

1 - المقدمة 1

مثل طموح الإنسان القوة الذاتية التي تدفعه للوصول للأفضل و قد كانت أشكال التغيير والتطور التي يحققها استجابة لهذا الطموح و شملت التطلعات جميع ميادين الحياة و بخاصة

أخذت عزيمة المخططين للتعليم تشتد وهم مهم تقوى وتنشط للبحث عن صيغة مناسبة يجب أن تكون عليه العملية التربوية التعليمية فكانت الاتجاهات الحديثة في الفكر التربوي التي تعتبر المنهج الدراسي يتضمن كافة الخبرات التربوية و التعليمية , سواء داخل أو خارج حجرة الصف الدراسي , متحملا مسؤولية التخطيط و التنفيذ وبذلك بدأ التربويون في تبني أطروحات المنهج المتكامل الذي يتعامل مع وحدات النشاط و وحدات المنهج كسلسلة من الخبرات المتكاملة لأن فاعلية العملية التعليمية و فاعلية التلميذ تتوقف على ممارسة المتعلمين للنشاط التي

ويشير (حمدي شاكر محمود 1998 ص 32) الي أن المبدأ الأساسي لعملية النشاط انه كلما زادت عملية درجة النشاط و فاعلية و مشاركة المتعلمين كان أثر التعلم أبقى و أقوى تأثيرا و من الأمثال الصينية الشهيرة في هذا المجال أنا

2- مشكلة البحث 1

لاحظ الباحثون من خلال التربية العملية و الزيارات الي بعض المدارس الاتي :

- 1) عدم وجود وعي لممارسة النشاط الرياضي المدرسي في المدارس الثانوية بمحلية جبل
- 2) ضعف التخطيط لممارسة النشاط الرياضي
- 3) عدم الاهتمام بأهمية النشاط الرياضي
- 4) ليس هنالك تنوع في الأنشطة الرياضية

3- أهمية البحث 1

قد يسهم هذا البحث في حل المعوقات التي تواجه الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي المدرسي .
قد يسهم أيضا في تناول المعوقات و الاستعدادات التي تعترض مسيرة الأنشطة الرياضية بالمراحل الثانوية بمحلية جبل أولياء .
وقد يسهم أيضا في الاستعداد المبكر و كيفية التخطيط لممارسة النشاط الرياضي بالمراحل الثانوية

4- أهداف البحث 1

- 1/ التعرف على معوقات النشاط الرياضي المدرسي لطلاب /المراحل الثانوية بمحلية جبل أولياء
- 2/ المساعدة على الاستعداد المبكر لممارسة النشاط الرياضي المدرسي لطلاب /المراحل الثانوية بمحلية جبل أولياء
- 3/ التعرف على المشكلات و الإمكانيات التي تواجه طلاب /المراحل الثانوية بمحلية جبل أولياء

5- فروض البحث 1

- (1) وجود معوقات مشاكل تعيق ممارسة النشاط الرياضي في المدارس الثانوية بمحلية جبل اولياء .
- (2) ضعف الاستعدادات لممارسة النشاط الرياضي في المدارس الثانوية بمحلية جبل اولياء .
- (3) عدم توفر الوعي لممارسة النشاط الرياضي في المدارس الثانوية بمحلية جبل اولياء .

6- إجراءات البحث 1

- 1-6-1 منهج البحث 1 :
يستخدم الباحثون منهج الوصف وذلك لملائمته لطبيعة البحث
- 2-6-2 مجتمع البحث 1 :
يتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء
- 3-6-3 عينة البحث 1 :
تتكون عينة البحث من طلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء المسجلين للعام 2015
- 4-6-4 أدوات البحث 1 :
استخدم الباحثون الإستبانة كأداة رئيسية لجمع البيانات

7- : المعالجات الإحصائية 1

(استخدم الباحثون نظام المعالجة الإحصائية Spss .)

8 - حدود البحث 1

- 7 - 1 الحدود البشرية 1
- . طلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء المسجلين للعام 2015
- 7 - 2 الحدود الجغرافية 1
- . ولاية الخرطوم محلية جبل أولياء (الكلاكلات)
- 7 - 3 الحدود الزمنية 1
- . العام الدراسي 2015

9 - الدراسات السابقة 1

- 9 - 1 - عنوان البحث 1
- معوقات ممارسة النشاط الرياضي المدرسي لطالبات المرحلة الثانوية
- . حسب محددات المشاركة و الأنشطة المرغوبة
- : - أعداد الطالبة
- نوال بشير محمد بشير
- : - أشرف الدكتور
- أمال محمد إبراهيم
- 9 - 1 - هدف البحث 1
- التعرف علي معوقات ممارسه النشاط الرياضي المدرسي لطالبات المرحلة الثانوية في ضوء محددات الممارسة .
- التعرف علي معوقات ممارسة النشاط الرياضي المدرسي لطالبات المرحلة الثانوية في ضوء الأنشطة المرغوبة .
- 1 - 9 - 2 عينة البحث :
- طالبات المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم
- 1 - 9 - 3 منهج البحث :
- استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والأسلوب المسحي ذلك لأنه
- . يناسب طبيعة البحث
- 1 - 9 - 4 نتائج البحث :

- موافقة جميع أفراد عينة البحث علي أهمية الوقت كمحدد لمشاركة الطالبة وللمعلمة .
- توفر الإمكانيات المادية و البشرية المعلوماتية غير كافية كمحدد لمشاركة .
- أن الطالبات يرغبن بشدة في ممارسة الأنشطة الرياضية متناوبة ومختلفة أثناء درس التربية الرياضية .

1 - 9 - 5 توجيهات البحث :

- أن تطور النشاط البدني والرياضي المدرسي يعتبر ألي حد كبير علي عامل الوقت و توفيره لطالبة وللمعلمة من خلال المنهج المستمر لعام دراسي كامل مع إتاحة الوقت اللازم لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية خارج الحصة .
- توفير الإمكانيات المادية و البشرية اللازمة لتطوير الأداء من خلال الرياضة الراحسية .
- مراجعة المناهج وفقاً للمستجدات الجديدة والعمل علي تنوع الأنشطة الممارسة علي مستوي الألعاب الجماعية والفردية .
- اكتشاف المواهب الرياضية المدرسية وتدريبها للوصول الي البطولات .

1 - 9 - 6 المراجع :

- زهري التيجاني : الدورات المدرسية لي طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم , رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية جامعة الخرطوم 1997 .
- تشارلز بيوتشر : التربية البدنية ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده , دار الفكر العربي / القاهرة ط 4 , 1983 .
- عبد الرحيم الكلوب : التكنولوجيا في عمليتي التعليم والتعلم , دار الشروق , 1993 .
- عفاف عبد الكريم درويش : الامكانيات في التربية الرياضية . منشأة المعارف الإسكندرية 1998 .

1-2 مفهوم التربية البدنية

يفهم الكثير من الناس من تعبير التربية البدنية علي أنه مختلف أنواع الرياضة ويظن البعض الآخر إنها تربية للأجسام فقط , والبعض يعتبرها التمرينات البدنية :

التي تؤدي علي العد التوقيت . وقد عرفها بعض العلماء

وضح هيدرختون أن التربية البدنية هي وسيلة ومن وسائل التربية للأطفال من خلال نشاط العضلات الكبيرة لاكتساب التنمية والتكيف في المستوى الاجتماعي والصحي إتاحة الظروف الملائمة للنمو الطبيعي ويرتبط ذلك بقيادة تلك الأنشطة من خلال استمرار العمليات التربوية دون معوقات . (عبدالحميد شرف , 1996 , ص 48 .

أما ناش فإنه يري إن التربية البدنية جزء من التربية العامة وإنها تستغل دوافع النشاط الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية . والعقلية والانفعالية . (تشارلزبيويتشر , 1983 , ص 40)

— ويصف بيوتشر أن التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة , وهدف تجريبي لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلانية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختيرت بغرض تحديد أو تحقيق هذه الأغراض كجزء من التربية العامة الذي يختص بالأنشطة القوية التي

تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج عن المشاركة فيها من التعلم .
(تشارلز بيوتشر , ص 41 — 48)

— ويعتقد (محمد الحمامي و أمين الخولي , 1990 , ص 89) أن المفهوم الصحيح للتربية البدنية هو مجموعة من الأساليب الفنية تستهدف اكتساب القدرات البدنية والمهارات الحركية بالإضافة إلي معارف واتجاهات أخرى

— التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة — ميدان تجريبي هدفه تكون المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية ذلك عن طريق ألوان النشاط البدني اختبرت بغرض تحقيق هذه الأغراض . (بوتشر 1983 , ص 17)

— والتربية الرياضية هي التربية الشاملة للفرد في جميع الجوانب البدنية والحركية والاجتماعية , كما تساعد علي الارتفاع بالمستوي المعرفي والثقافي باختلاف ألوان الأنشطة الرياضية وتعددها (إبراهيم , و فرحان , 1998 , ص 45)

— مفهوماً تربوياً واضحاً لها أهداف تسعى لتحقيقها عن طريق برامجها المتنوعة لتسهم في تنمية المهارات الضرورية لقضاء وقت الفراغ , وإكساب الأفراد الصحة و التعليمية , والاجتماعية , الروحية بإعتبار أن الفرد وحده متكاملة . (محمد الحمامي , 1976 , ص 12)

— أن التربية الرياضية هي لون من التربية وأسلوب من أساليبها يتم عن طريق النشاط الرياضي , وهي الجانب المتكامل من التربية الذي يعمل علي تنمية الفرد وتكيفه (جسماً - عقلياً - وجدانياً - اجتماعياً)

. عن طريق الأنشطة البدنية المختلطة . (ملوخية , 1987 , ص 4)

— يوضح (محمد صبحي حسانين , 1995 , ص 90) أن التربية البدنية ذات فلسفة نظرية لها أسلوب منهجي في التفكير والأهداف وهي ذات فلسفة إرشادية تسعى إلى بناء المستويات والمعايير للقيم والسلوك فالتربية البدنية في واقع الامر سلوك .
حركي دافع للقيم

