2ème congrès international de

L'Observatoire National du Sport

Communications affichées

Edité par :
L'Observatoire National du Sport
(Ministère de la jeunesse et des sports**)**

Avril 2016

Organisation----------

Président du congrès : Pr. Nizar Souissi

Comité d'organisation

Faleh, Jihed
Bouraoui, Atef
Seddik, Meher
Romene, Imen
Cherif, Med Belhassen
Rajhi, Ridha
Amira, Sghiri
Leghzel, Nourhene
Liwa, Masmoudi
Mejri, Hédi
Zouari, Med Hassen
Meddah, Talel
Wadii , Zayed
Baati, Hamza
B.Abdekarim, Boubaker
Azizi, Alaa
Mhedhbi, Ines
Trabelsi, Khaled

Comité scientifique

Driss, Tarek
Jarraya, Mohamed
Attia, Ahmed
Bouhlel, Ezzedine
Ben Ounis, Omar
Guemri, Nizar
Desbiens, Jean François
Sehli, Sonia
Bezziou, Salim
Alin, Christian
Rebai, Haithem
Bousakra, Ahmed
Camy, Jean
Bedhioufi, Hafsi
Alshaikhli, Wisam
Hug, François
Ben Jannet, Zouhaier
Belkhiiria, Amen Allah
Bosquet, Laurent
Lachheb, Monia
Hamouda, Omar
Chelly Souhaiel
Mrayeh, Maher
Ben Mahmoud, Imed
Nebigh, Ammar
Souissi, Nefaa
Ben Chaabane, Zhaira
Mohammed, Madani
Fitouri, Chedlia
Ibrahim, Amal Mohamed
Jabr Almajidi, Abdulrazek
Abdessattar Hachem, Muna
Ben Akki, Mohamed Akli
Bouajnek, Kamel
Niffer, Miloud Ammar
Alaraji, Akil
Hassen Jbouri, Zaineb
Nabhan, Hamid Ahmed
Alkhouzai, Abbes Fadhel
S.K Moumen, Houcem
Daham, Amira Mohamed
Cherifi, Ali
Tentouch, Abdelhakim
Fethi, Rafea Salih
Zghibi, Makrem
Hamdi, Chtourou

Titre	Auteur
Etude longitudinale de l'effet d'un entraînement bilatéral sur la latéralité de performance podale	Ahmed Ben Kahla
Effet de l'heure de l'entrainement de force de type hypertrophique sur le statut anabolique et catabolique du muscle	Emna Triki1
The effect of training at the same time of day on the diurnal variations of technical ability and swimming	Salah Ferchichia
La combinaison des ostensions en natation révélatrice de l'action professionnelle	Sghaier Donia
L'impact d'un programme d'entrainement basé sur les jeux préliminaires sur quelques qualités physiques et techniques et l'ajustement psychosocial chez les jeunes footballeurs (U17)	Belaroussi Slimane
Impact de l'entraînement physique sur la résistance à l'insuline chez des jeunes hommes obèses et non-obèses	Nejmeddine Ouerghi1
Qu'est ce qui détermine le choix du pied utilisée par l'enfant gaucher ? Effet combinée de la complexité de la tâche et de la de position spatiale de l'objet.	SanaGhamgui
L'effet de trois types de récupération après un effort intermittent le matin et l'après-midi chez des footballeurs âgés de 10-12 ans	Intissar Shimi1
Effet de la Pliométrie sur la vitesse de démarrage chez les jeunes footballeurs âgés entre 12 et 14 ans.	Mourad Ait Lounis
La manœuvre de blocage: ne représente pas la technique de changement de direction la plus efficiente chez les jeunes footballeurs élites	Mehdi Rouissi
Construction et validation en langue arabe de l'échelle d'ambigüité de rôles au sein des équipes tunisiennes de sports collectifs.	W. Boughattas
Etude de la densité minirale osseuse chez des sportifs de combat adolescents	Nasri Raouf
The prediction of the temperamental style of the athletic youth in terms of bio-rhythm	Rasha Mohammed Ashraf Sharaf
L'effet de la caféine sur le T-test agilité modifié répétée à partir de certains facteurs cardio-vasculaire, de la glycémie, et de la perception d'effort chez des sujets actifs	Nidhal Jebabli1
L'efficacité d'un programme d'entrainement en utilisant des exercices intégrés (physique-technique) afin de développer la force vitesse etquelques habilités techniques primordiales chez les footballeurs (U 17).	Beboucha Wahib
L'intégration scolaire des Elèves à Besoins Particuliers en classe ordinaire en Education Physique et Sportive.	Wafa Souissi
Effets de l'apprentissage par les technologies d'information et de communication sur la performance motrice en milieu scolaire:Cas de l'enseignement du lancer de poids style d'O'Brien.	Aymen Hawani

Evolution de la vigilance au cours d'une séance d'enseignement de la matière « Anatomie » chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique	
Pollution, exercice et Sport	Nesrin Boussetta
Changes in endurance parameters and blood pressure among older adults with short-term personalized Intermittent Work Exercise Program (IWEP): Effect of time-of-day.	Walid Bouaziz
Analyse comparative d'impact de l'anxiété précompétitive chez les athlètes Tunisiens de différentes disciplines sportives.	Karim Kamoun
Effet du nombre d'informations sur la mémoire à court terme au cours de l'apprentissage de l'ostéologie de l'humérus chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique	
La prise en charge des enfants atteints de trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité par des exercices physiques(TDAH).	Nawel Abdesslem
Corrélation entre le programme officiel de l'enseignement de la matière « Didactique » pour les étudiants de la 2ème année LFEP et les contenus Des cours enseignés à l'ISSEP de Sfax.	Mounira Ben Sidhom
La relation entre les paramètres anthropométriques et la performance sur 100m brasse chez les jeunes nageurs	Senda Sammoud
Reproductibilité et validité du test Hexagone pour l'évaluation de l'agilité chez des athlètes.	Zièd Nèji
L'impact de l'activité perceptive sur la motricité un athlète d'arts martiaux lors d'un combat – kung fu wushu – (sanda) approche thérmodynamique.	HACEINI Ayoub
The Effect of Opuntia Ficus-indica Juice Supplementation on Oxidative Stress, Cardiovascular Parameters and Biochemical Markers of Muscle Damage Following Endurance Exercise	Khouloud Aloui
Intégration des TIC dans l'enseignement	Houda Dammak
Etude de l'effet du mode de calcul et de l'unité d'expression sur la reproductibilité de l'indice de fatigue calculé par un test « wingate » 15 secondes.	Zièd Nèji
Implication De L'analyse Des efforts physiques aux cours D'un Combat de Lutte Dans Le Processus Enseignement-Apprentissage.	Hasan Melki
Evolution des paramètres anthropométriques et des performances en saut vertical chez des adolescents sains Tunisiens.	Mohamed Tounsi
Effets de la température ambiante sur la performance physique.	Y. Houaneb Marghli
Effects of Recreational Soccer Training on Health-Related Physical Fitness in Untrained Adolescent Boys.	Amri Hammami
Effect of active warm-up duration on morning short-term maximal performance during Ramadan	Hana Baklouti
La cohérence entre la formation initiale d'EPS et l'intégration dans le stage. Qu'en pensent les étudiants stagiaires de la région de Sfax ?.	Rekik Ghazi
Effet d'un programme de réentraînement court en endurance sur les capacités cardiorespiratoires	Garbouj Hadami

chez des patients atteints de BPCO.	
Etude de la reproductibilité et de la différence minimale détectable (DMD) du test « ingate »	Emna Bousselmi
Perception des étudiants stagiaires en fin de formation initiale à l'enseignement de l'EP de la compétence de gestion de classe.	Mohamed Sami Bouzid
Analyse des conceptions des enseignants-encadreurs en Education Physique relatives à l'évaluation sommative	Hasan Melki
Conception des élèves des séances d'EPS : Analyse Du Phénomène Dispensatoire en Education Physique et sportive	Chelly Moncef
L'effet de 3 mois de pratique d'activité physique aux cours d'éducation physique et sportive sur le développement cognitif des enfants âgées de 10 à 12 ans.	Souhir Ezzdini
L'influence de la manipulation du niveau de difficulté sur l'apprentissage et la perception d'une tâche psychomotrice chez des élèves âgés de 10 à 12 ans	Fatma Bahri
Les réactions des enseignants stagiaires face aux comportements perturbateurs des élèves: étude de cas dans l'enseignement secondaire en Tunisie	Talel Maddeh
Effet de stage pédagogique d'EPS sur le sentiment de compétence «se former et innover»	Ayman guemri
Effets des facteurs climatiques sur la fonction respiratoire chez les adolescents pendant la saison hivernale de l'année 2015	Y. Houaneb Marghli
Pomegranate supplementation accelerates the recovery kinetics of muscle damage, muscle soreness and inflammatory marker after weightlifting training session.	Ammar Achraf
Pratique Sportive et anxiété chez les adolescents scolarisés Sports practice and anxiety in adolescents in school	Emna Kaabachi
A Comparative Study Between Some Physical and Functional Abilities of Individual and Team Female Athletes	bouali lakhdar
The effect of Snuff extracts of Nicotiana Tabaccum from Tunisia and its effect on immune responses in athletes during repeated brief sprint interval exercise	Wiem Abdelmalek
Inaptitude physiqueet éducation sportive en Tunisie: Etude sur les données nationales des années scolaires 2013-2014 et 2014-2015 des élèves en classe terminale	Zoghlami Wael
Strength training and its effect on diurnal variation of immune response	Nesrin Boussetta
Diffusion tensor imaging tractography of pyramidal tract and corpus callous in amyotrophic lateral sclerosis	Eya Mseddi
L'effet d'un entraînement d'endurance spécifique au football sur la consommation maximale d'oxygène et l'économie de course chez de jeunes footballeurs	A. Kamoun
L'effet du glaçage du genou sur la variabilité diurne de la performance au saut unipodal à contrebas	Rania khmissi
LA MARCHE CHEZ LES PREPUBERES : Etude comparative bilatérale	Romane .I
The effect of Snuff extracts of Nicotiana Tabaccum from Tunisia and its effect on immune	Wiem Abdelmalek

responses in athletes during repeated brief sprint interval exercise	
Comparison of mental toughness and power test performances in high-level kickboxers by competitive success	Maamer Slimani
La relation entre les pratiques pédagogiques des enseignants et les ressentis des étudiants	Omar Trabelsi
Comparaison entre les résultats des étudiants de la 1ère année en ISSEPS issus de baccalauréats généraux et des bacheliers de la section de Sport	Mohamed abdelkader souissi
Les exigences des jours fériés et la planification des contrôles continus à ISSEP de Sfax:Enjeux et effets sur la formation	Mongi Ajina
Étude des comportements perturbateurs des élèves à l'enseignement secondaire en classe d'éducation physique	Talel Maddeh1
CONCEVOIR LE CONTENU DE FORMATION PRATIQUES A L'ISSEP SFAX ET LES COMPETENCES PROFESSIONNELLES D'ATHLETISME ATTENDUS PAR L'ETUDIANT	NAIMA KERCHI
Les niveaux des intentions des enseignants universitaires au regard de la taxonomie de Bloom au niveau des épreuves d'évaluation sommative à l'ISSEP Sfax	Ghada regaieg
Corrélation entre filières d'études en secondaire et choix des spécialités pour les étudiants de 2èmeannée licence à l'ISSEP de Sfax	Slah Eddin Raddawi
Etude des effets de l'entraînement intermittent (court vs long) sur le développement de la vitesse maximale aérobie chez des jeunes footballeurs « Cas des juniors »	KHAROUBI Mohamed Fayçal
التحليل الحركي المقارن بين ارتفاعين للقفز العميق وعلاقتهما في بعض المتغيرات الكينماتيكية لعضلات الرجلين للاعبي الكرة الطائرة	ABI RAMIZ ALBAKRI
التحليل الحركي المقارن بين ارتفاعين للقفز العميق وعلاقتهما في بعض المتغيرات الكينماتيكية لعضلات الرجلين للاعبي الكرة الطائرة	أبي رامز البكري
دور ممارسة الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة الأقسام النهائية بمدينة الوادي	عمار حمامة
أثر برنامج تدريبي نفسي على بعض سمات الشخصية لدى لاعبي الكرة الطائرة أكابر	نورالدين عمارة
التبريد الكلي للجسم كوسيلة حديثة للاسترجاع و العلاج عند رياضيي النخبة(CCE : -110c)	عمروش مصطفى
المقومات الاساسية لانتقاء الناشئين فى كرة القدم بولاية الخرطوم	عوض يس احمد محمود
الحركية الرياضية و نشر القيم الثقافية لدى الممارس في الوطن العربي	عيسى الهادي
الرعاية الرياضية: بين الإستراتيجية التسويقية والصناعة الرياضية	حاج عيسى سيد أحمد
تحليل ومقارنه الأداء التعليمي بين المطبقين والمدرسين لدرس التربية الرياضية في المرحلة المتوسطة	غيث عبد الله اللامي،
برامج مقترحة لتنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية	فاطمة عوض صابر
تأثير تدريبات الإطالة على تركيز الميوسين السريع كدلالة مبكره لتمزق الالياف العضلية البيضاء والمستوى الرقمي لسباق 100م عدو	فاطمه سيد عبد العليم محمد عجلان
أثير تمرينات نوعية باستخدام الأسلوب المكثف في تطوير مهارة الضرب الساحق للطلاب بالكرة الطائرة	فراس كسوب

فندوشي حمزة	**علاقة الاتصال بتحسين نتائج الفريق الرياضي -أكابر كرة السلة نموذجا–**
قيس حاتم هاني الجنابي	**أهم الألعاب الرياضية في العالم القديم**
كرارمة أحمد	**تأثير أساليب التعلم (الأسلوب الأمري- الأسلوب الحر) على عملية انتقال أثر التعلم الحركي لدى الفئة العمرية 13-15 سنة**
محمد حسين حميدي	**تأثير استخدام تمرينات البلايومترك في تطوير بيوميكانيكية الأداء مهارة الإسقاط بالريشة الطائرة للشباب**
كواش دليلة	**تأثير النشاط الرياضي على الاطفال (دراسة ميدانية في المجمع الرياضي لسوناطراك الجزائر)**
كواش زهرة	**الرياضة عند النساء الحوامل**
كواش منيرة	**المشاركة الرياضية للمرأة الجزائرية (رياضية، مدربة، و مسيرة)**
لزهاري خلفاوي	**تأثير حصة التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية والاجتماعية على العلاقة بين الأستاذ والتلميذ**
مازن هادي كزار الطائي ، دويلي منصورية	**مساهمة بطاريات الاختبارات البدنية و الحركية في اكتشاف و إنتقاء المواهب الشابة و توجيهها**
مجادي مفتاح، رحلي مراد، مجادي رابح	**بناء بطارية مقاييس معيارية لاختبار مادة التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا - دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية المسيلة**
حمد حسين حميدي	**علاقة سرعة الاستجابة الحركية بدقة أداء الضرب الساحق المستقي بالكرة الطائرة**
محمد فائز صاحب	**تأثير تمرينات خاصه على وفق أهم المتغيرات البيوميكانيكية في بعض أنواع مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة**
مرزوقي سمير	**دراسة مقارنة لتطور المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المدرسة الابتدائية (9-10 سنوات)**
مزاري فاتح	**واقع تطبيق مبادئ التربية الصحية داخل المسابح وانعاكسه على أداء السباحين**
منى مصطفى عبده سكورى	**تأثير تناول البروبيوتك مع أحمال بدنية مختلفة الشدة على البروتينات المناعية للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة**
موفق صالح	**التغطية الإعلامية لظاهرة التعصب الرياضي من خلال الصحافة المكتوبة الجزائرية – جريدة الشروق اليومي نموذجا**
موفق عبيس خضير	**أعداد تمرينات خاصة ومقترحة في تطوير القوة السريعة ومدى تأثيرها في سرعة بعض المهارات الاساسية بكرة القدم**
ناجية حسني شلابي	**تأثير تناول وجبات غذائية مقننه على توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة لدى النساء البدينات من 40 -50**
نصر علي عقل	**الصفات والمزايا والخصائص الشخصية لمهمة المدرب الناجح**
نعمان عبد الغني	**إدارةالأندية.و الجودة الشاملة**
نور حاتم	**بعض أشكال القوه العضلية لعضلات الرجلين وعلاقتها بأداء بعض المهارات الهجومية في المبارزة**
هدى ابراهيم رزوقي	**منهج تعليمي مقترح بـ (حل المشكلات – التنافس الجماعي) وتأثيره في تعليم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني لطالبات الصف الثاني متوسط**
هناء ميلاد ملاطم	**التدريب الميداني الداخلي وأثره على تقبل الذات الاجتماعية لدي طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس**
فايد عبد الرزاق	**التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (الإعدادية) من خلال حصة التربية البدنية والرياضي**
محمود يعقوب محمود	**المهارات الحياتية اللازمة لمعلم التربية الرياضية من وجهة نظر طلاب قسم التربية الرياضية**

محمود يعقوب محمود	**تاثير النشاط البنى الرياضى فى حدة القلق لدى العاملين بوزارة الشباب والرياضة بالسودان**
مهدي سحساحي	**الذات البدنية وتأثيره على اقبال الطلبة الجامعيين على ممارسة رياضة بناء الأجسام خلال اوقات الفراغ**
فتحي انطاط	**تأثير التدريب البدني على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى الممارسين وغير الممارسين من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم**
فراس اكرم سليم	**النمو المهني لاعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الرياضية و دور الشؤون الاكاديمية في تطويره**
Guebli Abdelkader	The impact of recreational sports program proposal on some functional organs of the body rates in older people 50-60 years old who were overweight Experimental study on some of the people working in the Algerian administration
Guebli Abdelkader	The impact of sports practice on sensory motor abilities of the football players veterans (40-50 years)
Hajer NAOUALI	Evaluer le tourisme sportif en Tunisie
KHAROUBI Mohamed Fayçal	Etude des effets de l'entraînement intermittent (court vs long) sur le développement de la vitesse maximale aérobie chez des jeunes footballeurs « Cas des juniors »
Mohamed Nader Mohamed Shalaby	The Physiological Effects Of Playing Sports On Some Kidney Function And Blood Components For Seniors (Men - Women) In North Sinai Governorate (Comparative Study)
Ould hammou Mustapha	Effets du poste de jeu sur le rendement anaérobie et la fréquence cardiaque au cours de sprints répétés chez les footballeurs Algériens
Rasha Mohammed Ashraf Sharaf	The prediction of the temperamental style of the athletic youth in terms of bio-rhythm
ابتسام عمار جبارة	**الكفايات الإشرافية للتدريب الميداني الداخلي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس**
ابتهاج رفعت حسين	**تأثير منهج تدريبي مقترح في تنمية القوة القصوى للأطراف السفلى وعلاقتها بدقة اداء مهارة عبور العارضة للاعبي القفز العالي (الشباب)**
Saadoun, Nasser	The impact of the proposed training approach in the development of maximum strength of lower limbs and their relationship to the accuracy performance skill cross the bar on effective jump higher
أبـــي رامز البكري	**التحليل الحركي المقارن بين ارتفاعين للقفز العميق وعلاقتهما في بعض المتغيرات الكينماتيكية لعضلات الرجلين للاعبي الكرة الطائرة**
أبـــي رامز البكري	**استجابات بعض متغيرات الدم اثر الجهدين الهوائي واللاهوائي**
ABI RAMIZ ALBAKRI	Responses of some bloodVariations as a result of the aerobatic and air aerobatic efforts
أحسن أحمد	**أثر استخدام الوسائط فائقة التداخل في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية**
أشراق غالب	**صورة الجسد وعلاقته بالرضا النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / الجادرية**
	الاتصال التربوي في مجال التربية البدنية والرياضية
الطيب حاج ابراهيم	**أثر بعض الصفات البدنية على مستوى الدافعية للإنجاز لدى لاعبي الوثب العالى فى العاب القوى**
دواح البشير	**الادارة الرياضية الجزائرية ودورها في تحسين تسيير المنشآت الرياضية**

امال محمد ابراهيم	**مؤشرات تطبيق المواصفة أيزو 14001على المنشأت الرياضية**
اميرة محمد دهام	**تأثير تدريبات التحمل الخاص على بعض القدرات البدنية لدى عدائي 1500م فئة الشباب**
بروج كمال	**كفاءة التقويم لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل متغيرات الخبرة و المستوى العلمي (دراسة ميدانية بمقاطعة تنس)**
حشاني رابح	**تأثير النضج البيولوجي على عملية تشخيص و إنتقاء المواهب الشابة في كرة القدم – دراسة مقارنة بين فريق إتحاد بسكرة (محترف) و فريق شبيبة بسكرة (هاوي)**
بلبـــول موسى	**مساهمة في دراسة بعض الممارسات الغذائية لدى بعض لاعبي كرة القدم الدرجة الثانية الجزائرية**
بن رابح خير الدين	**توجه المنافسة الرياضية في ظل مصادر ضغوط المنافسة لدى أواسط كرة القدم**
بن رابح خير الدين1	**دراسة تأثير التدريب الفتري على هرمون النمو وبعض المتغيرات الفيزيولوجية لعدائي 800 متر**
بن سعادة معمر بدر الدين	**تقييم الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية من خلال نظام التكوين دراسة مقارنة بين حاملي شهادتي ليسانس كلاسيك ونظام جديد**
طيوب أبوبكر الصديق	**دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق بعض الحاجات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي**
بوحاج مزيان	**أثر استخدام التغذية الراجعة بين التكرارات وفق بعض المتغيرات البيوكينماتيكية على تعلم مهارة استقبال الإرسال من الأسفل لدى لاعبات الكرة الطائرة (12- 16 سنة)**
بوعزيز عمر	**دور الالعاب شبه الرياضية في تنمية بعض القيم الاخلاقية لدى طلبة الطور الثانوي من وجهة نظر الاساتذة**
بوغربي محمد	**مـدى وعـي الرياضيين تجاه سلامة الغذاء – دراسة ميدانية للاعبي أندية كرة القدم صنف أكابر بولاية البويرة**
بوناب شاكر	**تأثير البروفيل المورفولوجي على القوة الإنفجارية للأطراف السفلية عند لاعبي كرة القدم U18. دراسة ميدانية لفريق CSC قسنطينة، الجزائر**
ثائر غانم ملا علو	**دراسة الطاقة الميكانيكية لحركة الهبوط بقلبتين هوائيتين خلفيتين مكورتين على جهاز الحلق**
جبـوري بن عمر	**أثر الممارسة الرياضية في تنمية الرضا الوظيفي لدى المرأة العاملة**
حاج عيسى سيد أحمد	**الرعاية الرياضية: بين الإستراتيجية التسويقية والصناعة الرياضية**
محمد حسين حميدي	**علاقة سرعة الاستجابة الحركية بدقة أداء الضرب الساحق المستقي بالكرة الطائرة**
Hazem Abdel Moussa Hassoun	Relationship motor response speed accurately beating performance overwhelming Moustakfi Volleyball
حسن أحمد صميدة	**تأثير برنامج رياضي ترويحي مقترح في خفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية**
حسين علي عبيد الفرطوسي	**تأثير منهج تدريبي مقترح وفق انواع القوة لتأهيل بعض إصابات مفصل الكتف**
Hussein ali Abid fartusi	The impact of the proposed training approach according to the types of force, some rehabilitation of shoulder injuries
حورية ترزولت عمروني	**المشكلات المهنية التنظيمية لمدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية معاينة ميدانية بمقاطعة ورقلة**
خالد جوادي	**علاقة الرضا الوظيفي ومستوى الالتزام التنظيمي لعمال المركبات الرياضية**
خالد ملوح	**التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية في جامعة بير زيت**
سي العربي شارف	**دراسة مقارنة بين التدريب الفتري طويل المدى و التدريب الفتري قصير المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى للاعبي**

	كرة القدم تحت 20 سنة
مختاري ايمان	**تقديم مشروع للطرق المؤدية إلي تدريب المدربين**
خوجة بــاسم	**أثر طريقة التدريب بالمنافسة في تحسين السرعة الحركية (سرعة الأداء) لدى لاعبي كرة القدم" فئة أصاغر (12- 14) سنة**
دحماني سمراء	**التكيف الاجتماعي وعلاقته بالأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية**
دحماني نعيمة	**استراتيجية تسويق خدمات نادي رياضي محترف - دراسة حالة نادي برج بوعريريج**
- فاتن محمد رشيد	**علاقة بعض المتغيرات الوظيفية ببعض القدرات البدنية لدى لاعبي فريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالكرة الطائرة**
زاوي علي	**الثقافة الغذائية في المجال الرياضي**
زبشي نور ادين	**دراسة مقارنة لبعض الانحرافات القوامية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين**
زحاف محمد + بوعزيز الساسي	**المناخ التنظيمي وعلاقته بالأداء الوظيفي لموظفي الإدارة الرياضية – دراسة ميدانية لمديرية الشباب والرياضة لولاية البويرة**
ساسي عبد العزيز	**إنعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة صنف أواسط من 17 إلى 19 سنة**
ساسي عبد العزيز	**تقويم مستوى التفكير الخططي المميز لدى اللاعبين في كرة القدم – دراسة ميدانية للاعبي القسم الجهوي**
سامية فرفار	**العنف الرياضي في المجتمع الجزائري**
سرمد احمد موسى	**فاعلية تمارين خاصة في تحسين مستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم باعمار 10-12 سنة**
سعد الله عباس	**دراسة تحليلية مقارنة بين القلبة الهوائية الخلفية المفتوحة والمنحنية على بساط الحركات الارضية لبعض المتغيرات البايوميكانيكية لشباب اربيل**

Etude longitudinale de l'effet d'un entraînement bilatéral sur la latéralité de performance podale

Ahmed Ben Kahla, Riadh Dahmen
Unité de Recherche, Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax
ahmad.benkahla@hotmail.fr

Notre étude longitudinale a pour but d'évaluer l'effet d'un entraînement bilatéral sur la latéralité de performance podale. Cette étude s'est étalée sur quatre ans et réalisée sur seize jeunes footballeurs. Tous ces jeunes joueurs ont été soumis aux différents tests de notre expérimentation: Jonglage avec pied droit, gauche et en alternance, centrage avec pied droit et gauche, passe avec pied droit et gauche et tir avec pied droit et gauche. Ces tests se répètent respectivement dés l'âge de 11 ans (T1), 12 ans (T2) et 14 ans (T3). Nos résultats ont montré que la performance de pied droit et de pied gauche augmente significativement à T2 et T3 par rapport à T1. Ainsi que, la différence de performance entre les deux pieds restent inchangés suite à l'entraînement bilatéral. A partir de nos résultats on a pu constater que la pratique bilatérale contribue à l'amélioration de performance du pied droit et du pied gauche. Tandis que cette pratique n'influence pas la différence de performance entre le pied droit et gauche.

Mots clés: Performance podale, l'entraînement sportif, la réduction de ladifférence de performance.

ABSTRACT

The laterality of the podal performance maybe determined as a result of a comparison between the 2 legs within an execution of diverse tasks. Our longitudinal study aims at evaluating the effect of bilateral training (practice) on the laterality of the podal performance. This study has been done for 4 years and has been executed on 16 young footballers. All those young players have been subjected to different test of our experimentation: Juggling with right, left and by alternance; centring with right and left foot; passe with right and left foot and kicking for force with right and left foot. These tests have been repeated respectively from the age of 11 (T1), 12 (T2) and 14 years (T3).

Our results have shown that: the right and the left foot performance, has been increased significantly at T2 and T3 compared to T1. In addition to that, the difference of performance between the 2 legs remains unchanged, after bilateral training. We can deduce from our results that the bilateral training contributes to the amelioration of the right and the left feet performance. The bilateral training does not affect the difference of performance between the right and the left foot.

Key word: Podal performance; Athletic training; reducing the difference in performance between the two feet.

INTRODUCTION

Plusieurs travaux se sont intéressés au domaine de la performance podale, notamment Teixeira (2003), s'est intéressé à la différence de performance entre les deux pieds. Cette différence de performance, a été évaluée, avant et après l'entrainement à travers trois tâches motrices différentes dans leur nature et dans leur niveau de complexité: laforced'uncoup de pied (kicking for force), coups de pied de précision (kicking for accuracy) et la vitesse de dribble (speed of dribbling). Cette étude a montré que la différence de performance a été maintenue à un niveau constant à travers les tests pour les tâches de coups de pied. L'entraiment de la jambe préféré aussi, a conduit à une amélioration de la performance de cette jambe. On note aussi, qu'il y'a une amélioration des performances avec la jambe non préféré suite à l'entrainement.

Malgré qu'aucune étude n'a fait un suivie longitudinale pour tester l'effet de l'entrainement bilatéral sur la latéralité de performance podale, on a dédié cette présente étude à travers un suivielongitudinale, pour montrer l'effet de l'entraînement bilatéral sur la latéralité de performance podale.

MATERIEL ET METHODES

Notre échantillon est composé de 16 jeunes footballeurs droitier âgés de 14ans. Tous ces jeunes joueurs ont été soumis aux différentes épreuves de notre expérimentation qui se répètent respectivement dés l'âge de 11ans, 12ans et 14ans. Ce groupe s'entraîne 3 fois par semaine, chaque séance dure 1 heure et demie. Nos joueurs ont été l'objet d'un questionnaire de préférence podale (Dahmen, 2004) dont le but de les partager on

droitier, gaucher ou bien les deux à la fois. Cette expérimentation s'est étalée sur 4 ans. Elle commence par un premier test en Juin 2009, suivit d'un deuxième en Avril 2010, puis d'un troisième en Avril 2012.

RESULTATS

Nos résultats ont montré un effet âge sur les performances de jonglage, centrage, passe et tir avec le pied droit et gauche lors de test 1 (T1), test 2 (T2) et test 3 (T3). Cet effet indique des meilleures performances dans le groupe de 14 ans que dans les groupes de 12 ans et de 11 ans. De plus cet effet indique que les différences de performances restent stables dans le groupe de 14 ans que dans les groupes de 12 ans et de 11 ans.

DISCUSSION

Nos résultats vont de même avec certaines études (Fagard, 1987; Provins, 1958). Notamment, une étude relativement récente de Teixeira (2003) a évalué des adolescents âgés de 12 à 14 ans pour déterminer l'effet d'un entrainement bilatéral sur la différence de performance entre les deux pieds. En effet, l'analyse des résultats a révélé aussi que l'entraiment de la jambe non préféré conduit à une amélioration de la performance de cette jambe. Ainsi, que l'amélioration de performance est la même avec les deux pieds.

CONCLUSION

Cette étude nous a montrée que la pratique bilatérale influence directement la latéralité de pied préféré et non préféré, ainsi que de meilleures performances au niveau du pied droit et du pied gauche. Ceci est confirmé dans notre modeste travail par les testes de Jonglerie, centrage, passe et tir. On a noté que la différence de performance entre le pied droit et gauche reste toujours stable. Ce qui prouve l'importance des facteurs génétique, et montre que la latéralité est héréditaire (McManus et al. 1988 ; McManus, 1991).

BIBLIOGRAPHIE

Dahmen, R. (2004). Pression culturelle, sens de l'écriture et développement des asymétries: Comparaison entre sujets français et tunisiens. Université R. Descartes, Paris.

Fagard, J. (1987). Does manual asymmetry of right-handers change between six and nine years of age? Human Movement Science, 6, (pp. 321-332).

McManus, I. C. (1991). The genetics of dyslexia. In J.F.Stein (Ed.), Vision and Visual Dysfunction: Volume 13, Dyslexia (pp. 94-112). London: MacMillan Press.

McManus, I. C., Sik, G., Cole, D. R., Mellon, A. F., Wong, J., & Kloss, J. (1988). The development of handedness in children. British Journal of Developmental Psychology, 6, (pp. 257-273).

Provins, K. A. (1958). The effect of training and handedness on the performance of two simple motor tasks. Quarterly Journal of E Experimental Psychology, 10: (pp. 29-39).

Teixeira, L. A., Silva, M. V., & Carvalho, M. A. (2003). Reduction of lateral asymmetries in dribbling: The role of bilateral practice. Laterality, 8(1), (pp. 53-65).

