداف كل مرحلة دراسية كالسنة الرابعة متوسط في ظل أثر البرنامج الدراسي المقرر لهم تطلب الأمر استخدام التقويم الذي يحظى بأهمية بالغة في هذه المقاربة و من بين أدوات تقويم البرامج الدراسية هي الاختبارات التي يجربها المتعلمون كإختبار مادة التربية البدنية و الرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، فمن خلال الاختبارات " يمكن إصدار الحكم على مدى الوصول إلى الأهداف و مدى تحقيقها لأغراضها للوقوف على مدى نجاعة البرنامج الدراسي " (جابر نصر الدين : 2005 : 9) المقرر للسنة الرابعة متوسط . ومن خلال هذه الدراسة فقد قصدنا الوقوف على أثر برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج إختبار المادة في شهادة التعليم المتوسط .

الاشكالية :

تتشترك البرامج الدراسية المقررة في عناصرها البنائية الأهداف و المحتوى و الأنشطة و التقويم و لكن تختلف في محتوى عناصرها فالأهداف التي يعمل على أن يكتسبها المتعلم تختلف بناء على المرحلة الدراسية التي يمر بها وكذا السنة الدراسية التي يدرس فيها بحيث تتميز هذه الأهداف بالاستمرارية التي تخدم أهداف بعيدة المدى تحقق على عدة مراحل و مقسمة على عدة مستويات وكذلك المحتوى المقدم و الذي يختلف باختلاف السنة الدراسية و خصائص النمو و مجالاته و كذلك الأنشطة التي تختلف بناء على اختلاف الأهداف و المحتوى أما التقويم فيساعد في معرفة مدى تحقيق الأهداف ، فالمناهج و البرامج تساعد معلمي المادة في توجيه العملية التعليمية التعلمية نحو الأهداف المرجوة و لكن تختلف إستراتيجيات استخدام هذه المناهج ، إلا أن الدولة الجزائرية تبنت إستراتيجية التعليم بالمقاربة بالكفاءات في العام الدراسي 2003/2004 . و يعرفها محمد دريج على أساس أنها " قدرات مكتسبة تسمح بالسلوك و العمل في سياق معين ويتكون محتواها من معارف و مهارات وقدرات واتجاهات مندمجة بشكل مركب بحيث يقوم الفرد الذي اكتسبها بتوظيفها قصد مواجهة مشكلة ما وحلها في وضعية محددة " (عطا الله أحمد و آخرون : 2009 : 57) ولقد أصبح المتعلم هو محور العملية التعليمية التعلمية و يكون دور المعلم مرشدا أو موجه و الذي يعمل على تحقيق الأهداف المعبر عنها في المنهاج من خلال تنفيذ برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر و الذي يتمثل في منهاج المادة و الوثيقة المرافقة له فكلهما يعتبران الإطار المرجعي الذي من خلاله يتمكن كل معلم من الاختيار البيداغوجي المناسب للمتعلمين الذين هم تحت إشرافه (اللجنة الوطنية للمناهج : 2005 : 34).

وترى ليلي زهران بأن البرنامج الدراسي هو مجموعة الخبرات النابعة من المنهاج و المعدة و فق تنظيم يزيد من إمكانية تنفيذها ، و يتطلب ذلك أن يضم البرنامج بالإضافة إلى مجموعة الخبرات التعليمية الموفقة و المختارة من المنهاج كل ما يتعلق بتنفيذها من وقت و مكان و أدوات و طرق التدريس و دور كل من المعلم و المتعلم في تنفيذه . (عفاف عثمان و آخرون : 2008 : 12)

و يكون البرنامج الدراسي المقرر مصاغ في المنهاج حيث يحتوي على الكفاءة القاعدية الخاصة بكل ثلاثي من السنة الدراسية و كذا نوع النشاط الممارس جماعي و فردي وكذا مؤشرات الوحدة التعليمية و المحتوى المعرفي للوحدة