— ويعتمد كلا من (محمد حمامي وأمين انور الحوالي , 1990 , ص 22) أن التربية البدنية هي قيادة عملية إصدار القرارات فيما يجب أن يدرس علي سبيل الحكم والاختبار في توجيه نمو وتطوير الأطفال والشباب في ضوء أي محاكاة تنتقي النشاط والخبرات المهمة التي من شأنها تحقيق الأهداف التربوية

: 2 برامج التربية البدنية والرياضة 2

يتضمن برنامج التربية الرياضية المدرسية :درس التربية الرياضية والنشاط
الداخلي والنشاط الخارجي والبرامج الخاصة (ذوي الاحتياجات الخاصة)

2- 2- 1 درس التربية الرياضية :

— يمثل الجانب الأهم في الأجزاء برنامج النشاط المدرسي , من خلال تقديم
كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقيق أهداف المنهج , ويفترض أن يستفاد
منها مرتين أسبوعيا علي اقل ويجب ان يراعي فيها المدرس كافة الاعتبارات
المتعلقة بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتدرج التعليمي بتتابع الخبرات
التعليمية وطرق القياس والتقييم

— ونظراً للقيمة التعليمية والتخطيط لدرس التربية البدنية حيث أنه من خلال
الدرس يكتسب التلاميذ المهارات والمعارف والمعلومات والاتجاهات والميول ,
وبصوره عامة فإن درس التربية البدنية يعتبر الوحدة المصغرة التي تحقيق البناء
المتكامل لبرنامج التربية البدنية

— ولكل درس أغراضه الخاصة سواء كانت بدنية مهارية أو معرفية , تميزه عن
غيره من الدروس في الوحدة التعليمية , حتى يتحقق من خلال مجموعة من
الدروس وتسمي (النسق التربوي) عن جانب البعد في شكل تحضير

— لذا يجب علي المعلم التفكير المسبق والتخطيط لدرس التربية البدنية شكلاً وموضوعاً ومهما كانت خبرته في التدريس فهو بحاجة أليمثل هذا التخطيط الذي

: يتضمن

- دراسة شاملة لإمكانات المدرسة ومكان الدرس .
- حصر الأدوات المتوفرة والملاعب المتاحة .
- الالتزام بالزمن المخصص للحصة زمن كل جزء من الدرس .
- التنوع في التمرينات بما يتيح الشمول لأجزاء الدرس .
- معرفة القيادات المتاحة والطلاب المميزين في أوجه النشاط .
- القراءة الجيدة لمحتويات الدرس والتفكير في إخراجها بشكل جيد .

— لذا أشارت كثير من الدراسات العلمية إلي أهمية الخبرات التربوية لمعلم التربية

البدنية وضرورة تكيفه مع تغيرات العصر والعلوم التكنولوجيا لكي يقوم العلم بدوره

الفعال كما يجب . (أمال محمد ابراهيم, 2001, ص 91) .

2_2_2 النشاط الداخلي :

— يتميز بالطابع التعليمي والتربوي فمن خلاله يكتسب الطالب المهارات والمعارف والاتجاهات والميول , وبما أن الوقت المخصص للممارسة التطبيقية للمهارات المتعلقة غير كاف من خلال درس التربية الرياضية فيمكن أن تغطي هذه الفجوة أثناء فعاليات النشاط الداخلي .

— تنظيم برنامج النشاط الداخلي علي مستوي المنافسات بين الفصول أو داخل الفصل الواحد بتنسيق مسبق مع الجدول الدراسي المدرسي , فيمكن أن ينفذ في فترة مع قبل طابور الصباح او الفسحة أو عقب الدراسة أو فترة العصر حيث يرجع التلاميذ مرة أخرى إذا كانت المدرسة قريبة منهم ولقد قدر الخبراء نسبة المشتركين في النشاط الداخلي تقدر بحوالي (60 — 70%) من مجموع الطلاب بالمدرسة .

— يعتبر برنامج النشاط الداخلي مكمل لمنهج التربية الرياضية يستطيع فيه المتعلم الاختبار والتجريب رغم حدودية زمنه , كما يجد فيه فرصة اختبار ما يتناسب مع ميوله ورغباته و استعداداته من ممارسة الأنشطة , ويسمح لأكثر عدد من الطلاب المشاركة فيه لكي تنال الأنشطة الاهتمام في التحصيل والتنفيذ .

2- 3 النشاط الخارجي :

— هو مجموعة من الأنشطة التي تمارس خارج أسوار المدرسة ولا تقتصر هذه الأنشطة علي مجرد المنافسات والبطولات التي تدار خارج أسوار المدرسة وإنما علي أي نشاط بدني رياضي تربوي تقيمه المدرسة خارجاً كالرحلات والمعسكرات والأيام الرياضية مع المدارس الأخرى .

— كما أن مفهوم النشاط الخارجي يسري في برنامج المسابقات بين المدارس الذي تنظمه إدارة التعليم أو منظمه التعليم المحلية التابعة لها المدرسة .

— يشتمل برنامج النشاط الخارجي فئة محدودة من الطلاب ذوي المستويات المميزة وعادة ما يشترك فيه صفوه من الطلاب المدرسة بنسبه تتراوح ما بين (5 — 10%) .

و من أهم أهداف برامج النشاط الخارجي :

1. الارتقاء بمستوي الأداء الرياضي وتعليم قوانين الألعاب و خطط اللعب .
2. تحقق النمو البدني والصحي والعقلي والنفسي .
3. يحقق النمو والتكيف الاجتماعي والتدريب على القيادة .
4. حسن قضاء وقت الفراغ .
5. تنمية النضج الانفعالي وتطوير العادات والسلوكيات المختلفة .
6. الاحتكاك بالآخرين وتحقيق الفوز وإظهار الروح الرياضية .

2- 4 البرامج الخاصة (ذوي الاحتياجات الخاصة) :

— هي تلك الأنشطة التربوية التي تمارسها فئات خاصة من الطلاب سواء كانت من فئة الطلاب المميزين اكدمياً أو رياضياً أو تلك الفئة من المعاقين سواء كانت أعاقة حركية أو عقلية أو انفعالية , وتتمثل برامج الطلاب الممتازين رياضياً في تدريب

الفرق الرياضية التي تمثل المدرسة أو المنطقة التعليمية سواء عن طريق المدرسة المتخصصة في نوع النشاط أو عن طريق استخدام مدرب لكل نشاط رياضي للعمل علي رفع المستوي لهؤلاء الطلاب إلي أقصى مستوي رياضي ممكن للاشتراك في المنافسات المدرسية , وبينما تمثل برامج الطلاب المعاقين من خلال التكيف الاجتماعي والنفسي وتأهيل هؤلاء الطلاب من خلال الأنشطة و البرامج الرياضية التي تتناسب مع قدراتهم , وتميل البرامج إلي أن تكون خاصة بكل حالة علي حدة .

— كما يمكن الاهتمام بالمعاقين من خلال إتاحة الفرص لآخذ نصيبه في المشاركة ضمن الأنشطة اللاصيغة وأنشطة حسب ظروفهم ودمجهم مع بقية زملائهم ما أمكن .

— تعد التربية البدنية جزء لا يتجزء من نظام التعليم إذ تكمل الخبرات الأخرى للبرامج التعليمية والتربوية في مراحل مختلفة لتعليم و تبدو قيمتها فيما تسهم به من أهداف النمو المتكامل للمتعلم من جميع جوانبه وبطريقة مثلي باعتباره عضواً في المجتمع .

— مما سبق يتضح أن برامج التربية البدنية والرياضة المدرسية تعد جزء من النظام التعليمي والتربوي الذي يهدف إلي تحقيق النمو المتوازن لمتعلم خلال مراحل تعليمه المختلفة عن طريق الخبرات الحركية وهي كنظام تربوي له أهداف و كوسيط يتميز بحصائل تعليمية وتربوية بجانب المهارات الحركية واللياقة البدنية وتحصيل المعارف بجانب التغيرات تحدث في الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية من

خلال البرامج التي تشمل علي أوجه النشاط البدني الملائمة للمرحلة السنية المعينة من البرامج والأشراف عليها (أمال محمد إبراهيم ص 32) .

و يؤكد هذه المفهوم ما يلي :

- ضرورة النظر ألي التلميذ علي أنه وحدة متكاملة لذا يجب تحقيق مبدأ النمو الشامل والمتزن له من خلال المناشط البدنية والحركية .
- أهمية تنوع البرامج لتحقيقالأهداف التربوية التعليمية بما يتفق و مراحل النمو إذ أن لكل مرحلة من تلك المراحل خصائصها التي تميزها عن غيرها من المراحل التعليمية الأخرى .
- أهمية الإشراف التربوي علي الممارسين لمناشط التربية البدنية إذ ليس المقصود الممارسة فقط بل هو تكرار للموقف التعليمي الموجه بهدف تحسين مستوى الأداء وتعديل السلوك .

2_2_5 أهمية تحديد الأهداف التربوية :
39

الأهداف نقطة البداية لايعمل في النظام التربوي ويمكن إبراز الدور العام لهذا الأهداف

علي النحو التالي :

1. تعني الأهداف التربوية في المجتمع ما يصاغة عقائده وقيمه وتراثه وأماله واحتياجاته و مشكلاته.

2. تعين مخطط المناهج علي اختبار لمحتوي التعليمي للمراحل الدراسية

3. يلعب الأهداف التربوية دوراً بارزاً في تطوير السياسة التعليمية وتوجيه العمل المختلفة وصياغة أهدافها التربوية الهامة .

4. تساعد الأهداف التربوية علي تنسيق وتنظيم والتوجيه العمل لتحقيق الغايات التربوي لأي مجتمع .

5. تساعد الأهداف التربوية في التنفيذ الجيد للمنهج بحيث تنظيم طرق التدريس الكبرى في المجالات المختلفة .