Effet de l'heure de l'entrainement de force de type hypertrophique sur le statut anabolique et catabolique du muscle

Emna Triki[1] & Nizar Souissi[23]

[1]Laboratoire de Biomécanique, Institut national d'orthopédie M.T. Kassab, Tunis, Tunisie; [2] Laboratoire de recherhe "Sports Performance Optimization" Centre national de la Medecine et des Sciences des Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia; [3] Institut supérieur du sport et de l'éducation physique ksar said, Manouba, Tunisia

emna.triki@yahoo.fr

Le but de cetteétude était l'analyse del'effet de l'heure de l'entrainement sur la secrétion de la testostérone (T) et du cortisol (C).18 étudiants ont participé au protocole. Ils ont réalisé troisséries de quatre exercices (le squat, le leg press, l'extension des jambes à la machine ou leg extension et le leg curl)et ceci pendant deux séances d'entrainement ; une séance programmé le matin (de 7h00 à 9h00) et une séance dans la soirée (de 17h00 à 19h00). Ces deux jours d'entrainement sont séparés d'une période de récupération de 36h. Des prélévements de sang ont été colléctés avant, immédiatement après et 60 min après chaque séance. La séance d'entrainement de force matinale et même du soir provoquent des réponses hormonales aiguës, offrant un niveau favorable à l'anabolisme musculaire.

Mots clés:Chronobiologie, entrainement de force, anabolisme, catabolisme

INTRODUCTION

L'hypertrophie musculaire est tributaire de certaines sécrétions hormonales dont la T et le C. Cependant, le meilleur moment de l'exercice de force dont les réponses de la T et du C favorisent le mieux l'anabolisme musculaire n'est pas encore défini.

OBJECTIFS

Ainsi, l'objectif de la présente recherche était l'étude de l'effet de l'entrainement de force réalisé à un moment précis de la journée sur les réponses hormonales de la testostérone et du cortisol. Et afin de définir l'heure de l'entrainement adéquate ou le rendement sur la masse musculaire est le plus important.

METHODE

18 étudiants ont participé au protocole. Ils ont réalisé trois séries de quatre exercices (le squat, le leg press, l'extension des jambes à la machine ou leg extension et le leg curl)et ceci pendant deux séances d'entrainement ; une séance programmé le matin (de 7h00 à 9h00) et une séance dans la soirée (de 17h00 à 19h00). Ces deux jours d'entrainement sont séparés d'une période de récupération de 36h. Des échantillons de sang ont été collectés avant immédiatement après et 60 min après chaque séance pour la détermination des concentrations des deux hormones (T et C).

RESULTATS

Concernant la réponse de la T à l'exercice, l'analyse de variance montre des effets significatifs concernant l'heure de la journée ($F(1,17) = 67,8$; $p<0,001$) et les points de mesure ($F(2,34) = 83,9$; $p<0,001$), avec, une interaction significative entre ces deux facteurs (heure de la journée × points de mesure) ($F(2,34) = 16,6$; $p<0,001$). En ce qui concerne l'effet de l'heure de la journée, pendant les trois points de mesure, l'analyse post-hoc LSD montre que les concentrations de la T sont plus élevées le matin que le soir ($p<0,001$).

Concernant la réponse du C, l'analyse de variance montre des effets significatifs concernant l'heure de la journée ($F(1,17) = 67,8$; $p<0,001$) et les points de mesure ($F(2,34) = 83,9$; $p<0,001$), avec une interaction significative entre ces deux facteurs (heure de la journée × points de mesure) ($F(2,34) = 16,6$; $p<0,001$). A propos l'effet de l'heure de la journée, pendant les trois points de mesure, l'analyse post-hoc LSD montre que les concentrations de la T sont plus élevées le matin que le soir ($p<0,001$). Mais, ces résultats n'ont pas permis d'avoir une préférence quant aux choix de l'heure de l'entrainement le plus adéquat.

CONCLUSION

En conclusion, d'après notre étude, la séance d'entrainement de force matinale et même du soir provoquent des réponses hormonales aiguës, offrant un niveau favorable à l'anabolisme musculaire. Cependant, ce résultat n'a pas aboutit à une préférence au choix du moment adéquat de l'entrainement.

REFERENCES

Beaven, CM., Gill, ND., Cook, CJ. (2008b). Salivary testosterone and cortisol responses in professional rugby players after four resistance exercise protocols. J. Strength Cond. Res. 22:426–432.

Bird, SP., Tarpenning, KM. (2004). Influence of circadian time structure on acute hormonal responses to a single bout of heavy-resistance exercise in weight-trained men. Chronobiol. Int. 21:131–146.

Bird, SP., Tarpennig, KM., et Marino, FE. Designing Resistance Training Programmes to Enhance Muscular Fitness.A Review of the Acute Programme Variables. Sports Med 2005, 35: 841–851.

Crewther, BT., Lowe, T., Weatherby, RP., Gill, N., Keogh, J. (2009). Neuromuscular performance of elite rugby union players and relationships with salivary hormones. J. Strength Cond. Res. 23:2046–2053.

Kraemer, WJ., Ratamess, NA., & French, DN. (2002). Resistance training for health and performance. Curr Sports Med Rep: 165-171.

Kraemer, WJ., Ratamess, NA. (2005). Hormonal responses and adaptations to resistance exercise and training.Sports Med. 35:339–361.

Pfeffer, LA., Brisson, BK., Lei, HQ., Barton ER. (2009). The insulin-like growth factor (IGF)-I E-peptides modulate cell entry of the mature IGF-I protein. Mol. Biol. Cell. 20:3810–3817.

The effect of training at the same time of day on the diurnal variations of technical ability and swimming

Salah Ferchichi[a,b*], *Yana Taktak*[c], *Heni Taktak*[b], *Hamdi Chtourou*[d], *Fayçal Zarrouk*[b], *Zouhair Tabka*[a], *Nizar Souissi*[d]

[a]Department of Physiology and Lung Function Testing, Sousse Faculty of Medicine, University of Center, Sousse, Tunisia.
[b]High Institute of Sport and Physical Education, Ksar-Said, Manouba University, Manouba, Tunisia.
[c]High Institute of Sport and Physical Education, Kef, Jendouba University, Kef, Tunisia.
[d]Research Laboratory "Sport Performance Optimization" National Center of Medicine and Sciences in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia.

*Email: salanour@yahoo.fr

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the effects of training at the same time of day on diurnal variations of technical ability and swimming performance, to provide some recommendations with regard to adjusting training hours in accord with the time of day of competitive events. Eighteen participants volunteered for this study, and these were randomly assigned to either a morning training group (MTG, who trained only between 07:00 and 08:00 h, n = 6), an evening training group (ETG, who trained only between 17:00 and 18:00 h, n = 6), or a control group (CG, did not train but participated in all tests, n = 6). Swimming performance and technical ability – (i) stroke parameters: swim velocity *(V)*, stroke rate *(SR)* and stroke length *(SL)*; and (ii) motor organization: arm stroke phases and arm coordination *(Idc)* - were recorded 2 weeks before and 2 weeks after an 8-week regular training period. For all participants, the morning and evening tests were scheduled at the same time of day as the morning and evening training sessions. After training, the major finding of this study was that both ETG and the CG showed significantly lower *P*, *V*, *SR*, phase (*B*), phase (*C*) and *Idc* values in the morning than in the evening. However, *P*, *V*, *SR*, phase (*B*), phase (*C*) and *Idc* of the MTG measured at 07:00 h and 17:00 h did not differ. Thus, training at a specific time of day increased performance in MTG at this time and modified the diurnal variation of swim performance. This study indicates that training at a specific time of day can result in marked changes in both swimming performance and technical aspects of swimming. Furthermore, training in the morning improved morning swimming performance and its components, and the amplitude of the morning-evening difference decreased. Training in the evening improved swimming performance and its components more in the evening than the morning, and the amplitude of the morning-evening difference increased.

KEYWORD: Diurnal variation, Swimming performance, Technical ability, Arm coordination

La combinaison des ostensions en natation révélatrice de l'action professionnelle

Sghaier Donia,Ben Jomâa Hejer

Institut Supérieur du Sport et de l'Education physique de Ksar Said

doniasghaier@ymail.com

Cette présentation s'intéresse aux formes ostensives utilisées par l'enseignant d'éducation physique et sportive dans l'activité natation en Tunisie. Son objectif est de déterminer les combinaisons des ostensions par l'enseignant et de révéler que cette combinaison est une action professionnelle. Au filtre de la didactique clinique, notre méthodologie est qualitative, clinique qui privilégie l'étude « au cas par cas » (Terrisse, 1999), afin d'appréhender les sujets dans leur singularité et dans leur complexité. Le recueil et l'analyse de données s'inscrit dans une temporalité construite en un seul temps : l'épreuve (Terrisse, 2008) qui constitue l'instrument de nos analyses. Les résultats mettent en évidence que l'association entre les formes ostensives par les enseignants estrévélatrice de l'action professionnelle.

Mots clés : Combinaison, Ostension, Enseignant d'EPS, Action professionnelle, Natation.

INTRODUCTION

Brousseau (1996) a souligné que la combinaison entre les ostensions est un moyen, qui s'apparente à un « geste professionnel », d'ailleurs cet articulation paraît chère à cet auteur « l'articulation possible-nécessaire ».On ignore si la variation et la combinaison entre les formes d'ostensions par les enseignants influence l'action professionnelle. Dés lors, le but de cette communication estde révéler que l'association entre les formes ostensives par les enseignants estrévélatrice de l'action professionnelle.

MATERIELS ET METHODES

Deux classes d'étudiants de la 1ère Année LF de l'Issep Ksar Saïd ont été retenues pour cette étude. Ces étudiants ont été soumis à une séance d'apprentissage de la nage Crawl et ont été encadrés par deux enseignants d'EPS dont le degré d'expertise est différent. Notre méthodologie est qualitative, clinique. Les pratiques ostensives ont été décrites à partir de l'enregistrement audio et vidéo des séances et des données d'entretiens semi directifs *(Ante cycle, ante et post séance).*

RESULTATS ET DISCUSSION

A travers l'échelle des ostensions des savoirs (Robert, 2012), nous avons pu dégager une différence entre les pratiques ostensives des deux cas au niveau de l'épreuve.L'expert transmet le plus souvent une expérience personnelle et/ou une expertise corporelle, faite de « son vécu personnel » de spécialiste et « du ressenti corporel » dont le corps fait le « seul lieu d'aventure » (Vigarello, 1982) .La débutante énonce et explique souvent le savoir verbalement, elle ne maîtrise pas les savoirs moteurs et ne veut pas « démontrer ».

CONCLUSION

Enfin, l'analyse des pratiques ostensives combinées chez l'enseignant expert révèle la « Logique », la stratégie, « la signature professionnelle » selon Claudine Blanchard-Laville (2001), au travers de son histoire confronté à la contingence du milieu .En conséquence, son expertise dans sa manière de présenter le savoir a travers la combinaison entre les différentes formes d'ostensions révèle son action professionnelle.

BIBLIOGRAPHIE

Blanchard - Laville, C. (2001) « Les enseignants, entre plaisir et souffrance ». PUF.

Terrisse, A. (2008). Le sujet en didactique clinique de l'EPS : Conditions et conséquences pour la recherche. eJRIEPS, 15, pp. 179-197. Besançon : IUFM de Franche-Comté.

L'impact d'un programme d'entrainement basé sur les jeux préliminaires sur quelques qualités physiques et techniques et l'ajustement psychosocial chez les jeunes footballeurs (U17)

Belaroussi Slimane, Mokhtari Abdelkader, U*niversité Hassiba Ben Bouali Chlef**

Safir el Hadj, *Université Alger 03*

belaroussislimane@hotmail.fr

Résumé :

L'importance de cette étude réside en l'impact d'un programme d'entrainement basé sur les jeux préliminaires sur quelques qualités physiques et techniques et l'ajustement psychosocial chez les jeunes footballeurs (U17)

Le chercheur a met les hypothèses suivants :

1-L'utilisation du programme d'entrainements peut améliorer les qualités physiques des jeunes footballeurs.

2- L'utilisation du programme d'entrainement peut améliorer les qualités techniques des jeunes footballeurs.

3-L'utilisation du programme d'entrainement peut améliorer les degrés de l'ajustement psychosocial jeunes footballeurs.

Modalités de la recherche :

Le chercheur a appliqué la méthode expérimentale en raison de son adéquation avec la nature même de la recherche , sur un échantillon de 30 footballeurs , repartis en deux groupes de 15 expérimentale et contrôle On veillant a respecter graphiquement toutes les variations fonctionnelles et physiques on tenant compte de l'age ,taille et du poids des joueurs, les deux groupes ont été soumis a des épreuves diagnostiques préalables avant l'application du programme , ce dernier a duré 08 semaines en raison de 04 séances par semaine.

A la fin du programme d'entrainement une épreuve finale a été prévue respectons les mêmes mesures que celles qui ont été appliquées lors des épreuves préalables.

Mots clés : programme d'entrainement ; les jeux préliminaires ; qualités physiques et techniques ; l'ajustement psychosocial.

Impact de l'entraînement physique sur la résistance à l'insuline chez des jeunes hommes obèses et non-obèses

Nejmeddine Ouerghi[1,2,3], Nidhal Jebabli[1,3],Marwa Khammassi[1,3], Mohamed Kacem Ben Fredj[2], Moncef Feki[2], Naziha Kaabachi[2]& Anissa Bouassida[1]

1. Unité de recherche, Performance Sportive et Réhabilitation Physique, ISSEP du Kef, Université de Jendouba, Tunisie.
2.Hôpital la Rabta, Faculté de Médecine de Tunis, Université de Tunis - El Manar, Tunisie.
3. Faculté des Sciences de Bizerte, Université de Carthage, 7021 Zarzouna, Bizerte, Tunisie.
E-mail : najm_ouerghi@hotmail.com

Le but de cette étude était d'évaluer les effets de 2 mois d'entraînement intermittent à haute intensité (EIHI) sur les facteurs de risque cardio-métaboliques chez des jeunes hommes obèses et non-obèses. Les sujets ont été sélectionnés en fonction de l'indice de masse corporelle (IMC); en sujets obèses (IMC>30 kg/m^2, n=9) et sujets non-obèses (IMC<25 kg/m^2, n=9). La composition corporelle la performance aérobie et les paramètres métaboliques ont été mesurés avant et après l'EIHI. L'entraînement a permit une amélioration de la composition corporelle, des lipides et du HOMA-IR chez les sujets obèses. En revanche, aucun changement significatif n'a été enregistré au niveau de ces différents paramètres mesurés chez les sujets non-obèses. La performance aérobie a été augmentée chez les sujets obèses et non-obèses. En conclusion, 8 semaines d'EIHI est suffisante pour réduire plusieurs facteurs de risque cardio-métaboliques chez l'homme obèse.

Mots clefs : Entraînement intermittent, facteurs de risque, lipides, obésité, résistance à l'insuline

INTRODUCTION

L'obésité est un problème qui touche les pays développés et en développement. Elle constitue un important facteur de risque cardio-métabolique. L'entraînement en endurance, est considérée comme bénéfique pour maintenir et réduire le développement des maladies cardiovasculaires et métaboliques (Blair et al., 1996 ; Angelopoulos et al., 2002). L'effet de l'entraînement par intervalle de haute intensité et de courte durée (EIHI) sur les facteurs cardio-métaboliques n'est suffisamment exploré et les résultats disponibles chez les sujets à poids normal et les sujets obèses ou en surpoids sont fluctuants voir parfois contradictoires (Tjønna et al., 2009 ; Alvarez et al., 2012 ; Schjerve et al., 2008; Heydari et al., 2012). Notre étude avait pour objectif d'évaluer l'influence de l'EIHI sur la composition corporelle, le profil lipidique, la glycémie à jeun, l'insuline et l'HOMA-IR chez de jeunes hommes Tunisiens à poids normal ou en excès de poids.

MATERIEL ET METHODES

Dix-huit lycéens, de sexe masculin, âgés de 17 à 20 ans ont été sélectionnés en fonction de leur indice de masse corporelle (IMC) et répartis en deux groupes; groupe obèse (GO, IMC>30 kg/m^2, n=9) et groupe non-obèse (GNO, IMC<25 kg/m^2, n=9). Les participants ont été soumis à un programme d'entraînement par intervalle de haute intensité et de courte durée (EIHI) pendant 8 semaines, à raison de trois séances hebdomadaires. Les paramètres anthropométriques, la capacité aérobie, les lipides, la glycémie à jeun et l'insuline ont été mesurés chez tous les sujets avant et après le programme d'entraînement. La résistance à l'insuline a été estimée par l'index HOMA-IR selon la formule: (glucose * insuline)/22,5.

RESULTATS

A l'inclusion, le cholestérol total (CT), les triglycérides (TG), l'insuline et l'index HOMA-IR étaient significativement plus élevés dans le GO par rapport au GNO. Comparativement aux valeurs basales, il existait au bout de 8 semaines d'EIHI une diminution significative du poids (-1,62%), du pourcentage de masse grasse (-1,59%), du taux de CT (-11,81%), des TG (-21,34%), des LDL-C (-11,75) et de l'index HOMAR-IR (-31,5%) dans le GO. Cependant, les taux de glycémie à jeun et de l'insuline ont baissé mais pas de maniéré significative et le HDL-C a restés inchangés. Dans le GNO, aucun changement significatif n'a été

enregistré au niveau de ces différents paramètres mesurés après l'EIHI. La consommation maximale d'oxygène a augmentée significativement ($p<0,01$) dans les deux groupes (GO et GNO).

DISCUSSION

Nos résultats ont montré une amélioration significative de plusieurs facteurs de risque cardio-métabolique sous l'effet de l'EIHI chez les jeunes hommes obèses. En revanche, pour les sujets non-obèses, aucun changement significatif n'a été observé. L'EIHI montre une meilleure amélioration de métabolisme des glucides et des lipides (Burgomaster et al., 2008), cette amélioration est associé à la diminution de la masse graisse et donc à une réduction des risques de maladies cardio-vasculaires. Cet EIHI est d'un impact vérifiable sur les sujets obèses. Nos résultats sont en accord avec ceux de Tjønna et al. 2009, qui ont montré des effets similaires après EIHI chez des adolescents obèses. Par contre, Schjerve et al. 2008 et Heydari et al. 2012 n'ont observé aucune modification significative des lipides, de la glycémie à jeun, de l'insuline et de l'index HOMA-IR suite à l'EIHI chez des sujets obèse ou en surpoids. D'autre part et en désaccord avec nos résultats, Alvarez et al. 2012 et al. ont montré une réduction significative de la glycémie à jeun, de l'insuline et du HOMA-IR après EIHI chez des sujets non-obèses. Ces confusions pourraient s'expliquer par plusieurs facteurs tels que le sexe, l'âge, la durée et l'intensité de l'entraînement, le temps du prélèvement sanguin post-exercice, l'alimentation, l'environnement.

CONCLUSION

Nos résultats ont montré que 8 semaines d'EIHI permettent une amélioration nette de nombreux facteurs de risque cardio-métabolique chez le sujet jeune obèse, mais moins évidente chez les sujets à poids normal. L'EIHI devrait occuper une place privilégié dans l'arsenal des moyes de lutte contre l'obésité. Il permet de réduire les facteurs de risque cardio-métaboliques et améliore la santé des jeunes obèses.

REFERENCES

Alvarez, C., Ramírez, R., Flores, M., Zúñiga, C., Celis-Morales, CA (2012). [Effect of sprint interval training and resistance exercise on metabolic markers in overweight women]. Rev Med Chil, 140, 1289-1296.

Angelopoulos, TJ., Schultz, RM., Denton, JC., Jamurtas, AZ (2002). Significant enhancements in glucose tolerance and insulin action in centrally obese subjects following ten days of training. Clin J Sport Med, 12, 113-118.

Blair, SN., Connelly, JC (1996). How much physical activity should we do? The case for moderate amounts and intensities of physical activity. Res Q Exerc Sport, 67, 193-205.

Burgomaster, KA., Howarth, KR., Phillips, SM., Rakobowchuk, M., Macdonald, MJ., et al (2008). Similar metabolic adaptations during exercise after low volume sprint interval and traditional endurance training in humans. J Physiol, 1; 586, 151-160.

Heydari. M., Freund, J., Boutcher, SH (2012). The effect of high-intensity intermittent exercise on body composition of overweight young males. J Obes, 2012, 480467.

Schjerve, IE., Tyldum, GA., Tjønna, AE., Stølen, T., Loennechen, JP., et al (2008). Both aerobic endurance and strength training programmes improve cardiovascular health in obese adults. Clin Sci (Lond), 115, 283-293.

Tjønna, AE., Stølen, TO., Bye, A., Volden, M., Slørdahl, SA., et al (2009). Aerobic interval training reduces cardiovascular risk factors more than a multitreatment approach in overweight adolescents. Clin Sci (Lond), 116, 317-326.

Qu'est ce qui détermine le choix du pied utilisée par l'enfant gaucher ? Effet combinée de la complexité de la tâche et de la de position spatiale de l'objet

SanaGhamgui, Riadh Dahmen
Unité de Recherche,Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax
sana.ghamgui@hotmail.com

Le but de cette étude est de comparer la fréquence d'utilisation du pied préférée et du pied non préférée chez trente enfants gauchers réalisant deux tâches de difficulté croissante, selon deux positions spatiales de l'objet cible (controlatérale versus ipsilatérale au pied préférée). Nos résultats ont montré une préférence significative du pied selon la région de l'espace et selon la complexité de la tâche. La majorité des participants sollicitent davantage leur pied préféré lorsque l'objet était présenté du côté ipsilatérale, et d'une manière plus importante au cours de la tâche complexe.

Mots clefs : demande spatiale, préférence podale, tâche complexe, Enfant
Keywords: spatial position, foot selection, task complexity, children

ABSTRACT

The goal of the present study was to compare the use of the preferred versus the non-preferred foot in left footed children performing two tasks of different levels of complexity at three spatial locations (right position and left position to the preferred foot). Our results revealed strong effects of spatial location and task complexity. The participants favor their preferred foot in hemispace ipsilatéral, and use the non-preferred foot in the contralateral hemispace. However, in the complex task, the children exhibited a greater use of their preferred foot for actions in the contralateral hemispace.

INTRODUCTION

Plusieurs travaux ont mis en relation les caractéristiques et les contraintes de l'activité (e.g. le niveau de précision requis par l'action et la demande spatiale) sur la préférence manuelle. Les auteurs suggèrent que la sélection de la main pour répondre à des stimuli présentés dans l'espace controlatérale est déterminé principalement par les informations liées à la position spatiale de l'objet par rapport à la main (Bryden et Roye, 2006, Gabbard et al, 2001). Cependant, les caractéristiques individuelles et la dominance motrice s'avèrent également le facteur le plus important qui détermine le choix de la main préféré du côté ipsilatérale (Gabbard, Iteya et Rabb, 1997; Gabbard, Tapia, et Helbig, 2003; Gabbard et Helbig, 2004). Ce travail a pour objectif de mettre en évidence les facteurs qui sous-tendent le choix du pied préféré chez les enfants gauchers. Notons qu'aucune étude n'a évalué spécifiquement l'effet de la demande spatiale et de la complexité de la tâche sur la préférence podale.

MATERIEL ET METHODES

Trente enfants gauchers de différentes catégories d'âge (5 ans, 7 et 9 ans) ont participé de façon volontaire à cette étude. Chaque groupe est composé de 10 gauchers de sexe différent (5 filles, 5 garçons). Après avoir déterminé le pied préféré, deux cercles ont été tracés au sol selon deux positions spatiales (75 ° à gauche, et 75 ° à droite de la ligne médiane du corps). La tâche consiste à poser un seul pied dans chaque cercle. Dans la tâche complexe, les deux cercles de la tâche précédente ont été remplacés par deux corbeilles pleines de balles. Les enfants ont transporté chaque corbeille au centre avec un seul pied.

RESULTATS

Nos résultats ont montré une préférence significative du pied selon la région de l'espace et selon la complexité de la tâche (p=0,000). La majorité des participants ont utilisé davantage leur pied préféré même lorsque l'objet était présenté du côté controlatéral, et d'une manière plus importante au cours de la tâche complexe.

DISCUSSION

Cette étude s'accorde avec les résultats Leconte et Fagard (2004, 2006) qui ont examiné l'effet combiné de demande spatiale et la complexité de la tâche sur la préférence manuelle des enfants, et ils ont montré une interaction significative entre les deux variables. Une sollicitation plus fréquente de la main préférée pour les actions réalisées dans l'hémichamp ipsilatéral, et cette utilisation diminue significativement du côté gauche. De même, la fréquence d'utilisation de la main préférée du côté controlatéral dépend du niveau de complexité de la tâche.

CONCLUSION

La préférence podale s'inscrit dans un processus dynamique combinant plusieurs facteurs : un facteur intrinsèque correspond à la préférence podale de l'individu, etdes facteurs extrinsèques tels que le degré de complexité de la tâche et la demande spatiale.

BIBLIOGRAPHIE :

-Bryden, P. J., & Roy, E. A. (2006). Preferential reaching across regions of hemispace in adults and children. Developmental Psychobiology, 48, 121–132.

-Gabbard, C., Helbig, CR. (2004).What drives children's limb selection for reaching in hemispace? Experimental Brain Research, 156, 325-32.

-Gabbard, C., Helbig, CR., Gentry, V. (2001). Lateralized effects on reaching by children. Developmental Neuropsychology, 19, 41-51.

-Gabbard, C., Iteya M, Rabb, C. (1997). A lateralized comparison of handedness and object proximity. Canadian Journal of Experimental Psychology,51,176-80.

-Gabbard, C., Tapia, M., Helbig, CR. (2003) Task complexity and limb selection in reaching. International Journal of Neuroscience, 143-52.

-Leconte, P., Fagard, J. (2004). Influence of object spatial location and task complexity on children's use of their preferred hand depending on their handedness consistency. Developmental Psychobiology, 45, 51-8.

-Leconte, P., Fagard, J. (2006). Which factors affect hand selection in children's grasping in hemispace? Combined effects of task demand and motor dominance. Brain and Cognition, 60, 88–93.

L'effet de trois types de récupération après un effort intermittent le matin et l'après-midi chez des footballeurs âgés de 10-12 ans

Intissar Shimi[1], Salma Abedelmalek[2], Khouloud Aloui[1]Nizar Souissi[1]

[1] Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia;

[2] Department of Physiology and functional explorations, Sousse Faculty of Medicine, Sousse, Tunisia:

Mail: s_abedelmalek@yahoo.fr

L'objectif de cette étude est de vérifierl'effet de trois types de récupération après un effort intermittent le matin et l'après-midi chez des jeunes footballeurs. Vingt-quatre sujets ont participé à cette étude répartis comme suit; (GRP; n=8)poursuit une récupération passive, (GRA; n=8) groupe de récupération active et (GRE; n=8) poursuit une récupération par électrostimulation (ES). Les sujets ont effectués des tests à 07:00 h et 17:00 h avant (T1) et après le match de football (T2) et après la récupération (T3). Des prélèvements sanguins ont été effectués. Nos résultats ont montré que les performances anaérobies (i.e., détente, sprint 10 m et agilité) et la RPE suivent des variations diurnes avec des meilleurs résultats à 17 :00h accompagné de pic de température orale chez les trois groupes. La FC et PA sys augmentent à T2 par rapport à T1 et T3. La FC chez GRA est plus élevéque chez GRP et GRE à T3. Les concentrations du lactate et créatine kinase augmentent après le match chez les trois groupes. Pour le lactate, les résultats à T3 sont meilleurs chez GRA et GRE par rapport à GRP. En conclusion, ces résultats suggèrent qu'après l'exercice intermittent la récupération active et par électrostimulationsont des meilleures stratégies pour accélérer l'élimination des marqueurs de dommages musculaires et la diminution de la fatigue neuromusculaire.

Mots clés: heure de la journée; réponse cardiovasculaire; réponse biochimique; Récupération ; Football.

INTRODUCTION

Il est bien admis que les performances réalisées lors des exercices aérobie et anaérobie suivaient des variations diurnesavec des valeurs plus élevées observées l'après-midi (Fernandes et al. 2014). D'autre part, l'exercice intermittent est caractérisé par des interactions entre plusieurs facteurs (i.e., l'intensité et le mode de récupération). En outre,le football est un sport intermittent caractérisé par des mouvements de haute intensité entrecoupée de périodes de récupération (Krustrup, 2010). Les données disponibles concernant l'effet des modalités de récupération suit à un effort intermittent chez l'enfant sont rares. Ainsi l'objectif de la présente étude était de vérifier l'effet de la variation diurne sur les performances sportives et les paramètres biochimiques suite à un effort intermittent chez des footballeurs âgés de 10-12 ans.

METHODOLOGIE

Vingt-quatre sujets ont participé à cette étude répartis aléatoirement en trois groupes ; Le 1^{er}groupe qui poursuit une récupération passive (assis pendant 10 min (GRP; n=8)), le 2^{ème}groupe de récupération active (des exercices à faibles intensités pendant 10 minutes (GRA; n=8)) et un 3^{ème}groupe qui poursuit une récupération par électrostimulation (pendant 1 heure (GRE; n=8)). Les sujets ont réalisé, à deux moments de la journée 07:00h et 17:00h, des tests de détente verticale, Sprint 10 m et test d'agilité.La mesure des paramètres biochimiques(i.e., lactate, la créatine kinase), la fréquence cardiaque (FC) la pression artérielle systolique et diastolique (i.e., PA sys, PA dias), les scores RPE et la Température ont été effectués avant (T1), immédiatement aprèsun match de football de (20 min×2)(T2) et après la récupération (T3).

ANALYSE STATISTIQUE

Les valeurs sont exprimées en moyenne ± erreur standard (Moyenne ± ES). La normalité a été testée pour toutes les distributions par le test Shapiro-Wilk. L'analyse de la variance ANOVA à trois facteurs [2 Heure de la journée ×3 types de récupération x 3 points de mesure] pour les marqueurs de dommage musculaire (i.e., lactate, la créatine kinase) et les paramètres cardiovasculaires (FC, PA sys et PA dias). [2 Heure de la journée ×3 types de récupération× match] pour la température orale, les paramètres du test de détente, sprint 10m, test agilité et les scores de l'RPE.

RESULTATS

Nos résultats ont montré que les performances anaérobies (i.e., détente, sprint 10 m et agilité) suivent des variations journalières avec des meilleurs résultats observés à 17 :00h avec le pic de la température orale chez les trois groupes. En revanche, ces performances baissent significativementà T3 ($p<0.01$). Pour les performances enregistrées (i.e., détente) à T3, les meilleurs résultats ont été observés chez le GRA et GRE par rapport au groupes GRP ($p<0.05$) et meilleurs chez le GRP et GRE pour l'agilité. En outre, les scores RPE enregistrés à T3 suivent des variations circadiennes pour les trois groupes ($p<0.05$). Nos résultats ont montré que les valeurs de la FC et PA sys augmentent à T2 par rapportàT1 et T3. En revanche, ces paramètres ne dépendent pas de l'heure de la journée. Pour la FC les valeurs chez le groupe GRA ($p<0.01$) sont plus élevées en comparaison avec GRP et GRE à T3. Nos résultats ont montré que les concentrations sanguinesdu lactate et CK augmentent significativement après ($p<0.01$) le match chez les trois groupes. Pour le lactate, les résultats obtenus à T3 sont meilleurs chez GRA et GRE par rapport à GRP ($p<0.05$).

DISCUSSION

Nos résultats montrent que les performances anaérobies présentent des variations diurnes chez l'enfant avec des valeurs supérieurs enregistrés l'après midi (Souissi et al. 2010). De même, nos résultats ont montré une baisse significative de la performance sportive (i.e., détente, agilité et sprint) après le match. Ce résultat pourrait être expliqué par la grande sollicitation anaérobie et les types de mouvements qui ont été établis avec le recrutement de fibres rapides. (Sellami, 2014). Les meilleures performances enregistrées à T3 sont présentées chez les groupes GRA et GRE par rapport au groupe GRP pour la détente verticale et chez les groupes GRP et GRE par rapport à GRA pour l'agilité. Nos résultats ont montré que les scores RPE à T2 sont significativement inférieurs à 17 :00h par rapport à 07 :00h chez les trois groupes. Les auteurs suggèrent que chez les enfants, le score inférieur de l'RPE peut être expliqué par leurs signaux périphériques et centraux liés à leur récupération plus rapide après un exercice physique. Nos résultats ont montré que les valeurs la FC enregistrées à T2 sont significativement supérieures à celles enregistrées à T1 et T3 chez les trois groupes à 07 :00h et 17 :00h sans aucune différence entre les deux moments de la journée avec une diminution significative des valeurs de FC pour le GRP et GRE par rapport au GRA. Les travaux de Buchheit et al. (2010) confirment que la FC chez les enfants est plus rapide par rapport aux adolescents et aux adultes. Concernant les paramètres de dommage musculaire, nos résultats montrent que les concentrations du lactate enregistrées à T2 sont significativement supérieures à celles enregistrés à T1 et T3 chez les trois groupes (i.e., GRP, GRA et GRE) à 07 :00h et 17 :00h. Egalement, nos résultats montrent que le taux de créatine kinase enregistré à T2 et T3 est significativement élevé en comparaison avec celui enregistré à T1 à 07 :00h. Ces résultats sont en accordance avec Ceci et al. (2014). Nos résultats ont montré que les paramètres de dommages musculaires ne varient pas au cours de la journée. Ainsi, nos résultats ont montré que la baisse de la concentration du lactate après la récupération était importante chez GRA et GRE par rapport à GRP. En revanche aucune différence significative n'était observée entre GRA et GRE.