عناصرها و الذي يسعى من خلاله المعلم إلى تحضير أحسن الظروف التي تسمح له بتطبيق البرنامج الدراسي المقرر من خلال التخطيط الجيد للتوزيع السنوي و الدوري ودروس التربية البدنية و الرياضية و الفهم الجيد للكفاءات وتحديد الأهداف وصياغتها مع الأخذ بعين الاعتبار المرافق و الوسائل البيداغوجية المتوفرة في المؤسسة وكذا خصائص المتعلمين الذين هم تحت إشرافه ومن بين برامج التربية البدنية و الرياضية نجد برنامج السنة الرابعة متوسط الذي يطبق في 32 أسبوع دراسي فيه 28 أسبوع لإنجاز نشاطات التعلم و 4 أسابيع للتقويم بحجم ساعي يقدر بساعتين أسبوعيا من أجل الوصول إلى الكفاءات القاعدية و الختامية للسنة الدراسية من خلال ممارسة مجموعة من الأنشطة الرياضية في النشاط الفردي (الجري نصف طويل 800 م للذكور و 600 م للإناث ، الجري السريع 60 م ذكور و إناث ، القفز الطويل ، دفع الجلة) و نشاطات جماعية (كرة اليد ، كرة الطائرة ، كرة السلة)

ومن خبرة الباحث كمعلم للتربية البدنية و الرياضية لهذه المرحلة وبعد الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها في العديد من المتوسطات ببلدية بسكرة بأن أكثر نشاط مستخدم في حصة التربية البدنية والرياضية هو نشاط الجري السريع 60 م والذي يستخدم بشكل كبير من قبل معلمي المادة لتقييم المتعلمين ومنح النقاط التي تحسب كعلامة نهائية يتم احتسابها في المعدل النهائي لامتحان شهادة التعليم المتوسط ولقد لمسنا بأن الشغل الوحيد للمتعلمين هو الحصول على علامة جيدة في الاختبار وللحصول على علامة جيدة في هذا الاختبار يجب تحقيق نتائج جيدة في نشاط الجري السريع 60 م

وانطلاقا من الدراسات السابقة و الخلفية النظرية مثل دراسة " محمد خير بركات منصرة" و دراسة " بن عقلية كمال" سنة 2008/2007 و دراسة " صغير مساحلي 2013/2012 " فبرنامج التربية البدنية و الرياضية يتطلب منهاج ذا أهداف يمكن تحقيقها و محتوى و وسائل و تقويم مناسب و كفاءة للمعلمين و توفير مناخ للتفاعل بين المتعلم و المعلم من مرافق ووسائل بيداغوجيا من أجل الإعداد الفعال لمساعدة متعلمهم للحصول على نتائج جيدة و بالتالي تحقيق نقطة جيدة تلي حاجات المتعلمين و هذا يمر من خلال البرنامج الدراسي المناسب لتحقيق ذلك لكل من نتائج الذكور و الإناث ، مع مراعاة خصائص كل منهما في النمو كالطول و الوزن و الجوانب النفسية كالاتجاهات و الميولات نحو النشاطات المختارة في برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر . (kieth M.darke and all : 2015 : 286)

و كذا دراسة " صبان محمد و آخرون " سنة 2009 حيث أثبتوا وجود العديد من الفروقات في الاستعدادات باختلاف أنماط الجسم و مقارنتها بالأنشطة التربية البدنية و الرياضية المقررة والتي لا تتناسب مع استعدادات المتعلمين

وكذا ما جاء به القانون التوجيهي للتربية بحيث يجب أن تعمل البرامج الدراسية المقررة على مساعدة المتعلمين بإنماء كفاءاتهم و قدراتهم البدنية بشكل يلي حاجاتهم من خلال توفير لهم الظروف المناسبة لذلك حتى يصبح المتعلم قادرا على توظيف واستعادة ما تعلمه و لهذا كان من الضروري وجود برنامج للسنة الرابعة متوسط يلي حاجات المتعلمين من جميع النواحي . (عبد العزيز بوتفليقة ، 2008 ، 3) وانطلاقا مما سبق أردنا في دراستنا هذه معرفة أثر برنامج التربية

البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م لكل من الذكور والإناث ومنه يمكن طرح سؤال الإشكالية العام على النحو التالي : هل هناك أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م لكل من الذكور والإناث ؟

-الفرضيات :

- لا يوجد اثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م للذكور (14-17 سنة).

- لا يوجد اثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج اختبار الجري السريع 60 م للإناث (14-17 سنة).

- ضبط المفاهيم والمصطلحات :

أ- الأثر: هي محصلة تغيير تحدث للمتعلمين نتيجة لعملية التعليم و التعلم ، فهذه النتائج تكون نتيجة للبرنامج الدراسي المقرر . (حسن شحاته و زينب النجار : 2003 : 22 – 66) .