وأساليبها وتنظيمها وتصميم وسائل وأساليب مختلفة للتقويم (سالم مهدي

محمود , 1997 , ص 149).

لذا تحديد الأهداف التربوية ضرورياً لكل ضروب السلوك الواعي وتزداد أهميتها في

التربية التي يراد منها توجيه الجيل و بناء صراع الأمة وتحديد أسلوب السلوك في

حياة الفرد والجماعة حتى يجتاز البشر هذه الحياة بسعادة ونظام وانسجام وتفاؤل و

رغبه و اقتدار ووعي و تدبر و أحكام . (نجلاوي عبد الرحمن , 1988, ص 106) .

أن الجواب على هذا السؤال يطرح جملة من القضايا الأساسية المرتبطة بأهمية

الأهداف في العمل التربوي وهذه القضايا يمكن تنحصر في العناصر التالية :

1. إن مفهوم التربية في جوهره يفيد في تحقيق هدف ما .

2. إن ممارستها للحياة اليومية في حد ذاتها مجموعة من الأهداف نسع

لتحقيقها .

3. إن الأهداف التربوية معيار أساسي لاتخاذ قرارات تعليمية عقلانية و عملية خاضعة للفحص و التجريب .

2_3 الأهداف العامة للتربية البدنية و

يشير حسن معوض إليأنالأهداف العامة للتربية البدنية و الرياضية تشمل الأتي :

1. التنمية البدنية أو العضوية :
وذلك من خلال الاهتمام بالحالة و تنمية عناصر اللياقة و رفع كفاءة أجهزة الجسم المختلفة عن طريق اشتراك التلاميذ في أوجه الأنشطة البدنية لاحتياجاته و قدراته .
2. التنمية الحركية :
من خلال الاهتمام بالمهارات العضلية والعصبية مثل التوافق بالتوقيت و الاتزان الحركي والاقتصاد في الحركة عن طريق التقليل من الحركات الزائدة التي يتطلبها الأداء الجيد .
3. التنمية الشخصية الاجتماعية :
وذلك من خلا الاهتمام بتكليف التلميذ معنفسه و مع الآخرينو التوامه بالمبادئ والقيم التربوية و التعاون مع الغير و مراعاته للقوانين المنظمة للعب واحترامه لأصول المنافسة الشريفة .
كما قدم أمين الخوالي و آخرون قائمة مرتبة لأهداف التربية البدنية و الرياضية تعبر عن رأء بعض القادة الاكادميين للتربية البدنية و الرياضية و كانت وفقا للترتيب أوالأهمية النسبية .

تنمية المهارات الحركية للتنمية العضوية أنشطة وقت الفراغ , التنمية الخلقية , لتحقيق الذات , الاستقرار الانفصالي , الكفاية الاجتماعية , القيمة المعرفية , تنمية القيم الديمقراطية (أمين الخوالي 1998م , ص 27 – 28) . ويعتقد وست بوشر 1991 أن الأهداف المحددة للتربية البدنية والرياضية هي

التي توضح لنا أين نسير و ما نأمل في تحقيقه و لذلك يجب أن يكون

للمهنة أهداف واضحة و محددة .
أهداف التربية البدنية والرياضية تنبثق عن الأهداف التربوية والتي هي

عبارة عن خطة عمل تنبع من الخبرات القائمة علي التفاعل بين أفراد المجتمع .

وهي مشتقة من فلسفة المجتمع و الأهداف التربوية تعرف بأنها عبارة

عنا لتوقع الحدوث في سلوك الفرد بعد مروره بمجموعة من الخبرات في

المواقف التعليمية المختلفة و هي التي تقوم بتوجيه كل الأنشطة التربوية

في المجتمع .التنمية المعرفية :

وذلك من خلال الاهتمام بتنمية المعارف و المعلومات و تذوق النشاط الرياضي و

حسن التفكير و التعرف و اتخاذ القرارات المناسبة في المواقف المختلفة .

الترويح و أنشطة الفراغ :

يعد الترويح احد الأهداف القديمة للتربية البدنية فعبر التاريخ مارست

اغلب الشعوب ألوان من النشاط البدني من اجل المتعة و تضيية وقت

الفراغ .

المشاركة تنتج قدرا كبيرا من الخبرات و القيم الاجتماعية و النفسية و
الجمالية التي تثري حياة الفرد و الإبعاد المبهجة المشرقة و النظرة المتفائلة
للحياة .

2 _ 4 أهداف التربية البدنية والنشاط الرياضي في

المرحلة الثانوية :

1_ الأغراض الجسمية :

- تنمية الكفاءة البدنية والمحافظة عليها .
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة .
- ممارسة العادات الصحية السليمة .

2_ الأغراض العقلية :

- تنمية الحواس .
- تنمية القدرات علي دقة التفكير .
- تنمية الثقافة .

3_ الأغراض الخلقية :

- تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية .
- تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة .

4_ الأغراض الاجتماعية :

- تهيئه الجو الملائم الذي يمكن لطلاب من إظهار التعاون وإنكار الذات والأخوة الصالحة .
 - إعداد الطلاب للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح .
 - إتاحة الفرصة لتعبير عن النفس والابتكار وإشباع الرغبة في المخاطرة
- حتى ينمو الطالب نفسياً واجتماعياً .(أمين الخوالي وآخرون ,1998.ص 29 _ 30) .

— أن المعلم أهم موديلات العملية التربوية الأمر الذي يتطلب حسن اختياره من بين أفضل المتخرجين دينياً وعلمياً وأخلاقياً .

— وإعداده وتدريبه بالصورة التي تتضمن الوصول به إلي مستوي رفيع من الناحية العلمية والمهنية والسلوكية . وأن يوكل أعداد وتدريب المعلم أي جهاز قومي في نظام الوزارة الاتحادية وأن يعني بتوفير ظروف المعيشة الجيدة وشروط الخدمة .(إستراتيجية التعليم العام في السودان 1992 ,ص 14).

2_4_1 أهداف التربية الرياضية :

هنالك عدة أهداف من تدريس التربية الرياضية و من بين هذه الأهداف :

- (1) تنمية وتحسين القدرات والمهارات الحركية والرياضية :
أن التنمية الشاملة للمقدرات البدنية والحركية كالقوة والسرعة التحمل والرشاقة والمرونة, وكذلك تحسين المهارات الحركية الأساسية مما يترتب

عليها من تنمية المهارات والقدرات الحركية تعتبر المطلب الأول الذي

يجب تحقيقه في التدريس للتربية الرياضية .

(2) التوعية بالمعلومات اللازمة عن الرياضة البدنية :إن غرض التوعية

بالمعلومات اللازمة عن الرياضة البدنية يومي ألي تجميع المعارف

وتفسيرها والعناية بالمقدرة علي التفكير ,ففي الإطار التنمية البدنية

الأساسية يجب أن تقوم بتوعية التلاميذ بالمعلومات النظرية والصحة

الرياضية البدنية ولا تقتصر عملية التعريف بالمعلومات علي مجرد

المعرفة في حد ذاتها , ولكن لتوظيفها بحيث تكون قابلة للتطبيق ,

فهذه المعلومات تشكل وسيلة مهمة لتنمية الحاجات الي ممارسة

الرياضية بانتظام , وكذلك لها أهميتها في التعليم الحركي السليم , وفي

تنظيم التدريس و التمرين .

(3) تنمية الاتجاهات الاجتماعية والوطنية وتكوين أنواع السلوك المطابق :

إن تربية الجيل الطالع وهو مطلب اجتماعي عام وتسهم المدرسة

والأسرة والتنظيمات المختلفة للشباب في تحقيق هذه المطلب فجب أن

تتجه الجهودات التعليمية والتربوية نحو تنمية القدرات المبدعة لدي

الشباب , وتوصل القيم الخلقية والجمالية والثقافية المطلوبة , و تربية

روح المواطنة لديهم .

— تقوم مناهج وطرق تدريس بغرس الحرية الفكرية لدي الشباب و

ممارسة النقد البناء , والنقد الذاتي , واتجاه نحو الإبداع والابتكار , و

الثقافة الوطنية وخلق الشعور بالمسؤولية نحو الوطن والأيمان بالله و

بالتعاليم الدينية والقيم الروحية فهي تشكل أساساً قويا من أسس

التهذيب والتقويم والتربية .

❖ أن البرنامج الجيد للتربية الرياضية يجب أن يشمل علي مساعدة التلاميذ في

تحقيق الأهداف التالية :

1. إمدادهم بالمهارات الجسمانية المفيدة .
2. تحسين النمو الجسماني وتنمية النمو بشكل سليم .
3. المحافظة علي اللياقة البدنية وتنميتها .
4. تعليمهم المعرفة وتفهمهم أساسيات الحركة .
5. قدرتهم علي معرفة الحركات في مختلف المواقف .
6. تعليمهم معرفة المهارات الاجتماعية .
7. تحسين قدرتهم الابتكارية .
8. تحسين القدرة علي اداء الأشكال المختلفة للحركة .
9. تنمية القدرة علي التقييم الشخصي والرغبة الشخصية في التقديم .

وتستمد التربية الرياضية أهدافها من أهداف التربية العامة التي تتفق مع

اتجاهات الدولة وحاجاتها , لذلك يمكن القول إن الهدف العام للتربية الرياضية

لمختلف مراحل النمو هو ((تحقيق النمو الشامل المتوازن المتكامل بدنيا و

مهاريًا و إدراكيا و انفعاليا من خلال ممارسة موجهة للأنشطة الحركية .