CONCLUSION

En conclusion, les performances anaérobies chez l'enfant suivent des variations diurnes avec des meilleures résultats observés à 17 :00h. De même, la récupération passive et ES sont meilleursl'après midi à assurer le retour des valeurs de paramètres cardiovasculaires de façon plus rapide que la récupération active. Pour les paramètres de dommages musculaires induits par l'exercice la récupération active et par électrostimulation possèdent des effets positifs chez les enfants.

REFERENCE

Buchheit, M., Duche, P., Laursen, P., Ratel, S. (2010). Postexercise heart rate recovery in children: relationship with power output, blood pH, and lactate. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 35(2):142-150.

Ceci, R., Valls, M., Duranti, G., Dimauro, I., Quaranta, F., Pittaluga, M., Caporossi, D. (2014). Oxidative stress responses to a graded maximal exercise test in older adults following explosive-type resistance training. *Redox biology*, 2:65-72.

Sellami, M. (2014). Etudes de l'avance en âge (deux décennies) et de l'entrainement anaérobie (sprint et musculation) sur les réponses métaboliques et hormonales à l'exercice supramaximal (Doctoral dissertation, Université Rennes 2).

Souissi, N., Driss, T., Chamari, K., Vandewalle, H., Davenne, D., Gam, A., Fillard, JR., Jousselin, E. (2010). Diurnal variation in Wingate test performances: Influence of active warm-up. Chronobiol Int, 27:64 0–652.

Fernandes, AL., Lopes–Silva, J P., Bertuzzi, R., et al. (2014). Effect of Time of Day on Performance, Hormonal and Metabolic Response during a 1000–M Cycling Time Trial. *PloS ONE*. 9:e109954.

Krustrup, P., Christensen, J., Randers, M., et al. (2010). Muscle adaptations and performance enhancements of soccer training for untrained men. *Eur J ApplPhysiol*, 108:1247-58.

Effet de la Pliométrie sur la vitesse de démarrage chez les jeunes footballeurs âgés entre 12 et 14 ans.

Mourad Ait Lounis& Swanilda Mekioussa Izri

Université de Boumerdes (Algerie)

E.Mail : maitlounis69@gmail.com

Résumé

Introduction- la pliométrie est une méthode d'entraînement qui influe sur la coordination neuromusculaire et par conséquent, elle pourrait améliorer la vitesse de démarrage chez les jeunes footballeurs.

Synthèse des faits.- Cette étude se propose d'évaluer les répercussions d'un programme d'entraînement pliométrique sur la force-vitesse chez les jeunes footballeurs. 32 jeunes footballeurs (âge : - 15 ans ; Taille : 163/+ - 5cm ; Poids : 58/ + - 5kg) répartis en groupe expérimental (16) et témoin (16) ont pris part à cette étude. La comparaison des résultats aux épreuves de force-vitesse montre une nette amélioration des performances du groupe soumis à l'entraînement pliométrique.

Conclusion. – La pliométrie favorise l'entraînement des composantes de la coordination neuromusculaire et par conséquent, l'amélioration de la vitesse de démarrage chez les jeunes footballeurs.

Mots clés : Pliométrie, Coordination neuromusculaire, Vitesse de démarrage, Force-vitesse.

Abstract

Introduction:plyometricsis atraining methodthat affects theneuromuscular coordinationand, therefore, it could improve thestartup speedin youngfootballers.

Facts-summary: the aim ofthis study wasto verify the impactof aplyometrictraining programon theforce-velocityin youngfootballers.32young players(age:- 15 years; Height: 163/+ -5cm; Weight:58 /+ -5kg) divided intoexperimental group(16) andcontrol (16) took part inthis study.Comparing the resultstostartspeed eventsshowsa marked improvement ingroupperformancesubject toplyometric training.

Conclusion: Plyometrictrainingcomponentpromotesneuromuscularcoordinationand, consequently, improved start speedin youngfootballers.
Keywords:Plyometrics, neuromuscularcoordination, Start Speed, Strength-speed.

Introduction

Pendant la puberté, les jeunes footballeurs éprouvent certaines difficultés à s'adapter aux situations de jeu (appels de balle, changements de directions, etc.) où la réactivité et l'explosivité musculaires sont déterminantes. Ces difficultés peuvent être expliquées par un développement restreint de la coordination neuromusculaire à la suite des changements de proportions entre les différents segments corporels , **Vrijens, J**., (1991, p.247). Par ailleurs,

des d'études affirment que la fin de la période d'enfance est favorable pour l'entraînement des composantes de la force-vitesse de sorte qu'elle aura une répercussion favorable sur le recrutement et le fonctionnement des fibres musculaires, en particulier sur les fibres à contraction rapide. Il en résultera une amélioration de la capacité de coordination neuromusculaire, **Hahn, E.**, (1991, pp.134-137), **Weineck, J.**, (1997, p.183). La question qui se pose dans ce contexte est la suivante : le travail de musculation de « type pliométrique » intégré dans les cycles d'entraînements hebdomadaires, permet-il d'améliorer le fonctionnement des différentes composantes et système de commande liés à la coordination neuromusculaire, et par conséquent, la vitesse de démarrage chez les jeunes ?

Objectif de l'étude

L'objectif de cette étude est d'examiner l'impact du travail pliométrique sur la vitesse de démarrage chez les jeunes footballeurs et étudier, par là, les différences interindividuelles concernant les d'adaptations neuromusculaires liées au travail pliométrique.

Méthode

L'étude est menée sur 32 jeunes footballeurs (âge :12 - 14 ans ; Taille : 163/+ - 5cm ; Poids : 58/ + - 5kg) appartenant à une association sportive de football. Les sujets sont répartis au hasard en groupe expérimental (GE : 16 éléments) et en groupe témoin (GT : 16 sujets). L'effet de la variable indépendante (entraînement pliométrique) sur la variable dépendante (vitesse de démarrage) est mesuré par le test vitesse (10m) à l'aide de plusieurs chronométreurs. La performance est mesurée en secondes et centièmes (1/100) de secondes. La comparaison des moyennes (intra et intergroupes) est réalisée par le test de student (T).

Résultats

Le taux (%) de progression chez les sujets soumis à un cycle d'entraînement pliométrique (groupe expérimental) diffère de celui des sujets du groupe témoin. Le test de signification ($T= 2,875>2,045$, $p<0,05$) montre, en effet, que la moyenne de progression enregistrée chez le groupe expérimental (2,036) varie significativement de celle du groupe témoin (2,123).

Discussions and Conclusions

Ces résultats confirment que les gains en force surviennent rapidement chez les débutants en travail de musculation, Cometti, G. (1988). En effet, plusieurs études montrent que le travail de musculation contribuent, non seulement à l'amélioration de la force musculaire, mais aussi d'autres formes de sollicitation motrices telles que : la vitesse, l'équilibre, la coordination, la capacité de sauter et la flexibilité, Adams K., et all., (1992), Hoffman J., and Almasbakk B., (1995), Cometti, G. et Cometti, D., (2007). Ces gains s'expliquent surtout par : la diminution des inhibitions sur le réflexe myotatique, Carrio, C. (2008, p.254) ;'élévation du seuil des récepteurs de golgi et la diminution du temps de couplage, Carrio, C. (2008, p.254); L'augmentation de la raideur musculaire, Legeard E. (2005, p.39) . Par contre, le taux de progression constaté chez le groupe témoin est lié à la fois à la croissance et aux effets des entraînements habituels auxquels ils sont soumis. Donc, la pliométrie est une méthode d'entraînement qui influe sur la coordination neuromusculaire et par conséquent, elle pourrait améliorer la vitesse de démarrage chez les jeunes footballeurs.

References

- Adams K., 0'Shea K., et all (1992): The effect of six weeks of squat, plyométrics and squat plyometric training on power production. J.Appl.Sport.Sci.Res.6:36-41.
- Bosco C. (1985): L 'effeto del prestiramento sul comportamento del musculo scheletrico e considerazioni fisiologiche sulla forza esplosiva. In atleticastudi jan-fev. 7-117, traduction INSEP n°644.
- Carrio, C. (2008): Pliométrie (échauffement, gainage). Ed.Amphora, p.254.
- Cascua, S., Fèvre, R. (2006): Programmes de musculation. Ed. Vigot, p.32.
- Legeard E. (2005): La force (de la théorie à la pratique), Ed. Amphora, p.39.
- Cometti, G. et Cometti, D., (2007) : La pliométrie (méthodes, entraînement et exercices). Ed. Chiron (France).
- Cometti, G. (1988) : La pliométrie. Université de bourgogne-Dijon (France).
- Hahn, E. (1991): L'entraînement sportif des enfants. Ed. Vigot, pp.134-137.
- Hoffman J., and Almasbakk B. (1995): The effects of maximum strength on throwing velocity and muscle strength in female team-handball players.J.Strength cond.Res.9: pp.255-258.
- Schmidbleicher D., (1985): Classification des méthodes d'entraînement en musculation, in traduction Insep n°498 (edited by Insep).
- Vrijens, J. (1991): L'entraînement raisonné du sportif. Ed. De Boeck Université, Bruelles. p.247.
- Weineck, J. (1997) : Manuel d'entraînement. 4ème édition. Ed.Vigot, p.183.

La manœuvre de blocage: ne représente pas la technique de changement de direction la plus efficiente chez les jeunes footballeurs élites

Mehdi Rouissi[1], Moktar Chtara[1], Adam Owen[2], Anis Chaalali[1], Anis Chaouachi[1], Tim Gabbett[3]and Karim Chamri[4]

[1]Tunisian Research Laboratory ‘‘Sport Performance Optimization’’, National Center of Medicine and Science in Sports Tunis, Tunisia, [2]Servette Football Club, Geneva, Switzerland, [3]School of Exercise Science, Australian Catholic University, Brisbane, Queensland, Australia, [4]Aspetar, Athlete Health and Performance Research Centre, Qatar Orthopaedic and Sports Medicine Hospital, Doha, Qatar

L’objectif de cette étude était de comparer la performance de deux manœuvres de changement de direction (CDD) ; la manœuvre de contournement (CON) vs la manœuvre de blocage (BLO) (souvent utilisée en football) dans différents angles et directions. 73 joueurs ont participé à l’étude (U15 et U18, divisés en titulaires [GT] et remplaçants [GR]). Tous les joueurs ont effectué des tests de CDD à 45°,90° et 135° avec la jambe dominante et non-dominante. La performance de CDD a été significativement meilleure avec la manœuvre de CON vs BLO, et ce à tous les angles. De plus, les GT avaient une meilleure performance par rapport aux GR. De même les U18 avaient une meilleure performance par rapport aux U15. Les résultats de l’étude suggèrent que la manœuvre de CON est plus efficiente que la manœuvre de BLO chez les jeunes footballeurs élites.

Mots clefs : changement de direction; football; sprints

INTRODUCTION: Deux principales manœuvres de CDD sont souvent analysées (Andrews et al., 1977); 1) la manœuvre de blocage (BLO) et 2) la manœuvre de pas croisés. Cependant, il existe d’autres manœuvres de CDD qui n’ont pas été étudiées telle que la manœuvre de ‘’Contournement’’ (CON).L’objectif principal de cette étude était de comparer la performance de la manœuvre de BLO (trajectoire rectilinéaire) vs la manœuvre de CON (trajectoire curvilinéaire) dans différents angles et directions. Cette comparaison permettra de déterminer la manœuvre de CDD la plus efficiente chez les jeunes footballeurs.

METHODES : 73 jeunes footballeurs ont volontairement participé à cette étude (U15 et U18). La population d’étude a été divisée en 2 groupes selon le niveau des joueurs ; 1) groupe des titulaires (GT) et 2) groupe des remplaçants (GR) qui comportait les joueurs ayant participé moins de 25% par match. Tous les tests de CDD se composaient par un sprint linéaire de 5m suivi par un CDD de 45°,90 ou 135° sur une distance de 5m. Tous les tests de CDD ont été réalisés avec la jambe dominante (JD) et non dominante (JND), où deux manœuvres de CDD ont été effectuées : BLO et CON (Figure 1).

Figure 1 : Illustration de la manœuvre de blocage (à gauche) et de la manœuvre de contournement (à droite)

RESULTATS :Les analyses statistiques ont montré un effet significatif « main effect » de « la manœuvre de CDD » ($p<0.001$). Ceci indiquait, que la manœuvre de contournement permettait une meilleure performance par rapport à la manœuvre de blocage. De même, les analyses statistiques ont révélé un effet significatif du « niveau des joueurs » ($p<0.02$). Ce résultat montrait que la performance des joueurs titulaires été significativement meilleure que celle des remplaçants. De plus, un effet significatif de « la catégorie d'âge » a été trouvé ($p<0.003$). Ce résultat montrait que le groupe (U18) avait une meilleure performance par rapport au groupe (U15).

DISCUSSION : la manœuvre de CON permettait une meilleure performance par rapport à la manœuvre de blocage. Cette différence pourrait être attribuée à la différence au niveau de la vitesse de course et des forces de freinage. En effet, la manœuvre de BLOC nécessite une réduction importante de la vitesse de course et une grande manipulation des forces de freinages (Suzuki et al., 2014)par rapport à la manœuvre de CON,qui nécessite une trajectoire de course curvilinéaire.La différence de performance entre les titulaires vs remplaçants pourraitêtre due à un plus grand volume de jeu (nombre de CDD/match est plus important) chez les titulaires. En effet, la différence du nombre de CDD/match pourrait engendrer des améliorations neuromusculaires et une meilleure la familiarisation avec les manœuvres de CDD chez les titulaires (Sheppard et al., 2006) . Les U18 avaient une meilleure performance de CDD par rapport aux U15. Ce résultat pourrait être dû à une différence au niveau de la croissance et de la maturation entre les deux catégories. (Buchanan and Vardaxis, 2003; Mendez-Villanueva et al., 2011).

CONCLUSION : La manœuvre de contournement est plus efficiente que la manœuvre de blocage. De plus, les tests de CDD (de 45° à 135°) pourraient être un moyen utile aux entraîneurs pour distinguer entre les titulaires et les remplaçants. La présente étude propose aux préparateurs physiques de varier le contenu des entrainements de CDD en utilisant des exercices de contournement et de blocage. Finalement, cette étude suggère aux entraineurs de prendre en considération les spécificités de chaque catégorie d'âge lors des entrainements de CDD.

BIBLIOGRAPHIE

Andrews, J. R., McLeod, W. D., Ward, T., & Howard, K. (1977). The cutting mechanism. *Am J Sports Med, 5*(3), 111-121

Buchanan, P. A., & Vardaxis, V. G. (2003). Sex-Related and Age-Related Differences in Knee Strength of Basketball Players Ages 11-17 Years. *J Athl Train, 38*(3), 231-237

Mendez-Villanueva, A., Buchheit, M., Kuitunen, S., Douglas, A., Peltola, E., & Bourdon, P. (2011). Age-related differences in acceleration, maximum running speed, and

repeated-sprint performance in young soccer players. *J Sports Sci, 29*(5), 477-484. doi: 10.1080/02640414.2010.536248

Sheppard, J. M., Young, W. B., Doyle, T. L., Sheppard, T. A., & Newton, R. U. (2006). An evaluation of a new test of reactive agility and its relationship to sprint speed and change of direction speed. *J Sci Med Sport, 9*(4), 342-349. doi: 10.1016/j.jsams.2006.05.019

Suzuki, Y., Ae, M., Takenaka, S., & Fujii, N. (2014). Comparison of support leg kinetics between side-step and cross-step cutting techniques. *Sports Biomech, 13*(2), 144-153. doi: 10.1080/14763141.2014.910264

Construction et validation en langue arabe de l'échelle d'ambigüité de rôles au sein des équipes tunisiennes de sports collectifs.

Construction and validity of the role ambiguity scale in the tunisien culture.

W. Boughattas (1), N. Kridis (2)

(1) Faculté des sciences humaines et sociales, Tunis ;

(2) Professeur des universités, faculté des sciences humaines et sociales, Tunisie ;

wissalboughattas@yahoo.fr

Résumé

Ce travail présente un résumé de quatre études réalisées pour examiner la structure conceptuelle de l'ambiguïté des rôles dans une autre culture (population tunisienne) grâce à une validation transculturelle de l'échelle d'ambigüité des rôles en langue arabe. Deux formes de cette échelle sont traduites et validées : une version qui distingue les contextes offensives et défensives ; une autre qui ne précise pas un contexte particulier. Dans l'ensemble, 463 sujets pratiquant divers sports collectifs ont participé à l'étude. Les résultats obtenus affirment les qualités psychométriques de l'EAR en langue arabe autant qu'une mesure d'ambigüité des rôles valide pour une population tunisienne.

Abstract

The present study provides a summary of four studies undertaken to examine the structure of the role ambiguity framework advanced by Beauchamp, (2002), Bosselut (2010) and its validity in another culture (tunisien culture). Two forms of the Role Ambiguity Scale were developed into arabic : a version distinguishing the offensive and defensive contexts; a version without specification of any context. Three competing models of the organization of the role ambiguity dimensions were examined. Overall, 463 athletes completing in different sport team participated in this study. The results supported a hierarchical organization of role ambiguity. Theoretical and cultural implications were advanced.

Mot clés : ambiguïté des rôles, validation, équipes sportives

Introduction

L'ambigüité des rôles constitue un élément essentiel dans le fonctionnement d'une équipe sportive. En effet, Beauchamp et *al*,. (2002) indiquent que dans le contexte sportif, les rôles sont directement prescrits aux joueurs par l'entraîneur. De ce fait, chaque joueur s'attribue un rôle qu'il doit remplir correctement pour que l'équipe fonctionne conformément à la stratégie de l'entraîneur. D'un autre côté, Beauchamp et *al*., (2002) présente l'ambiguïté du rôle comme un concept multidimensionnel comportant quatre manifestations (étendue des responsabilités, comportements liés au rôle, évaluation du rôle, conséquences liées au rôle). Ainsi, ces auteurs ont développé un outil de mesure au sein des équipes sportives, nommé « RAS ». Il comporte 40 items pour la version longue (contextes offensifs et défensifs) et 20 items pour la version courte (sans précision de contexte). De son côté, Bosselut et *al*., 2010 a validé l'EAR (version française du RAS) dans une population francophone. Cette échelle se distingue, par rapport à la version originale, par le nombre d'items : elle présente une version courte à 17 items et une langue à 34 items. L'auteur a justifié cette différence par l'effet des items formulés d'une façon négative sur les indices statistiques de son échelle. L'objectif général de ce travail était de déterminer la démarche scientifique de validation nécessaire pour l'adaptation de l'EAR en langue arabe.

Méthode et résultats :

Pour cette étude, on a eu recours à un protocole de validation de quatre études pour valider l'EAR en langue arabe d'un côté et de vérifier le modèle conceptuelle de l'ambigüité de rôle

(Beauchamp et *al*., 2002 ; 2003) au sein des équipes de sport collectif tunisiennes d'un autre côté. En premier lieu, la traduction en langue arabe est réalisée par deux traducteurs bilingues aboutissant ainsi à une version préliminaire dont la clarté des items est évaluée grâce à l'approche de type comitéet au pré-test sur la population cible. Par la suite, on a vérifié la fidélité et la validité du construit duquestionnairegrâce à l'analyse factorielle. Enfin, l'examen de la validité prédictive constitue la dernière étape de l'adaptation de cet instrument. Ce protocole de validation a permis, au total, à 463 sujets, âgés en moyenne de 17,11±2,83 ans pratiquant divers sports collectifs de prendre part à cette étude. On précise, à ce niveau, qu'on a pris en considération l'échelle originale en langue anglaise (20 et 40 items pour la version courte et langue) à côté de la version française (compte 17 et 34 items). Pour la version arabe, on a repris les items supprimés par Bosselut et *al*. (2010) lors de la validation de la version préliminaire. A noté que Bosselut a eu recours à cette solution pour améliorer les indices de fidélités. Par contre, on a jugé que trois items par dimension sera insuffisants pour bien mesurer celle-ci Vallerand (1986). On a alors préféré valider 20 items au lieu de 17 et de laisser les statistiques nous données raisons ou pas. Les analyses factorielles menées ont affirmé que les indices statistiques de la version arabe sont très satisfaisants permettant ainsi de soutenir la validité et la fidélité du construit de cette version en 20 items.Cette modification n'affecte en aucun cas la mesure de l'ambigüité car précise que le choix des items revient au chercheur en fonction des indices statistiques obtenusVallerand (1986). De ce fait, les propriétés psychométriques de chaque forme de cette échelle ont été vérifiées et attestent toutes de la validité de cette mesure dans une culture tunisienne.

En ce qui concerne la compatibilité des trois modèles conceptuels de l'ambigüité des rôles (Beauchamp et *al*. 2002 ; 2003) à une autre culture, les équations factorielles relative à l'EAR en langue arabe ont permis de soutenir la compatibilité du modèle de Beauchamp et *al*. (2002) avec les caractéristiques des équipes sportives tunisiennes. En plus, nos données s'organisent d'un côté en fonction de quatre dimensions, qui se regroupent autour d'une variable latente de second ordre qui est l'ambigüité, ce qui correspond au modèle de Beauchamp et *al*., (2002). Ces mêmes données affirment une deuxième organisation selon une variable latente de second ordre (responsabilité) qui explique les trois autres dimensions de l'ambigüité, ce affirme un alignement avec le modèle de Beauchamp et *al*., (2003). On note a aussi que le modèle de Beauchamp et *al*., (2002) s'appliquent mieux à la culture tunisienne que les autres modèles.

Conclusion :

Cette étude a permis de mettre en place une mesure l'ambigüité des rôles en langue arabe valide pour une culture tunisienne. Cette échelle se présente sous deux formes : une courte en, 20 items, mesurant l'ambigüité des rôles en contexte général et une deuxième longue, en 40 items, mésusant ce phénomène selon deux contextes (offensif et défensif).

Bibliographie

Beauchamp, M. R., Bray, S. R., Eys, M. A., & Carron, A. V. (2002). Role ambiguity, role efficacy, and role performance: Multidimensional and mediational relationships within interdependent sport teams. *Group Dynamics, Theory,Research, and Practice*.
Beauchamp, M. R., Bray, S. R., Eys, M. A., & Carron, A. V. (2003). The effect of role ambiguity on competitive state anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*.
Bosselut, G., Heuzé, J. P., & Sarrazin, P. (2010). Structure of the role ambiguity framework and validity in the French culture. Psychology of Sport and Exercise.

Vallerand, R. J. (1986). Vers une méthodologie de validation transculturelle de questionnaires psychologiques: implications pour la recherche en langue française. *PsychologieCanadienne*.

ETUDE DE LA DENSITE MINERALE OSSEUSE CHEZ DES SPORTIFS DE COMBAT ADOLESCENTS

Nasri Raouf[1], Hassen Zrour aoussenS[2], Rebai Haithem[1], Neffati Fadoua[3] , Najjar Mohamed Fadhel,[3] Bergaoui Naceur[2], Mejdoub Hafedh[4] &*Tabka Zouhair[1]*

1:Laboratory of Cardio-Circulatory, Respiratory, Metabolic and Hormonal Adaptations to the Muscular Exercise, Faculty of Medicine Ibn El Jazzar, University of Sousse,Tunisia .

2: Rheumatology department. Monastir Teaching Hospital, Tunisia.

3: Biochemistry and Toxicology Laboratory. Monastir Teaching Hospital, Tunisia

4: Research Laboratory of Protein Sequencer. Faculty of Sciences of Sfax, University of Sfax. Tunisia.

E-mail: raouf.nasri@gmail.com

RÉSUMÉ

Le but de cette étude était de déterminer l'impact de la pratique des sports de combat sur la densité minérale osseuse (DMO). Cinquante athlètes qui pratiquent des sports de combat, d'âge moyen 17,1 ± 0,2 ans, ont été comparés à 30 sujets sédentaires qui ont été appariés pour l'âge, la taille et le stade pubertaire. Pour tous les sujets, la DMO du corps total, la DMO lombaire (L2 - L4), et la DMO au niveau du bassin, les bras et les jambes ont été mesurés par absorptiométrie double énergie à rayons X, et les mesures anthropométriques ont été évaluées. Le poids, l'indice de masse corporelle et la masse maigre étaient significativement plus élevés chez les athlètes comparés aux sédentaires (p <0,001). La densité minérale osseuse (DMO) les valeurs moyennes étaient plus élevées dans tous les sites entre athlètes par rapport au groupe sédentaire (p <0,001). Les enfants et les adolescents devraient être encouragés à participer à des sports de combat afin de maximiser leur capital osseux et prévenir contre les fractures plus tard dans la vie.

Mots clés: sport de combat, adolescent, densité minérale osseuse, composition corporelle

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the impact of combat sports practice on bone mineral density (BMD). Fifty athletes engaged in combat sports, mean age 17.1 ± 0.2 yr, were compared with 30 sedentary subjects who were matched for age, height, and pubertal stage. For all subjects, the whole-body BMD, lumbar spine BMD (L2-L4), and BMD in the pelvis, arms, and legs was measured by dual-energy X-ray absorptiometry, and anthropometric measurements were evaluated.Weight, body mass index, and lean body mass were significantly higher among athletes than sedentary group (p<0.001).The bone mineral density (BMD) mean values were higher in all sites among athletes compared to sedentary group (p<0.001).
Children and adolescent should be encouraged to participate in combat sports to maximize their bone accrual and to prevent from fracture later in life.

Key words: combat Sports, adolescent, bone mineral density,body composition

Introduction

L'activité physique avec support du poids a des effets bénéfiques sur la santé osseuse tout au long de la vie. Les activités physiques qui génèrent des forces de charge relativement élevées, comme la plyométrie, la gymnastique, et l'entraînement de musculation à intensité élevée, favorisent l'accumulation des minéraux dans les os chez les enfants et les adolescents(1). Il est actuellement admis que l'activité physique pratiquée durant l'adolescence est corrélée à la masse osseuse présente à la fin de la période de croissance ("peak bone mass") (1,2). De plus, il y a des évidences que les gains de masse osseuse produits par l'exercice chez les enfants sont maintenus à l'âge adulte, suggérant que les habitudes d'activité physique pendant l'enfance peuvent avoir des effets bénéfiques de longue durée sur la santé osseuse.

Le but de cette étude était de déterminer l'impact de la pratique des sports de combat sur la densité minérale osseuse (DMO) chez des sportifs de combat adolescents, et de comparer ces résultats avec ceux d'adolescents sédentaires.

Matériel et méthodes

Dans cette étude transversale, nous avons comparé 50 sportifs de combat, garçons âgés de 17,1± 0,2 ans avec 30 sédentaires. Tous les sujets étaient appariés pour le sexe, l'âge, la taille et le stade pubertaire. Les sportifs s'entrainaient 4-5 fois par semaine de l'ordre de 8-10 h / semaine et ont pratiqué ces activités depuis une moyenne de 5,4 ± 1,2 ans.

La taille , le poids , la masse grasse totale (MG , kg) , la masse maigre (MM , kg) , et l'indice de masse corporelle (IMC , kg / m2) ont été évalués . Pour tous les sujets, la densité minérale osseuse (DMO, g / cm2) du corps total (DMOt), du rachis total (DMOr), la DMO lombaire (DMO L2-L4), la DMO au niveau du bassin et la DMO des bras et des jambes ont été mesurées par absorptiométrie biphotonique à rayons X (DXA) (Lunar Prodigy ; GE Healthcare médicale Belgique) menée au service derhumatologie à l'hôpital universitaire Fattouma Bourguiba Monastir.

Résultats

Le groupe des sportifs était apparié avec celui des témoins sédentaires en ce qui concerne l'âge, le sexe, la taille et le stade pubertaire. En effet, la moyenne d'âge de nos sportifs de combat était de 17,1± 0,2 ans ; celle des témoins était de 17,1 ± 0,4 ans. Le groupe des sportifs était constitué par des athlètes qui pratiquaient des sports de combat depuis en moyenne 5,4 ± 1,2 ans, à raison de 8-10 heures hebdomadaires.

La comparaison des paramètres anthropométriques de nos sportifs par rapport à ceux du groupe témoin a montré que la MM moyenne de nos sportifs était de 55,8 kg ± 6,1. Celle des témoins sédentaires était de 49,5 ± 7 kg. Cette différence est statistiquement significative ($p<0.001$).

Aucune différence statistiquement significative n'a été relevée pour la MG moyenne entre sportifs et sédentaires (8,9 kg ± 3,3 ; 8,13 ± 4,3 kg, respectivement). A l'inverse, La valeur moyenne de la DMO au corps total était de 1,26 ± 0,1 g/cm2 chez nos sportifs versus 1,09 ± 0,1 g/cm2 chez nos témoins sédentaires. Cette différence était statistiquement significative à ($p<0.001$).

La valeur moyenne de la DMO au site lombaire L2- L4 était statistiquement supérieure chez nos sportifs (1,31±0,1 g/cm2) versus celle de nos témoins sédentaires (1,03 ± 0,1 g/cm2) avec un ($p<0.001$). La valeur de la DMO moyenne au bassin était de 1,33 ± 0,1 g/cm2 chez nos sportifs

versus 1,03 ± 0,2 g/cm2 chez nos témoins sédentaires une différence marquée significative à ($p<0.001$).
La valeur de la DMO moyenne aux bras était statistiquement supérieure chez nos sportifs (0,94 ±0,07 g/cm2) comparativement à celle de nos témoins sédentaires (0,82 ± 0,06 g/cm2) avec un $p<0.001$. Aux membres inférieurs, la valeur moyenne de la DMO était de 1,45 ± 0,1 g/cm2 chez nos sportifs versus 1, 27 ± 0,1 g/cm2 chez nos témoins sédentaires. Cette différence était statistiquement significative entre les deux groupes avec un ($p<0.001$).

Conclusion

Selon les résultats préliminaires de notre étude, la pratique régulière des sports de combat semble être un facteur ostéogénique. Il pourrait être conseillé chez les enfants et les adolescents en période de croissance afin d'optimiser le capital osseux et prévenir contre les risques des fractures dans l'âge adulte.

Références

1. Hernandez CJ, Beaupre GS, Carter DR: A theoretical analysis of the relative influences of peak BMD, age-related bone loss and menopause on the development of osteoporosis. Osteoporos Int 2003; 14: 843–7.
2. Bass S.L, Eser P, Daly R. The effect of exercise and nutrition on the mechanostat. J Musculoskelet Neuronal Interact 2005; 5: 239- 254.
3. Andreoli A, Monteleone M, Van Loan M, et al. 2001 Effects of different sports on bone density and muscle mass in highly trained athlete. Med Sci Sports Exerc 33(4):507-511.
4. Ibrahim B. 2010 Analysis of bone mass density of lumbar spine zone of athletes. Afr J Biotechnol 9(43):7361-7371

The prediction of the temperamental style of the athletic youth in terms of bio-rhythm

Dr. Rasha Mohammed Ashraf Sharaf*
Dr. Ala'a Sayed Nabih**

*Professor of Sports Psychology, Dept. of Sports psychology Sociology and Evaluation, Faculty of Physical Education for Boy, Helwan University, The Arab Republic of Egypt. rasha ashraf 2004@ yahoo.com
** Asst. Professor, Dept. of Sports Health Sciences, Faculty of Physical Education for Boys, Helwan University, The Arab Republic of Egypt.

The athlete condition is different during the day according to his life style in respect of bio-rhythm of various body organs. Work efficiency will be different if works are operated in different day times for the bio-rhythm (3:4).As the training and psychological load is increased or raised, the rest period is increased accordingly. This is noticeable when disturbances are occurred in players while physical efficiency is getting regular dynamically (2:235).

The account of the individual bio-rhythm is one of the important factors to upgrade the level of performance and directing training loads. When this factor has been disregarded, the level of the player was oscillated and planning the athletic training was fluctuated for changing the vigilance of the central nervous system and factors of its functional condition connected directly with various daily times and daily life qualities of human being (4:44).