ب- برنامج التربية البدنية و الرياضية الدراسي المقرر : الموضوعات الدراسية التي تعرض على المتعلمين و الذي يتوقع منها التغيير لدى المتعلمين يطلق عليها البرنامج الدراسي المقرر . (محمد صابر سليم و آخرون: 2006 : 13)

ج- اختبار الجري السريع 60 م: هو احد الاختبارات الإجبارية التي يقوم بها متعلمو السنة الرابعة متوسط للاجتياز الامتحان شهادة التعليم المتوسط من خلال قطع مسافة 60 متر كعدو سريع . (وزارة التربية الوطنية للجنة الوطنية للمناهج : 2006 : 2)

- هدف الدراسة : معرفة أثر برنامج التربية البدنية و الرياضة المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع لكل من الذكور و الإناث .

- الإجراءات المنهجية للبحث :

أ- المنهج المستخدم في البحث : لكل بحث منهج يسير عليه لدراسة المشكلة وفي دراستنا هذه نظرا إلى طبيعتها و هدفها إستخدما المنهج الوصفي للتأكد من صحة فرضياتنا .

ب- مجتمع البحث : مجتمع البحث هم جميع متعلمي (تلاميذ) السنة الرابعة متوسط في الجزائر .

أما المجتمع المتاح للباحث في دراسته هذه هم جميع المتعلمين (التلاميذ) في سنة الرابعة متوسط ببلدية بسكرة
ج- عينة البحث : فقد بلغ أفراد العينة 164 متعلم متكونة من 90 متعلم من الإناث و 74 متعلم من الذكور بعد استبعاد الأفراد الذين لا تتوفر فيهم شروط تحقيق أهداف البحث .

د- خصائص العينة وطريقة اختيارها : تم اختيار العينة بطريقة قصدية " حيث ينتقي الباحث أفراد العينة بما يخدم أهداف دراسته و بناء على معرفته دون أن يكون هناك قيود أو شروط غير التي يراها هو مناسبة من حيث الكفاءة أو المرافق أو الجنس وغيرها ، وهذه غير ممثلة لكافة جهات النظر و لكنها تعتبر أساس قوي للتحليل العلمي و مصدر ثري للمعلومات التي تشكل قاعدة مناسبة للبحث حول موضوع الدراسة " (زياد أحمد الطاوسي : 2001/2000 : 6) ولقد تم اختيار عينة الدراسة بشكل قصدي بناء على الخصائص التالية :

- تم اختيار العينة بطريقة قصدية لتوفر المتوسطات على المرافق الضرورية لتطبيق برنامج المقرر للسنة الرابعة متوسط بعد الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها . وبناء على توفر هذه المؤسسات على معلمين (أساتذة) لمادة التربية البدنية والرياضية أصحاب كفاءة و خبرة ، فنجاح البرنامج الدراسي المقرر يتطلب معلمين أصحاب كفاءة في التعامل مع المتعلمين و اختيار أفضل طرق التنفيذ و التخطيط للبرنامج (سمير محمد كبريت : 1998 ، 21) ، بحيث يمكن للمعلمين أصحاب الكفاءة العالية من تحقيق أهداف المنهاج والبرامج التعليمية المقررة (حسن حسين البيلاوي و آخرون : 2008 : 119) ، وهذا ما توصل إليه في كل من أطروحة الدكتوراه لمحمد خير مناصرة سنة 2001 و كذا بن عقلية كمال سنة 2007/2008 بأن كفاءة معلم المادة وخبرته تلعب دورا كبيرا في التنفيذ البرنامج و إستخدام المنهاج .

- تم إستبعاد المتعلمين الذين يمارسون في النوادي الرياضية وكذا المتعلمين المعدين للسنة الرابعة متوسط حيث أنهم سبقوا أن درسوا نفس البرنامج وكذلك تم استبعاد المتعلمين الذين تغيبوا عن أحد الاختبارات القبلي أو البعدي بأي سبب كان .

- أدوات جمع البيانات :

اختبار الجري السريع السريع 60 م : بحيث يقف المتعلم في وضع الاستعداد للانطلاق عند سماع الإشارة ينطلق اللاعب بسرعة للأمام إلى خط النهاية اما تسجيل فيكون بواسطة جهاز cellule photo électrique نظرا لدقة القياس الذي يتمتع بها. (Manual cellule photo électrique).