(عفاف عبد الكريم — طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية , ص 79 —

(81

(ناهد محمود — نيللي رمزي فهيم طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية , ص 23

(

: 5 أهداف التربية المدرسية في المرحلة الثانوية 2

1. العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ من خلال ممارسة البرامج و الأنشطة الخاصة بالتربية البدنية والرياضية والعمل علي تنمية القوام السليم بالتعاون مع الهيئات المدرسية المعنية .
2. تنمية الصفات البدنية لدى التلاميذ في ضوء الطبيعة والخصائص البيئية و الأولويات التي تحددها طبيعة البيئة و مستوياتها .
3. تعليم المهارات الحركية للأنشطة الرياضية التي تتفق و المستوى السني للمرحلة .
4. التدريب على تطبيق المهارات الفنية و الخططية و وصولها إلي تنمية القدرات الحركية و المهارات البدنية الخاصة من خلال الإشكال داخل التدريب وخارجه .
5. تنمية المهارات البدنية الخاصة من خلال الإشكال التنافسية داخل التدريب و كذلك تنمية المهارات البدنية العامة النافعة في المستقبل في إطار التربية المعيشية للحياة .

6. رعاية النمو النفسي لتلاميذ المرحلة بالتوجيه السليم لإدراك وإبراز الطاقات البدنية و الأخلاقية و ذلك في ضوء السمات النفسية لهذه المرحلة السنوية .
7. تنمية الروح الرياضية و السلوك الرياضي السليم و التدريب على القيادة و التبعية و التفرقة في الحقوق و الواجبات و تنمية صفات التعاون و الاحترام المتبادل بالبيئة المحيطة .
8. العمل علي نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة و تقويم الخوات المتعلقة بالتربية البدنية و الرياضية و الصحية العامة المتناسبة مع القدرات البدنية و العقلية و بداية المواد الدراسية .
9. الاهتمام بالجانب الترويحي من خلال النشاط المدرسي و خارجه .

2 - 6 الأهداف العامة لمادة التربية الرياضية المدرسية :

تنبثق أهداف التربية البدنية المدرسية من الأهداف العامة للتربية المدرسية وهي جزء من التربية العامة و تمثلها خير تمثيل لشمولية المادة و طبيعتها لتنمية جميع الجوانب (العقلية , البدنية , النفسية , و الاجتماعية) وبشكل متوازن و مرغوب لحاجات الطالب و تسعى التربية البدنية ألي تحقيق

: الأهداف التالية

1. ترسيخ تعاليم الدين الإسلامي و تنمية الأخلاق الكريمة في الطلاب .

2. الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم عن طريق التربية البدنية لطلاب .
 3. اكتساب المهارات الحركية للطلاب في مختلف المراحل التعليمية وفقا للخصائص البدنية وحاجات في كل مرحلة .
 4. أن يدرك الطالب أهمية الأنشطة البدنية في المدرسة و خارجها .
 5. غرس القيم والاتجاهات المرغوبة فيها كالروح الرياضية العالية .
 6. الاهتمام والعناية بالطلاب الخواص بوضع برامج خاصة لهم تتناسب مع قدراتهم البدنية .
 7. الرقي بالصفات الاجتماعية الحميدة .
 8. استثمار الأوقات الحرة بالأنشطة الرياضية المفيدة .
 9. الاهتمام بسلامة القوام والعناية بالتشوهات البدنية .
 10. تنمية الخبرات المعرفية و الذهنية .
- (مكتب التربية والتعليم ,عبد الستار دخيل الحربي ,2008)

39 أخضر

2 _ 7 وحدة التربية الرياضية :

- 2 _ 7 _ 1 أهداف وحدة التربية الرياضية :
 - 2 _ 7 _ 1 _ 1 الأهداف العامة :
- هي أهداف متفق عليها للتربية الرياضية هذه الأهداف تتضمنها

خطط التربية الرياضية في أي مدرسة تختلف باختلاف المرحلة

العمرية فقط .

- من الأهداف العامة لمرحلة التعليم الأساسي :

1. تنمية الكفاية البدنية لدي الطلاب و إكسابهم الخبرات الأساسية للألعاب .

2. تنمية العلاقات الاجتماعية السليمة من خلال ممارسة اللعب

الجماعي المنظم .

3. رعاية الموهوبين من الطلاب و مساعدة ذوي القدرات الخاصة .

● من الأهداف العامة للمرحلة الثانوية :

1. تنمية الاثقان الانفعالي الذي يساعد علي ضبط النفس في أثناء

المنافسة .

2. ترسيخ قيم الجماعة والاتجاهات المرغوبة .

3. إكساب الطلاب قفرا كافيا من اللياقة البدنية والكفاية الحركية

والمهارات الأساسية للألعاب المنظمة .

2 - 1 - 7 - 2 الأهداف الخاصة :

هي تلك التي نعمل جاهدين علي تحقيقها في المدارس وهي :

1. تحسين الأداء المهاري من خلال التدريب المستمر داخل وخارج أوقات

الدوام .

2. القوام المعتدل هدف جوهري لعمل علي تحقيقه من خلال توجيه وتشجيع

الطالبات علي ممارسة الرياضة بشكل مستمر والاهتمام بالغذاء

الصحي , و إقامة محاضرة و ندوات بخصوص هذا الموضوع.

3. المعارف والمعلومات المقصودة بها الثقافة الرياضية حيث نعمل جاهدين

علي تكوين مكتبة رياضية بالتعاون مع قسم التدريب والتطوير

بالمؤسسات العامة والرياضية .

4. الصحة العامة وتنقسم ألي :

- أ- الصحة النفسية : وهي تتحقق عن طريق إطلاق الطاقة الحركية
إشباع الهواية في جو المرح والسعادة , كما أنها تتحقق كنتيجة
طبيعية للعلاقات الاجتماعية السليمة .
- ب- الصحة العضوية : المقصود بها سلامة الجسم وعدم حدوث
تشوهات القوام نتيجة للممارسات الحركية الخاطئة .
- ت- تصادف جميع هذه الأهداف في إطار تربوي يتوافق مع الأهداف
العامة لمدارس .
- ث- تراعي خصائص النمو لكل مرحلة .
- ج- تراعي الفروق الفردية بين الطالبات .
(مدارس أيمان , 2006 — 2015)

39 أخضر

2 - 8 النمو

2 - 8 - 1 تعريف النمو :

النمو لغة : هو " التَّمَاء ويعني الزيادة. نَمَى ينمى نمياً ونُمياً ونماءً : زاد وكثر وربما قالوا نُموّاً ، وأنميت الشيء ونميته جعلته نامياً. والنمو في الاصطلاح هو : " تغيير مطرد في الكائن

الحي يتجه به نحو النضج " . والنمو بمعناه النفسي يتضمن التغيرات الجسمية

والفسيولوجية من حيث الطول والوزن والحجم والتغيرات التي تحدث في أجهزة الجسم المختلفة والتغيرات العقلية المعرفية والتغيرات السلوكية الانفعالية ، والاجتماعية التي

يمر بها الفرد في مراحل نموه المختلفة " .

2 - 8 - 2 خصائص النمو:

مراحل النمو:

1/ المرحلة من الولادة حتى السادسة :

مظاهر النمو:

أن النمو الجسماني هو أهم ظاهره في حياة الطفولة في ست سنوات الآولة وتعتبر

السنتان الاولتان مرحلة نمو سريع , ثم يبطؤ النمو نسبياً من الثالثة حتى السادسة , ولا يتم تكلس

العظام في هذه السن.

.2

ويتركز النمو في هذه المرحلة بشكل كبير في العضلات الكبيرة كعضلات الظهر والرجلين

.3

والصدر والكتفين , ولذا تظهر المهارة في استخدام الرجلين والذراعين والجذع , ويحتاج الطفل لتحريك هذه

.3

الأجزاء من جسمه ليساعد علي النمو الصحيح .

وتتطور أجهزة الجسم وتنضج لدرجة يصبح معها تكوين عادات الغذاء والنوم والإخراج امراً

ضرورياً من الوجهة الاجتماعية والصحية وتزداد قابلية الطفل للإصابة بالإمراض المعدية نتيجة لزيادة

اتصاله بالعالم الخارجي بعد أن كان يقضي كل وقته بالمنزل .

ب — ميزات الطفل في هذه المرحلة :

.1

هذه المرحلة مرحلة تغير عاطفي كبير , والطفل يبدو مسروراً مبتهجاً فإذا ما تعب فقد يظهر

تعبه علي صورته غضب عنيف او معارضه شديدة لأي اقتراح يعرض عليه .

.2

يميل الأطفال لاجتذاب الأنظار إليهم وفي بعض الأحيان يظهرن خجلاً واضحاً .

.3

ينمو في الطفل الإحساس بحقوق الملكية وهو يقاوم من يتدخل في لعبه او ممتلكاته .

.4

حب الاستطلاع من اظهر مميزات الطفل في هذه المرحلة هو يريد ان يرى ويعرف كل

.5

شيء بنفسه .
يتميز الطفل بالطاقة الزائدة وكثرة الحركة وعدم الرغبة في السكون أو الاستقرار الا عند

النوم او الأكل , فهو في حاجه ألي نشاط شبة مستمر , لكن حركاته شامله ومن النوع الذي

يستخدم العضلات الكبيرة في الجسم , كما ان العابة سهلة الفهم غير معقده , ولا تقييد بأوضاع

6. الطفل القدرة علي ضبط حركاته لذا كانت حركاته و العابه كلها من النوع الشامل الذي لا يتضمن مهارة خاصة دقيقه .
7. في أول هذه المرحلة يركز الطفل كل همه في نفسه ويرغب رغبه كبيرة في أن يثبت الأمور بطريقته الخاصة , و يهمة جدا ما يستطيع هو ان يقوم به ولا يهتم كثيراً بما يستطيع غيره من الأطفال أن يفعله ولذا تتميز ألعابه بالانفرادية وعدم التعاون فهو أناني في لعبه ولا يعرف معني الجماعة .
8. نمو المهارات الحركية المختلفة غير متعادل فقد يضعف ميول الطفل و قدراته في مهارة معينة في حين يكتسب مهارات أخرى بسهولة لذا كان من الواجب ان يتضمن برنامجه عددا كافيا من انواع النشاط و ألوان المهارات التي في مستوي مقدرته وتتناسب مع ميوله .
9. يبدأ ظهور الميل للإنشاء والتركيب , فالطفل يحب ترتيب قطع الخشب المكعبة ويكون منها اشكال او وضعه فوق بعض ثم يهدمها ثم يعيد تركيبها من جديد وهكذا.
10. من المظاهر الهامة في هذه المرحلة حب الاطفال لتقليد , ففي حوالي السن الثالثة يحاول الطفل تقليد حركات الكبار , فيحاكي والديه في مشيتهما كما يقل القدرة علي التقليد لسنين القادمة .
11. يحب الطفل سماع القصص ولا يملها , ويستخدم خياله في التخيل وقائعها وأبطالها ويحب أن يقلدهم , كما يميل الطفل في هذه المرحلة الي التوقت والغناء وهو يكررها يحبه من الحركات ولا يميل التكرار .
12. ضعيف القدرة علي الانتباه مدة طويلة من مميزات هذه المرحلة , ولذلك كان الواجب استخدام شتي الوسائل التربوية لاستهواء الطفل .