Understanding the rules of the reciprocal effect between human being and his surrounding environment is the most important restraint to raise the training process. As predicted the bio-rhythm will be used during the functional work of the human being activity to predict the individual's vital condition (1:71). Therefore, the idea of the current investigation was emerged to relate the temperamental style and the emotional course and its variability throughout the day.

Research procedures:

The two researchers used the descriptive method on a random sample of (200) male and female youth of some individual/team sports. The Oostnberg Form was applied to define the bio-rhythm. The form was Arabized by Abul-Ela and Sobhi Hassanein (1997) including (23) questions. The individual marks (/) on the choice suiting him and by summing up scores the temperamental style of his bio-rhythm could be outlined according to a predetermined norm on the form. Also the list of temperamental style designed by Mohammed Allawi (1988) was applied including (30) statements by (10) statements for each style (the power of stimulation operations, the power of stop operations, personal flexibility). They were responded by a tri-estimate scale and the higher score reveals the individual dominant style.

Presentation of results:

1- Values of arithmetic means of responses of young athletes varied on the list of temperamental styles and the highest value was for personal flexibility style (24.24, 23.91, 23.51, 22.43, 21.91) for young athletes of swimming, basketball, volleyball, ground tennis and handball; respectively

while the style of the power of stimulation operations was the dominant style for the young gymnasts of (24.04).

2- Values of arithmetic means of responses of the young athletes varied on the bio-rhythm determination questionnaire varied between (66.1 and 76.6) indicating that the dominant rhythm was the irregular style for all activities under investigation.

3- Temperamental style prediction equation was concluded for each physical activity separately by using the stepwise regression equation in terms of the dominant bio-rhythm (irregular style) as the temperamental style of personal flexibility had the first class of percentage of contribution of value (60.2% to 62.8%) for ground tennis and basketball while the temperamental styles of both personal flexibility and power of stimulation operations were predicted by a percentage of contribution (70.3%) for volleyball. The results for the sport of swimming,the styles of personal flexibility and the power of stop operations were predicted together with a percentage of contribution (79.2%). For the sport of gymnastics the percentage of contribution for (the power of stimulation operations together with the power of stop operations) was (82.4%). Finally, a prediction equation for the sport of handball has not been concluded.

Discussion of results:

- The dominant temperamental style of (personal flexibility) characterizes many sports as this style helpedform psychological conditions indicated that the behavior was balanced. Also the temperamental style of (the power of stimulation operations) was for the young athletes as this sport is characterized by multiple skills and high level of riskiness in performance, hence, stimulation should be increased to learn and to master it.
- The determination of bio-rhythm of young athletes was the irregular style and was the dominant rhythm in them indicating that the athlete efficiency was changed all the day long with the result that it helped plan the training programs to reach the best possible sports level according to the type of specialized activity. The level is improved when its time is in line with the optimum time of the bio-rhythm of the player within the day of competition. Also determination of the rhythm style helps regulate different times of the player and consequently, psychological emotional mental preparations programs are planned scientifically in coincide with timing of the athletic performance to make the utmost possible benefit. Therefore, knowing the temperamental style of each activity in terms of the bio-rhythm helps the young athlete adapt to the surrounding environment conditions. Also it helps know the optimum time to perform training doses within the day and to fix time of training coinciding withthe competitive conditions to contribute to the development of the athlete's physical and skill abilities.

Conclusion:

I. The results indicated that the dominant temperamental style in sports under investigation (personal flexibility style) excepting athletics was (the power of stimulation operations) and consequently fulfilling the 1st research objective.

II. The results indicated that the dominant bio-rhythm of the sports under investigation was (the irregular style) and consequently fulfilling the 2nd research objective.

III. The results indicated that there was a significant correlation between the temperamental styles under investigation and the dominant bio-rhythm in young athletes (the irregular style) and consequently fulfilling the 3rd research objective.

IV. The results showed that a regression equation could be predicted to know percentages of contribution of temperamental styles to the dominant bio-rhythm in young athletes. The temperamental style (personal flexibility) shared most sports with varying percentages with each activity followed by other temperamental styles in the ability to predict the bio-rhythm and consequently fulfilling the 4th research objective.

References:

1- Abul-Ela Ahmed, Mohammed Sobhi Hassanein (2003): Physiology of Training and Sport. Arab Thought House, Cairo.
2- Elham Ismael Shalabi (2005): Panorama General Health and Health Education for Athletes. Cairo.
3- Saad Kamal Taha, Ibrahim Yahia, Hamed Mohammed Othman (2004): Fundamentals of Physiology Series. Part 3, Happiness Bookstore, Cairo.
4- Ali Albeik, Sabry Omar (1994): Bio-rhythm and Sports Achievement. Knowledge Establishment, Alexandria.
5- Youssef Zahab Ali, Mohammed Gabber Breiqaa (1995): Bio-rhythm Encyclopedia. Part 1,Knowledge Establishment, Alexandria.
6- Bon Neztaion (2005):"Circadian rhythms and athletic performance", Medical Science Sport and Exercise, Vo1. (36), Part2,U.S.A.
7- Trime,M.R.,Morgan W.P. (1995):Influence of time of day on psychological responses to exercise.Sports Medicine.Vol.(20),Part 5.Auckland, N.Z (U.K)

L'effet de la caféine sur le T-test agilité modifié répétée à partir de certains facteurs cardio-vasculaire, de la glycémie, et de la perception d'effort chez des sujets actifs

Nidhal Jebabli[1,2], Nejmeddine Ouerghi[1,2], Lamya Ncir[1,2]

1.Unité de recherche, Performance Sportive et Réhabilitation Physique, Institut Supérieur de Sport et de l'Education Physique du Kef, Université de Jendouba, Tunisie.

2.FacultédesSciencesdeBizerte,Tunisie.

E-mail: jnidhal@gmail.com

L'objectif de cette étude est de comparer l'effet de la prise d'un complément à base de caféine (CAF) ou d'un placebo (PLA) sur la performance de T-test agilité modifié répété (TAMR) à partir de certains facteurs cardiovasculaires, de la glycémie, et de la perception d'effort (RPE) chez des jeunes actifs masculins et féminins. La prise de la caféine permet d'améliorer la performance à partir de la diminution significative de l'indice Temps Total chez le genre masculin contrairement au genre féminin et tout le groupe. En outre une amélioration significative de la FC pendant et après le TAMR chez les deux genres et tout le groupe à l'exception du genre masculin après le TAMR. Par contre les résultats de mesure répétée ne démontrent aucun effet de la caféine sur les PA, la glycémie et la RPE.

Motsclefs: Caféine, performance, facteurs cardiovasculaires, glycémie, RPE.

INTRODUCTION

Dès 2004, la caféine (1, 3,7-trimethylxanthine) est utilisée comme une substance ergogénique, non dopante, juridiquement par l'Agence Mondiale Anti-dopage (AMA).Dans le cadre des exercices intermittents de haute intensité, les résultats sont équivoques. En effet, certains auteurs ont révélé un effet bénéfique de la caféine (CAF) sur la performance (Pontifex et al. 2010). Alors que d'autres, n'ont révélé aucun effet dans la condition CAF (Stuart et al. 2005). Dans le même cadre, des travaux scientifiques suggèrent que la caféine pourrait influencer le paramètre cardiovasculaire (Trice et al. 1995), métabolique (Chen HY et al. 2015), et perception d'effort (RPE) (Daly. 1993). À notre connaissance, l'effet de la CAF sur certains facteurs cardiovasculaires [la fréquence cardiaque (FC), les pressions artérielles (PA)], la glycémie, la perception d'effort (RPE), pour chaque genre n'ont pas été précisément étudiés avant et après les exercices intermittents répétés de haute intensité. Dans ce cadre, le but de cette étude était de déterminer l'effet de l'ingestion de la CAF sur la performance de T-test modifié répétée (TAMR) (Haj-Sassi et al. 2011) à partir certains facteurs cardiovasculaires, la glycémie, et la RPE chez des sujets actifs masculins et féminins.

MATERIELETMETHODES

Dix-huit sujets actifs, dix masculins et huit féminins ont participé à deux sessions expérimentales présentées de façon randomisée en double aveugle séparée d'une semaine et correspondant à la prise d'un complément à base de CAF ($5mg.kg^{-1}$) et ou de PLA. Les indices de la performance ont été évalués lors TAMR. La FC, les PA, la glycémie et la RPE ont été mesurée avant, pendant et après le TAMR. La supplémentation était présentée au sujets 60 min avant le début de l'effort.

RESULTATS

La prise de la caféine permet d'améliorer la performance à partir de la diminution significative de l'indice Temps Total (TT) chez le genre masculin contrairement au genre féminin et tout le groupe. En outre une amélioration significative de la FC pendant et après le TAMR chez les deux genres et tout le groupe à l'exception du genre masculin après le TAMR. Par contre les résultats de mesure répétée ne démontrent aucun effet de la caféine sur les PA, la glycémie et la RPE.

DISCUSSION

Notre résultat, de l'indice de la performance, TT pour le genre masculin en accord avec ceux des résultats de Pontifex et al. (2010). Cette augmentation significative de la performance pourrait être liée essentiellement à l'amélioration de l'activité neuro-musculaire par une amélioration de la transmission nerveuse (Costil et al. 1978). La CAF stimule le système nerveux central avec augmentation de la vigilance, ce qui pourrait favoriser plus de concentration durant l'exécution de TAMR spécifiquement lors des changements de directions (Dodd. 1993). Cependant, nos résultats de l'indice Tpic et IF sont en concordance avec d'autres études (Stuart et al. 2005) qui n'ont révélé aucun effet significatif de la CAF sur la performance de sprint répétée. Les controverses enregistrées entre ces études seraient peut être due aux choix du sexe et de la population d'étude choisie. Nos résultats de FC sont similaires à l'étude de Daly et al. (1993) qui ont révélé une influence de la caféine sur l'augmentation de la FC pendant l'exercice, cette augmentation semble être liée essentiellement à l'inhibition de la phosphodietérase et l'accumulation de l'adénosine monophosphate cyclique et par suite une amélioration de la contractilité du myocarde et une amélioration de la FC. Pour les PA, nos résultats montrent quelque désaccord avec l'étude de Hartley TR et al. (2004) qui ont révélé que la CAF favorisent une amélioration presque identique pour la PAS et PAD chez les femmes et les hommes, sans différence significative pour la PAS inversement pour la PAD chez les hommes par rapport aux femmes. Pour la glycémie et la perception d'effort (RPE), nos résultats sont similaires avec plusieurs études (Chen HY et al. 2015 ; Daly 1993).

CONCLUSION

Le complément caféine semble présenter un effet bénéfique sur la performance d'agilité mieux chez le genre masculin que chez le genre féminin. Ainsi une amélioration de la FC sans avoir de modification pour les PA, la glycémie et la RPE.

BIBLIOGRAPHIE

Costill, DL., Dalski, GP., Fink, WJ. (1978). Effects of caffeine ingestion on metabolism and exercise performance. Med Sci Sports Exerc, 10(3), 155-8.
Chen, HY., Wang, HS., Tung, K., Chao, HH. (2015). Effects of Gender Difference and Caffeine Supplementation on Anaerobic Muscle Performance. Int J Sports Med, 36(12), 974-8.
Daly, JW. (1993). Mechanism of Action of Caffeine, in Caffeine, Coffee, and Health, S. Garatini, Editor. Raven Press, 97-150.
Dodd, SL., Herb, RA., Powers, SK. (1993). Caffeine and exercice performance. Sport Med, 15(1), 14-23.
Haj-Sassi, R., Dardouri, W., Gharbi, Z., Chaouachi, A., Mansour, H., Rabhi, A., et al. (2011). Reliability and validity of a new repeated agility test as a measure of anaerobic and explosive power. J Strength Cond Res, 25(2), 472-80.
Hartley, TR., Lovallo, WR., Whitsett, TL. (2004). Cardiovascular effects of caffeine in men and women . Am J Cardiol, 93(8), 1022-26.
Pontifex, KJ., Wallman, KE., Dawson, BT., Goodman, C. (2010). Effects of caffeine on repeated sprint ability, reactive agility time, sleep and next day performance. J Sports Med Phys Fitness, 50(4), 455-64.
Stuart, GR., Hopkins, WG., Cook, C., Cairns, SP. (2005). Multiple effects of caffeine on simulated high-intensity team sport performance. Med Sci Sports Exerc, 37(11), 1998-2005.
Trice, I., Haymes, EM. (1995). Effects of Caffeine Ingestion on Exercise-Induced Changes During High-Intensity Intermittent Exercise. Int J Sports Nutr, 5(1), 37-44.

L'efficacité d'un programme d'entrainement en utilisant des exercices intégrés (physique-technique) afin de développer la force vitesse etquelques habilités techniques primordiales chez les footballeurs (U 17).

Mr.Beboucha Wahib[1] *– Dr.Harbach Brahim2*
I.EPS Université de Mostaganem Algérie
E-mail : amjadzohir27@gmail.com

Résumé :
Cette recherche vise à proposer un programme d'entrainement en utilisant des exercices intégrés (physique-technique) afin de développer la force vitesse etquelques habilités techniques primordiales chez les footballeurs (U 17)sur les fondements théoriques et scientifiques et les expertises mondiales dans ce domaine, en plus, d'identifier et connaitre l'efficacité et l'efficience de ces exercices intégrés(physique-technique) dans le développement de la force vitesse et la maitrise de quelques habilités dans le football.

Mots clés: exercices intégrés-force vitesse-habilités techniques

Alors, le chercheur suggère que le programme proposé influe positivement sur le développement de force-vitesse et quelques habilités techniques, et après l'étude préliminaire faite sur les footballeurs et le compte tenu de la nature de la recherche et la méthodologie utilisée en elle, l'échantillon de la recherche a été sélectionné avec intention de l'équipe de l'Espérance (U 17) qui se compose de **35** joueurs, on a écarté deux gardiens de but et sept joueurs pour la mise au point d'un ensemble de variables. Quand à les **26** joueurs qui restent, ils ont été scindés en deux échantillons, la première témoin, elle est composée de (**13**) joueurs dont on a appliqué un programme d'entrainement normal, la deuxième expérimentale est composée encore de (**13**) joueur dont le programme d'entrainement proposé a été appliqué avec les mêmes qualités (sexe, l'âge et le passé sportif) Pour évaluer et juger objectivement le niveau de l'évolution des joueurs testés, on a employé quelques tests (physiques-techniques) sélectionnés par les professeurs-jury .

Comme on a déduit que le programme d'entrainement proposé a influé positivement sur le développement de la force vitesse et quelques habilitésprimordiales chez les joueurs de football (U **17**).

De ce qui a résulté de l'étude des résultats, le chercheur a suggéré qu'il esttrès essentiel de prendre en considération et de donner une grande importance àl'entrainement intégré chez les footballeurs et notamment les catégories qui sonten voie de formation car il possède une énorme influence positive pendant la compétition.

Le programme d'entrainement contenait 80 unités (de 90 à 120 minutes par unité), de trois à cinq unités par semaine et à durée (26 semaines). La mise en œuvre du programme a débutée le 10/01/2015 jusqu'au 22/09/2015.

Résultats :

Alors on a mené par la suite des post-tests, et après avoir collecté les données et ensuite les traités statistiquement en utilisant la moyenne arithmétique et le coefficient de corrélation de Karl Pearson et l'écart type et le (T. test) de students , on a eu les résultats suivantes :

	Groupeexpérimental				**Groupe témoin**			
	avant		**après**		**avant**		**Après**	
	Moyenne	**Ecart type**	**Moyenne**	**Ecart type**	**Moyenne**	**Ecart type**	**Moyenne**	**Ecart type**
Testdes muscles abdominaux 10s	8,84	1,21	13,23	1,48	8,46	1,26	11,15	1,75
Test de flexion et extension20	12,84	0,8	16,76	1,09	12,38	0,69	15,07	1,03
Test de pompe 10s	9,23	1,16	14,53	1,5	8,46	1,26	12,30	1,79
Test de slalom avec la Ball	16,43	0,97	14,55	1,16	16,45	1,09	15,88	1,26
Test de la passe et réception	11,69	0,77	10,26	0,56	11,34	0,52	10,98	0,64
Testdefrap pla Ball avec la tête	8,84	1,21	11,69	1,25	7,49	1,36	9,38	1,15

Tableau 01 :Lesrésultats obtenuesdessixtestsappliquersurlesdeuxgroupes

Discussions et conclusions :

Il y a une différence statistiquement significative dans le niveau de la force- vitesse et quelques habilités techniques entre l'échantillon témoin et l'échantillon expérimental, pour ce dernier, et la présence de différences statistiquement significative entre l'échantillon témoin et expérimental des post-test en faveur de ce dernier dans les résultats du niveau de la force- vitesse et quelques habilités techniques, ce qui démontre l'efficacité de la méthode proposé de la préparation physique intégré avec des exercices (physique-technique) et l'atteinte de l'objectif souhaité. À partir de ce qui a était entraîné par les résultats de la recherche, les chercheurs suggère la suite: l'utilisation des exercices similaires à la performance des matchs en utilisant des moyens d'entrainement pour améliorer la performance du niveau des joueurs, l'organisation de séminaires et de formation pour ceux qui sont impliqués sur la méthodologie de formation moderne.

Références :

- ✓ Dellal,Alexandre.(2008).Del'entrainementàlaperformanceenfootball.Bruxelles, deBoeck.
- ✓ Lambertin, Frédéric. (2000). Football préparation physique intégrée, Paris: Amphora.
- ✓ Bangsbo, J. (2007). Aerobic and anaerobic training in soccer. Stormtrack Bagsvaerd.
- ✓ Cazorla , G . Farhi, A.Exigencesphysiquesetphysiologiquesactuelles:Revue
- ✓ EPSn°273,60-66,1998.
- ✓ Frédéric Aubert 2002 approche athlétique de la préparation physique TOURS – NORD :colloque formation continue
- ✓ GILLES Cometti 2005 la preparation physique en football.dijon ;faculté des sciences du sport UFR staps

L'intégration scolaire des Elèves à Besoins Particuliers en classe ordinaire en Education Physique et Sportive.

Wafa Souissi,Mariem Zaibi
Laboratory gedes,faculty of arts and social science of Sfax
wafasouissi22@gmail.com

Notre étude avait pour objectif de décrire et d'évaluer la prise en charge des troubles d'apprentissage scolaire par une équipe pluridisciplinaire en utilisant les outils de diagnostic et de prise en charge disponibles actuellement en Tunisie. Elle a révélé la fréquence des difficultés scolaires repérées par les enseignants (Tableau 1) et a permis de faire la part entre les troubles spécifiques des apprentissages et les troubles non spécifiques des apprentissages secondaires à une pathologie neurologique ou à des conditions socio-économiques précaires. En revanche, le profil et la sévérité des troubles des apprentissages spécifiques n'a pu être étudiée faute de tests étalonnés en Tunisie. Cette étude a mis aussi en exergue le manque de moyens de dépistage, de diagnostic et de prise en charge.
Mots clefs : Elèves à besoins particuliers, Activités Physiques et Sportives, Classe ordinaire d'EPS

The primary objective of this study was to describe and to estimate the care of students withlearning disabilities at the elementary and secondary levels by a multidisciplinary team by using the available tools of diagnosis and care at present in Tunisia. It revealed the frequency of the school difficulties spotted by the teachers (Table 1) and allowed to distinguish between the specific disorders of learning and unspecified disorders of the secondary apprenticeships in a neurological pathology or in precarious socio economic conditions. On the other hand, the profile and the severity of the disorders of the specific apprenticeships was not able to be studied for lack of tests calibrated in Tunisia. This study also highlighted the lack of means of screening, diagnosis and care.
Key words: Pupils with Particular needs, Sport and Physical Education, Ordinary Class.

Introduction

L'Education Physique et Sportive a un rôle important dans l'éducation globale de l'élève, permettant l'acquisition des compétences telles que : la coopération, l'entraide, la réflexion et la gestion de la vie physique future. Elle doit être adaptée, sécurisante et progressive (Ludovic, 2000 ; Cachot & Poncet, 2013). Il s'agit donc d'une discipline intéressante pour le développement de l'enfant en situation d'handicap et dans son intégration au sein de la classe (Borioli&Laub, 2007 ;Avramidis, Bayliss&Burden, 2000). Aujourd'hui, l'objectif est de réaliser l'égalité des chances des élèves au sein de l'école (Boudon, 1973). En effet, pour permettre une intégration des Elèves à Besoins Particuliers dans une classe ordinaire, il semble alors important que l'institution adhère dans cette optique (Peltier, 1997 ;Columna&al., 2010; Dubois, 2011). La Tunisie s'est engagée aussi dans le développement de la mise en œuvre d'une véritable stratégie nationale d'intégration des handicapés dans les classes ordinaires en Education Physique et Sportive (loi n 2005-83 du 15 aout 2005). Les enseignants d'Education Physique et Sportive ont-ils les compétences nécessaires pour une gestion autonome et optimale de l'ensemble des élèves à besoins particuliers ?

Méthode

Deux cent enseignants sélectionnés de manière aléatoire ont participé à notre expérience. Ils appartenaient tous à la région de Sfax (Tunisie) exerçant aux écoles primaires, aux collèges et aux lycées ($\bar{X}$=35.5ans ; ET=4.41). Les enseignants ont complété anonymement un questionnaire (Dubois, 2011).

Discussion

D'après nos résultats, on a constaté que les enseignants d'EPS présentent des difficultés pour prendre en charge la totalité et la diversité du public (Ludovic, 2000). (Tableau 1). Une grande majorité des enseignants s'oppose à l'intégration des Elèves à Besoins Spécifiques en classe

ordinaire et celui-ci était démontré par différentes études (Avramidis, Bayliss&Burden, 2000 ; Peltier, 1997). (Figure 1).

Tableau 1: La relation entre la rencontre des Elèves à Besoins Particuliers et les difficultés de leurs prises en charge

		Difficultés de prise en charge	
		Oui	Non
Rencontrer des EBP	Oui	50.5%	26.5%
	Non	16.5%	6.5%

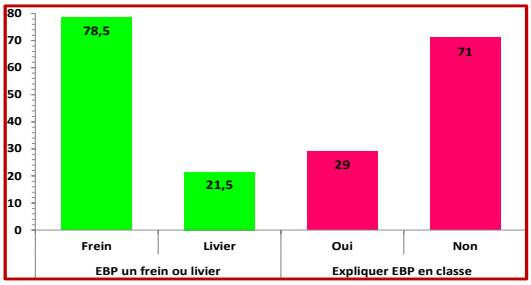


Figure 1 : La participation des Elèves à Besoins Particuliers constitue un frein ou un levier pour l'apprentissage

Conclusion

La prise en charge des élèves à besoins particuliers en d'Education Physique et Sportive reste un problème majeur. Pour permettre une prise en charge réelle (autonome et efficace) par les enseignants, il faut mettre une réelle synergie entre les différents acteurs d'intervention (système éducatif, professionnels de santé, partenaires sportifs…).

Bibliographie

Avramidis, E., Bayliss, Ph. & Burden, R. (2000). A Survey into Mainstream Teachers' Attitudes Towards the Inclusion of Children with Special Educational Needs in the Ordinary School in one Local Education Authority, Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology,Volume 20, Issue 2, 2000.

Borioli, J. & Laub ,R. (2007). Des acceptions du handicap. L'évolution du mot «handicap» de ses origines à nos jours. – In: Borioli, J. & Laub, R(éds): Handicap: de la différence à la singularité. Enjeux au quotidien. – Genève:Médecine & Hygiène: 25-45.

Boudon, R. (1973). L'inégalité des chances, Paris, Armand Colin.

Cachot, J.F et Poncet, M. (2013). Enseigner l'EPS à un élève inapte partiel ou apte partiellement. Commission académique EPS Groupe de réflexion Eps et inaptitude : Académie de Besançon

Columna, L., Foley, J. & Lytle, R. (2010). Physical Education Teachers' and Teacher Candidates' Attitudes Toward Cultural Pluralism. Journal of Teaching in Physical Education. 2010. p.295-311.

Dubois, J. (2011). Quelle prise en charge pour les élèves à besoins particuliers en classe ordinaire en EPS ? Mémoire de master 2 STAPS. Université Henry Poincaré, Nancy1, faculté du sport. Unité de recherche et de formation en STAPS. Nancy.

Ludovic, D. (2000). Procédures d'enseignement adaptées aux élèves déficients auditifs intégrés dans une classe de B. E. P. Bio-Services en Lycée Professionnel. Mémoire professionnel. Montpellier.

Peltier, G. L. (1997). The effect of inclusion on non-disabled children: a review of the research. Contemporary. Education, 68, 234-238.

EFFETS DE L'APPRENTISSAGE PAR LES TECHNOLOGIES D'INFORMATION ET DE COMMUNICATION SUR LA PERFORMANCE MOTRICE EN MILIEU SCOLAIRE.
Cas de l'enseignement du lancer de poids style d'O'Brien.

Aymen Hawani, Maher Mrayeh, Aymen Mechrgui
Institut supérieur de Sport et de l'Education physique de Ksar Said, Tunisie
hawani.aymen@yahoo.com

INTRODUCTION :
Au cours d'un apprentissage par observation basée sur une approche pédagogique utilisant la projection audiovisuelle, comment des élèves collégiales n'ayant pas un niveau d'expertise motrice en matière du lancer de poids style d'O'brien, profitent-ils de l'entraînement qui leur est proposé ? En tirent-ils un meilleur profit sur les deux plans qualitatif et quantitatif lors d'un cycle d'apprentissage moteur d'une action motrice abordée pour la première fois ? (Bandura 1982,1986)

MATERIEL ET METHODE

Population et plan expérimental
Quatre-vingt-sept élèves (39 garçons et 48 filles ;âge : 13,5 ± 1,3 années ; Poids : 55,8 ± 4,9 kg ; Hauteur : 1,6 ± 0,06 m) ont participé à cette étude. Cette population se distingue par l'absence d'expérience pratique en terme d'activité athlétique, plus précisément en Lancer du Poids.

Cette population a réuni trois classes de 7eme de base qui se distingue par l'absence d'expérience pratique en terme d'activité athlétique, plus précisément en Lancer du Poids. Il est à noter que l'enseignante choisie a une expérience professionnelle de dix ans est spécialiste en '' Hand-ball''.

Expérimentation et matériel
La tâche expérimentale consiste à faire apprendre aux élèves la technique relative du lancer de poids en adoptant le style translation (style d'OBrien). A cet égard et pour aborder cette habileté motrice complexe, 11 séances ont été programmées ; à raison de 2 séances par semaine d'une durée égale à 50 mn chacune.
Durant ce cycle d'apprentissage, trois évaluations ont été programmées : la première étant prédictive au début du cycle, la deuxième étant formative et s'est située après la 5eme séance d'apprentissage, et la troisième évaluation étant sommative a été conduite après la 10eme séance.
Trois démarches pédagogiques différentes ont été proposées et mise à essai :
• **La Première approche** consiste en une démonstration gestuelle couplée par des directives verbales (ADG) des différentes taches motrices proposées présenté par l'enseignante durant le cycle du lancer de poids.
• **La Seconde approche** consiste en une description verbale (ACV) des actions motrice à entreprendre et à réaliser de la part des élèves dans chaque situation d'apprentissage.
• **La dernière approche** consiste à présenter les situations pédagogiques de chaque séance en utilisant une **''Projection Audiovisuelle''** (APA) du contenu à faire apprendre avant de passer à l'action.

Procédures statistiques
Nous avons procédé au traitement des données de l'observation par le « calcul du pourcentage » et du « khi-deux » avec un seuil de probabilité inférieur à 0,05.

Le calcul du pourcentage permet d'identifier les prestations des élèves au niveau de l'apprentissage des différents taches motrices spécifiques en lancer de poids (style d'O'Brien).
Le calcul khi- deux permet de déduire les effets respectifs des approches pédagogiques utilisées sur la qualité d'acquisition des différentes taches motrices nécessaires à l'apprentissage du lancer de poids (style d'O'Brien).

RESULTAT :

APPROCHE / HABILETES	ACV		ADG		APA		Comparaison entre les trois approches
	% H.M	% H.N.M	% H.M	% H.N.M	% H.M	% H.N.M	
Tenue de l'engin	68.96%	31.04%	75.86 %	24.24 %	82.76 %	17.24 %	khi2 = 1.506 ; ddl= 2, NS à P=0.471 > 0.05
Position du coude	62.07%	37.93%	68.97%	31.03%	72.41%	27.59%	khi2 = 0.737 ; ddl= 2, NS à P=0.692 > 0.05
Sursaut latéral	51,72%	48,28%	62.07%	37.93%	75.86%	24.24%	khi2 = 3.658; ddl= 2, NS à P=0.161 > 0.05
Placement de la reprise du double appui	48,28%	51,72%	51,72%	48,28%	62.07%	37.93%	khi2 = 1.203; ddl= 2, NS à P=0.548 > 0.05
Poussé de bras	51,72%	48,28%	58.62%	41.38%	65.52%	34.48%	khi2 = 1.137; ddl= 2, NS à P=0.566 > 0.05
Impulsion de la jambe libre	24,14 %	75,86 %	55,17 %	44,83 %	68,97 %	31,03 %	khi2 = 12.232 ; ddl= 2, SN à P=0.002 < 0.05.
Sursaut rasant	24,14 %	75,86 %	51,72 %	48,28 %	58,62 %	41,38 %	khi2 = 7.808 ; ddl= 2, SN à P=0.02 < 0.05.
Rotation du bassin	17,24 %	82,76 %	51,72 %	48,28 %	65,52 %	34,48 %	khi2 = 14.5 ; ddl= 2, TS à P=0.001 < 0.05.
Extension de la jambe libre	17,24 %	82,76 %	48,28 %	51,72 %	62,07 %	37,93 %	khi2 = 12.509 ; ddl= 2, TS à P=0.002 < 0.05.
Rotation du corps	17,24 %	82,76 %	44,83 %	55,17 %	58,62 %	41,38 %	khi2 = 10.708 ; ddl= 2, TS à P=0.005 < 0.05.

H.M : Habileté maitrisée.

H.N.M : Habileté non maitrisée.

Tableau 1: Progression de la qualité de prestation des élèves à la fin du cycle d'apprentissage.

CONCLUSION :

Cette étude portant sur l'acquisition d'une habileté motrice complexe (le lancer de poids style translation) en examinant l'effet de trois démarches d'apprentissage distinctes a montré que la projection audiovisuelle assure une meilleure qualité d'apprentissage.
L'influence de l'approche audiovisuelle a été constatée également au niveau de l'exécution des différentes séquences motrices. Elle est traduite par un pourcentage d'efficacité allant jusqu'a 82 % pour certaines séquences motrices nécessaires à l'exécution du lancer de poids (style O'brien).
Il est à signaler aussi que cette étude a permis de constater que plus l'information relative à l'habileté motrice à reproduire est facile à décoder (la contribution de la projection audiovisuelle lors de l'apprentissage moteur) plus la qualité de reproduction est meilleure (taux de maîtrise dépasse 70 % et allant jusqu'à 82.76 % pour la« tenue de l'engin » ;
Toutefois, il est à signaler qu'en utilisant seulement la démonstration gestuelle au cours des séances d'apprentissage, les élèves éprouvé des difficultés prédites surtout en ce qui concerne l'apprentissage des différentes séquences motrices complexes spécifiques en lancer de poids (style Obrien) à l'exemple de l' « extension de la jambe libre » (taux d'échec égal à 51,72 %).

Nous avons également constaté, qu'en utilisant l'information verbale au cours des séances d'apprentissage, les élèves ont trouvé des difficultés lors de l'exécution des différentes séquences de l'habileté motrice proposée. Cela est peut être lié à l'absence de la représentation mentale du mouvement à reproduire, à sa complexité technique ainsi qu'au degré d'interaction avec autrui, en particulier avec l'enseignant modèle lui-même.

Ces premiers résultats obtenus dans l'apprentissage par observation d'une habileté motrice complexe doivent nous amener à prolonger nos recherches dans la direction de l'effet de la méthodologie d'intervention de l'enseignant pour favoriser l'imitation interactive au sein de la classe.

Référence:

François Larose : « Approche éco systémique et fondements de l'intervention éducative précoce en milieux socioéconomiques faibles. Les conditions de la résilience scolaire »Brock Education Vol. 13, No. 2, 2004.

Guadagnoli, M., Holcomb, W. and Davis, M. (2002) The efficacy of video feedback for learning the golf swing. Journal of Sports Science, 20, 615-22.

Laguna PL. « Task complexity and sources of task-related information during the observational learning process ». J Sports Sci. 2008.

LAFONT, L. (2002) Efficacité comparée de la démonstration explicitée et de l'imitation modélisation interactive pour l'acquisition d'une séquence dansée chez des adolescentes de 12 à 15 ans. Revue STAPS, 58,69-79.