- مجالات البحث :

أ- المجال المكاني : تم إجراء الاختبارات في كل من متوسطة محمد الطاهر قدوري ومتوسطة الإخوة قروف ببلدية بسكرة الجزائر.

ب- المجال الزمني :

- الإختبار القبلي : 04 و 2015/10/05

- تطبيق برنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط : تم تطبيق البرنامج المقرر للسنة الرابعة متوسط على المتعلمين من قبل معلمهم في الفترة الممتدة بعد الإختبار القبلي إلى غاية إجراء الإختبار البعدي من الأسبوع الثاني لشهر أكتوبر إلى غاية الأسبوع الثالث لشهر أبريل .

- الإختبار البعدي : 17 و 2016/04/18

- الوسائل الإحصائية المستخدمة : تم إجراء التحليلات الإحصائية بواسطة برنامج spss :

(statistical package for social sciences) من خلال حساب المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري و اختبار الفروق ت ستيودنت للمجموعة الواحدة .

- عرض النتائج الجري السريع 60 م لكل من الذكور والإناث :

أ- عرض نتائج الجري السريع 60 م للذكور :

المتغير الخاص بالذكور	الفرق بين متوسط الحسابي الاختبار القبلي والبعدي	الفرق بين الانحراف المعياري القبلي والبعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية 1-ن	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الجري السريع ذكور 60 م (قبلي - بعدي)	0.155	0.473	74	2.823	0.006	73	0.01	دال

جدول رقم 01: يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة).

تحليل النتائج : من خلال جدول رقم 01 أن ت المحسوبة تساوي 2.823 ودرجة الحرية 73 وقيمة sig 0.006 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أصغر من مستوى الدلالة 0.01 ومن خلال مقارنة متوسط الحسابي للجري السريع 60 م القبلي و

البعدي فإنه يوجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور (14-17 سنة) لصالح البعدي .

ب- عرض نتائج الجري السريع 60 م للإناث :

المتغير الخاص للإناث	الفرق بين متوسط الحسابي الإختبار القبلي و البعدي	الفرق بين الإنحراف المعياري القبلي و البعدي	عدد أفراد العينة	ت المحسوبة	sig	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الجري السريع 60 م إناث) قبلي – بعدي (	0.094	0.628	90	1.414	0.161	89	0.01	غير دال

جدول رقم 02 : يبين نتائج القياس القبلي و البعدي للجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

تحليل النتائج : من خلال جدول رقم 02 أن ت المحسوبة تساوي 1.414 ودرجة الحرية 89 وقيمة sig 0.161 ، حيث أن قيمة sig في الجدول أكبر من مستوى الدلالة 0.01 ومنه فإنه لا توجد فروق بين القياس القبلي و البعدي في متغير الجري السريع 60 م عند متعلمي السنة الرابعة متوسط إناث (14-17 سنة) .

- مناقشة النتائج : ان اختبار الجري السريع 60 م يمر بالعديد من المراحل من مرحلة الانطلاق التي تعتمد على سرعة رد الفعل للانعكاس العصبي العضلي فور إعطاء إشارة البدء بحيث يقوم المتعلم بتحريك الرجل الخلفية إلى الأمام لأخذ أول خطوة ثم الدفع بالقدم الأمامية ففي الخطوات الأولى تكون مرجحة الذراعان من مفصل الكتف في حركة سهلة دون توتر و بسرعة تناسب مع حركة الرجلين و هذه الحركة تساعد المتعلم في الإندفاع إلى الأمام مستخدما وزن وقوة الجسم ، ففي هذه المرحلة العمرية (14-17 سنة) ترتبط نمو العضلات بزيادة عدد اللويحات العضلية بحيث تتداخل الأبعاد التشريحية فيما بينها مما يؤدي إلى تطور القوة العضلية نتيجة زيادة التوافق العصبي العضلي للفرد و لكن تكون القوة العضلية للإناث أقل من الذكور مهما كانت العضلات المستهدفة (Rachid Hanifi et Mourad Belhocine: 2012: 38) ، فيزداد الوزن عند الذكور بشكل خالي من الدهون نتيجة إفراز التستسترون و لا نسجل ذلك عند الإناث حيث يزداد وزنهم في هذه المرحلة العمرية مع زيادة الخلايا الدهنية فتطور القوة العضلية عند الذكور مقارنة بالإناث راجع لهذه الخاصية (Costill et David L. Wilmore: 2006: 430-431) أما حركة الرجل الخلفية فإنها تدفع إلى الأمام لأداء أول خطوة بعد خطوة البداية و بصورة عامة تكون هذه الخطوة قصيرة وسريعة لأن ميل الجذع و قرب من مركز الثقل يحد من طولها لتساعده هذه الخطوات الأولى القصيرة على تفادي مرحلة الطيران و بالتالي قصر الزمن الأداء فالمتعلم يستثمر جميع خصائصه الجسمية ليتمكن من الحصول على خطوات متناسبة مع طوله ، فمرحلة الانطلاق لها دور كبير في تحقيق نتائج جيدة وهذا ما يفسر نتائج التي حققها الذكور مقارنة بنتائج الإناث ، حيث أن طول خطوات تعتمد على طول المتعلم وكذلك على كيفية الانطلاق بالشكل الصحيح ففي اللحظة التي تركز بها الرجل الخلفية على الأرض تبدأ