2/ المرحلة من 6 — 9 سنوات :

(المرحلة الابتدائية المبكرة)

أ_ مظاهر النمو :

1. هذه المرحلة نمو جسماني بطئ من ميل طبيعي من الطفل للنشاط الحركي الشامل لمساعدة هذا النمو .
 2. تظهر الاسنان الدائمة في هذه المرحلة وبسببها يعتل الجسم قليلا .
 3. حجم القلب و الرئتين أصغر نسبيا حجم الجسم , ومقدرة الطفل علي التحمل ضعيفة ولذا فالطفل يتعب بسرعة في هذه المرحلة .
 4. التوافق بين الأعصاب و العضلات يأخذ في التحسن , ولذلك تزداد الرشاقة الجسمية و العقلية , ويظهر ذلك في المراوغة و المطاردة و لو أن زمن رد الفعل لم يزل بطيئا .
- ب — مميزات المرحلة :
1. يدفع الخيال الطفل للحركة و يحببها إليه لا يملها بل يساعده علي إختراع ألعاب جديدة تنمي جسمه وتهذب تفكيره بطريق لا شعوري , ولكن الخيال لم يزل بالرغم من ذلك قاصدا علي ما يراه الطفل في حياته .
 2. يحب الطفل العمل في جماعات صغيرة ولو أن أغلب مظاهره نشاط لم تنزل تتميز بالفردية و هذا يتطلب أن يأخذ كل طفل دوره في ان يكون محور الإنتباه في ألعاب المطاردة وما شابهها كأن يكون هو المطارد الذي يلمس الآخرين فيصطادهم .
 3. يميل الطفل إلي إحترام الكبار و تقديرهم أكثر مما يهتمه تقدير رفقاءه من نفس السن , ولو أنه يحتاج — في نفس الوقت — إلي الشعور بأنه مقبول من الجماعة التي ينتمي لها .

4. هناك ميل من الأطفال في هذه السن إلي ممارسة بعض ألعاب الكبار مثل كرة القدم و كرة

السلة و لو أن الميل للعب الجماعي ضعيف , و يجب عدم إكراه الأطفال علي ممارسة هذه

الألعاب .

5. يبدأ الميل للمقارعة والمطاردة , ولذلك تختار له ألعاب الصيد والمطاردة .

6. في نهاية هذه المرحلة يزداد ميل الطفل للعمل الجماعي وتزداد مقدرته علي العمل مع

الجماعة و من أجلها .

3/ المرحلة من 9 _ 12 سنوات :

أ _ مظاهر النمو :

1. يبطؤ النمو عند البنات في سن العاشرة ثم يبدأ في السرعة مرة أخرى , أما عند الصبية

فأن النمو يبطؤ عند الحادية عشر في المتوسط ثم يرجع إلي السرعة مرة ثانية و ذلك لأن هذه

الفترة عند البنات و عند الصبية تعتبر فترة إستعداد للتغيرات التي ستطرأ على الجسم بعد

ذلك .

2. تزداد سرعة نمو البنات عن الصبية في هذه المرحلة فالبنات أطول أثقل من الصبية من

نفس السن في هذه المرحلة .

3. تظهر الفروق الفردية بين الجنسين في الميول والرغبات و القدرات الجسمية ويبدو النفور

واضحاً بين البنين و البنات وخاصة ناحية البنين , ويتصف كثير من البنات بنوع من غرابة

الأطوار .

ب _ مميزات المرحلة :

1. عبادة البطولة ومحاولة تقليد أبطال الألعاب المختلفة حت ولو لم يكون هناك إتصال أو معرفة شخصية بين الطفل و البطل الذي يقله .
2. يزداد التوافق العضلي العصبي .
3. تقوى روح الجماعة و تزداد الرغبة في المنافسة بين الجماعات و يشتد الحماس .
4. نشاط الأطفال في هذه السن كبير وزائد .
5. الأطفال كثيرالملل و لا يثارونبالعمل إلا إذا كانوا يميلون إليه .
6. ينمو الإعتماد علي النفس و الرغبة في الإستقلال .
7. يزداد الميل إلي المغامرة و حب الهرج .
8. تظهر الفروق الفردية بين الأفراد من الجنس الواحد بصورة جلية .
9. من المشاكل التي تواجه أطفال هذه المرحلة التكيف الإجتماعي و التوفيق بين الرغبات وميول و قدرات الطفل .
10. من الحكمة أن يفصل الجنسان في هذه السن لما يظهر من فروق في النمو الجسماني و لأن البنين يميلون بصورة عامة إلى الألعاب التي تمتاز بالإحتكاك البدني العنيف
11. الأطفال في هذه السن قابلون للإيحاء .

4/ المرحلة من 12 – 15 سنة :

(دورة المراهقة)

مظاهر النمو :

1. يزداد حجم القلب بشكل كبير , لذا من اللازم أن يتجنب البنين والبنات ألوان النشاط الرياضي التنافسي العنيف إذ أنه نسبة القلب ألي الشرائيين لا تكون متعادلة .
2. تسبق البنات الصبيان بما يقارب سنتين من جهة النمو الجسمي وتصل ألي البنات إلي أقصى طول لهن في حوالي سن الرابعة عشر

و بينما يصل البعض منهن لمدى سنوات أخرى , ويصل الصبية لأقصى طول لهم في حوالي السن السادس عشر .
3. أول ما يلي النمو الطول ثم الوزن فمحيط الصدر بين الثانية عشر

والرابعة عشر .
عموماً فهذه المرحلة تمتاز بالنمو السريع غير المنتظم لذا كان التوافق العصبي العضلي , وتكون حركات الناشئين متغلبة غير

مترنة و تنقصها الرشاقة والخفة .
4. في معظم الحالات تتكامل عملية البلوغ الجنسي , وقد يعد ذلك

المرور بتغيرات يختل فيها الفرد و تنتقل فيها مستويات الطاقة ,
ويصيب فيها أمراض الصداع ونزيف الأنف والانفصال بسرعة و انتشار
حب الشباب ويصبح الفرد سريع الغضب والحزن والفرد شديد
الضجر والملل .

مميزات المرحلة :

1. الرغبة في مسايرة مستويات الأصدقاء الأقران من نفس السن أقوى

من الاستجابة لتوجيه الكبار .
2. لا بد من فصل البنين في هذه المرحلة لوجود اختلاف كبير في

النضج الاجتماعي والنمو الجسماني والقوة والميول .
ويتجه الفتيان نحو ألوان النشاط الرياضي الكبيرة التي تتميز

بالاحتكاك الجسماني والقوة البدنية , في حين تميل البنات إلى

النشاط الجمالي البسيطة .

3. يحتاج الأفراد في هذه السن الي معاملة خاصة فيها توجيه ولكن يحذر حتى لا تمس مشاعرهم و أحاسيسهم حيث أنهم يشعرون بأنهم رجال ناجحون , و يري أن يشعروا بذلك من طريقة معاملتهم .

5/المرحلة من 15 – 18 سنة :

(مرحلة البلوغ)

هذه هي بدء مرحلة البلوغ , في هذه المرحلة يبطؤ النمو و تزداد القوي والجلد والقدرة علي ضبط الحركات الجسمية .
ويصل الجسم فيها لتمام طوله و يبدأ النمو عرضاً . ويكون الاختلاف بين الجنسين في هذه المرحلة واضحا ظاهرا فمن الوجة التشريحية بين الجنسين تختلف المرأة عن الرجل .
ومن الناحية الفسيولوجية تكون سعة المرأة الحيوية أقل ويحتوي علي عدد من الكرات البيضاء أقل , وأيضا هنالك الخلاف السيكولوجية يرجع بعضها ألي الإفرازات الداخلية للغدد الصماء ويرجع الكثير منها ألي التقاليد الاجتماعية القوية لكل هذه

الاختلافات كان لها أثر في اختلاف أوجه النشاط الرياضية بين

الجنسيين .