Evolution de la vigilance au cours d'une séance d'enseignement de la matière « Anatomie » chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique

Evolution of vigilance during a lesson of "Anatomy" in students of Fundamental Physical Education Degree

Résumé
L'objectif de cette étude était d'examiner l'évolution de la vigilance au cours d'une séance d'enseignement de l'anatomie descriptive de l'humérus chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique (LFEP). 61 étudiants (32 filles et 29 garçons), inscrits en 1ère année LFEP à l'Institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax, ont participé volontairement à cette étude. Ils ont effectué le test de barrage de chiffres au début et à la fin d'une séance d'enseignement de la matière Anatomie de 90 minutes. Nos résultats montrent qu'il n'y a pas de différence entre filles et garçons quant à la vigilance estimée au début et à la fin de la séance. De même, notre étude montre que la vigilance diminue à la fin de la séance. Pour les étudiants en LFEP, l'anatomie nécessite une bonne capacité de vigilance-attention**.**

Mots clés : Vigilance; Apprentissage; Anatomie; Genre.

Abstract
The aim of this study was to examine the evolution of vigilance during a lesson of teaching the descriptive anatomy of the humerus in students of Fundamental Physical Education Degree (FPED). 61 students (32 girls and 29 boys), registered in the 1st year FPED at the Higher Institute of Sport and Physical Education of Sfax, voluntarily participated in this study. They performed the digit cancellation test at the beginning and the end of a teaching session of Anatomy (90 min). Our results showed that there is no difference between boys and girls for the vigilance recorded at the beginning and the end of the lesson. Similarly, our study showed that vigilance decreases at the end of the teaching session. For FPED students, anatomy requires good vigilance-attention capacities.
Keywords: Official program; Educated content; Didactic; Student.

INTRODUCTION

L'organisation des séances d'enseignement pour les étudiants doit prendre en considération le niveau de vigilance requis pour la matière enseignée. En effet, des études antérieures, chez des élèves, ont suggéré qu'il ne faut pas programmer des séances successives pour les matières qui demandent une forte capacité de vigilance (Hansen *et al.,* 2005 ; Klingner *et al.,* 2011). L'objectif de cette étude était d'examiner l'évolution de la vigilance (surveillance soutenue et attentive) au cours d'une séance d'enseignement de l'anatomie descriptive de l'humérus chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique (LFEP).

MATERIELET METHODES

61 étudiants (32 filles et 29 garçons), inscrits en 1ère année LFEP à l'institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax, ont participé volontairement à cette étude. Ils ont effectué le test de barrage de chiffres au début et à la fin d'une séance d'enseignement de la matière Anatomie de 90 minutes. La séance était consacrée à l'apprentissage de l'ostéologie de l'humérus (Anatomie descriptive) : la diaphyse et les deux épiphyses proximale et distale. Le test de barrage de chiffres permet d'estimer la vigilance. Il consiste à barrer, pendant une minute, le maximum de nombres comportant 3 chiffres sur une feuille comportant plusieurs nombres dont 187 composés de 3 chiffres. Pour chaque étudiant, le nombre de réponses correctes et incorrectes a été calculé. L'analyse statistique des résultats a été effectuée à l'aide d'un test *t* de Student(dépendant).

RÉSULTATS

Au début de la séance, l'analyse statistique n'a pas montré de différence significative entre filles et garçons concernant le nombre de réponses correctes ($t=0,43$; $p=0,66$). En revanche, le nombre de réponses incorrectes a été supérieur chez les filles par rapport aux garçons ($t=2,09$; $p=0,04$). A la fin de la séance, aucune différence filles-garçons n'a été observée pour les réponses correctes et celles incorrectes. Le nombre de réponses correctes a été supérieur au début par rapport à la fin de la séance pour les filles ($t=8,54$; $p<0,001$) et les garçons ($t=4,23$; $p<0,001$). En revanche, le nombre de réponses incorrectes n'a pas montré de différence significative entre début et fin de la séance pour les filles ($t=0,18$; $p=0,85$) et les garçons ($t=0,57$; $p=0,57$).

DISCUSSION

Nos résultats montrent qu'il n'y a pas de différence entre filles et garçons quant à la vigilance estimée au début et à la fin de la séance d'enseignement. De même, notre étude montre que la vigilance diminue à la fin de la séance d'enseignement de la matière anatomie. Cette baisse de la capacité de vigilance peut être expliquée par le nombre d'informations présentées pendant la séance (Klingner *et al.,* 2011). En effet, la matière anatomie nécessite la mémorisation de plusieurs nouvelles informations avec des termes spécifiques.

CONCLUSION

Pour les étudiants en LFEP, l'anatomie nécessite une bonne capacité de vigilance-attention. Donc, il ne faut pas planifier la séance d'anatomie avant ou après une autre séance d'enseignement qui nécessite une forte capacité de vigilance.

RÉFÉRENCES

Hansen, M., Janssen, I., Schiff, A., Zee, P. C., & Dubocovich, M. L. (2005). The impact of school daily schedule on adolescent sleep. *Pediatrics*, *115*(6), 1555-1561.

Klingner, J., Tversky, B., & Hanrahan, P. (2011). Effects of visual and verbal presentation on cognitive load in vigilance, memory, and arithmetic tasks.*Psychophysiology*, *48*(3), 323-332.

Pollution, exercice et Sport

Nesrin Boussetta[1], Salma Abedelmalek[2], Nizar Souissi[1]

[1] Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia;

[2] Department of Physiology and functional explorations, Sousse Faculty of Medicine, Sousse, Tunisia:

s_abedelmalek@yahoo.fr

INTRODUCTION

Il est maintenant établi que la pollution atmosphérique constitue une menace pour l'homme, c'est un phénomène probablement rencontré depuis la préhistoire. En effet, l'air est un élément primordial à la vie et la sensibilité vis à vis de la pollution atmosphérique est très variable selon les personnes. Bien que, la mesure dans laquelle une personne est affectée par la pollution de l'air dépend généralement de son exposition totale à ces polluants nocifs,qui est généralement déterminée par la durée d'exposition et la concentration de ces produits chimiques, les sportifs sont susceptibles d'être touchés par ces polluants. (Ambroise et al., 2005).

POURQUOI LE SPORTIF EST PLUS TOUCHE PAR LA POLLUTION ATMOSPHERIQUE ?

Pendant un exercice physique, les besoins de l'organisme en oxygène sont plus élevés. Trois raisons pour lesquelles les athlètes sont particulièrement à risque de l'inhalation des polluants ont été mises en valeur par McCafferty (1981). Tout d'abord, il ya une proportionnelle augmentation de la quantité des polluants inhalés et l'augmentation de la ventilation minute (VE) pendant l'exercice. D'autre part, une plus grande quantité d'air est inhalé par la bouche pendant l'exercice, effectivement en dépassant les mécanismes nasals normauxde filtration des grosses particules et des vapeurs solubles. Troisièmement, la vitesse de flux d'air augmenté transporte les polluants plus profondément dans les voies respiratoires.

POLLUTION, EXERCICE ET SPORT

Il est bien établit que la capacité de diffusion pulmonaire est augmenté avec l'exercice (Turcotte et al. 1992) ; il peut donc être supposé que la diffusion des gaz polluants augmente avec l'exercice. Pendant plusieurs jours après un exercice intense, il a été montré que la clairance amucociliaire nasale est altérée chez les coureurs de longue distance, (Muns et al. 1995) et cela peut-être due à l'exposition à la pollution de l'air, comme la souligné Atkinson, (1997). De toute évidence, dans l'absorption des gaz équilibrantes et réactives, un certain nombre des paramètres sont modifiés pendant l'exercice: le débit cardiaque; volume de respiration; vitesse ventilatoire ; volume courant; épaisseur de la couche muqueuse du poumon (COMEAP,1995).

Un certain nombre de travaux menés dans le domaine ont montré des modifications au nivaux des paramètres cardiovasculaires, cardiorespiratoires, hématologique, hémodynamique

… (Sharmanet al. 2004 ; Kargarfard et al. 2015 , 2011 , 2009 ; El Helou et al. 2012. Ferdinandset al. 2008).

Kargarfard et al., 2015 ont montré une diminution significative au nivaux des paramètres respiratoires (ERV, IC, FVC, FEV1, MVV, FEV25-75, FEV1/FVC) après un test Cooper dans un environnement pollué , et des valeurs importantes de la fréquence cardiaque après l'exercice par rapport à celle enregistré dans l'espace non pollué…

CONCLUSION

La pratique de l'activité physique en s'exposant à une atmosphère polluée peut affecter la performance physique par la modification de plusieurs paramètres et l'adaptation du sportif aux contraintes de l'environnement et à ces agents dépond en quelque sorte de plusieurs facteurs telque l'âge, le sexe, l'état de santé, le rythme de vie (alimentation, sommeil, pratique sportive, tabac …).

REFERENCES

Ambroise, d., Chiron, m., Dechenaux, j., Derbez, m., Grimaldi, f., Mosqueron, l., ... &Schadkowski, c (2005). L'évaluation de l'exposition personnelle: comment faire et pour quoi faire? *Pollution atmosphérique*, *47*(186), 203-227.

Atkinson, G (1997). Air pollution and exercise. *Sports Exercise and Injury*. 3:2–8.

El Helou, N., Tafflet, M., Berthelot, G., Tolaini, J., Marc, A., Guillaume, M., ... & Toussaint, J. F (2012). Impact of environmental parameters on marathon running performance. *PLoS One*, *7*(5), e37407.

Ferdinands, J. M., Crawford, C. A., Greenwald, R., Van Sickle, D., & Hunter, E. TeagueWG (2008). Breath acidification in adolescent runners exposed to atmospheric pollution: a prospective, repeated measures observational study.*Environ Health*, *7*(10).

Kargarfard, M., Poursafa, P., Rezanejad, S., & Mousavinasab, F (2011). Effects of exercise in polluted air on the aerobic power, serum lactate level and cell blood count of active individuals. *International journal of preventive medicine*. *2*(3), 145.

Kargarfard, M., Rouzbahani, R., Rezanejad, S., & Poursafa, P (2009). The effect of air pollution on cardio respiratory perfor-mance of active individuals. *ARYA Atheroscler*, *5*(2).

Kargarfard, M., Shariat, A., Shaw, B. S., Shaw, I., Lam, E. T., Kheiri, A., ... & Tamrin, S. B (2015). Effects of Polluted Air on Cardiovascular and Hematological Parameters After Progressive Maximal Aerobic Exercise. *Lung*,*193*(2), 275-281.

McCafferty WB (1981). Air pollution and athletic performance.*Springfield: Charles C Thomas*.

Muns G, Singer P, Wolf F, et al (1995). Impaired nasal muciliary clearance in long-distance runners. *Int J Sports Med*.16:209–13.

Sharman, J. E., J. R. Cockcroft, and J. S. Coombes (2004). "Cardiovascular implications of exposure to traffic air pollution during exercise." *Qjm* . 97.10 637-643.

Turcotte RA, Perrault H, Marcotte JE, et al (1992). A test for measurement of pulmonary diffusion capacity during high intensity exercise. *J Sports Sci*. 10:229–35.

Changes in endurance parameters and blood pressure among older adults with short-term personalized Intermittent Work Exercise Program (IWEP): Effect of time-of-day

Walid Bouaziz[1,2], Elise Schmitt[1,2], Evelyne Lonsdorfer[2,3], Georges Kaltenbach[1], Bernard Geny[2,3], Thomas Vogel[1,2]

[1]Geriatric department, University Hospital, Strasbourg, France
[2]Department of physiology, Faculty of Medicine, Strasbourg University, Strasbourg, France
[3]Functional Explorations Department, University Hospital, Strasbourg, France.

walid.bouaziz.88@gmail.com

Introduction

Manipulating the timing of training can produce benefits on the performance. The purpose of this study is to investigate the effect of time-of-day on the efficiency of the IWEP among seniors.

Materials and methods

One-hundred seniors were enrolled in this study and were divided into Morning training group (MT: n=50) and Evening training Group (ET: n=50). The IWEP consisted of a 36-min twice a week over a 9-week period. Outcome measurements included first ventilatory threshold (VT_1), heart rate (HR) at VT_1, total workload (TW), systolic (SBP) and diastolic blood pressure (DBP).

Results

The IWEP has decreased the SBP in both groups (MT:-4.7% and ET: -4.5%, all $p<0.05$) without significant change in DBP. MT was more effective than ET on VT_1 (MT: 33.8% *vs.* ET: 24.8%; $p<0.05$), and on TW (MT:28.1% *vs.* ET: 21.3%; $p<0.05$), with no significant change in HR at VT_1.

Conclusion

MT is more efficient in the improvement of endurance parameters than ET.

Keywords:

IWEP, time-of-day, endurance parameters, blood pressure, seniors

Analyse comparative d'impact de l'anxiété précompétitive chez les athlètes Tunisiens de différentes disciplines sportives.

Karim Kamoun

Mots clés : Anxiété cognitive, anxiété somatique, Confiance en soi, anxiété trait, anxiété état, performance, expertise.

La relation entre l'état émotionnel des sportifs et la performance constitue depuis longtemps un thème important de recherche en psychologie du sport. En 1932, les premiers travaux de Coleman Griffith l'un des pères fondateurs de ce domaine portaient déjà sur la relation éveil et activation de la performance. Cette problématique s'est cristallisée depuis quelques décennies au travers de nombreux concepts, parmi lesquels on peut citer l'activation, l'éveil, la vigilance, l'excitation, l'émotion, le stress et l'anxiété. Derrière cette apparence profusion ces concepts se sont très rapprochés et les théories qui les utilisent se recoupent fréquemment. Les recherches les plus récentes dans ce domaine s'organisent majoritairement autour du concept d'anxiété. Sans doute que la compétition et l'anxiété sont indissociables à la vie du sportif, quelque soit la discipline sportive qu'il pratique et son niveau d'expertise. Dans notre étude nous nous sommes intéressés sur l'effet de l'anxiété précompétitive chez les athlètes Tunisiens de différentes disciplines sportives. Nous considérons que :

1. La perception de l'approche de la compétition influence les diverses composantes de l'anxiété ressentie par les sportifs de différentes disciplines.
2. L'anxiété cognitive est la dimension la plus affectée chez les athlètes moins experts avant le début de la competition.
3. Les Juniors présentent un haut niveau d'anxiété précompétitive que chez les seniors.
4. Les filles éprouvent un haut niveau d'anxiété cognitive et somatique et une faible confiance en soi avant la compétition que chez les garçons.

Pour faire nous avons choisi deux instruments de mesure expérimentaux : l'EEAC version française du CSAI-2 Martens et coll. (1990) et le STAI de Spielberger.

Dans notre étude 121 athlètes Tunisiens appartenant à des disciplines sportives à FDI (Tennis ; Escrime, Natation et Cyclisme) et à HDI (Escrime et Tennis) ont pris part.

Suite à l'analyse comparative obtenue nous avons remarqué :

- ✓ Aucune différence significative entre les différentes disciplines sportives concernant les diverses composantes de l'anxiété ainsi que l'état et le trait d'anxiété **P < 0,05.**
- ✓ L'anxiété cognitive est la dimension la plus affectée chez les moins experts.
- ✓ Les Juniors présentent un haut niveau d'anxiété précompétitive que chez les seniors.
- ✓ Les filles éprouvent une faible confiance en soi avant la compétition que chez les garçons.

La présente étude ouvre de nouvelles perspectives de recherche invitant notamment a s'intéresser d'avantage aux paramètres d'anxiété qui semble prendre un role de plus en plus important pour la bonne gestion des situations compétitives ou susceptible de jouer et dans la manière dont les sportifs vont interpréter avant les compétitions. Le sport n'est pas uniquement un univers d'émotion positives mais aussi il est un terrain privilégie pour étudier les émotions négatives, les sources de l'anxiété qui sont nombreuses.

Effet du nombre d'informations sur la mémoire à court terme au cours de l'apprentissage de l'ostéologie de l'humérus chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique

Effect of number of information on short-term memory during learning osteology of the humerus in students of Fundamental Physical Education Degree

Résumé
L'objectif de cette étude était d'examiner l'effet du nombre d'informations présentées dans une diapositive sur la mémoire à court terme au cours de l'apprentissage de l'anatomie descriptive de l'humérus chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique (LFEP). 61 étudiants (32 filles et 29 garçons), inscrits en 1ère année LFEP à l'institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax ont participé à 3 conditions : 4, 8 et 12 informations par diapositive sur l'ostéologie de l'humérus. Durant chaque condition, l'étudiant doit retenir les informations présentées dans un délai de 15secondes. Ensuite, il doit remplir la légende de l'humérus selon les informations retenues. Les résultats ont montré que la mémoire à courtterme est meilleure pour 4 et 8 informations par rapport à 12 informations. En conclusion, pour l'enseignement de l'ostéologie de l'humérus, il est recommandé de ne pas dépasser les 8 informations par diapositive.

Mots clés : Mémoire à courtterme; Apprentissage; Anatomie; Genre.

Abstract
The aim of this study was to examine the effect of the number of information on short-term memory during learning osteology of the humerus in students of Fundamental Physical Education Degree (FPED). 61 students (32 girls and 29 boys), registered in the 1st year FPED at the Higher Institute of Sport and Physical Education of Sfax performed 3 conditions: 4, 8 and 12 information presented concerning the osteology of the humerus. During each condition, students should memorize the information during 15-s. Then, they should complete the legend of the humerus according to the memorized information. The results showed that short-term memory was greater for 4 and 8 information compared to 12 information. In conclusion, for teaching the osteology of the humerus, it is recommended to present at maximum 8 information for the student.
Keywords: Short-term memory; Learning; Anatomy; Gender.

INTRODUCTION

Le nombre d'informations présentées aux étudiants est une variable importante pour la mémoire à court terme (i.e., retenir et de réutiliser une quantité d'informations pendant un temps relativement court) et pour l'apprentissage (Baddeley et al., 1975). En effet, la mémorisation de nouvelles informations peut être influencée par la longueur et le nombre des mots à retenir (Baddeley et al., 1975). L'objectif de cette étude était d'examiner l'effet du nombre d'informations présentées dans une diapositive sur la mémoire à court terme au cours d'une séance d'enseignement de l'anatomie descriptive de l'humérus chez des étudiants en Licence Fondamentale en Education Physique (LFEP).

MATERIEL ET METHODES

61 étudiants (32 filles et 29 garçons), inscrits en 1ère année LFEP à l'Institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax se sont portés volontaires pour cette étude. Le protocole expérimental consistait en trois conditions : 4, 8 et 12 informations (termes spécifiques) par

diapositive sur l'ostéologie de l'humérus. Durant chaque condition, l'étudiant doit retenir les informations présentées dans la diapositive dans un délai de 15secondes. Ensuite, il doit remplir la légende de l'humérus selon les informations retenues. Pour chaque condition, le nombre des réponses correctes et incorrectes et le nombre des informations nonretenues (les vides) ont été notés. L'analyse statistique des données a été effectuée à l'aide d'un test *t* de Student (dépendants) pour la comparaison filles-garçons lors d'une même condition. La comparaison entre les conditions pour le même genre a été effectuée à l'aide d'une analyse de variance à un seul facteur avec le test post hoc HSD pour les comparaisonsdeux à deux.

RÉSULTATS

L'analyse *t* de Student a montré que les réponses correctes ont été supérieures chez les filles par rapport aux garçons lors des conditions 4 ($t=2,02$; $p=0,04$), 8 ($t=2,64$; $p=0,01$) et 12 ($t=5,09$; $p<0,001$) informations. En revanche, aucune différence filles-garçons n'a été montrée lors des trois conditions pour les réponses incorrectes. De plus, le nombre de vides n'a pas montré de différence significative entre filles et garçons lors des conditions 4 et 8 informations. En revanche, pour 12 informations, le nombre des vides était supérieur chez les filles par rapport aux garçons ($t=4,53$; $p<0,001$). Concernant le nombre de réponses correctes, l'ANOVA n'a pas montré de différence significative entre 4 et 8 informationspour les filles et les garçons. En revanche, le nombre des réponses correctes a été supérieur pour 12 informations par rapport à 4 et 8 informations ($p<0,001$). Le nombre des réponses incorrectes a été supérieur pour 8 et 12 informations par rapport à 4 informations pour les filles ($p<0,01$) et pour 12 informations par rapport à 4 informations pour les garçons ($p<0,05$). Le nombre de vides a augmenté avec l'augmentation du nombre d'informations (4 *vs.* 8 : $p<0,001$; 8 *vs.* 12 : $p<0,001$).

DISCUSSION

Les résultats de la présente étude ont montré que la mémoire à court terme est meilleure pour quatre et huit informations par rapport à 12 informations. Cette diminution de la capacité de mémorisation d'informations pourrait être expliquée par le faible délai de présentation (i.e., 15secondes). De plus, elle peut être expliquée par la spécificité des informations (i.e., mémorisation de termes nouveaux et spécifiques : trochlée humérale, fosse olécranienne, etc.) (Hulme et al., 1991).

CONCLUSION

Pour l'enseignement de l'ostéologie de l'humérus aux étudiants de la 1ère année LFEP, il est recommandé de ne pas dépasser huit informations par diapositive.

RÉFÉRENCES

Hulme, C., Maughan, S., & Brown, G. D. (1991). Memory for familiar and unfamiliar words: Evidence for a long-term memory contribution to short-term memory span. *Journal of Memory and Language*, *30*(6), 685-701.

Baddeley, A. D., Thomson, N., & Buchanan, M. (1975). Word length and the structure of short-term memory. *Journal of verbal learning and verbal behavior*,*14*(6), 575-589.

La prise en charge des enfants atteints de trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité par des exercices physiques(TDAH)

Nawel Abdesslem(issep ksar said)

Introduction

Le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité est un trouble développemental chronique d'origine principalement génétique et neurologique. Il s'agit d'une pathologie associant un déficit des capacités attentionnelles, une distractibilité, une hyperkinésie et une impulsivité (Berquin, 2005). Cette recherche vise donc des personnes TDAH incapables de concentrer, de lire, d'écrire et de différencier entre les couleurs. En effet le travail avec ce types d'enfants nécessite un test d'évaluation simple, rapide et qui mesure l'intelligence directe et avec aucun doute.

L'objectif de cette présente recherche consistait donc à :

- vérifier l'effet des activités physiques (Yoga, Brain Gym) sur les capacités d'inattention et d'hyperactivité des enfants TDAH.
- concevoir et valider un test original (test de craie).

Matériels et méthodes

Les deux groupes participent simultanément à des séances pratiques de yoga et de Brain Gym pendant 119 jours.
La validation de test a été effectuée à l'aide de deux tests :

1. Le test de Stroop.
2. Le test de craie.

Notre échantillon est constitué de N= 200 enfants filles et garçons, âge moyenne =9 ans

Résultats et discussion

Avec l'entrainement physique, les deux groupes (témoins et patients) ont réduit significativement leur temps de réaction pour achever la tâche demandée en plus le programme spécifique de yoga et Brain Gym ont amélioré les symptômes d'inattention et d'hyperactivité.
Les résultats obtenus au niveau des paramètres rapidité, facilité et intelligence, permettent de valider le test de craie susceptible d'évaluer les capacités attentionnelles chez les enfants souffrants de TDAH.
Ces résultats démontrent que l'activité physique peut être considérée comme un adjuvant pour favoriser l'adaptation des élèves TDAH au milieu scolaire.

Conclusion

L'exercice physique peut être utilisé dans le traitement non pharmaceutique du TDAH. Bien que les médicaments se soient révélés grandement efficace, des millions d'enfants d'âge scolaire, un nombre croissant de parents et médecins s'inquiètent des effets secondaires et des couts des médicaments. A l'issue de ces études, on peut recommander aux intervenants dans le domaine scolaire l'utilisation de l'exercice physique régulier dans les écoles primaires pour aider les élèves TDAH à réussir leur scolarité et mieux profiter des séances d'éducation physique . Nos résultats nous permettent à la fin de recommander vivement le test de craie.

Mots clefs

Brain Gym, Yoga, attention sélective, enfants TDAH

Références

Azrin, N.H., Ehle, C.T., & Beaumont, A.L. (2006). Physical exercise as a reinforcer to promote calmness of an ADHD child. Behavior Modification, 30, 564-570.

Barkley, R. A. « The Prevalence of ADHD : Is it Just a U. S. Disorder ? », The ADHD Report, New York, vol. 6, no 2, avril 1998.

Berquin P. (2005), le trouble déficitaire d'attention avec hyperactivité (TDAH), in Hommet C., Jambaqué I., Billard C., Gillet P., eds, Neuropsychologie de l'enfant et troubles du développement, Marseille, Solal.

DeBlois, Lucie et Lamothe Denyse (2005) la réussite scolaire: comprendre et mieux intervenir. Éditions CRIRES.

Corrélation entre le programme officiel de l'enseignement de la matière « Didactique » pour les étudiants de la 2ème année LFEP et les contenus Des cours enseignés à l'ISSEP de Sfax

Correlation between the official program of teaching the lesson " Didactic" for students of the 2nd year LFEP and course content educated In the ISSEP of Sfax

Mounira Ben Sidhom ; Nizar Guemri

Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax

bensidhom93@gmail.com

Résumé

L'objectif de cette étude consiste à examiner le conformisme des contenus d'enseignement avec les directives des programmes officiels à l'ISSEP de Sfax.

En effet, nous nous sommes contentés à réaliser une analyse de contenu qualitative des cours de la didactique d'EPS, organisés par quatre enseignants pour la deuxième année LFEPS en première semestre afin de déceler leurs degrés de conformité avec les instructions officiels (notions fondamentales sur l'enseignement de l'EP ; action pédagogique, situation d'enseignement ; programme, programmation, progression, projet en EPS ; les objectifs en EPS)

Les résultats obtenus ont montré une diversification assez remarquable des modalités de la didactique enseignée (praticienne, normative, critique, prospective) par opposition aux directives officielles qui parlent plutôt d'une seule didactique praticienne.

Ce ci fera par la suite l'objet de sérieuses interrogations sur une insuffisance probable des programmes officiels concernant cette jeune discipline universitaire.

Mots clés : Programme officiel ; contenus enseignés ; didactique praticienne.

Références

-BRONCKART, Jean-Paul, PLAZAOLA GIGER, Miren Itziar. (1998). La transposition didactique. Histoire et perspectives d'une problématique fondatrice. *Pratiques*, no. 97-98, p. 35-58

- Didier Delignières, Christine Garsault. (1993). Objectifs et contenus de l'EPS: TRANSVERSALITE, UTILITE SOCIALE ET COMPETENCE- Revue E.P.S. 242, 9-13

-Gérald Schlemminger. (2008). Une approche didactique de l'enseignement bilingue : le modèle rhénan pp.97-111

-Jean-Benoît Clerc, Patrick Minder, Guillaume Roduit. (2006) .La transposition didactique

-LENZEN, Benoît. (2012). Les activités curriculaires des enseignants d'EPS, entre prescription et liberté: une revue de littérature. *Journal de la Recherche sur l'Intervention en Éducation Physique et Sport*, vol. 27, p. 27-65
-Marc Durand. (2001/2). « L'enseignement de l'éducation physique comme « action située » : propositions Pour une approche d'anthropologie cognitive », *Staps* (no 55), p. 79-100
-Patricia TAVIGNOT. (1995) : À PROPOS DE LA TRANSPOSITION DIDACTIQUE EN DIDACTIQUE DES MATHÉMATIQUESSPIRALE - Revue de Recherches en Éducation - N° 15 (31-60)

La relation entre les paramètres anthropométriques et la performance sur 100m brasse chez les jeunes nageurs

Senda Sammoud[1], Yassine Negra[1], Mahrez Hammemi[1], Heni Taktak[1, 2]

[1]Unité de recherche "Sport Performance & Santé" Institut supérieur de sport et d'éducation physique de Ksar Saîd, Tunisie.

[2] Institutsupérieur de sport et d'éducation physique de Ksar Saîd. Université de la Manouba, Tunis. Tunisie.

E-mail : senda.sammoud@gmail.com

Mots clés : Nageurs Tunisiens, performance 100m brasse, les mesures anthropométriques.

Introduction :

L'anthropométrie est utilisée dans le sport car elle rend possible la valorisation des caractères morphologiques et permet leur contrôle pendant la période d'entraînement. Elle a également d'autres applications importantes telles que la détection des talents, l'étude de la croissance et de la maturation des athlètes. En outre, l'anthropométrie peut élucider les relations entre la structure physique et les profils biomécaniques et physiologiques **(CANDA A.ESPARZA.F 1999 ; ROSS et al. 1984).** En natation, les mesures anthropométriques des sportifs jouent un rôle essentiel, car les caractéristiques morphologiques, les rapports entre les leviers et les proportions du corps déterminent la qualité hydrodynamique des nageurs **(Bulgakova N. 1990).**Ainsi l'objectif de notre étude consiste de déterminer les paramètres anthropométriques, qui ont une influence sur la performance des nageurs tunisiens (benjamins) pourl'épreuve du 100mètres brasse.

Méthodologie :

Notre étude se porte sur 32 nageurs Tunisiens appartenant à la catégorie d'âge 12-13ans (performance : 93,38±6,85 taille: 156.96± 6,93 ; MC : 44,31±6.93 Taille assis : 156,49 ±6.93 ; BMI: 17 ,92±1,96 ; envergure : 159.69± 8,68) répartis respectivement en 16 filles et 16 garçons.

Collecte des données :

Les tests et leurs intérêts ont très bien été expliqués aux sujets avant de commencer à prendre les mesures. Toutes les mesures ont été effectuées une semaine avant la compétition par lemême expérimentateur. Les performances du 100m brasse sont mesurées à l'aide du chronométrage électronique (oméga).

Résultats :

Chez les filles la régression multiple montre que toutes les dimensions en longueur pris simultanément expliquent la performance du 100 mètres brasse. Leurs contribution (R^2 = 88,9% ; F= 5,33 ; p<0,05).

La régression pas à pas montre que la taille assis et la longueur des bras sont les paramètres les plus indicateurs et les plus pertinents dans la prédiction de la performance chez nos nageuses (Taille assis : r= 0,68 ; R= 45,6%, F=11,75, p=0,004) et (Longueur du bras (r=0,78 ; R= 61,2%, F= 10,243, p=0,002).

L'équation de régression s'écrit de la forme suivante :

Performance = 1,563 x Longueur bras – 1,588 x taille assis + 173,118

Pour les circonférences, la régression multiple montre que les mesure sont pris simultanément n'expliquent pas la performance du 100m brasse avec une contribution (R^2 = 44,7% ; F=0.924 ; p=0.535). D'où ce modèle n'est pas significatif, donc ces paramètres n'ont aucune relations avec la performance c'est-à-dire il n'y pas de facteurs pertinents quant à l'explication de la performance du 100 m brasse chez les nageuses tunisiennes c'est pour cela qu'on ne peut pas établir une équation de prédiction de la performance. Chez les garçons la régression multiple montre que les dimensions en longueur sont explicatives de la performance du 100m brasse pour les nageurs tunisiens. Leurs contribution (R^2 =90,6% ; F=4.824 ; p=0,048). Le model est significatif comme p<0,05 d'où la régression pas à pas a montré que la longueur des jambes est le facteur le plus pertinent dans la prédiction de la performance du 100m brasse chez les garçons qui une contribution de (R^2=48,8% ; F=13,355 ; P=0,003).

L'équation de régression est comme suit :

Performance = -1,277 x Longueur jambe + 188,757

Discussion :

La méthode de régression pas à pas a confirmé nos hypothèses, ceci signifie qu'il y a une corrélation entre les paramètres anthropométriques et la performance dans la nage du 100 mètres brasse donc on a pu prédire la performance à réaliser pour cette distance pour les jeunes nageurs de 12-13 ans par l'équation de régression.

Ces résultats sont en accord avec les travaux de recherches de **Chatard et al. 1990)**qui a montré une relation significative entre la morphologie et la performance chez des nageurs de niveaux différents.

De même, les travaux de **(Sekulic et al. 2007 ; Jurimae et al. 2007 ; Duché et al. 1993 ; et Grimston et Hay. 1986)** indiquent qu'il y a une corrélation avec divers paramètres anthropométriques et confirmentque la performance en sprint chez les jeunes nageurs est influencée par la taille, la masse corporelle, l'envergure ainsi que par la composition corps.