الرجل الأمامية بحركتها إلى الأمام و بأقصى قوة و سرعة ممكنة وتحمل هذه الرجل مسؤولية إعطاء الجسم أكبر دفع للأمام الشيء الذي يتطلب وزن مناسب وتناسق عصبي عضلي و هذا ما يفسره تركيز البرنامج على التقوية العضلية في نشاط الجري السريع، ثم تأتي مرحلة التسارع التي تتوقف على طول الخطوات الأولى و أسلوب أدائها فالخطوات القصيرة جدا لا تضمن ازدياد سرعة الجري ، و الخطوات الطويلة تؤدي إلى إنخفاض في السرعة نتيجة الطيران الشيء الذي يتطلب إستغلال طول المتعلم بشكل إقتصادي ما يضمن تحقيق نتائج جيدة من خلال إستثمار كفاءتهم وقدراتهم النفسية و الجسمية و المعرفية وهذا ما يفسره تركيز البرنامج الدراسي على تحسين سعة الخطوات و الرغبة في سرعة التنقل ولكن دون الأخذ بعين الإعتبار الخصائص الفروق الفردية بين الجنسين حيث ترى نواصرية منى سنة 2022: أن التربية البدنية والرياضية أحد الأنشطة المهمة وتحتل مكانا بارزا في البرامج الدراسية، غير ان سبب عدم تحقيق البرنامج المقرر للسنة الرابعة متوسط التي تؤثر على نتائج الجري السريع 60م عند الإناث راجع إلى خصائص نموهم في هذه المرحلة فعند الإقتراب من خط الوصول تقوم بعض الإناث بالقفز نحو خط النهاية الشيء الذي يفقدهم الوقت وهذا راجع إلى الجوانب الوجدانية كالصبر و العزيمة الكبيرة لتحقيق أحسن نتيجة ، فعدم مراعاة محتوى البرنامج الدراسي للسنة الرابعة متوسط لخصائص نمو الإناث من أجل إحداث تغيرات في الأداء (Frédéric Aubert et Thierry Choffin): 2007: (36) لإختلاف خصائص نموهم مع الذكور بشكل واضح (علي فالح الهنداوي: 2002: 30) فهذه التغيرات تنعكس على الجانب البدني للمتعلم و لهذا كان من الضروري أخذ خصائص الإناث في بناء برنامج المادة (jack H. Wilmore et David L. Costill: 2006: 37) من إتجاهات و ميولات نحو ممارسة النشاط الرياضي وهذا ما أشار إليه كيث دلاك وآخرون سنة 2014 : بأن الإناث يميلون لممارسة أنشطة رياضية على حساب أنشطة رياضية أخرى نظرا لخصائصهم التكوينية و الوظيفية و إتجاهاتهم نحو ممارسة نوع النشاط.(kiethM.darke and al: 2015 : 286)وكذلك في دراسة محمد صبان و آخرون سنة 2009 : بأنه من الضروري أخذ مختلف الخصائص و التغيرات الجسمية للمتعلمين في بناء البرامج و المناهج (محمد صبان و آخرون: 2009: 101). فمحتوى البرنامج يجب أن يتماشى مع حاجات و ميولات المتعلمين ذكور و إناث في هذه المرحلة العمرية فالأنشطة التي لا تراعي إستعدادات وقدرات المتعلمين للممارسة لن تكون مناسبة وبالتالي فإن تحقيق الأهداف يكون صعب ، إضافة إلى ذلك كان من الضروري حصر الإمكانيات التي تساعد متعلمي هذه المرحلة على أداء النشاط وعدم ترك هذا الأمر على حسب ما هو متوفر في كل مؤسسة ، كذلك فهم مسعى الفتيات الرياضية و فائدها في تحقيق نتيجة أو رقم قياسي يتطلب حجم ساعي مبني على أسس علمية تتطلب فهم جميع خصائص المتعلم و النشاط فهناك علاقة بين عدد الساعات الأسبوعية و التعلم و تحسين النتائج (عمر عبد الرحيم نصر الله : 2010 : 320) فحسب المنهاج فإن الوحدة التعليمية تنجز في 9 وحدات تعليمية ويضم العام الدراسي 28 أسبوع للنشاطات التعليمية و 4 أسابيع للتقويم فالنشاطات الرياضية المبرمجة في المادة ترمج نشاط الجري السريع 60 م مع نشاط الجري نصف طويل في الفصل الأول و يتم إكمال النشاط بعد الإختبارات المحروسة للفصل الأول وهذه المدة تؤدي إلى تناقص القدرات البدنية وهذا ما أشار إليه تروست وآخرون سنة 2002 خاصتا عند الإناث مقارنة بالذكور من 7 إلى 15 سنة (Emmanuel van praagh: 2008: 26) بالإضافة إلى أن النشاط الجري السريع يجرى في الفصل الأول ويفصله عن إختبار المادة مدة 5 أشهر يتخللها عطلة الشتاء و الربيع لمدة 15 يوم لكل واحدة وكذا الحالة الجوية في المنطقة التي تعيق سير الوحدات التعليمية فعدتا يبدأ في البرنامج المادة متأخرا وينتهي مبكرا و لا ينجز في 32 أسبوع كعمل ميداني مقارنة بالمواد الدراسية الأخرى و بالتالي فالوحدات التعليمية ستكون أقل من 9 وحدات (بين التعليمية و التقويمية) فتحسين نتائج الجري السريع يتطلب عدد ساعي كبير نتيجة قلة التوجيه الحركي في هذه المرحلة (مروان عبد المجيد إبراهيم: 2002: 66) ، بالإضافة إلى ذلك فإن حصص التقويم ذات غرض وظيفي كالتقويم التشخيصي لتحديد