(طرق التدريس , حسن سيد معوض , ص 59 — 60)

2 - النشاط الداخلي والخارجي

2 - 9 - 1 أولاً : النشاط الداخلي :

النشاط الرياضي الداخلي بالمدرسة يلعب دوراً كوسيلة فعالة في تحقيق

أهداف التربية الحديثة فاعتبر برنامجاً امتداداً لدروس التربية الرياضية وان

تتميز بالمزيد من حرية اختبار الطالب لها يمارسه من أنواع الأنشطة و

المهارات , و المزيد من الوقت لممارسة أنواع النشاط , وتدريب الطالب

علي تحمل المسؤولية المناسب بالاشتراك في التنظيم و الإعداد و الإعلام

. و التحكيم و التسجيل

أهداف النشاط الرياضي :

استكمال تأثيرات التربية البدنية الرياضية وتحقيق أهدافها بصورة أكثر

. فعالية وشمولية

رفع مستوى الطلاب في الأنشطة المختلفة باستمرار ممارستهم لها تحت
. التوجيه والارشاد المدرسي

تدعيم الروح الاسرية المدرسية و تقوية الولاء للمدرسة من طلاب و مدرسين
. و اولياء امور في ميادين الرياضة

اكتشاف الاستعدادات الرياضية وصقلها ورعايتها وتوجيهها الي انواع
. النشاط الرياضي

التعرف علي ميول ورغبات الطلاب لتحديد انواع النشاط الرياضي التي
. تستوجب التركيز والاهتمام

تربية القيادات الرياضية والتدريب علي القيادة والتبعية السليمة
توفير الفرص للمدرسين المشتركين في هذا النشاط لممارسة النصح و
. الارشاد في جو الانطلاق خارج الفصل

تشجيع الطلاب علي الاختيار الذاتي وبلوغ المستويات الموضوعة
. لتحسين جوانب الضعف البدني والمهاري

التعرف علي الخامات الصالحة بغية اعدادها للمباريات المدرسية
. الخارجية الودية و الرسمية

. استثمار وقت الطالب عقب انتهاء اليوم الدراسي . 10

برنامج النشاط الداخلي :

ينقسم النشاط الرياضي الي قسمين رئيسيين :
I. انواع النشاط الرياضي و المباريات في الالعاب الجماعية و

الفردية و الترويحية التي يمارسها الطلاب في فترات النشاط
الداخلي , ويجب ان تحدد بنفس انواع النشاط المقرر لدروس
التربية الرياضية وحدها الواجب ان يزيد امتدادها الي الالوان
الاخري التي تسمح بها الامكانيات المتاحة او يمكن توفير
ادوات بديلة لممارستها للتعويض عن القصور في هذه
الامكانيات .

II. لجان النشاط الداخلي : منها :

- لجان الامن والسلامة :التي من مهامها :
 1. مراقبة الملاعب والمرافق لزالة كل ما يعرض الطالب للاصابة .
 2. مراقبة الاجهزة و الادوات الرياضية للتنبه الي اي خلل او كسر بها .
 3. المحافظة علي نظام خروج الطلاب من الفصول و المدرسة .
- لجنة التوصية الصحية و الاسعافات : والتي من مهامها :
 1. دراسة الحالة الصحية .
 2. تدريب الطلاب علي الاسعافات الالوية و توفير متطلباتها .
- لجنة الاعلام الرياضي : التي من مهامها :

1. استبيان رغبات و ميول الطلاب .
2. استخدام الاجهزة المدرسية في الاعلان عن

المباريات .

3. اعلان نتائج المباريات .
4. تدعيم التوعية الرياضية .

عوامل نجاح النشاط الداخلي:

- حسن اختيار انواع النشاط .
- اضافت الوان جديدة من النشاط .
- توفير فرص الاختيار للطلاب .
- اشراك الطلاب في تنظيم الدورة .
- اشراك مدير المدرسة جنبا الي جنب مع الطلاب لتدعيم العلاقات

المدرسية .

- حسن اختيار القادة من الطلاب .
 - اشراك الطلاب في التفكير و الابتكار .
 - حسن استغلال المساحات المتاحة في المدرسة .
 - العناية بالطلاب المعوقين و توفير الفرص لهم للاشتراك الناجح .
 - تقويم برنامج النشاط الداخلي و نتائجه دوريا .
 - زيادة الطلاب المشاركين للمدرسين .
 - توفير الجو التربوي .
 - تقسيم الطلاب الي جماعات متجانسة :
- يعتبر تقسيم الطلاب الي جماعات متجانسة من اهم العوامل

لنجاح برنامج النشاط الداخلي , كلما زاد تجانس الجماعة توفر

الاحساس بالنجاح و تكافؤ الفرص , و فرص النمو للمواهب و

الاستعدادات .

2 - 9 - 2 ثانياً :النشاط الخارجي :

هو النشاط الذي تشترك فيه المدرسة مع مدرسة اخرى نادي او

مؤسسة او هيئة سواء كان داخل او خارج المدرسة .

وهذا النشاط يعمل علي تنمية الولاء و الانتماء لدى التلاميذ

وحب المدرسة و الاحتكاك و التعارف و التنافس في جو رياضي سليم

ومن خلال تحقيق الاهداف التربوية الاتية :

تعاون

كفاح

تحمل المسؤولية

القيادة

السلوك الرياضي

التعبير عن الذات

تكوين الهوية الرياضية

شغل اوقات الفراغ

التاكد علي الاهداف التعليمية و تدريس التربية الرياضية اللياقة

البدنية وتطبيق المهارات الرياضية .

اقسام النشاط الرياضي الخارجي :

نشاط خارجي رسمي ينظمه و يشرف عليه قسم التربية البدنية

نشاط خارجي ودي و هو عبلة عن تنظيمات المدارس من ايام

رياضية و لقاءات و يخصص لهذا النشاط سجل خاص يحتوي علي

الاتي :

تحديد الاهداف

تحديد المسابقات التي يرغب الطالب و المدرسة بالاشتراك فيها

تسجيل المباريات الودية و الرسمية

تحديد مكان وتاريخ المباريات .

اهداف النشاط الرياضي الخارجي :

غرس الاخلاق الاسلامية في نفوس الطلاب .

تهذيب وتوجيه حافز التنافس المتاصل في النفوس وتوجيهها .

ترقية الشعور بالزهو لنجاح الجهود المبذولة في سبيل الانجاز .

بناء روح الفريق والرغبة لدى هؤلاء المنخرطين في الرياضة للعمل

مع بعضهم البعض في مجهودات تعاونية .

التدريب علي احترام الذات و ضبط النفس .
تنمية السمات الخلقية والمعنوية والحسية .
التنمية المتكاملة الشاملة المتضمنة للجوانب البدنية و العقلية و ما

يرتبط بهما من خلال الاعداد البدني و العقلي للمنافسة
تشجيع المشاهدين و غير المشاركين تنمية الاهتمام بالرياضة و تقرير

القيم الصحيحة للرياضة التنافسية .
اثرة الاهتمام و الولاء المستمر للمدرسة بين التلاميذ و الخريجين

والاصدقاء .

متطلبات تنظيم النشاط الخارجي :
الاعداد المبكر للمشاركة في الدورات النشاط المدرسية و البطولات

المركزية .

ان يكون النشاط الرياضي الخارجي تنوعا لنشاط رياضي داخلي

شامل و مقوم .
توفير الامكانيات و الملاعب المناسبة و الادوات الرياضية لتنفيذ

هذا النشاط .

توزيع المسؤولية و الاشراف و الاختصاص بشكل لجان لكل لعبة .
توفير وسائل النقل من و الي مقر ممارسة هذا النشاط .
وضع الضوابط الكفيلة بسلامة الطلاب المشاركين .
اعداد جداول المباريات و اللوائح و التنظيمات اللازمة لتنفيذ هذا

النشاط قبل بدء المنافسات بوقت مبكر .
تدريب الفرق الرياضية الممثلة لادارات التعليم او مراكز الاشراف

وفق مناهج واضح و اسلوب علمي ميداني مدروس .

إجراءات البحث

في هذه الفصل قام الباحثون بتوضيح جميع إجراءات البحث من حيث تحديد المنهج و العينة وأداة جمع البيانات واستخلاص النسبة المئوية التي استخدمت في الدراسة الميدانية .

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي وذلك لملائمة طبيعة الدراسة في التعرف علي مدي الاستعداد لممارسة النشاط الرياضي المدرسي و علي المعوقات التي تواجه ممارسة النشاط الرياضي المدرسي .

مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء .

عينة البحث :

تتكون عينة البحث من طلاب المرحلة الثانوية
بمحلية جبل أولياء المسجلين بالعام الدراسي
2015 .

اختيار عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية في
المدارس .

أدوات البحث:

استخدم الباحثون الإستبانة كأداة رئيسية لجمع
البيانات .

39 أخضر

جدول (1) يوضح التكرارات في محور
: الاستعدادات

رقم العبارة	صحيح تماماً تكرارات	صحيح تكرارات	خطأ تكرارات	خطأ تماماً تكرارات
1	78	19	1	2
2	74	25	1	—
3	62	25	6	7
4	77	22	—	1
5	69	30	—	1
6	38	48	8	6
7	50	42	4	4

8	29	33	29	9
9	40	28	19	13
10	41	44	10	5
11	44	39	13	4
12	49	32	11	8
13	8	16	36	40
14	50	33	12	5
15	50	33	7	10
16	72	26	2	—

39 أخضر

جدول (2) يوضح التكرارات لمحور المعوقات :

الرقم العبارة	صحيح تماماً تكرارات	صحيح تكرارات	خطأ تماماً تكرارات	خطأ تكرارات
1	11	25	44	20
2	15	19	38	28
3	11	28	40	21
4	10	5	35	50
5	8	20	43	29

6	14	16	44	26
7	13	38	35	14
8	3	20	33	44
9	4	21	45	30
10	4	9	43	44
11	8	18	40	34
12	13	20	39	28
13	4	15	37	44
14	29	19	30	22

39 أخضر

الجدول (3) يوضح استخراج النسب المئوية لمحو الاستعدادات :

الرقم	العبارات	صحيح تماماً+صحيح	النسبة	خطأ تماماً + خطأ	النسبة
1	استطيع أن أمشي أجري، أثب أنا لائق بدنياً	97	97%	3	3%
2	أجد متعة في ممارسة التدريبات البدنية	99	99%	1	1%
3	أنا مقتنع بأن ممارسة الأنشطة البدنية تقل من احتمالات المرض والموت المبكر	87	87%	13	13%
4	أنا مقتنع بأن ممارسة الرياضة والتدريبات تجعل الفرد في صحة أفضل	99	99%	1	1%
5	سوق لي ممارسة التدريبات الرياضية	99	99%	1	1%