La présente étude est en contradiction d'une part avec les travaux de **knechtle B. et al. (2010)** qui a montré l'absence de corrélation entre les variables anthropométriques telles que la taille, et la longueur des membres supérieurs et inférieurs avec les temps réalisés sur des longues distances. D'autre part, les résultats de l'étude de **Poujade et al. (2003)**, montrent que dans un groupe homogène d'enfants, la morphologie n'influence pas directement la performance de demi-fond. Cette contradiction explique que chaque épreuve en natation a ses spécificités. La morphologie d'un nageur de sprint est différente de celle d'un nageur de demi-fond ou de longues distances. La relation entre les paramètres anthropométrique et la performance dépend des caractéristiques de l'épreuve.

Conclusion :

La natation fait l'objet de plusieurs recherches sur les déterminants de la performance autant d'ordre physique, psychologique, physiologique, que morphologique. L'objectif de notre étude s'inscrit dans le cadre de l'évaluation de l'effet des paramètres anthropométriques sur la performance du 100m brasse. Chez les nageurs âgés de 12-13 ans la performance dépend essentiellement chez les filles de la taille assis ainsi que de la longueur des membres supérieurs, tandis que pour les garçons elle est fortement dépendante de la circonférence du poignet et la longueur de la jambe.

Bibliographie

1. BULGAKOVA NINA. (1990) Sélection et préparation des jeunes nageurs, édition vigot. Paris
2. CANDA .A, ESPARZA.F. (1999) Cineantropometría Valoración del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales. González J.J. y Villegas J.A.editores 95-115
3. Chatard JC, Collomp C, Maglischo E, Maglischo C (1990) Swimming skill and stroking characteristics of front crawl swimmers. Int J Sports Med 1990;11(2):156–61.
4. DUCHE P., FALGAIRETTE G., BEDU M., LAC G., ROBERT A., COUDERT J. (1993) Analysis of performance of pupertiral swimmer assessed from anthropometric and bio energetic characteristics. Eur J Appl Physiol. (66): 467-477.
5. GRIMSTON SK & hay. (1986) Relationships among anthropometric and stroking characteristics of college swimmers.Med Science sport exercice. (18): 60-68.
6. JURIMÄE T., HALJASTE K., CICCHELLA A., LÄTT E.(2007) Analysis of swimming performance from physical, physiological,and biomecanical parameters in youg swimmers. Pediatric Exercice Science. feb;19(1):70-81.

7. Knechtle B, Wirth A, Rüst C.A, Rosemann T. (2011). The Relationship between Anthropometry and Split Performance in Recreational Male Ironman Triathletes. Asian J Sports Med. 2(1): 23–30.
8. ROSS W.D. et al (1984) Proporcionality of Montreal Olympics athletes. In J.E.L. Carter editor. Physical structure of Olympic athletes. Part. I. The Montreal Olympic Games Anthropological Proyect. 81-106 Basel, Switzerland: Karger.
9. SEKULIC D., ZENIC N., ZUBZEVIC NG. (2007) Non linear anthropometric predictors in swimming. Coll Anthropl. 31(3):803
10. POUJADE B., CAUTIER C. (2002) Evolution de la performance en crawl chez l'enfant. UFR STAPS.

Reproductibilité et validité du test Hexagone pour l'évaluation de l'agilité chez des athlètes.

Zièd Nèji [(1)], Yessine Negra[(2)], Mehrez Hammami[(2)], Ahmed Atia[(1)], Younes Hachana[(1)].

(1) Unité de recherche à l'Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique, Ksar Said, université de Mannouba, Tunisie.

(2) Unité de recherche de l'Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique, Ksar Said, université de Mannouba, Tunisie.

Zied.neji@hotmail.fr

Mots clés : Agilité, reproductibilité, validité de critère, différence minimale détectable, évaluation.

Objectif du travail :

L'objectif de ce travail a été de vérifier la validité de critère, la reproductibilité relative et absolue et la différence minimale détectable (DMD) du test d'agilité Hexagone (HCRD) par rapport au T-test et du test Illinois (CRD).

Matériel et méthode :

Cent quarante huit athlètes de sexe masculin (Âge :18,66 ± 3,23 ans ; Taille :1,74 ± 0,11 ; Masse corporelle :65,38 ± 13,86 kg) ont volontairement participés à cette étude.

La reproductibilité relative a été analysée par le coefficient de corrélation intra-class (CC) et la reproductibilité absolue par l'Erreur standard de mesure (ESM) et la Plus Petite Variation Utile (PPVU).

La validité du critère du HTCRD a été assurée par une analyse de corrélation entre la performance à ce test et celle au T-test et à l'ICRD test qui ont été considérés dans la littérature scientifique spécifique aux activités physiques et sportives comme des épreuves « Gold Standard » pour ce type d'évaluation.

La détermination de la ESM nous a permis de calculer la DMD { DMD = ESM x 2 x 1.96}

Résultats et conclusion :

L'analyse de la validité de critère a montré que la performance au test HTCRD est très significativement corrélée à ceux du T-test et de l'ICRD ($r = 0,732$ et $r = 0,637$; $p < 0,0001$, respectivement).

L'analyse de la reproductibilité des tests HCRD, T-test et ICRD a montré une très bonne reproductibilité relative de ces épreuves (CCIs > 0,90). Leurs ESMs (0,56, 0,14 et 0,19 respectivement pour HCRD, T-test et ICRD) ont été inférieurs à 5%.

Les DMDs enregistrés dans les trois épreuves a détecté les moindres changements de la performance.

Références Bibliographiques :

Beckerman, H., Roebroeck, ME., Ankhorst, GJ., Becher, JG., Bezemer, PD., and Verbek, AL. Smallest real difference, a link between reproductibility and responsiveness. Qual Life Res 10 : 571-578, 2001.

Beekhhuizen, KS., Davis, MD., Kolber, MJ., and Cheng, MSS. Tst-retest reliability and minimal detectable change of the hexagon agility test. J Strength Cond Res. 23 (7) : 2167-2171, 2009.

Brughelli, M., Cronin, J., Levin, G. and Chaouachi, A. Understanding change of direcion ability in sport.Sports Medecine, 38, 1045-1063, 2008.

Charter, RA.Revisting the standard error of measuremet, estimate, and prediction and their application to test scores.Percept.Mot. Skills 1996 (82) : 1139-1144.

Haj Sassi, R., Dardouri, W, Haj Yahmed, M., Gmada, N., Mahfoughi, MH.And Gharbi, Z. (2009).Relative and absoute reliability of a modified agility T-test and its relationship with vertical jump and straight sprint. Journal of Strength Conditioning Reasurch,23, 1644-1651.

Semenick, D. Tests and measurements : The T-test. Strength Cond J 12 : 36-37, 1990.

L'impact de l'activité perceptive sur la motricité un athlète d'arts martiaux lors d'un combat –kung fu wushu – (sanda) approche thérmodynamique

HACEINI Ayoub

université d'Alger3.
Ayoub.haceini.mhs@hotmail.fr ; mig_986@hotmail.com
Institut d'éducation physique et sportive, Mahalma, Zeralda, Alger.
Laboratoire SPAPSA

Résumé :

L'analyse globale de la littérature spécifique aux divers approches cognitives et qui est en relation avec la perception nous a mené au plus profond de la gestualité par le billet d'une analyse mécanique pour enfin éclaircir les similitudes et différences entre les variables de la performance sportive, notre premier pad était une étude des trajectoires et des postures par une analyse cinématique afin d'essayer de réaliser une modélisation pour chaque style de combat dans la Sanda.

A partir de ce cadre, on a adopté l'approche thermodynamique pour une approche maximale de la réatilé vécu lors d'un combat.

La perception est notre fenêtre sur le monde intérieur et extérieur, elle consiste en des informations sensoriels qui par le biais de la sélection arrivent a la phase de traitement qui analyse et compare ces données a d'autres ancré dans la mémoire, puis par élimination relativement logique prend une décision qui se transforme en signaux électriques produites par le SNC vers l'appareil moteur.

Le combattant comme tout humain procède au même processus ce qui génère une obligation systématique a traité pour ces éléments de base du Sport.

Les différences entre chaque combattant mènent a se pousser tant de question sur les indices perceptives qu'ils utilisent pour essayer d'analyser l'adversaire et d'adapter sa stratégie de combat selon la situation.

Mais n'oublions pas le facteur de l'expérience qui joue un rôle important dans la prise de décision, et donc sur l'action d'anticipation gestuel de l'adversaire un facteur précieux et déterminant qui fait la différence entre un bon et un excellent combattants, en sachant les

propriétés des combats d'art martiaux (courte durée du combat, rythme instable, action bref …).

Tous ça nous mènent à ce pausé différentes questions qui sont :

- Ya-t-il une différence de perception entre les combattants ?
- La stratégie du combat est-t-elle stable ou dynamique ?

Afin d'arriver à des réponses à ces questions, on a utilisé deux méthodes, la première expérimentale par l'organisation de combat, l'objectif est de prendre les différentes postures initiales et les comparé entre elles.

La deuxième descriptive par des interviews avec les combattant, l'objectif est de connaitre leurs stratégies et sa variabilité aussi leurs base de perception.

Après avoir obtenu tout les résultats, on a procédé à leur analyse et on est arrivé à mettre une modélisation propre à chaque style, aussi à connaitre leur stratégie.

On est arrivé à conclure que la plupart des combattants ne appuyés pas sur des bonnes bases de perception ou le faisais ça sans avoir attention.

Tout ça nous a mené à se poser d'autres question par la suite comme : Quel sont les signes perceptives que le combattant détecte sur le visage de l'adversaire ? Peut-on développé ces perceptions par le billet d'un entrainement mental ?

Mots clés : perception, thermodynamique, modélisation de style

Title : Use of articulated weapons in Fighting Sports

Key words : perception, thermodynamic, style modélisation.

The Effect of *Opuntia Ficus-indica* Juice Supplementation on Oxidative Stress, Cardiovascular Parameters and Biochemical Markers of Muscle Damage Following Endurance Exercise

Khouloud Aloui[1], Salma Abedelmalek[2], Nizar Souissi[1]

[1] Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia;

[2] Department of Physiology and functional explorations, Sousse Faculty of Medicine, Sousse, Tunisia:

Mail: aloui_khouloud@yahoo.fr

OBJECTIVE

The aim of the study was to investigate the effect of a flavonoid-rich fresh fruit juice supplementation on cardiovascular, oxidative stress and biochemical parameters during the yo-yo intermittent recovery test (YYIRT).

METHODOLOGY

In randomized order, twenty-two healthy subjects participated in this study divided into two groups: an experimental group (EG: n=11) and a control group (CG: n=11). All groups performed two sessions of test at 07:00 h before and after two weeks of supplementationwith*Opuntia ficus-indica juice*(150 ml/daily). Blood samples were taken at the rest (P1) and immediately (P2) after the YYIRT.

STATISTICAL ANALYSIS

Statistical tests were processed using STATISTICA Software (StatSoft, France). Data were reported as mean ± SD. Once the assumption of normality was confirmed using the Shapiro-Wilk-W-test, parametric tests were performed. YYIRT parameters data (i.e. VO2max, total distance covered during the YYIRT (TD), HRmax and the RPE scores) were analyzed using a two-way ANOVA (2 [groups] × 2 [conditions]). Biochemical parameters (i.e. total cholesterol (TC), triglycerides (TG), high-density lipoprotein (HDL), low-density lipoprotein (LDL), lactate deshydrogenase (LDH), creatine kinase (CK), glucose (GLC)), blood pressure and malondialdehyde (MDA) data were analyzed using a three-way ANOVA (2 [groups] × 2 [conditions] × 2 [points of measurement]). The Bonferroni post hoc test was performed whenever significant effect was found. The level of statistical significance was set at $P < 0.05$.

RESULTS

Our results showed that following the 2,2-diphenyl-1- picrylhydrazyl (DPPH•) test, the *Opuntia ficus-indica* juice has an antioxidant capacity for capturing free radicals ($p<0.05$). Concerning biochemical and cardiovascular parameters our results showed a significant increase on TC ($p<0.01$), TG ($p<0.05$), HDL ($p<0.01$), LDL ($p<0.01$), CK ($p<0.01$), LDH ($p<0.01$), GLC ($p<0.01$), systolic (SBP) and diastolic blood pressure (DBP) ($p<0.01$) immediately after YYIRT. However, TC ($p<0.05$), TG ($p<0.05$) and LDL ($p<0.05$) as well as the MDA ($p<0.01$), the CK ($p<0.05$) and LDH ($p<0.01$) display a significant decrease after supplementation of *Opuntia ficus-indica* juice before and immediately after YYIRT.

However, no significant effect on HDL ($p>0.05$), GLC ($p>0.05$) levels or the DBP ($p>0.05$) was observed after supplementation. Concerning HRmax, supplementation causes a significant decrease. Moreover, the supplementation leads to an improvement on YYIRT performance (TD, VO_{2max}, VMA) and RPE.

DISCUSSION

The present results indicated a significant increase of the biochemical parameters (i.e., TC, TG, HDL, LDLand GLC) at P2 versus P1 for EG and CG. These results are online with those of Hammouda et al. (2013). For GLC values, our results showed an increase for the EG and even for CG before as well as after supplementation, after YYIRT. In this context, Cicero et al. (2004) showed that the *Opuntia ficus-indica* supplements can also be effective in reducing GLC levels. Consistent with previous studies, the evaluation of the antioxidant activity showed that the *Opuntia ficus-indica* juice studied contain substances which are able to inhibit the action of free radicals as DPPH• (Tesoriere et al. 2008).

Supplementation with *Opuntia ficus-indica* juice causes a significant decrease on HRmax for the EG. These results coincide with those found by Schmidt et al. (2008). Regarding DBP and SBP, recorded following the YYIRT they are significantly higher than those at rest for the EG as well as CG. However, the supplementation of *Opuntia ficus-indica* juice has no effect on the DBP or in the SBP. In this context, few studies have focused on the measurement of blood pressure after antioxidant supplementation (Saneei et al. 2014). Regarding lipid peroxidation, our results show a significant increase in MDA levels after the YYIRTand a significant decrease of these levels after supplementation with *Opuntia ficus-indica* juice these results agree with those of Bouzid et al.(2014). Baired et al. (2012) illustrate that CK and LDH levels are significantly higher at P2 above P1 in both EG and CG groups. In addition, CK and LDH levels present a significant decrease which is observed after supplementation in EG compared to CG at P2.In fact, *Opuntia ficus-indica* juice leads to an improvement on YYIRT performance (i.e., TD, VO2max, VMA). The enhancement of the YYIRT performance showed is essentially due to the decrease of muscle damage (Hammouda et al. 2013).

CONCLUSION

In summary, we conclude that *Opuntia ficus-indica* juice has a potent antioxidant activity and can reduce oxidative stress and muscle damage caused by the endurance exercise.

REFERANCES:

Baird F, Graham M, Baker S, and Bickerstaff F. Creatine-kinase-and exercise-related muscle damage implications for muscle performance and recovery. *Journal of nutrition and metabolism*, 2012.

Bouzid A, Hammouda O, Matran R, Robin S, and Fabre C. Changes in oxidative stress markers and biological markers of muscle injury with aging at rest and in response to an exhaustive exercise. *PloS. one*. 2014;9(3):e90420.

Cicero G, Derosa G, and Gaddi A. What do herbalists suggest to diabetic patients in order to improve glycemic control? Evaluation of scientific evidence and potential risks. *Acta diabetologica*. 2004;41(3):91–98.

Hammouda O, Chtourou H, Chaouachi A, Chahed H, Zarrouk N, Miled A, and Souissi N. Biochemical responses to level-1 Yo-Yo intermittent recovery test in young Tunisian football players. *Asian journal of sports medicine*. 2013;4(1):23.

Saneei P, Salehi-Abargouei A, Esmaillzadeh A, Azadbakht L. Influence of Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet on blood pressure: a systematic review and meta-analysis on randomized controlled trials. *Nutr Metab CardiovascDis*. 2014;24:1253–1261.

Schmitt L, Fouillot P, Nicolet G, and Midol A. Opuntia Ficus Indica Increases Heart-Rate Variability in High-Level Athletes. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*. 2008;18:169–178.

Tesoriere L, Fazzari M, Angileri F, Gentile C, and Livrea A. In vitro digestion of betalainic foods. Stability and bioaccessibility of betaxanthins and betacyanins and antioxidative potential of food digesta. *Journal of agricultural and food chemistry*. 2008;56(22):10487–10492.

Intégration des TIC dans l'enseignement

Houda Dammak[1], Salma Abedelmalek[2], Nizar Souissi[3]
[1] Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax
[2] Department of Physiology and functional explorations, Sousse Faculty of Medicine, Sousse, Tunisia:
[3] Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia;

houdadammakghorbel@hotmail.com

INTRODUCTION

Au cours des cinquante dernières années, un grand nombre de changements dans le domaine de la technologie numérique à perturbé la société dans le monde entier : l'arrivée de la télévision, la vidéo, ou encore les technologies de l'information et de la communication communément appelées TIC. Selon Brown (1996), le plus important changement est certes la croissance phénoménale d'Internet et, en particulier, la version graphique d'Internet communément appelée le Web qui ont modifié et qui modifieront de façon durable nos modes de communication. Actuellement nous vivons dans un environnement numérique où les Technologies Usuelles de l'Information et de la Communication (TUIC) sont omniprésentes. Les environnements professionnels, sociaux, éducatifs et personnels sont bouleversés par les ordinateurs, Smartphones, tablettes, réseaux sociaux et autres outils numériques. On notera aussi que les nouvelles technologies sont une source de changements importants dans l'univers de l'éducation. L'enseignement et les activités d'apprentissage sont continuellement influencés par le développement de celles-ci.

COMMENT INTEGRER LES TIC ?

L'intégration des TIC dans l'enseignement passe tout d'abord par une organisation et une volonté politique et ensuite par la formation des enseignants (Androwski, et al. 2006). L'efficacité de l'intégration des TIC dans l'enseignement est multifactorielle. Elle dépend non seulement de l'enseignant, de la matière et des outils TIC utilisés (Marquet, 2003) mais aussi de la façon de les mettre en œuvre. Intégrer les TIC, n'est pas qu'un problème technique, mais c'est surtout s'approprier un nouvel instrument d'enseignement (Alava, 2004). Des utilisations plus complexes de ces outils sont possibles, mais nécessitent d'étudier l'impact de ces technologies (Price et al. 2007) et de faire la démonstration d'une réelle plus-value dans la formation. L'exploitation des TIC est susceptible de provoquer des changements au niveau de l'apprentissage des apprenants et des croyances des enseignants.

L'APPORT DES TIC A L'ENSEIGNEMENT

Plusieurs recherches ont été faites concernant les bienfaits des TIC à l'enseignement afin de voir à quel point celles-ci soutiennent l'apprentissage. Ces études ont démontré que cet outil d'enseignement contient plusieurs avantages vu qu'il favorise la communication et l'interaction. Tardif et al. (2000) affirment que les nouvelles technologies permettent aussi de faire des apprentissages davantage « signifiants » en plus d'augmenter chez les apprenants la capacité à résoudre des problèmes et à utiliser des stratégies métacognitives.

La technologie améliore la motivation et l'intérêt manifesté par les apprenants pour apprendre et pour développer des opérations cognitives. Le processus d'apprentissage est encore plus d'ordre supérieur quand on enseigne aux apprenants comment appliquer des processus de résolution de problèmes et qu'on leur donne des occasions d'appliquer la technologie à la recherche de solutions.La manière d'intégrer les TIC de chaque formateur reflète son rapport au savoir et ses modèles d'intervention pédagogiques (Deaudelin et al. 2005).

L'IMPACT DES TIC SUR L'APPRENTISSAGE

- L'apprenant acteur de son apprentissage : Les TIC favorisent l'apprentissage puisque l'apprenant devient acteur de son apprentissage en utilisant lui-même les outils et aussi parce qu'il crée, conçoit et développe des contenus. Karsenti et all (2001)
- Motivation et valorisation : La modernité et la diversité des usages des TICE motivent les apprenants. Ilsparticipent davantage et s'impliquent dans des productions individuelles ou collectives.Karsenti (2001)
- L'apprentissage facilité : L'apprentissage est généralement facilité par l'usage des outils TIC qui aident à mieux faire comprendre ou à mieux visualiser les problèmes et qui, ce faisant, permettent à l'apprenant de mémoriser ses cours avec plus de facilité. Raby et all(2011)
- La continuité pédagogique : Les technologies de l'information et de la communication contribuent à la continuité pédagogique entre le travail fait en classe et celui fait en dehors. La mise en route des activités est plus rapide car les apprenants sont préalablement sensibilisés à la problématique.La continuité pédagogique recouvre aussi les échanges électroniques grâce aux outils de communications comme les blogs et les forums qui apportent une aide spécifique aux difficultés exprimées par les apprenants.
- La connaissance immédiate des résultats : Grâce à des outils lui offrant précision, objectivité et immédiateté dans son analyse, l'enseignant peut évaluer, en temps réel, ses étudiants. D'où la possibilité d'indiquer immédiatement à l'apprenant la façon de se corriger et de progresser.

CONCLUSION

L'utilisation réfléchie des TIC dans la classe revêt une importance capitale pour l'enseignement.D'autre part la palette des outils numériques ne cesse de s'enrichir d'éléments de plus en plus petits, maniables, nomades et intuitifs. Ainsi les supports sont devenus si fins et si légers qu'ils nous accompagnent partout et transforment les lecteurs en nomades numériques. D'après la littérature, les TIC ont des effets bénéfiques sur le processus d'apprentissage. Il est doncnécessaire de penser à intégrer les TIC dans l'enseignement de l'éducation physique et sportive au milieu universitaire(STAPS) et pourquoi pas dans le milieu scolaire.

REFERENCES

-Alava, S. (2004). Les pratiques médiatiques de l'enseignant au cœur des situations de formation. In J.-F. Desbiens, J.-F. Cardin & D. Martin (Eds.), Intégrer les tic dans l'activité enseignante : Quelle formation ? Quels savoirs ? Quelle pédagogie ? Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval.

-Androwski, C., Dallera, C., & Delacrétaz, C. (2006). Formation initiale et continue des enseignants et des enseignantes dans le domaine des tic et des médias. Berne : Centre suisse des technologies dans l'enseignement (CTIE).

-Brown, S. (1996). Organisational and cultural implications of changes in teaching and learning. ASCILITE 1996
-Deaudelin, C., Lefebvre, S., Brodeur, M., Mercier, J., Dussault, M., & Richer, J. (2005). Evolution des pratiques et des conceptions d'enseignants du primaire en contexte de développement professionnel lié aux tic. Revue des Sciences de l'Education, 31 (1), 79-110.
-Karsneti, T., Savoie-zajc,L.,Larose,F. & Thibert, G. (2001) .TIC : Impact sur la motivation et les attitudes des apprenants.
-Karsenti,T.,Larose,F.(2001) Les TIC au cœur des pédagogies universitaires.
-Marquet, P. (2003). L'impact des tic dans l'enseignement et la formation : Mesures, modèles et méthodes. Contribution à l'évolution du paradigme comparatif des usages de l'informatique en pédagogie. Unpublished Thèse d'habilitation à diriger des recherches, Université Strasbourg 1, Strasbourg
-Price, S. & Oliver, M. (2007). A framework for conceptualising the impact of tchnology on teaching and learning. Educational Technology & Society, 10 (1), 16-27.
-Tardif, J. & Presseau, A. (Eds.). (2000). Intégrer les nouvelles technologies de l'information : Quel cadre pédagogique ? (2ième ed.). Paris : ESF.
-Raby,C.,Karsenti,T.,Meunier .H & Villeneuve,S.(2011) Usages des TIC en pédagogies universitaires : point de vue des étudiants. Revue internationale des technologies en pédagogies universitaire.

Etude de l'effet du mode de calcul et de l'unité d'expression sur la reproductibilité de l'indice de fatigue calculé par un test « wingate » 15 secondes.

Zièd Nèji [(1)], Mehrez Hammami[(2)], Yessine Negra[(2)], Younes Hachana[(1)] , Ahmed Atia[(1)].

(1) Enseignant et membre de l'unité de recherche à l'Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique, Ksar Said, université de Mannouba, Tunisie.

(2) Unité de recherche de l'Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique, Ksar Said, université de Mannouba, Tunisie.

Zied.neji@hotmail.fr

Mots clés : Wingate, indice de fatigue, reproductibilité, performance, allométrie.

Objectif du travail :
L'objectif de ce travail a été l'étude de l'effet de l'unité et de la forme d'expression sur la reproductibilité de l'indice de fatigue estimé par le test de « wingate » 15 secondes.
Matériel et méthode :
Treize étudiants (9 garçons et 4 filles), étudiants à l'Institut Supérieur de Sport et de l' éducation physique de ksar Said ont volontairement participé à cette étude.
Chaque sujet a réalisé deux tests de « wingate » 15 secondes sur un cyclo-ergomètre de type « Monark » 984E. Les tests sont déroulés dans les mêmes conditions et séparés d'une semaine d'interval.
Les indices de fatiguabilité (IF) estimés suite aux épreuves de « wingate » ont été exprimés sous forme de valeurs absolue (W), relative à la masse corporelle (W.kg-1) et allométrique (W.kg-0.67).
Les IF ont été également exprimés sous forme de pourcentage et sous forme de pourcentage de maintient.
Résultats et conclusion :
L'analyse de la reproductibilité a montré que l'unité d'expression de l'IF n'affecte pas significativement la reproductibilité de cet indice. Cependant, l'unité d'expression la plus appropriée pour exprimer un indice de fatique estimé par un test de « wingate » 15 secondes semble être le Watt (ICC = 0.838 avec un CV de 16%).
En conclusion on peut dire que le principal facteur affectant la reproductibilité de l'indice de fatiguabilité estimé par un test de « wingate » 15 secondes semble être sa forme d'expression.

Références Bibliographiques :

Bar-Or, O., Dotan, R. and Inbar, O. (1977). A 30s all-out ergometric test. Its reliability and validity for anaerobic capacity. Isr.J.Med.Sci.,13,326-327.
Dotan, R. and Bar-Or, O. (1980). Climatic heat and performance in the wingate anaerobic test. Eur.J.Appl.Physiol.,44,237-243.
Dupont et al (2007). Effect of short recovery intnsities on the performance during two Wingate tests. Med Sci Sports Exerc. 2007 Jul ; 39 (7) : 1170-6. PMID : 17596786 [Pub Med-indexed for medline].
Oliver, J.L (2007). Is a fatigue index a worthwhile measure of repeated sprint agility ? Journal of science and medecine in sport. JSAMS-285.
Womersley, JV Durnin. An experimental study on variability of measurements of skinfold thickness on young adults. Human Biological 1973 ; May 45 (2) : 281-92.

Implication De L'analyse Des efforts physiquesaux cours D'un Combat De Lutte Dans Le Processus Enseignement-Apprentissage.

Hasan Melki
ISSEP Tunis Kssar-Said
hmelki@yahoo.fr

Résumé :

Cette communication rentre dans le cadre de la logique interne de la didactique de la lutte, elle permet de préciser le savoir de cette discipline, de cerner précisément ses caractéristiques, ses exigences et les spécificités de sa pratique pour les élèves lutteurs. D'une autre façon, cette étude décrit le contenu de savoir à partir de l'identification et l'analyse qualitatif d'un combat de lutte.
Nous avons fait recours à des mesures directes et nous présentons aux enseignants ainsi aux entraîneurs une méthode d'analyse des séquences temporelles qui pourrait être une nouvelle approche qui contribue à mieux analyser et de donner des explications à des phénomènes d'apprentissage à travers des paramètres physiologiques et techniques au cours d'un combat de lutte. Vingt (20) lutteurs élèves, de sexe masculin, répartis en 4 groupes, les mesures directes contenant ; Les Ratios (effort/repos) debout : A= 1/1,63: B= 1/2,14: C= 1/1,90:D= 1/1,10. ratios sol : A= 1/1,1: B= 1/2,62: C= 1/0,59:D= 1/1,20. Toutes ces analyses permettront de faire bien comprendre aux enseignants le savoir nécessaire de la lutte afin de savoir le transmettre tout en facilitant l'apprentissage aux lutteurs.

Mots clés :sport de combat, savoir de lutte, analyse des séquences temporelles.

INTRODUCTION ET PROBLEMATIQUE

La relation entre performance et apprentissage a donné lieu à de nombreux travaux dans le domaine des activités physiques où la recherche des facteurs influençant la performance de l'apprentissage moteur a été un vecteur d'analyse et d'optimisation de l'apprentissages (voir à ce sujet: Bulletin de psychologie, tome 58 (1), 2005) (Sarrazyn & Famose 2005, Millet & Le Gallais 2007, Billat 2009).La modification de système de pointage et de victoire et la durée des combats dictent le type de l'athlète qui va réussir dans la lutte et les changements périodiques des règlements influencent les méthodes d'entraînement utilisées par les lutteurs réussis (Cinar and Tamer, 1994; Callan et al., 2000). On cherchant dans la littérature spécifique, peu d'études ont été réalisées pour réaliser et identifier la structure de la compétition en lutte. Ce si est du à plusieurs facteurs, parmi lesquels ; le caractère complexe de l'activité (LEPLANQUAIS F. et al, 1995).La variété dans la durée et la diversité des techniques utilisées dans la position debout et sol nous mener à affirmer qu'il y a une difficulté de standardiser l'effort, (Lopez-Gullon . et Martinez-Moreno A, Morales VB, Borrego F :2011). Partant de ces constats, nous nous proposons tout au long de cette recherche, de mettre en relation l'ensemble des analyses de l'activité du lutteur avec les différents facteurs de la performance ; de fournir et d'analyser plus finement des données issues des combats de lutte ; de spécifier l'exploitation des exercices intermittents chez le lutteur.

METHODOLOGIE :

Pour valider, nous avons fait recours à des mesures directes, Vingt (20) lutteurs élèves, de sexe masculin, répartis en 4 groupes, Groupe « A » des poids légers,« B » ; moyens, « C » lourds et groupe « D » des poids lourds.. Les mesures directes contenant: les Ratios (effort/repos). Toutes les analyses statistiques ont été réalisées à l'aide de logiciels statistique « Statistical Package for social Sciences » (SPSS version 16.0 pour Windows) pour comparer la dépense énergétique et les réponses cardio-ventilatoires suscitées lors de combat en fonction des

différentes situations. L'ensemble des variables sont exprimées par leurs moyennes et leurs écarts-types. Les analyses vidéo ont été réalisées à l'aide d'un logiciel libre et gratuit (Kinovea 0.8.15) il est aussi destiné à l'analyse de petites séquences vidéo sportives. Les analyses des combats sont orientées vers la détermination de temps de travail ; caractérisé par trois natures d'effort : Effort à haute intensité, faible intensité, Effort caractérisé par le non concurrence et le temps de repos caractérisé par le non contact.

RESULTATS ET INTERPRETATIONS

Les analyses de temps de travail, montrent que la durée la durée moyenne des combats était 427 secondes avec des valeurs qui varie de 324-535 secondes *(Katarzuma .L.,2011)*. Comparant nos résultats avec celles des autres auteurs, on les trouve semblable avec un grand pourcentage, de plus notre gamme de moyenne vari de 410 secondes à 528 secondes. L'analyse de répartition des points techniques au cours des combats du groupe « A », donne raison au nombre, plus au moins augmentés, des séquences de travail, on trouve que la moyenne des est de 47 séquences. Pour la durée moyenne de séquences caractérisées par la haute intensité est de 79 ±11.79 secondes. Les séquences à faible intensité ont une durée moyenne de 70 ±18.04 secondes.Ce la signifie que les séquences à faible intensité prends la mission des étapes préparatoires des prises d'attaques ou de contre-attaques.Pour le groupe « B » L'analyse de nombre des séquences montre que la moyenne des séquences est de 46 séquences, debout et sol, réparties comme suit ; séquence à haute intensité = 22, séquence à faible intensité = 21, séquence à non concurrence = 3. L'analyse de groupe « C », montre que la moyenne de nombre est de 45.5 séquences, debout et sol, réparties comme suit ; séquence à haute intensité = 19, séquence à faible intensité = 23, séquence à non concurrence = 3.5.La moyenne des durées des séquences à haute intensité est de 132.5 secondes, la moyenne des durées des séquences à faible intensité est de 145.56 secondes qui représentent 27.5% de temps général des combats. En fin la durée moyenne des séquences à non concurrence est de 80.75 secondes qui représente aussi 15 % du temps générale des combats. L'analyse de groupe des lourds plus, « D », montre que la moyenne de nombre est de 07 séquences, debout et sol, réparties comme suit ; séquence à haute intensité = 3, séquence à faible intensité = 2, séquence à non concurrence = 2.La moyenne des durées des séquences à haute intensité est de 88 secondes. Aussi la moyenne des durées des séquences à faible intensité est de 49 secondes, la durée moyenne des séquences à non concurrence est de 23 secondes.