النقائص للوقوف على مدى نجاعة منهجية العمل للمواصلة أو إعادة النظر في الأهداف أما التقويم التحصيلي لقياس التطور و إعطاء النقاط للمتعلمين، وكذلك فعدم تحديد طرق وأساليب التدريس الملائمة لمتعلمي هذه المرحلة لنشاط الجري السريع (قاسم محمد صالح الجميلي: 2016: 12). أدى لحصول الإناث على نتائج تتعارض مع القانون التوجيهي من خلال المادة رقم 45: "ضرورة العمل على توفير الظروف التي تسمح للمتعلمين بنمو أجسامهم نموا منسجما من خلال تنمية قدراتهم البدنية و اليدوية"، و منه يمكن القول أن الفرضية الأولى تحققت أي أنه يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند الذكور (14-17 سنة)، و الفرضية الثانية تحققت أي انه لا يوجد أثر لبرنامج التربية البدنية و الرياضية المقرر للسنة الرابعة متوسط على نتائج الجري السريع 60 م عند الإناث (14-17 سنة).

-الاقتراحات:

- مراعاة خصائص الاناث في برامج التربية البدنية و الرياضية المقررة بالشكل الذي يلي حاجتهم البدنية و الجسمية و النفسية المختلفة .
- تحديد طرق التدريس الأكثر نجاعة لتحقيق أهداف نشاط الجري السريع 60 م المدرج في البرنامج الدراسي المقرر بشكل يتماشى مع خصائص متعلمي السنة الرابعة متوسط ذكور و إناث.
- إعادة تشكيل محتوى البرنامج بالشكل الذي يتكيف مع المرافق المتوفرة و البيئة الطبيعية من منطقة و الطقس الذي يميزها من أجل تحقيق النتائج في اختبار الجري السريع 60 م .
- رفع معامل مادة التربية البدنية و الرياضية وكذا الحجم الساعي المخصص بساعتين أسبوعين من أجل زيادة الحافز نحو تحقيق أهداف المادة .
- إعادة بناء و تشكيل البرنامج مع إقتراح برامج دراسية بالشكل الذي يتكامل مع غايات التربية المحددة في القانون التوجيهي من خلال إيجاد السبل المناسبة لتحقيق الأهداف المطلوبة .