14%	14	86%	86	سوق أن عيشت مشاعر أن أكون لائقاً بديناً	6
8%	8	92%	92	أستطيع تخيل نفسي وأنا أتدرب رياضياً	7
38%	38	62%	62	أفكر الآن في البدء في مشروع برنامج تدريب بدني	8
32%	32	68%	68	أنوي إيقاف التفكير في التدريبات و الانتقال إلى تنفيذها أو ممارستها	9
15%	15	85%	85	أفكر في تحديد زمن للتدريبات البدنية بحيث أمارسها (3) مرات أسبوعياً على أقل	10
17%	17	83%	83	أستطيع أن أعتبر علي مكان أمارس فيه تدريباتي في المنزل أو المدرسة أو الصالة	11
19%	19	81%	81	يمكنني أن أعتبر علي أفراد آخرين يرغبون في التدريبات معي	12
76%	76	24%	24	سأنتدرب حتى عندما يكون مزاجي معكراً أو مرهقاً بل وحتى مع الطقس السيئ	13
17%	17	83%	83	إذا توفر لي شيء من المال أشتري ملابس رياضية كبدله تدريب أو حذاء	14
17%	17	83%	83	في حالة تشكيتي بصحتي سأستشير طبيباً قبل البدء في برنامج التدريب	15
2%	2	98%	98	ممارسة التدريبات البدنية ستجعل شعوري أفضل وتحسن نوعية حياتي	16

39 أخضر

جدول (4) يوضح استخراج النسب المئوية لمحاولات :

الرقم	العبارات	صحيح تماماً+صحيح	النسبة	خطأ تماماً+خطأ	النسبة
1	تستهلك ممارسة النشاط البدني من الرياضة والتدريبات وغيرها الكثير من وقتي	36	36%	63	63%
2	أشعر بأن ممارسة النشاط البدني يرهقني	34	34%	66	66%
3	الأمكن التي استطعت التدرّب فيها بعيدة عن مكان سكني	39	39%	61	61%
4	أشعر بالارتباك والحرج عند ممارسة التدريبات البدنية	15	15%	85	85%
5	ممارسة التدريبات البدنية مكلفة مالياً	28	28%	72	72%
6	الأوقات المحددة للتدريب في المنشأة لا تناسبني	30	30%	70	70%
7	أعاني من التعب بعد ممارسة التدريبات البدنية	51	51%	49	49%
8	عائتي لا تشجعني علي ممارسة التدريبات البدنية	23	23%	77	77%
9	تستهلك التدريبات البدنية حجماً كبيراً من الوقت المخصص للعلاقات الأسرية	25	25%	75	75%
10	أعتقد أن مظهر الفتيات في ملابس الرياضة مضحك	13	13%	87	87%
11	أفراد أسرتي لا يشجعوني علي التدريبات الرياضية	26	26%	74	74%
12	تستغذ ممارسة التدريبات البدنية الكثير من الوقت الخاص بأداء	33	33%	67	67%

				مستولياتي نحو أسرتي	
81%	81	19%	19	التدريبات البدنية نشاط شاق بالنسبة لي	13
52%	52	48%	48	الاماكن التي يمكن ممارسة الرياضة فيها قليلة	14

عرض وتحليل النتائج

عرض البيانات :

تمثل هدف هذا البحث في الأتي :

1. التعرف علي معوقات النشاط الرياضي المدرسي لطلاب المرحلة الثانوية

بمحلية جبل أولياء .

2. المساعدة علي الاستعداد المبكر لممارسة النشاط الرياضي المدرسي

لطلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء .

التعرف علي المشكلات والإمكانات التي تواجه طلاب المرحلة الثانوية بمحلية

جبل أولياء .

عرض بيانات المحور الأول :

في المحور الأول يتم التعرف علي الاستعدادات في ممارسة النشاط الرياضي

المدرسي بالمدرس الثانوية بمحلية جبل أولياء جدول رقم (5).

عرض بيانات المحور الثاني :

في المحور الثاني يتم التعرف علي معوقات التي تواجه ممارسة النشاط الرياضي

في المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء جدول رقم (6).

جدول رقم (5) يوضح ترتيب النسب لمحو الاستعدادات :

الرقم	العبارات	صحيح	النسبة	خطا	النسبة
2	أجد متعة في ممارسة التدريبات البدنية	99	99%	1	1%

1%	1	99%	99	سوق لي ممارسة التدريبات الرياضية	5
1%	1	99%	99	أنا مقتنع بأن ممارسة الرياضة والتدريبات تجعل الفرد في صحة أفضل	4
2%	2	98%	98	ممارسة التدريبات البدنية ستجعل شعوري أفضل وتحسن نوعية حياتي	16
3%	3	97%	97	استطيع أن أمشي أجري، أثب أنا لائق بديناً	1
8%	8	92%	92	أستطيع تخيل نفسي وأنا أتدرب رياضياً	7
13%	13	87%	87	أنا مقتنع بأن ممارسة الأنشطة البدنية تقل من احتمالات المرض والموت المبكر	3
14%	14	86%	86	سوق أن عيشت مشاعر أن أكون لائق بديناً	6
15%	15	85%	85	أفكر في تحديد زمن للتدريبات البدنية بحيث أمارسها (3) مر أسبوعياً على أقل	10
17%	17	83%	83	أستطيع أن اعثر على مكان أمارس فيه تدريباتي في المنزل أو المدرسة أو الصالة	11
17%	17	83%	83	إذا توفر لي شيء من المال أشتري ملابس رياضية كبذله تدريب أو حذاء	14
17%	17	83%	83	في حالة تشككي بصحتي سأستشير طبيباً قبل البدء في برنامج التدريب	15
19%	19	81%	81	يمكنني أن اعثر على أفراد آخرين يرغبون في التدريبات معي	12
32%	32	68%	68	أنوي إيقاف التفكير في التدريبات والانتقال إلى تنفيذها أو ممارستها	9
38%	38	62%	62	أفكر الآن في البدء في مشروع برنامج تدريب بدني	8
76%	76	24%	24	سأندرب حتى عندما يكون مزاجي معكراً أو مرهقاً بل وحتى مع الطقس السيئ	13

الجدول (6) يوضح الترتيب النسبي لمحاولات

الرقم	العبارات	صحيح	النسبة	خطأ	النسبة
7	أعاني من التعب بعد ممارسة التدريبات البدنية	51	51%	49	49%
14	الاماكن التي يمكن ممارسة الرياضة فيها قليلة	48	48%	52	52%
3	الاماكن التي استطع التدريب فيها بعيدة عن مكان سكني	39	39%	61	61%
1	تستهلك ممارسة النشاط البدني من الرياضة والتدريبات وغيرها الكثير من وقتي	36	36%	64	64%
2	أشعر بأن ممارسة النشاط البدني يرهقني	34	34%	66	66%
12	تستغذ ممارسة التدريبات البدنية الكثير من الوقت الخاص بأداء مسؤولياتي نحو أسرتي	33	33%	67	67%
6	الأوقات المحددة للتدريب في المنشأة لا تناسبني	30	30%	70	70%
5	ممارسة التدريبات البدنية مكلفة مالياً	28	28%	72	72%
11	أفراد أسرتي لا يشجعوني على التدريبات الرياضية	26	26%	74	74%
9	تستهلك التدريبات البدنية حجماً كبيراً من الوقت المخصص للعلاقات الأسرية	25	25%	75	75%
8	عائتي لا تشجعني على ممارسة التدريبات البدنية	23	23%	77	77%
13	التدريبات البدنية نشاط شاق بالنسبة لي	19	19%	81	81%
4	أشعر بالارتباك والحرج عند ممارسة التدريبات البدنية	15	15%	85	85%
10	أعتقد أن مظهر الفتيات في ملابس الرياضة مضحك	13	13%	87	87%

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج المحور الأول :

من الجدول رقم (5) الذي يتضمن الترتيب النسبي لمحاولات إعداد التمارين النشاط الرياضي في المدارس الثانوية بمدينة جبل أولياء ,

تبنت العبارة (2) أجمت عتفهمار سللمتدربيا طلبد نيقو العبارة (5) سبق لي ممارسة التدريبات الرياضية (, والعبارة (4)) أنطقتنعأفهمار سللمتدربيا صة والتدريبات تجعل الفرد في صة أفضل (رأي ايجابي نسبة (99%) مرقيمة لعينة وأيضاً تبنت رأي ايجابي العبارة (16) ممار سللمتدربيا طلبد نيقمتجعل شعوري أفضل وتحسن نوعية حياتي) نسبة (98%) مرقيمة لعينة وهذا يعني أن ممارسة التدريبات الرياضية في المرحلة الثانوية يوجد بها متعة وتجعل صة لاطالب في أفضل حل وتحسن من نوعية حياته .
وبنك نشير ألي أن جميع العبارات في محور الاستعدادات قد تبنت رأي ايجابي ما عدا العبارة (13) (بدأتدربحتى عندمليكو فز اجمي معكراًور هو قبل وحتى لطقس السوء) قد تبنت رأي سلبي نسبة (24%) مرقيمة لعينة .

39 أخضر

مناقشة نتائج المحور الثاني :

من الجول رقم (6) الذي يتضمن الترتيب بالنسبة لمحاول المعوقا التمارين بالمشاط الرياضي المدرسي في المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء .
تبنت العبارة (7) (أعاني من التعب بعد ممار سللمتدربيا طلبد نية رأي ايجابي في هم الجول نسبة (51%) مرقيمة لعينة , وتبنت العبارة (14) (لأماكن التي يمكن ممارسة الرياضة فيها قليلة) رأي سلبي في المرتبة الثانية نسبة (52%) من قيمة العينة , وهكذا نجد أن أكبر المعوقات التي تواجه طلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء هي الشعور بالتعب بعد ممارسة التدريبات البدنية .

وبذلك نشير إلى أن جميع العبارات في المحور الثاني تبنت رأي سلبي نحو معوقات ممارسة النشاط الرياضي في المدارس ما عدا العبارة (7) (أعاني من التعب بعد ممارسة التدريبات البدنية) قد تبنت رأي ايجابي بنسبة (51) مقيمة العينة .