CONCLUSION

Toutes ces analyses ont permis de faire bien comprendre aux enseignants le savoir nécessaire à l'enseignement de la lutte afin de pouvoir le transmettre tout en facilitant l'apprentissage aux lutteurs en augmentant le temps d'engagement moteur et arriver avec le lutteur à dépasser l'obstacle de l'apprentissage dans le processus enseignement-apprentissage.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Callan, S.D., Brunner, D.M., Devolve, K.L., Mulligan, S.E., Hesson, J., Wilber, R.L. and Kearney, J.T. (2000) *Physiological profiles of elite freestyle wrestlers*. Journal of Strength and Conditioning Research 14, 162-169.
- Cinar, G. and Tamer, K. (1994) *Lactate profiles of wrestles who participated in 32nd European free-style wrestling championship in 1989*. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness 34, 156- 160.
- Katarzuma .L: *Somatype body composition and proportionality in polish top G.R wrestlers*. J human Kinetics.2011.141-154.
- Lopez-Gullon JM, Garcia-Pallares J, Berengui R et al: *Factores fisicos y psicologicos predictores del exito en lucha olimpica*. Rev Psicol Deport, 2011.

Evolution des paramètres anthropométriques et des performances en saut vertical chez des adolescents sains Tunisiens

Mohamed Tounsi[1], Chirine Aouichaoui[1], Zouhair Tabka[1], Yassine Trabelsi[1]

[1]Laboratoire de Physiologie et des Explorations Fonctionnelles, Faculté de Médecine Ibn-Al-Jazzar, Université de Sousse (UR12ES06).

m.tounsi@hotmail.fr

ABSTRACT

L'objectif de cette étude est de déterminer l'évolution des paramètres anthropométriques et des performances en saut vertical en fonction de l'âge chez des adolescents sains Tunisiens.L'échantillon est composé de 525 adolescents (242 garçons et 283 filles) âgés de 13 à 19 ans. Les paramètres anthropométriques ainsi que le volume musculaire des membres inférieurs ont été mesurés. La hauteur et la puissance du saut vertical ont été mesurées à l'aide d'un Optojump en utilisant les tests de squat jump (SJ) et contre mouvement jump (CMJ). En fonction de l'âge, nos résultats ont montré que toutes les variables anthropométriques augmentent significativement avec des différences entre filles et garçons. Egalement, les performances en saut vertical augmentent chez les garçons, alors qu'elles se stabilisent chez les filles au cours de la croissance.

Mots clés: Croissance; Puissance musculaire; Volume musculaire.

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the development of anthropometric variables and vertical jumping performances. Vertical jumping height and average power were measured to establish reference values of vertical jumping parameters in Tunisian healthy adolescents aged 13-19 in both sexes. Five hundred and twenty-five school adolescents (242 males and 283females) were randomly selected to participate in this study. Maximum height and average power in countermovement jump and squat jump were provided by an Optojump device. All anthropometric parameters increased with age. Additionally, vertical jumping performances increased with age in boys, whereas they tended to achieve a plateau or even decline in girls.

INTRODUCTION

Les gestes moteurs tels que les sauts sont utilisésà l'école comme indicateurs spécifiques de la force musculaire (Malina et al., 2004). En Tunisie, quelques valeurs de référence propres à notre population ont été établies. Récemment, une étude conduite par Aouichaoui et al. (2011) a fourni des valeurs de référence des variables anthropométriques et de la puissance musculaire des membres inférieurs chez des enfants Tunisiens. Cependant, il n'existe pas de valeurs de référence de la puissance musculaire chez l'adolescent Tunisien. Ainsi, l'objectif de cette étude est d'établir des valeurs de référence des variables anthropométriques et de la puissance musculaire des membres inférieurs chez des adolescents Tunisiens, filles et garçons.

MATERIEL ET METHODES

L'échantillon est composé de 525 élèves en bonne santé, soit 242 garçons et 283 filles âgés de 13 à 19 ans.

Les mesures effectuées incluent la détermination des paramètres anthropométriques et les tests de détente verticale (squat jump (SJ) et contre mouvement jump (CMJ)).L'hauteur et la puissance en saut ont été mesurées par un système optique (Optojump, Microgate, Italia).

RESULTATS& DISCUSSION

Toutes les variables anthropométriques (masse corporelle, taille debout, taille assise, tour de taille, indice de masse corporelle et masse maigre) augmentent significativement avec l'âge. Cette augmentation est expliquée par le processus de croissance et de maturation (Rogol et al., 2000).

Egalement, les performances en saut vertical augmentent avec l'âge chez les garçons. Chez les filles, ces performances augmentent avec l'âge pour atteindre un plateau vers 15-19 ans. Nos résultats sont conformes à ceux de Malina et Bouchard (1992). Les performances des tunisiennes sont faibles par rapport à celles d'autres populations utilisant le même matériel et la même technique du saut.

CONCLUSION

Ces valeurs de référence peuvent être utilisées comme support pour les cliniciens pour l'évaluation de la fonction musculaire, le dépistage des maladies musculaires et l'évaluation de l'effet d'une thérapie sur des adolescents souffrant de troubles et de maladies affectant la puissance musculaire des jambes.

REFERENCES

Aouichaoui, C., Trabelsi, Y., Bouhlel, E.,Tabka, Z., Dogui, M., Richalet, J.P., &Buvry, B. (2011). Reference values of vertical jumping performance in healthy Tunisian children. Gazz Med Ita-Arch Sci Med.170:1-2.

Malina, R.M., & Bouchard, C. (1992). Growth, maturation, and physical activity. Med Sci Sports Exerc. 24(7), 841.

Malina, R.M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). Growth, maturation, and physical activity. 2nd ed. Human Kinetics, Champaign, IL.

Rogol, A.D., Clark, P.A., & Roemmich, J.N. (2000). Growth and pubertal development in children and adolescents: effects of diet and physical activity. Am J Clin Nutr. 72:521S-8S.

Effets de la température ambiante sur la performance physique

Y. Houaneb Marghli[1], H. Kwas[2], I. Zendah[2], H. Bellali[3], A. Khattab[2], N. Souissi[1], H.Ghédira[2].

1. ISSEP Ksar Said.Université de la Manouba, Tunisie.
2. Service de Pneumologie Pavillon I. Hôpital Abderrahmane Mami de l'Ariana, Tunisie.
3. Service d'épidémiologie. Hôpital Abderrahmane Mami de l'Ariana, Tunisie.

yosra_houaneb@hotmail.com

Introduction : Le corps humain peut tolérer une variation d'environ 4°C de la température interne sans que les performances physiques soient affectées. Cependant, dans de nombreux sports les joueurs sont souvent soumis à des conditions climatiques extrêmes avec une variation importante de la température ambiante. **Objectif :** Déterminer l'impact de la température ambiante sur la performance physique des adolescents. **Méthode :** Etude prospective comportant des mesures de performance physique réalisées après un test d'effort en hiver et en été chez des adolescents qui pratiquent une activité sportive scolaire régulière. Les données quotidiennes sur la température ambiante ont été contrôlées au cours de la même période. **Résultats :** Durant l'étude, la température ambiante était en moyenne de 11°C (8 à 16°C) en période hivernale et de 25°C (20 à 34°C) en période estivale. La distance parcourue était en moyenne de640,56±372,45 m en hiver et de 659,15±374,25 men été. Les basses températures ont été associées à la diminution de la distance parcourue mesuré après l'arrêt de l'effort. Les effets se sont produits à la fois pour les garçons et les filles. **Conclusion :** Nos résultats fournissent la preuve que la température ambiante a des effets significatifs sur la performance physique des adolescents.

Mots clefs : Température ambiante, performance physique, adolescents.

Effects of Recreational Soccer Training on Health-Related Physical Fitness in Untrained Adolescent Boys

Amri Hammami [1], Sofien Kasmi [2], Mohamed Razgallah [1], Ezdine Bouhlel [1]

[1]Laboraory of physiology, faculty of medicine of Sousse, Tunisia.

[2]Research Laboratory "Sport Performance Optimization", National Center of Medicine and Sciences in Sport (CNMSS), Tunis, Tunisia.

hammamiamri@hotmail.com

ABSTRACT. The aim of the present study was to evaluate the effects of a period of recreational soccer training (RS) in untrained adolescents. Twenty five untrained adolescent boys (Age =15-16 years) were randomly assigned to either small-sided soccer training group (SOC) or control (CON) group for 8 weeks. Participants were tested for intermittent aerobic fitness (Yo-Yo), sprint (10 and 20m), agility (15m agility test), countermovement jump (CMJ), Horizontal jump, flexibility, and balance. After 8 weeks of training, aerobic fitness and agility were significantly improved (all P <0.05, ES=0.4 to 1.5) after SOC and only Yo-Yo had improved in CON. A moderate improvement in horizontal jumping (P=0.15, ES=0.77) was noted after SOC. The difference in change in balance was seen to be significantly greater (P=0.04, ES=1.45) in SOC with a greater improvement in 10-m sprinting (P=0.15, ES=0.9) in SOC group comparedwith CON. In conclusion, short term soccer training seems to produce pronounced positive effects on range of physical fitness in untrained adolescents.

Key words: recreational soccer, health, small-sided game, sedentary, adolescent**.**

INTRODUCTION: Studies investigating health-related physical fitness benefits of regular physical activity have focused primarily upon aerobic exercise, including treadmill or outdoor running and cycle ergometry, both as continuous and interval forms of training (Nybo et al. 2009, Duvivier et al. 2013). However, adherence to these modes of physical activity in the general population and especially in adolescent is relatively low. In this context, recreational soccer (RS) is becoming a popular alternative for those seeking to improve their physical and metabolic fitness (Milanovic et al. 2015). To date, no information exists about the effects of RS in untrained healthy adolescent. Therefore, the aim of the study was to investigate the effects of 8 weeks RS training on health-related physical fitness in untrained boys.

METHODS: Twenty four untrained adolescent boys (Age 15-16 years) were tested before and after 8 weeks RS, for anthropometric measurements and motor performance included a 10m, 20-m linear and 15-m agility sprint tests, a countermovement jump test, flexibility test (sit and reach test), aerobic fitness (Yo-Yo IRT1), and balance (Stork test).Training was conducted with 2 sessions per week and consisted of organized small-sided soccer games (3v3 to 7v7). Mean heart rate during training was 84.55% HR max. ANOVA with repeated measures was used for statistical analysis. Furthermore, Student T test was performed to evaluate differences in changes between groups with the measure of effect sizes.

RESULTS:*Table 1*showshealth-related physical fitness characteristics before and after 8 weeks of RS training. At baseline, no significant differences were observed on all parameters between groups. Over 8 weeks, SOC significantly increased aerobic fitness (P=0.001, ES=1.5) and agility performance (P=0.04, ES=0.41). Moreover, SOC produced a moderate improvement in horizontal jumping (P=0.15, ES=0.77). CON group significantly increased aerobic fitness and produced a moderate decrease in agility performance (P=0.08, ES=1.05). When between-groups differences analysed, the difference in balance was seen to be significantly greater (P=0.04, ES=1.45) in SOC than in CON. There was a greater improvement in 10-m sprinting (P=0.15, ES=0.9) and 20-m sprint (P=0.07, ES=1.07) in SOC than in CON (decrease in sprint time). The results also showed a small and non-significant improvement in flexibility and anthropometric indices after 8 weeks of RS training (all P >0.05).

	Intervention Group (SOC)					Control Group (CON)				
	Pre M±SD	**Post M±SD**	**%Δ**	**P**	**ES**	**Pre M±SD**	**Post M±SD**	**%Δ**	**P**	**ES**
10m sprint(s)	1.89±0.21	1.82±0,16	-3.7	0,2	0.33	1.92±0,10	1.95±0.17	2.08	0.47	0.4
20m sprint(s)	3.39±0.18	3.29±0.21	-2.9	0.06	0.55	3.36±0.12	3.40±0.20	0.89	0.55	0.25
Agility(s)	6.56±0.39	6.39±0.36	-2.44*	0.04	0.41	6.57±0.20	6.54±021	-0,45	0.69	0.15
CMJ(cm)	28.34±3.38	28.06±3.44	-0.9	0.7	0.08	27.67±4.78	28.54±5.24	3.14	0.24	0.18
Long jump(m)	1.85±0.09	1.92±0.15	3.8	0.15	0.77	1.77±0.14	1.84±0.15	3.95	0.15	0.5
Flexibility(cm)	4.85±8.64	4.00±10.98	-17.5	0.56	0.09	2.83±7.63	3.57±7.25	26.1	0.61	0.09
Balance(s)	4.75±1.4	5.56±2.36	17.05	0.25	0.54	4.54±1.18	3.29±0.62	-27.5	0.08	1.05
Yo-Yo(m)	650±129.01	851.43±199.3	30.98*	0.005	1.5	684.6±153.02	834.29±182.26	21.42*	0.03	0.95

SOC: soccer group; ES: effect size
*Significant pre to post difference within the group (P <0.05)

Table 1. Health-related physical fitness before and after 8 weeks of recreational soccer training.

DISCUSSION: The present study is the first to evaluate the effects of soccer training on markers of health-related physical fitness in untrained adolescent boys. The results demonstrate that conducting regular soccer training brings important improvement in fitness such as aerobic fitness, balance and agility compared with non-exercising group. These results are in agreement with previous studies investigating the impact of regular soccer practice on health indices in untrained adults men or women (Schmidt et al. 2014, Krustrup et al. 2010). The high-intensity achieved during different training sessions (HR usually exceed 80% HR max) could explain the important gain obtained after this type of training.

CONCLUSION: Regular soccer training leads to significant cardiovascular and physical fitness adaptations and gains of health in sedentary adolescent boys, suggesting ~~RSit~~ as a potentially highly motivational method to enhance population health.

REFERENCES:

1. Nybo L, Pedersen K, Christensen B, Aagaard P, Brandt N, Kiens B. Impact of carbohydrate supplementation during endurance training on glycogen storage and performance (2009).Acta physiologica;197(2):117-27.

2. Duvivier BM, Schaper NC, Bremers MA, van Crombrugge G, Menheere PP, Kars M, Savelberg HH.(2013). Minimal intensity physical activity (standing and walking) of longer duration improves insulin action and plasma lipids more than shorter periods of moderate to vigorous exercise (cycling) in sedentary subjects when energy expenditure is comparable. PLoS One;8(2):e55542.

3. Milanović Z, Pantelić S, Čović N, Sporiš G, Krustrup P (2015). Is Recreational Soccer Effective for Improving $\dot{V}O_{2max}$.? A Systematic Review and Meta-Analysis. Sports Med;45(9):1339-53.

4. Schmidt JF, Hansen PR, Andersen T, Andersen L, Hornstrup T, Krustrup P, Bangsbo J (2014). Cardiovascular adaptations to 4 and 12 months of football or strength training in 65-to 75-year-old untrained men. Scand J Med Sci Sports;24(S1):86-97.

5. Krustrup P, Hansen PR, Andersen LJ, Jakobsen MD, Sundstrup E, Randers MB, Christiansen L, Helge EW, Pedersen MT, Søgaard P (2010). Long-term musculoskeletal and cardiac health effects of recreational football and running for premenopausal women. Scand J Med Sci Sports;20(s1):58-71.

Effect of active warm-up duration on morning short-term maximal performance during Ramadan

Hana Baklouti[1], Hamdi Chtourou[1] Asma Aloui[1], Anis Chaouachi1,Nizar Souissi

[1] Laboratoire de recherche «Optimisation de la performance sportive», centre national de la médecine et des sciences du sport.

baklouti.hana@gmail.com

Introduction :

Warm-up is considered by many to be an essential part of any training session or team-sport competition because of its proposed ability to improve subsequent exercise performance and to reduce the incidence of sports-related musculoskeletal injuries (Bishop D, 2003). Warm-up can enhance performance by increasing muscle temperature and consequently enhancing muscle power (Zochowski T et al, 2007). In addition,Warm-up structure depends on the environmental conditions and the constraints unique to the event (Zochowski T et al, 2007). The purpose of this study was To examine the effect of active warm-up duration on short-term maximal performance assessed during Ramadan in the morning.

Methods: Twelve healthy active men performed four Wingate tests for measurement of peak power and mean power before and during Ramadan at 09:00 a.m. The tests were performed on separate days, after either a 5-min or a 15-min warm-up. The warm-up consisted in pedaling at 50% of the power output obtained at the last stage of a submaximal multistage cycling test. Oral temperature was measured at rest and after warming-up. Furthermore, ratings of perceived exertion were obtained immediately after the Wingate test.

Results: Oral temperature was higher after the 15-min warm-up than the 5-min warm-up throughout the study. Moreover, peak power and mean power were higher after the 15-min warm-up than the 5-min warm-up before Ramadan. However, during Ramadan, there was no significant difference between the two warm-up durations. In addition, ratings of perceived exertion were higher after the 15-min warm-up than the 5-min warm-up only during Ramadan.

Conclusions: There is no need to prolong the warm-up period before short-term maximal exercise performed during Ramadan in the morning.

Keywords: fasting; morning; warm-up; anaerobic; power

Reference

1. Bishop D. Warm up II: performance changes following active warm up and how to structure the warm up. Sports Med. 2003; 33: 483_98.
2. Zochowski T, Johnson E, Sleivert GG. Effects of varying postwarm-up recovery time on 200-m time-trial swim performance. Int J Sports Physiol Perform. 2007; 2: 201_11.

La cohérence entre la formation initiale d'EPS et l'intégration dans le stage. Qu'en pensent les étudiants stagiaires de la région de Sfax ?

Rekik Ghazi, Bali Naila

Etudiant en mastère didactique des APS, ISSEP Sfax/ Maitre assistante, ISSEP ksar Saïd.

rekikghazi61@yahoo.fr

RESUME : Du point de vue de l'ingénierie de formation qui s'intéresse principalement à l'analyse des besoins et l'évaluation des dispositifs l'objectif de cette recherche est d'étudier les conceptions de 116 étudiants stagiaires (ES) d'éducation physique tunisiens(moyenne d'âge = 21±1,8 ; sexe = masculin et féminin)inscrit à l'Institut supérieur du Sport et de l'éducation physique (ISSEP) de la région de (Sfax, Tunisie), à propos de la cohérence entre la formation initiale et l'intégration dans le stage de préparation à la vie professionnelle.Le résultat de la recherche empirique menée auprès de ces étudiants stagiaires a montré qu'il y avait un consensus sur le manque de cohérence et de continuité entre cette formation et l'intégration dans ce stage avec une moyenne des degrés d'accords de (5,09±0,22). La discussion porte sur la comparaison de ce résultat avec les recherches antérieures qui ont montré ce manque de ce type de cohérence.

Mots clés: Ingénierie de formation, conceptions, étudiants stagiaires d'EPS, formationinitiale, stage de préparation à la vie professionnelle.

ABSTRACT: From the viewpoint of the training engineering field which focuses primarily on the needs analysis and evaluation of devices the aim of this research is to study the conceptions of 116 Tunisian High School Physical Education student trainee (PEST); (average age ± ET = 21±1.8; sex = male and female) inscribed at the Higher Institute of Sport and Physical Education (ISSEP) in (Sfax, Tunisia) about the consistency between the initial training and the integration in the internship of preparation for professional life. The results of this empirical research conducted with these student trainees showed that there was a consensus on the lack of consistency and continuity between the initial training and the integration in this internship with an average degree of agreements equal to (5.09±0.22). The discussion focuses on the comparison of this result with the previous research that has shown this lack of this type of consistency.

Keywords: Training engineering; Conceptions; Physical educationstudent trainees; Initial training; Internship of preparation for professional life.

INTRODUCTION :

La formation initiale a un double objectif : premièrement, amener les étudiants à un haut niveau de formation disciplinaire et deuxièmement les professionnaliser(Altet, 1994 ; Lang, 1999). En Tunisie, les Instituts supérieurs de sport et de l'éducation physique dispensent aux futurs professeurs d'éducation physique et sportive une double formation : une formation dans les activités physiques et sportives (gymnastique, athlétisme, natation, handball…) et une formation dans les sciences biologiques et humaines (anatomie, biomécanique, physiologie, psychologie, sociologie…). Ces programmes officiels tunisiens sont censés aider les futurs professeurs à mieux comprendre, puis à mieux apprendre les activités physiques et sportives sur le terrain, et par la suite, à mieux les enseigner à leurs futurs élèves, au lycée (Bali, 2005). Donc l'appropriation des savoirs professionnels nécessaires au métier d'enseignant et la manière de leur genèse, leur transmission et leur acquisition résultent généralement des actions de cette formation du cursus universitaire (Mrayeh, 2010).Dans ce cadre, la période de l'achèvement de ce stage constitue le bon moment pour évaluer l'efficacité de cette formation initiale d'EPS.

BUT :

Cette étude vise à décrire les conceptions des étudiants stagiaires d'éducation physique et sportive tunisiens, envers la cohérence entre la formation initiale et l'intégration dans le stage de préparation à la vie professionnelle.

PARTICIPANTS :

116 étudiants stagiaires (ES) volontairescomposé de 70 étudiants stagiaires garçons (ESG) et 46 étudiants stagiaires filles (ESF) (moyenne d'âge = 21±1,8)inscrits à l'institut supérieur de sport et de l'éducation physique de Sfax.

METHODE :

Administration d'un questionnaire auprès de 116 ES afin d'identifier leurs conceptions envers la cohérence entre la formation et l'intégration dans le stage.

RESULTATS :

Les résultats de cette étudemontrent qu'il y avait un consensus sur le manque de cohérence et de continuité entre la formation et l'intégration dans le stage avec une moyenne des degrés d'accords chez les ESG de (5,35±0,27) et chez les ESF de (5,35±0,27), (figure 1) avec un taux d'accord total de (5,09±0,22), (figure 2).

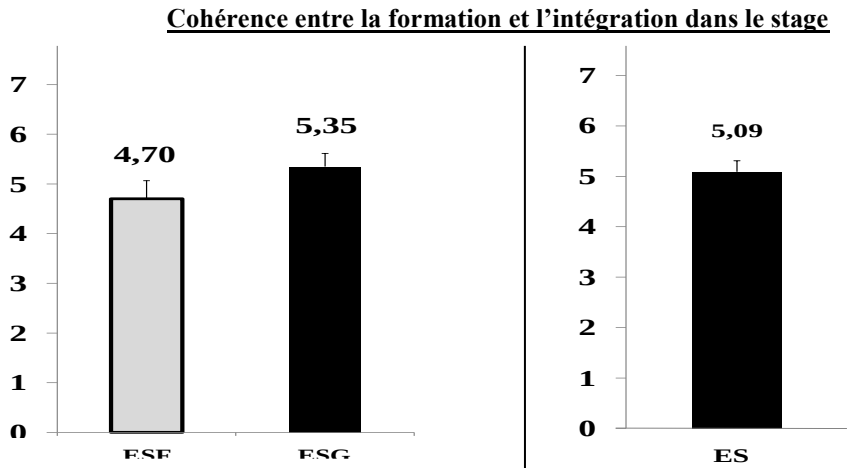


Figure 1 : la moyenne des *Degrés d'accords total (Moy±Ert) des ESF (étudiants stagiaires filles) et des ESG (étudiants stagiaires garçons) envers la cohérence entre la formation et l'intégration dans stage*

Figure 2 : *Moyenne des degrés d'accords (Moy±Ert) de tous les ES (enseignants stagiaires) envers la cohérence entre la formation et l'intégration dans le stage*

REFERENCES :

- **Altet, M. (1994).** *La formation professionnelle des enseignants: analyse des pratiques et situations pédagogiques*. Presses Universitaires de France-PUF.
- **Bali, N. (2005).** Articulation «théorie-pratique» dans la formation des élèves-professeurs tunisiens d'éducation physique: Conceptions des formateurs et des formés. *Recherche et formation*, (49), 135-150.
- **Lang, V. (1999).** La professionnalisation des enseignants, Paris, PUF.
- **Mrayeh, M. (2010).** *De l'ingénierie de la formation universitaire à l'appropriation des compétences professionnelles en matière d'enseignement de l'EPS* (Doctoral dissertation, Université de Tunis).

Effet d'un programme de réentraînement court en endurance sur les capacités cardiorespiratoires chez des patients atteints de BPCO

Effect of short term endurance training program on cardiopulmonary capacities in patients with COPD

Garbouj Hadami; Lonsdorfer-Wolf E; Radhouane Haj-Sassi; Lonsdorfer J

hadamigarbouj@yahoo.fr.

Key words : COPD, rehabilitation program, ventilatory threshold, Intermittent exercise.

Résumé

Objectif : Étudier les effets d'un programme de réentraînement court en endurance personnalisé sur les capacités fonctionnelles et cardiorespiratoires des sujets atteints de BPCO modérée etmoyennement sévère.

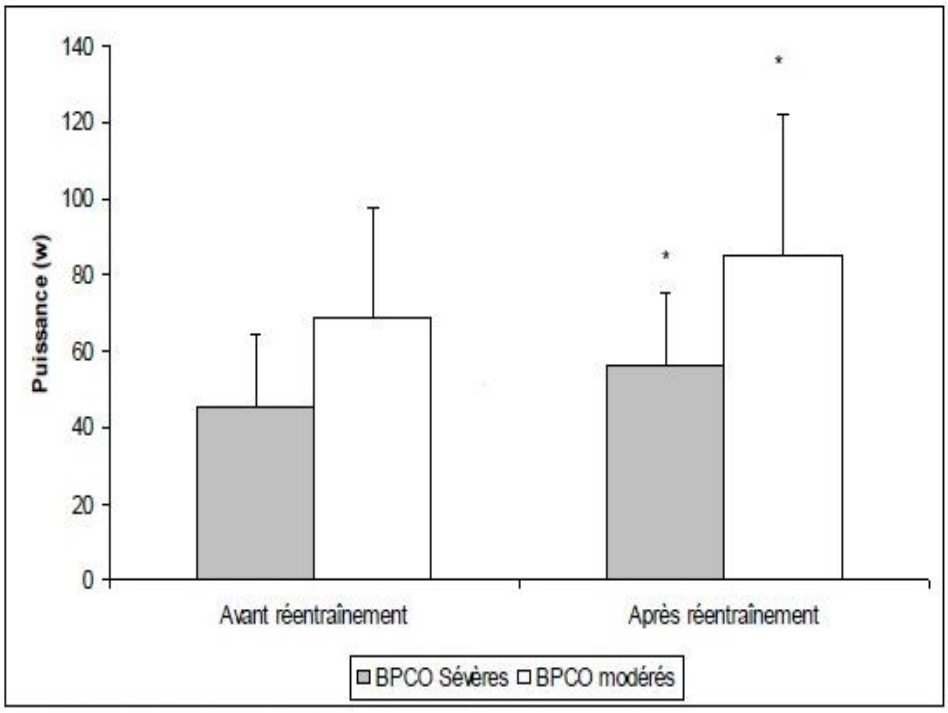
Synthèse des faits : 60 patients atteints d'une BPCO modéré et moyennement sévère ont réalisé uneépreuve d'effort maximale avant et après un programme de réentraînement court en endurance. Uneamélioration de la puissance maximale tolérée et un retard d'apparition du seuil ventilatoire ont étéobtenus à l'issu du programme.

Conclusion : un réentraînement intermittent court en endurance dont les charges sontindividualisées permet l'amélioration de la tolérance à l'effort des patients atteints de BPCO modéréeet moyennement sévère.

Effets du réentraînement à l'effort évalués au moyen d'une épreuve à charge progressivement croissante dans les deux groupes de patients atteints de BPCO

	Avant réentraînement		Après réentraînement	
	BPCO modérée (n = 28)	BPCO sévère (n = 32)	BPCO modérée (n = 28)	BPCO sévère (n = 32)
PMT mesurée (w)	110,0 ± 44,5	66,6 ± 31,2	132,0 ± 53,8*	79,7 ± 33,1**
VO_2pic ($ml.kg^{-1}.min^{-1}$)	19,2 ± 6,1	15,3 ± 4,5	21,8 ± 7,7*	16,3 ± 5,3
VEmax ($l.min^{-1}$)	67,4 ± 23,1	39,3 ± 14,2	71,4 ± 22,8*	41,2 ± 15,9
FCmax ($bat.min^{-1}$)	136,1 ± 22,3	123,5 ± 20,2	139,5 ± 24,4*	124,2 ± 23,8
Pouls d'O_2 ($ml.bat^{-1}$)	11,3 ± 2,7	9,2 ± 3,4	12,6 ± 3,3*	9,5 ± 3,4**
Sp O_2 (%)	96,9 ± 1,2	93,8 ± 3,2	95,7 ± 1,9*	93,4 ± 3,6

PMT : puissance maximale tolérée ; VO_2pic : la valeur la plus élevée de la consommation d'oxygène atteinte lors de l'épreuve; VEmax: débit ventilatoire maximal ; FCmax : fréquence cardiaque maximale ; Sp O2 : saturation en oxygène.
* $p < 0,05$; différence significative.
* $p < 0,001$; différence significative.



* $p < 0,05$; différence significative.

Effets du réentrainement à l'effort sur le retard d'apparition du seuil d'adaptation ventilatoire à la production de CO_2 dans les deux groupes.

Etude de la reproductibilité et de la différence minimale détectable (DMD) du test « Wingate »

Emna Bousselmi[1], Yassine Negra[1], Mahrez Hammami[1], Younes Hachana [1, 2]

[1]Unité de recherche "Sport Performance & Santé" Institut supérieur de sport et d'éducation physique de Ksar Saîd, Tunisie.

[2] Institutsupérieur de sport et d'éducation physique de Ksar Saîd. Université de la Manouba, Tunis. Tunisie.

emnabousselmi@yahoo.fr

Objectif du travail :

L'objectif de ce travail est d'étudier la reproductibilité du test « Wingate » 30secondes et de déterminer la différence minimale détectable pour cette épreuve.

Matériels et méthodes :

Cinquante-huit étudiants de l'Institut Supérieur d'Education Physique de Ksar Saîd, tous du sexe masculin, ont volontairement participé à cette étude (âge : 21,1+-1,3 ans ; taille : 175,3+-4,4 cm ; Masse corporelle : 71,6+-6,8 kg ; IMC : 22,7+-1,2 kg.m-2). Ils ont réalisé à deux reprises un test Wingate. Le test et le retest ont été espacés d'une semaine et à la même heure de la journée sur cyclo-ergomètre de type « Monark S894E » la performance finale au test et au re-test a été exprimée sous forme de puissance pic (Ppic), de puissance moyenne (Pmoy) et d'indice de fatigue (IF).

La reproductibilité relative a été étudiée par le coefficiant de corrélation de Pearson La reproductibilité absolue a été analysée par le coefficient de variation (CV). En plus de la reproductibilité du test Wingate, nous avons calculé également la différance minimale détectable (DMD) de cette épreuve.

Résultat et discussion :

Les résultats de l'analyse de la reproductibilité du test Wingate ont révélé une correlation statistiquement significative entre les performances au Wingate test et re-test. Les coefficients de corrélations pour la Ppic, la Pmoyet et l'IF ont été respectivement r=0.978 ; (p=0,001) ; r= 0,987 ; p (0,001)et r=0,748 ; p=(0,001). Cette bonne reproductibilité relative a été confirmée par des ICCs supérieurs à 0.8% pour tous les indices. les ICC pour la Ppic,la Pmoy et l'IF ont été respectivement :0,989 ; 0,993 ; 0,854. Les valeurs des CV calculées dans notre étude ont révélé une bonne reproductibilité absolue de la Ppic et de la Pmoy seulement avec des CV inferieurs à 10% (5,30% ; 3,70% respectivement). Les DMD des Ppic , Pmoy et IF ont été respectivement 10,36 W ; 7,4W ; 52,64%. Ces indices sont bons pour la Ppic et la Pmoy.la DMD pour l'indice de fatigue est très élevée. Sa valeur confirme la mauvaise reproductibilité de cet indice.

on peut conclure que le test Wingate est une épreuve reproductible pour la mesure de la Ppic et de la Pmoydes membres inferieurs chez les étudiants d'éducation physique .la DMD des indices évalués par cette épreuve n'est acceptable que pour la Ppic et la Pmoy.