- قائمة المراجع:

- جابر نصر الدين ، العلاقة بين الاختبار و القياس و التقويم في ظل تعليمية المادة الدراسية ، مجلة المخبر ، العدد الثاني، كلية الأدب و العلوم الإجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، سنة 2005.
- حسن حسين البيلالي و آخرون ، الجودة الشاملة في التعليم ، الطبعة الثانية ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان ، الأردن ، سنة 2008 .
- حسن شحاتة و زينب النجار ، معجم المصطلحات التربوية و النفسية ، الطبعة الأولى ، الدار المصرية اللبنانية ، القاهرة ، مصر ، سنة 2003 .
- زياد أحمد الطاوسي ، مجتمع الدراسة و العينات ، بدون طبعة ، مديرية التربية لواء البتراء ، الأردن، 2001/2000 .

- سمير محمد كبريت ، مناهج المعلم والإدارة التربوية ، الطبعة الأولى ، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع ، بيروت ، لبنان ، سنة 1998 .
- عبد العزيز بوتفليقة ، القانون التوجيهي ، رقم 04-08 المؤرخ في 15 محرم عام 1429 هجري الموافق 23 يناير سنة 2008 ، العدد 04 ، الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية.
- عطا الله أحمد و آخرون ، تدريس التربية البدنية والرياضية في ضوء الأهداف الإجرائية والمقاربة بالكفاءات ، بدون طبعة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 2009 .
- عفاف عثمان عثمان و آخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، بدون طبعة ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، مصر ، سنة 2008 .
- علي فالح الهنداوي ، علم النفس الطفولة والمراهقة ، الطبعة الثانية ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، الإمارات العربية المتحدة ، سنة 2002 .
- عمر عبد الرحيم نصر الله ، تدني مستوى التحصيل والإنجاز المدرسي ، الطبعة الثانية ، دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن ، سنة 2010 .
- قاسم محمد صالح الجميلي ، برنامج ألعاب تمهيدية على جوانب التعلم لبعض مسابقات الميدان والمضمار ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر ودار الوفاء لدنيا الطباعة ، الإسكندرية ، مصر سنة 2016 .
- اللجنة الوطنية للمناهج ، الوثيقة المرافقة لمناهج التربية البدنية والرياضية للسنة الرابعة متوسط ، اللجنة الوطنية للمناهج ، سنة 2005 .
- محمد صابر سليم و آخرون ، بناء المناهج وتخطيطها ، الطبعة الأولى ، دار الفكر ناشرون و موزعون ، عمان ، الأردن ، سنة 2006 .
- نواصيرية منى ، تأثير ممارسة التربية البدنية والرياضية على بعض الصفات البدنية لدى تلاميذ الطور المتوسط الذين يعانون السمنة ، مجلة التحدي ، المجلد 14 ، العدد 01 ، جامعة أم البواقي ، سنة 2022 ، ISSN: 9859-1112 .
- محمد صبان و آخرون ، دور وأهمية تحديد الأنماط الجسمية في تقويم مناهج مدارس المرحلة الثانوية بالجزائر ، مخر تقويم النشاطات الرياضية ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر ، سنة 2009 .
- مروان عبد المجيد إبراهيم ، النمو البدني والتعلم الحركي ، الطبعة الأولى ، الدار العلمية للنشر والتوزيع و دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، سنة 2002 ، ص 66 .
- وزارة التربية الوطنية اللجنة الوطنية للمناهج ، طبيعة اختبارات مادة التربية البدنية والرياضية في شهادة التعليم المتوسط ، جوان 2006 .

- Emmanuel van praagh , physiologie du sport enfant et adolescent , éditions de boeck université , bruxelles , Belgique , 2008 .
- Frédéric Aubert et Thierry Choffin , Athlétisme 3 – les cours , éditions revue EPS , 2007 .

- jack H .Wilmore et David L .Costill ,**Physiologie du sport et de l'exercice**,Traduction de la 3 édition américaine , de boeck , Bruxelles ,Belgique,2006 .
- kieth M.darke and all ,**High school sports programs differentially impact participation by sex** , elsevier, journal of sport and health science 4,2015,of shanghai university of sport .
- Manual cellule photo élctrique .
- Rachid Hanifi et Mourad Belhocine ,**Bases Physiologiques de L'activité Physique** ,Office des publications universitaires ,Alger ,2012.