39 أخصي الاستنتاجات والتوصيات والملاحظات

الاستنتاجات :
و من أهم النتائج :
1-- أن وقت االمالب والمعلم غير كفي للقيام بعملية التدريس والنقي علي الوجه

الأكمل .
إذ لابد من الاهتمام ببرامج التربية البدنية والرياضة المدرسية لمسيرة التطور
الملموس الذي تشهده مهنة التربية الرياضية للقيام بالمهام والأدوار المهنية وفقاً لما
هو متوقع منهم في ضوء التجديد التربوي لإثراء حصص التربية الرياضية ، مما يؤدي
إلى ترقية أدائهم وتطوير قدراتهم علي التدريس كمعلمين ، وعلي التحصيل كطلاب .

2-- أن تنوع الأنشطة وتعددها بالنسبة لرياضة المدرسية ضروري لجذب اطلاب

للأداء الرياضي ولاستمرار فيه مع عدم الشعور بال تكرار والملل .
3-- أن أهم المشكلات في التربية البدنية والرياضة هي مشكلة الإمكانيات وعدم

توفرها ومناسبتها في المؤسسات التعليمية .

التوصيات :

بعدها أقام الباحثون الدراسة علي طلاب المرحلة الثانوية بمحلية جبل أولياء
لمعرفة وقع ممارسة النشاط البدني ضمن محورين (الاستعدادات -- المعوقات
)ومن خلالهممكننا معرفة مشاكل الاستعداد للنشاط وأهم معوقات التي
تواجه النشاط الرياضي المدرسي بالمحلية , ومن ذلك نوجه التوصيات الي ثلاثة

أوجه :

أولاً: أدله النشاط الرياضي المدرسي بالمرحلة الثانوية بصفه عامة وخاصة

بمحلية جبل أولياء , المتابعة علي الاستعداد لممارسة النشاط الرياضي

المدرسي وأكثر الأنشطة الخارجية .

ثانياً : أدلة المدرسة , وذلك بمتابعة و المثابرة علي تروس التربية الرياضية في

وقتها المحدد .

ثالثاً : أسره لطلاب (أولياء الأمور) وذلك بتشجيع أبناهم علي ممارسة
التدريبات البدنية و تكون بتسلسل و اتظام.

ملخص البحث :
جاء هذا البحث والذي بعنوان : (وقع النشاط البدني بين طلاب المدارس
الثانوية في محلية جبل أولياء > لاستعدادات ـ المعوقات <) و شتمل البحث
علي خمسة فصول :
1-.. تناول الباحثون في الفصل الأول خطة البحث وجاء في مقدمتها :

مثل طموح الإنسان القوة الذاتية التي تدفعه
للوصول للأفضل و قد كانت أشكال التغيير
والتطور التي يحققها استجابة لهذا الطموح و
شملت التطلعات جميع ميادين الحياة و بخاصة
. ميادين التربية (عبد الرحيم الكلوب 1993 ص 29)

أخذت عزيمة المخططين للتعليم تشتد وهمهم
تقوى و تنشط للبحث عن صيغة مناسبة لمل
يجب أن تكون عليه العملية التربوية التعليمية

فكانت الاتجاهات الحديثة في الفكر التربوي التي تعتبر المنهج الدراسي يتضمن كافة الخبرات التربوية و التعليمية , سواء داخل أو خارج حجرة الصف الدراسي , متحملا مسؤولية التخطيط و التنفيذ وبذلك بدأ التربويون في تبني أطروحات المنهج المتكامل الذي يتعامل مع وحدات النشاط و وحدات المنهج كسلسلة من الخبرات المتكاملة لأن فاعلية العملية التعليمية و فاعلية التلميذ تتوقف على ممارسة المتعلمين للنشاط التي تحقق أفضل نمو من خلال البيئة التعليمية والظروف المهيئة لممارسة النشاط بما يتماشى مع خصائص النمو والتعليم الجيد (أمال محمد إبراهيم 2002 ص 17 – 19)

: – ولقد حدد الباحثون مشكله البحث في الأتي

- (1) عدم وجود وعي لممارسة النشاط الرياضي المدرسي في المدارس الثانوية بمدينة جبل أولياء .
- (2) ضعف التخطيط لممارسة النشاط الرياضي المدرسي .
- (3) عدم الاهتمام بأهمية النشاط الرياضي المدرسي .
- (4) ليس هنالك تنوع في الأنشطة الرياضية المدرسية .

: - وأهمية البحث في الآتي

قد يسهم هذا البحث في حل المعوقات التي

. تواجه لطلاب في ممارسة النشاط الرياضي المدرسي
قد يسهم أيضا في تناول المعوقات والاستعدادات التي

تعرض مسيرة الأنشطة الرياضية بالمراحل

. الثانوية بمدينة جبل أولياء

وقد يسهم أيضا في الاستعداد المبكر وكيفية التخطيط لممارسة النشاط

. الرياضي بالمراحل الثانوية

: - أهداف البحث فيما يلي

التعرف على معوقات النشاط الرياضي المدرسي لطلاب /1

. المراحل الثانوية بمدينة جبل أولياء

المساعدة على الإستعداد المبكر لممارسة النشاط/2

الرياضي المدرسي لطلاب المراحل الثانوية بمدينة جبل

. أولياء

التعرف على المشكلات والإمكانيات التي تواجه طلاب /3

. المراحل الثانوية بمدينة جبل أولياء

: -- وعليه فقد تحددت فروض البحث

وجود معوقات مشاكل تعيق ممارسة النشاط الرياضي في المدارس

الثانوية بمدينة جبل أولياء .

ضعف الاستعدادات لممارسة النشاط الرياضي في المدارس

الثانوية بمدينة جبل أولياء .

عدم توفر الوعي لممارسة النشاط الرياضي في المدارس الثانوية

بمدينة جبل أولياء .

: -- حدود مجالات البحث

: الحدود البشرية

. طلاب المرحلة الثانوية بمدينة جبل أولياء المسجلين للعام 2015

: الحدود الجغرافية

. ولاية الخرطوم محلية جبل أولياء (الكلاكلات)

: الحدود الزمنية

. العام الدراسي 2015

: -- أما لفصل الثاني الخص بالإطار النظري فقد تناول الإطار النظري 2

: والدراسات السابقة

حيث تناول الباحثون في الإطار النظري مفهوم التربية البدنية والرياضة و برامج التربية البدنية والرياضة المدرسية وأهمية تحديد الأهداف التربوية و الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضة واهداف التربية البدنية والنشاط الرياضي في المرحلة الثانوية ووحدة التربية الرياضية والنمو مراحلها و خصائصها و النشاط الداخلي والنشاط الخارجي وأخيراً عن برامج النشاط الداخلي والخارجي

: -- اتقل الباحثون للفصل الثالث الخصص بإجراءات البحث 3

لكي تكون الدراسة في هذا البحث قائم علي وقع النشاط الرياضي بمرحلة الثانوية بمدينة جبل أولياء في طرفها الحالي أتخذ الباحثون الإجراءات التالية :

- مراجعه الدراسات السابقة ذات صلة أو علاقة بواقع النشاط الرياضي .
- بالمدرسة الثانوية بمدينة جبل أولياء .
- بناء الاستبانة علي أسس فرض البحث .
- تفرغ الاستبانة واستخراج النسبة المئوية .
- ترتيب تنزل للنسبة المئوية .

: -- في الفصل الرابع قلموا بعرض النتائج 4

أختار الباحثون الجدول الإحصائية لمناسبتها نوع النتائج التي توصلوا إليها
وتم عرض تحليل بيانيا للمحور الأول ثم الثاني ومن ثم قشفت
النتائج .

-- في الفصل الخامس: بعد المناقشة النتائج توصل الباحثون إلى 5

. الاستنتاجات ومن ثم التوصيات

- جاءت التوصيات علي النحو الآتي :

أولاً: أدله النشاط الرياضي المدرسي بالمرحلة الثانوية بصفه عامة وخاصة

بمحلية جبل أولياء , المتابعة علي الاستعداد لممارسة النشاط الرياضي

المدرسي وأكثر الأنشطة الخارجية .

ثانياً : أدلة المدرسة 'وذلك بمتابعة والمثيرة علي دروس التربية الرياضية في

وقتها المحدد .

ثالثاً : أسره لطلاب (أولياء الأمور) وذلك بتشجيع أبناهم علي ممارسة

التدريبات البدنية وتكون بتسلسل واتظام .

: المراجع :

- معوقات ممارسة النشاط الرياضي المدرسي لطلبات المرحلة 1

. الثانوية حسب محددات المشاركة والأنشطة المرغوبة

: - أعداد لطالبة

نوال بشير محمد بشير

: - أشرف الدكتور

أمال محمد إبراهيم

2- زهري التيجاني : الوراث المدرسية لطلاب

وطالبات المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم , رسالة

ماجستير غير منشورة كلية التربية جامعة الخرطوم

. 1997

3- تشارلز بيوتشر : التربية البدنية ترجمة حسن معوض

وكمال صالح عبده , دار الفكر العربي / القاهرة ط4 ,

. 1983

4- عبد الرحيم الكلوب : التكنولوجيا في عمليتي

التعليم والتعلم , دار الشروق , 1993 .

5- عفاف عبد الكرم بروش :الإمكانات في التربية

الرياضية . منشأة المعارف الإسكندرية 1998 .

6- (طرق التدريس , حسن سيد معوض , ص 59 – 60)

7- (عبد الحميد شرف , 1996 ص 48) .

8- (تشارلز بيوتشر , 1983 ص 40) .

9- (أمين الخوالي 1998م , ص 27 – 28) .

10- عفاف عبد الكرم-- طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية , ص

81 – 79

11- ناهد محمود -- نيالي رمزي فهم طرق التدريس في التربية البدنية و

الرياضية , ص23 .

12- (طرق التدريس, حسن سيد معوض, ص59 – 60)

39 أخضر