Mots clés : Test Wingate, Reproductibilité, Différence Minimale Détectable

Introduction :

Le wingate test semble être le test de laboratoire le plus utilisé de nos jours .cette épreuve consiste en un exercice de pédalage à vitesse maximale pendant 30secondes contre une force de freinage constante établie en fonction du poids. La performance au test Wingate est présentée sous forme d'une valeur du pic de vitesse (Ppic), d'une quantité de travail effectué pendant 30 secondes (Pmoy) et d'une baisse de la puissance au cours de l'épreuve (IF). Plusieurs travaux se sont intéressés à l'étude de la reproductibilité du test Wingate.ils ont montré que ce test est reproductible. Actuellement la qualité d'un test doit être analysée d'une facon relative par le coefficient de correlation intra-classe (ICC) et par le coefficient de variation (CV) pour l'étude de la reproductibilité absolue. De plus cette nouvelle méthode d'analyse de la reproductibilité permet le calcul de la différance minimal détectable (DMD). La DMD constitue une information précieuse pour l'interprétation des résultats de l'évaluation de l'aptitude anaérobie des membres inférieurs par ce test . Ainsi donc, l'objectif de ce travail est d'étudier la reproductibilité relative et la reproductibilité absolue du test Wingate et par conséquent déterminer la DMD de ce test .

Méthodologie :

Cinquante-huit étudiants de l'Institut Supérieur d'Education Physique de Ksar Saîd ont volontairement participé à cette étude âge : 21,1+-1,3 ans ; taille : 175,3+-4,4 cm ; Masse corporelle : 71,6+-6,8 kg ; IMC : 22,7+-1,2 kg.m-2). Aucun d'entre eux ne présentait, lors de l'expérimentation, d'antécédents pathologiques ou traumatiques significatifs au niveau des membres inférieurs et aucun d'entre eux n'avait d'expérience antérieure avec la tache.

Variables évaluées :

La performance finale au WanT30 a été exprimée sous forme de Puissance Maximale anaérobie (Ppic) , la Puissance Moyenne anaérobie (Pmoy) et d'un indice de fatigue (IF).

Résultats :

Les performances des expérimentés au wingate test et re-test ; pour la Ppic (W) au niveau du test (834,627+-213,809) pour le re-test (834,852+-213,410) ; au niveau de la Pmoy (W) : le test (643,113+-149,937) et pour le re-test (637,753+-146,094) ; et enfin pour l'IF (%) pour le test (46,667+-9,099) et pour le re-test (45,536+-8,462). Aucune différence statistiquement significative n'a été observée entre le Wingate test et re-test au niveau des puissances pics , ainsi aucune différence significative n'a été observée entres les puissances moyennes des expérimentés au test et au re-test et enfin les valeurs des IF calculés suite aux Wingate test et re-test ne différent pas significativement. L'ICC de la Ppic est de l'ordre de 0,989 ; de la Pmoy est de 0,993 ; et enfin pour l'IF le coefficient de correlation intra-classe est de 0,854. Ces résultats permettent de dire que seulement la Ppic et Pmoy présentent une très bonne reproductibilité relative. Le coefficient de variation (CV%) de la Ppic est de l'ordre de 5,30% ; de la Pmoy 3,70% ; et pour l'IF 13,50%. Ces résultats montrent que la Pmoy présente

le CV le plus faible. Le CV% le plus élevé est celui de l'IF. La MDC de la Ppic est de 10,36W, pour la Pmoy est de 7,40W et enfin pour l'IF la Différence Minimale Détectable est de l'ordre de 52,64%, et donc on peut dire que la Ppic et la Pmoy présentent les DMDs les plus faibles. La DMD de l'IF est très élevée.

Discussion :

L'objectif de notre travail est d'étudier la reproductibilité du test Wingate par des outils statistiques beaucoup plus puissant que le coefficient de correlation de Pearson, à savoir le coefficient de correlation intra-classe et le coefficient de variation et par conséquent déterminer la « Différence Minimale Détectable » (DMD) des indices de performances à ce test. Il s'est avéré que le test Wingate présente une très bonne reproductibilité relative et absolue si sa performance est exprimée sous forme d'un pic de puissance(Ppic) et d'une puissance moyenne (Pmoy). Classiquement l'analyse de la reproductibilité se faisait par une simple analyse de corrélation entre les performances au test et au re-test. Une corrélation forte signifie une bonne reproductibilité du test . Dans notre travail les valeurs des ICC ont montré une très bonne reproductibilité relative de la Ppic et de la Pmoy. La reproductibilité relative de l'IF a été faible. A notre conaissance, notre travail constitue une première tentative qui s'est intéressé l'analyse de la reproductibilité relative et absolue du test Wingate . Ainsi il ne nous a pas été possible de comparer les résultats de notre etudes à ceux de la littérature spécifique aux activités physiques et sportives. Le second objectif de notre étude a été le calcul de la DMD. La différance Minimale Détectable pour la Ppic, la Pmoy et l'IF ont été respectivement 10,36W ; 7,4 W ;52,64%. La DMD de l'IF a été la plus importante. Cette DMD élevée confirme la mauvaise reproductibilité de cet indice.

Conclusion :

Les résultats de notre travail ont montré que la performance au « Wingate » test est très reproductible si elle est exprimé sous forme d'un pic de puissance et d'une puissance moyenne. La DMD de ces deux indices a été faible et confirme leurs bonnes reproductibilités. La DMD a été importante pour l'indice de fatigue .Dans un travail futur, il serait d'autant plus intéressant de déterminer des DMDs spécifiques au sexe, à l'âge et à la spécialité.

Références bibliographiques :

Bar-or, O.Dotan, R .Inbar, O. (1977) A30 second all –out ergometer test its reliability and validity for anaerobic capacity. Israel J.Med.Sci.13 :326-327

Bouchard, J.L. (1972) le role de la redondance et de l'experience linguistique dans la lecture des lettres en fonction des ordres d'approximation. Dirigée par Gérard Muisi, 101 pages.

Cooper,S.M, Baker, J.S, Aatan, Z.E, Matthews, N. (2004) A simple multistage field test for the prediction of anaerobic capacity in female games players. Britsh journal of Sport and Medecine, 38, 784-789.

Lemmink and Visscher. (2003). The relationship between the interval shuttle run test and maximal oxygen uptake in soccer players.

Perception des étudiants stagiaires en fin de formation initiale à l'enseignement de l'EP de la compétence de gestion de classe.

Mohamed Sami Bouzid[12], Maher Mrayeh[12], Aymen Haweni[2], Hasan Melki[2], Abdallah Belmabrouk[3]& Nizar Soussi[4]

1 Institut Supérieur de l'Education et de la Formation Continue de Tunis (ISEFC)
2 Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Ksar-Said (ISSEP).
3 Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax (ISSEPS).
[4] Laboratoire de recherche« optimisation desperformances sportives » Centre nationalde médecineet des sciencesdans le sport(CNMSS).

med.sami.bouzid@gmail.com

Résumé

La gestion de classe a fait l'objet de multiples recherches notamment dans les pays nord-américain. Ce concept, à la fois complexe et polysémique, a été d'une grande actualité tout au long du siècle dernier et demeure encore une préoccupation majeure dans le domaine de l'intervention en éducation. La plupart des auteurs s'entendent pour dire que la gestion de classe englobe et dépasse les problèmes de l'indiscipline et qu'elle comprend plusieurs aspects. Par sa dimension très large, la gestion de classe apparait comme un concept beaucoup plus vaste par rapport au concept discipline. Cette compétence ne figurant pas encore explicitement dans les programmes officiels tunisiens en tant que module d'apprentissage, nous sommes demandés comment les étudiants en fin de formation perçoivent-ils les dimensions de cette compétence qui s'avère cruciale à l'enseignement et à l'apprentissage.

Mots-clés : Formation à l'enseignement, étudiants stagiaires, gestion de classe,

Méthodologie

Pour réaliser cette étude nous avons questionné des étudiants de en fin de formation initiale à l'enseignement de l'éducation physique (ISSEP Ksar Saïd). Trente étudiants on participé à un entretien pour donner leur perception quant à la compétence de gestion. Pour ce faire, nous avons établit un guide d'entretien dont les questions s'articulaient autour de la compétence de gestion de classe : ses dimensions et son importance. A titre d'exemple nous retrouvons des questions comme : Comment définiriez-vous la gestion de classe ? Quelles sont les dimensions de la gestion de classe ? Quelle est d'après vous l'importance de cette compétence dans le processus enseignement apprentissage ? Est-il nécessaire de maîtriser cette compétence pour enseigner l'éducation physique ?

L'analyse des entretiens a d'abord consisté à transcrire des entrevues en verbatims puis à les analyser à l'aide de la procédure d'analyse inductive générale (Blais et Martineau, 2006).

Résultats et conclusion

Les résultats obtenus des analyses de l'entretien sont parus très intéressant dans la mesure où il s'agit d'une compétence très importante dans le processus enseignement apprentissage (Archambault et Chouinard, 2009; Chouinard, 1999; Nault et Fijalkow, 1999 ;Léveillé et Dufour, 1999 ; Desbiens, 2006 ; Nault et Lacourse, 2008) et que les étudiants ne saisissent pas l'importance de cette compétence. Leur connaissance de la compétence de gestion de classe apparait très réduite. Les résultats obtenus insisteraient probablement les formateurs des ISSEP à prévoir des modules de formation en gestion de classe.

Références

Archambault, J. et Chouinard, R. (2003). *Vers une gestion éducative de la classe* (2e édition). Boucherville : Gaëtan Morin Éditeur.

Desbiens, J.F (2006). La gestion de classe : contextes et perspectives. Formation et profession. *Bulletin de CRIFPE*, 13(1).

Léveillé, C.-J. et Dufour, F. (1999). Les défis de la gestion de classe au secondaire. *Revue des sciences de l'éducation*, *XXV*(3), 515-532.

Martineau, S., Gauthier, C. et Desbiens, J-F. (1999). La gestion de classe au cœur de l'effet enseignant. *Revue des sciences de l'éducation*, *XXV*(III), 467-496.

Nault, T. et Lacourse, F. (2008). *La gestion de classe. Une compétence à développer*. Anjou : Éditions CEC.

Analyse des conceptions des enseignants-encadreurs en Education Physique relatives à l'évaluation sommative

Hasan Melki[1], Maher Mrayeh[12], Aymen Haweni[1], Abdallah Belmabrouk[3]& Nizar Souissi[4]

[1]*Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Ksar-Said (ISSEP).*
[2] *Institut Supérieur de l'Education et de la Formation Continue de Tunis (ISEFC)*
[3] *Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax (ISSEPS).*
[4] *Laboratoire de recherche« optimisation desperformances sportives » Centre national de médecineet des sciencesdans le sport(CNMSS).*

hmelki@yahoo.fr

Résumé :

Etant donné que l'évaluation sommative est la forme d'évaluation dominante en Tunisie et bien que les enseignants encadreurs sont considérés comme des acteurs centraux dans le bon déroulement de l'expérience pratique des stagiaires (Banville, 2006), il existe un flou considérable quant à la qualification, aux expériences et aux compétences requises pour exercer cette fonction (Bourdoncle et Fichez, 2006; Chaliès et Durand, 2000).Les enseignants encadreurs font aussi face à la difficulté d'évaluer le plus justement possible (Grisé et Trottier, 2002, p. 66). Delisle et Cantin (1994, p. iii) expliquent que l'évaluation, en générale et sommative, en particulier en stage est une tâche très délicate pour les enseignants encadreurs, car ils se sentent démunis face au jugement à porter.Cela provoque des évaluations très différentes. Afin d'identifier les conceptions des enseignants nous avons réalisé une étude, à l'aide d'un questionnaire, auprés de 91 enseignants encadreurs exerçant dans différentes établissements scolaires situées dans quatre gouvernorats (grand Tunis) se sont portés volontaires pour participer à cette étude.

Mots clés : Accompagnement, Conceptions, enseignant encadreur, évaluation sommative, éducation physique.

INTRODUCTION ET PROBLEMATIQUE

La conception du stage pédagogique met en l'avant l'idée qu'il constitue un temps fort de la formation par alternance, et est considéré comme un moyen incontournable d'assurer une formation de qualité aux futurs enseignants (Boudreau, 2009). Vu l'importance du stage pédagogique et le rôle déterminant de l'enseignant-encadreur pour la formation des futurs enseignants, l'investigation de ses conceptions est très prisée des chercheurs en éducation puisque, plusieurs sont convaincus de l'existence d'une relation entre les conceptions d'un enseignant et sa planification, ses décisions éducatives, ses pratiques (Deaudelin et al., 2005; Garcia-Debanc, 2004; Howe et Ménard, 1993; Roy, 1991; Pajares, 1992 Shulman et Lanier, 1977). Fenstermacher (1979) signale que les conceptions des enseignants concernant leur efficacité et leur comportement fournissent la base de leurs croyances et de leur action. Par contre, il s'avère que la relation entre les conceptions et les pratiques n'a toujours pas été clairement démontrée, certains chercheurs étantparvenus à la conclusion que l'on ne peut faire d'association entre les pratiques d'un enseignant et ses croyances (Mansour, 2009).Bien que les enseignants encadreurs soient considérés comme des acteurs centraux dans le bon déroulement de l'expérience pratique des stagiaires (Banville, 2006), il existe un flou considérable quant à la qualification, aux expériences et aux compétences requises pour exercer cette fonction, aux modes de sélection de ces intervenants de la formation à l'enseignement, de même qu'en ce qui a trait à leurs pratiques d'intervention en matière de supervision (Bourdoncle et Fichez, 2006; Chaliès et Durand, 2000). En effet la réalisation efficace et satisfaisante de ces différentes fonctions et tâches, exige des aptitudes spécifiques que celui d'enseigner et l'acquisition de ces aptitudes devrait par conséquent faire l'objet de formations offertes par les programmes de formation d'enseignants (Guyton etMcIntyre, 1990).Plusieurs se sentent mal à l'aise devant le défi de jumelage entre la tâche

d'accompagnement et l'évaluation, et ils subissent une inimaginable pression lorsqu'ils doivent sanctionner un stage terminal de quatrième année (Provencher, 2007). Perrenoud (2000), considère que, quels que soient le moment du stage et la personnalité de l'étudiant, l'enseignant encadreur doit interpréter avec le plus de justesse possible, la capacité du stagiaire à maîtriser chacune des compétences attendues par l'institution en fin de formation. Dans cette perspective. Perrenoud (2000), ajoute que cela n'est possible que si l'enseignant formateur possède une conception (représentation) précise des savoirs et savoir-faire à mobiliser et de leur mise en synergie dans une situation. Perreault, (1987, p.2), signale que l'évaluation du savoir théorique, du savoir-faire et du savoir-être en formation pratique pose un problème. Les enseignants font aussi face à la difficulté d'évaluer le plus justement possible (Grisé et Trottier, 2002, p. 66).Delisle et Cantin (1994, p. iii) expliquent que l'évaluation, en générale et sommative en particulier, en stage est une tâche très délicate pour les enseignants encadreurs responsables d'accompagner les stagiaires, car ils se sentent démunis face au jugement à porter. Selon ces auteurs, les acteurs de supervision de stage sont laissés à leur propre jugement professionnel sans outil pour valider leurs observations.Cela provoque des évaluations très différentes, d'un observateur à l'autre, pour un même comportement, qui peut être perçu différemment par différents observateurs. Faute d'instruments de mesure, l'enseignant encadreur évalue la performance de ses stagiaires de façon intuitive apportant ainsi un risque de partialité et d'iniquité (Robidas et Fredette, 1984, p. 10-11). Delisle et Cantin (1994, p. 10), ajoutent qu'il est très difficile pour l'enseignant encadreur, qui possède peu ou pas de formation en évaluation, de se prononcer pour attribuer une note à un étudiant stagiaire. Les enseignants encadreurs ne font pas exception à la règle et leurs représentations à propos de l'enseignement et de l'apprentissage influencent probablement leurs pratiques professionnelles. Pour cela, il apparaît donc pertinent dans le cadre de cette présente étude de mieux comprendre un des aspects de la réalité auxquels sont confrontés les stagiaires à partir du point de vue des intervenants qui les observent quotidiennement, les assistent et les guident dans leur démarche pédagogique (Marzouk, 1992).

Plus spécifiquement, l'étude vise de répondre aux questions suivantes:

1) Quelles sont les conceptions des enseignants-encadreurs relatives à l'évaluation sommative ?

2) Quelles sont les conceptions de l'évaluation sommative que les enseignants encadreurs Tunisiens privilégient ?

METHODOLOGIE :

Pour appréhender les conceptions des enseignants relatives à l'évaluation sommative, nous nous sommes inspirés d'un questionnaire (Issaieva & Crahay, 2010).Il se présente sous la forme d'une échelle de type Likert, en 6 points allant de 1 (pas du tout d'accord) à 6 (tout à fait d'accord) et rassemble des propositions renvoyant à trois conceptions ou visées de l'évaluation :

1. la première, considère que l'évaluation sommative vise à estimer et comparer les performances des étudiants stagiaires dans une finalité normative (4 items);

2. la deuxième, envisage l'évaluation sommative comme un processus formatif visant la régulation des apprentissages (5 items);

3. la troisième, renvoie à l'idée que l'évaluation sommative peut-être perçue comme un processus visant à définir si les élèves ont atteint les objectifs (critères) fixés (5 items).

91 enseignants encadreurs exerçant dans différentes établissements scolaires situées dans quatre gouvernorats (grand Tunis) se sont portés volontaires pour participer à cette étude.L'échantillon de convenance ainsi constitué se compose de 71 % de femmes et 29 % d'hommes.

Nous présenterons dans cette communication les résultats de cette étude.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Boudreau, A. (2009). La construction des représentations linguistiques: le cas de l'Acadie. *The Canadian Journal of Linguistics/La revue canadienne de linguistique*, *54*(3), 439-459.

Deaudelin, C., Lefebvre, S., Brodeur, M., Mercier, J., Dussault, M., & Richer, J. (2005). Évolution des pratiques et des conceptions de l'enseignement, de l'apprentissage et des TIC chez des enseignants du primaire en contexte de développement professionnel. *Revue des sciences de l'éducation*, *31*(1), 79-110.

Marzouk, A., & Tousignant, M. (1992). Perceptions des élèves à l'égard des comportementsdes stagiaires dans les cours d'éducation physique. *Revue des sciences de l'éducation*, *18*(2), 253-267.

Issaieva, É., & Crahay, M. (2010). Conceptions de l'évaluation scolaire des élèves et des enseignants: validation d'échelles et étude de leurs relations.*Mesure et évaluation en éducation*, *33*(1), 31-61.

Perrenoud, P. (2000). Mobiliser ses acquis: où et quand cela s' apprend-il en formation initiale? De qui est-ce l'affaire. *Recherche et formation*, *35*, 9-23.

Provencher, Y. (2007). Aide sociale au Nouveau-Brunswick: Le discours des personnes assistées sociales au sujet de leurs rapports avec leur gestionnaire de cas. *Canadian Review of Social Policy/Revue canadienne de politique sociale*, (59).

Conception des élèves des séances d'EPS : Analyse Du Phénomène Dispensatoire en Education Physique et sportive

Chelly Moncef et Bali Naila

ISSEP Ksar Said

chellymoncefdidactique@gmail.com

La spécificité de l'EPS nous pousse à diriger nos recherches afin de déterminer les raisons pourlesquelles les élèves sèchent ces séances dans l'optique d'optimiser le taux de présence actif pendant les séances d'EPS à partir des conceptions des élèves des séances d'EPSafin d'en déduire le rapport des élèves à l'EPS.
Après l'enquête, on peut confirmer que le phénomène dispensatoire ne peut pas être vu d'un seul angle, celui du médical.

Mots clés: Dispensés, milieu scolaire, absentéisme, relation intra-groupe, motivation, EPS

INTRODUCTION :

Face au phénomène dispensatoire, l'enseignant d'EPS est devant le fait accompli quand on sait que ''92,3% des médecins ont déjà été sollicités afin de réaliser un certificat de complaisance.'' (Knops, 1993).
Cette situation d'exclusivité d'écrite par Raut comme étant '' l'unique discipline scolaire permettant à l'élève de se soustraire légitimement à une séance d'enseignement, et ce par l'intermédiaire de la dispense. '' (Raut, 1991) doit inévitablement interpeller l'ensemble des enseignants concernés par le devenir de l'EPS.

BUT DE LA RECHERCHE:

C'est une recherche descriptive, exploratrice qui cherche à connaître et analyser les raisons et les motifs des dispenses en l'EPS.

QUESTION DE LA RECHERCHE:

La problématique de la présente étude s'articule autour des deux questions suivantes ;

1. Qu'elles sont les raisons et les motifs qui poussent les élèves à se dispenser en l'EPS ?
2. Qu'elle est la réalité des élèves dispensés certifiés ?

METHODE :

La méthodologie de la présente étude est basée essentiellement sur la méthode de l'enquête par questionnaire. Le questionnaire retenu est inspiré de la revue de littérature et principalement des travaux de Martin van hoye et Marc Cloes (2001, 2011, 2013).

ECHANTILLON :

On se propose d'analyser les réponses de 542 élèves, scolarisés dans trois lycées situés sur le grand Tunis et trois lycées situés à Sfax. Ces 542 élèves filles et garçons âgés de 11 à 20 ans, sélectionnés dans 3 lycées et collèges de différents niveaux socioéconomiques ont participé volontairement à cette étude.

RESULTAT :

L'analyse statistique de leurs réponses permettra d'expliquer les raisons réelles de ce phénomène telles que la motivation est plus élevée chez les élèves non-dispensés que chez les élèves dispensés ou bien l'entente élève-enseignant influence positivement la présence aux séances de l'E.P.S et un alpha de Cronbach >0,7 (Nunnally, 1978) reflétera une bonne consistance interne de ces échelles.

BIBLIIOGRAPHIE :

Chevart, J-M. (1998). Les élèves dispenses du cours d'éducation physique in *Revue de l'Education Physique*, 28, 2, 43-47, 1988

Fleury, J. (1998). Dispensée de piscine à cause du regard des autres in la Revue*E P .S N° 2 6 9janvier février 1998.*

Raut, Y-M. (1991). Le phénomène dispensatoire en eps in Revue *EP.S n°231 Septembre-Octobre 1991.*

Pascale, M. et al. (2007) .Solutions imaginées par les enseignantes en éducation physique du secondaire pour lutter contre le phénomène de la dispense dans le cours de natation, in *JRIEPS 11 janvier 2007.*

L'effet de 3 mois de pratique d'activité physique aux cours d'éducation physique et sportive sur le développement cognitif des enfants âgées de 10 à 12 ans.

Effects of 3 months of physical activity practice in physical education and sports on the cognitive development of children aged 10 to 12 years.

Souhir Ezzdini, Yosri elghoul, adnen lgharbi

Institut supérieur de l'éducation physique et sportive de Sfax

Souhirezzdini9@gmail.com

A notre connaissance que Les recherches en didactique des disciplines à une première caractéristique, l'analyse des contenus d'enseignement. La recherche scientifique des contenus s'intéresse à la décortication et l'analyse détaillé de ces contenus afin de les mieux comprendre. L'éducation physique en tant que activité sert à transmettre un contenu d'enseignement et le but attendu par les cours des séances d'éducation physique c'est l'apprentissage des élèves et le développement de ces capacités sur divers plans a titre d'exemple le plan cognitive. Dans ce contexte (Miyake et al, 2000) ont établi que l'activité physique favorise le développement des processus cognitifs. Il est bien prouvé aussi qu'elle est bénéfique pour la santé des enfants (Lee et al, 2012), en effet, l'étude de (Sibley BA, Etnier JL, 2003) suggère que l'activité physique à un niveau aérobie élevé pendant l'enfance permet un meilleure croissance du système cognitif. Au cours des séances d'éducation physique et sportive l'élève passe par différentes activités physiques qui permettent à l'enseignant de transmettre un contenu.

Sous la lumière de ces considérations, nous allons mettre l'axent en tant que chercheur sur la réalité de l'éducation physique en Tunisie, s''il ya un apprentissage ou pas.

Dans ce contexte s'inscrit Notre objectif de travail, dans le milieu scolaire qui cherche à vérifier l'efficacité de 3 mois de pratique d'activité physique aux cours d'éducation physique et sportive sur le développement cognitif des élèves âgées de 10 à 12 ans.

Matériels et méthodes

Population :

Soixante dix élèves, volontaires, réparties en trois groupes. Un groupe expérimental constitue de 50 sujets et un groupe témoin est composé de 20 sujets qui ne font pas d'activité physique et sportive à l'école.

Le protocole expérimental :

L'inhibition : c'est la capacité de contrôler l'attention en se concentrant sur une tâche tout inhibant autre stimuli (Diamond A, 2013).

Test de Stroop : *se compose de trois partiesPartie 1 :* l'élève doit lire à haut voix les mots écrit à l'encre noir (par exemple bleu écrit en rouge..) Partie 2 : il doit nommer les couleurs des rectangles colorés. Partie 3 : l'élève est face à des mots écrits en différentes couleurs de l'encre dont il doit nommer la couleur de l'encre au lieu de lire le mot (par exemple rouge écrit en bleu) (Lansbergen MM, Kenemans JL, van Engeland H. 2007) Le nombre des réponses justes dans chaque partie doit être enregistrer. Le score est calculé en divisant le score de la troisième tâche par le score de la deuxième tâche.

La flexibilité cognitive : Est la capacité de changer l'attention rapidement entre les tâches (Anderson P 2002).

Le trail making test : Nécessite une feuille de papier et un crayon, il se compose de deux parties A et B. Partie A, l'enfant doit relier les cercles présentées dans l'ordre numérique (1, 2, 3…), alors que, la partie B, une alternance entre l'ordre numérique et alphabétique, 15 cercles sont distribués sur une feuille, dans chaque cercles il y'a des numéros de 1 à 15 et des alphabètes de A à L (Lezak 1995).

Mot clé : activité physique, éducation physique, développement cognitif, régulation

Référence :

Anderson P. Assessment and development of executive function (EF) during childhood. Child Neuropsychol 2002; 8(2):71–82
Diamond A. Executive functions. Annu Rev Psychol 2013; 64:135–168.
Lansbergen MM, Kenemans JL, van Engeland H. Stroop interference and attention-deficit/hyperactivity disorder: a review and meta-analysis. Neuropsychology 2007; 21(2):251–262
Lee, I.M., Shiroma, E.J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S.N., & Katzmarzyk, P.T. (2012) Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. The Lancet, 380, 219-229
Lezak MD. 1995. Executive functions and motor performance. In: Lezak MD, editor. Neuropsychological assessment. New York (NY): Oxford University Press; p. 650–685
Miyake A, Friedman NP, Emerson MJ et al. The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe" tasks: a latent variable analysis. Cogn Psychol 2000; 41(1):49–100Sibley BA, Etnier JL. The relationship between physical activity and cognition in children: a meta-analysis. Pediatr Exerc Sci 2003; 15(3):243–256.

L'influence de la manipulation du niveau de difficulté sur l'apprentissage et la perception d'une tâche psychomotrice chez des élèves âgés de 10 à 12 ans

Fatma Bahri, Yousri elghoul, Mohamed Frikha

Institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax

fatmaisseps@yahoo.com

Mots clé : la manipulation du niveau de difficulté, la perception, l'apprentissage.

Introduction :

Le présent travail s'inscrit dans une orientation praxéologique des travaux en didactiques. Il fait suite à des recherches développées dans le cadre de l'intervention en classe. Dans ce cadre le choix de la tâche est un sujet qui est fréquemment étudier et qui permet selon Murillo (2010) l'accès à la fois "aux choix de l'enseignant", "l'activité des élèves" et "aux savoirs et savoirs faire en jeu". Ainsi selon Brunelle et Toussignant (1988), Famose et al (1955) les tâches d'apprentissage doivent se situer dans "une zone de difficulté optimale". A cet égard des études précédentes mettent en relief des corrélations étroites entre difficulté perçue et effort investi, Delignières et al. (1994). Selon l'auteur, la difficulté perçue reflète la quantité de ressources ou d'effort mobilisés par l'apprenant pour atteindre une performance donnée. De même, une étude antérieure de Kukla (1972) fait établie une corrélation étroite entre difficulté perçue et effort investi. Dans ce cadre les travaux de Famose (2001) et Frikha et al. (2013) ont montré que l'estimation de la difficulté influence l'engagement des enfants de façon à favoriser des comportements adaptatifs favorables aux transformations et à la construction des compétences. De ce fait l'activité de l'enseignant sur terrain ne se limite pas à proposer des tâches mais d'adapter le niveau de difficulté aux différentes habiletés des élèves, Wlipp (2014).Cependant, "bien que les études n'aient cessé à qualifier la difficulté comme élément clef de l'apprentissage il y a encore un manque de connaissance relatif à l'association entre difficulté perçue et apprentissage "(Elghoul et al 2014).Ainsi, l'objectif de cette recherche est d'étudier l'influence de la variation du niveau de difficulté sur la perception et l'apprentissage moteur des enfants de 10 à 12 ans. Quel est donc l'influence d'un programme d'enseignement avec manipulation du niveau de difficulté sur l'apprentissage et la perception des élèves.

Matériels et Méthode :

Population :

Quarante-cinq enfants âgés de 10 à 12 ans. Tous les sujets sont droitiers Ils sont volontaires pour participer à notre expérience. Aucun d'entre eux n'a d'expertise particulière dans le jet de fléchette. La population est divisée en trois groupes : deux groupes expérimentaux et un groupe témoin.

Procédure :

L'expérience est réalisée entre deux sessions séparées par une semaine. Pour la première session, elle est composée d'un pré-test suivi d'une phase d'acquisition puis un post-test immédiat. Et pour la deuxième session un test de rétention retardée doit être mise en place, avec une séance de familiarisation au début de l'expérience.

Pour le premier groupe expérimental, l'augmentation du niveau de difficulté est obtenue par la manipulation de la distance réglementaire et de la taille de la cible du jet. Trois conditions du jet sont retenues :

-La distance courte est de 2m (Elghoul et al2014)

-La distance régulière est de 2.37m

-La distance longue est+50% de la distance régulière Edwards et al. (2007)

Nous allons également modifier la taille réglementaire du rayon du dartboard. Deux conditions sont retenues :

-16cm (Hodges et al 2015)

-7cm (Hodges et al 2015)

Pour le deuxième groupe expérimental, l'augmentation du niveau de difficulté est obtenue uniquement par la manipulation de la distance réglementaire du jet.

Après chaque bloc, la perception du niveau de difficulté est mesurée avec le questionnaire DP-15 (Delignières et al, 1993)

Chaque jet serait marqué en fonction de sa position sur la carte « 0-10 »."L'exactitude et la cohérence des fléchettes des participants seront évaluées en utilisant trois scores". Benjamin et al, (2009). "Le premier serait le score de moyennes d'un seul bloc composé de 9 lancers. Ce score peut varier de « 0 » (tous ratés) à « 10 » (tous réussis)". "Ceci peut être considéré comme une mesure de la précision". "Le second serait le nombre de zéro marqué (nombre de fois ou la cible a été ratée)"" ce score peut varier de « 0 » à « 9 » par bloc, un faible nombre de zéros indique une grande précision". "La troisième mesure de la performance serait les coefficients de variation, un coefficient faible indique une grande consistance".

Chaque bloc est composé de 9 lancers.

Deux conditions du jet sont retenues durant le pré-test, post-test et le test de rétention :

-Avec pression du temps

-Sans pression du temps

*Pré-test : le pré-test se compose de 9 essais. Après le dernier essai les participants sont invités à indiquer leur perception de la difficulté.

*Phase d'acquisition : la phase d'acquisition se compose de 10 blocs de 9 essais chacun, après chaque bloc, les participants sont invités à indiquer leur perception de la difficulté.

*Post-test : la procédure dans le post-test est identique au pré-test.

*Le test de rétention retardée : Il est identique au pré-test, composé de 9 essais et une cotation de la perception de la difficulté.

Les réactions des enseignants stagiaires face aux comportements perturbateurs des élèves : étude de cas dans l'enseignement secondaire en Tunisie

talelmaddeh@hotmail

Talel Maddeh[1,2], Zhaira Ben chaaben[1], Nizar Souissi[1,2]

1 : Institut supérieur du sport et de l'éducation de Tunis

2 : Laboratoire de recherche « optimisation de la performance sportive » Centre national de la médecine et des sciences du sport.

Résumé :

L'objectif de ce travail est d'analyser les réactions des enseignants stagiaires, face aux comportements perturbateurs (CP) des élèves du secondaire.

Une analyse vidéoscopique en différé a été effectuée à l'aide du Système d'observation des incidents disciplinaires (SOID) (Brunelle et al., 1993).

Un total de 1379 réactions aux comportements perturbateurs a été enregistré chez les enseignants stagiaires Tunisiens inscrits en dernière année de leur formation universitaire sous le régime Licence-Master-Doctorat (LMD).

Les résultats témoignent d'une grande faiblesse du taux d'intervention des enseignants stagiaires, puisqu'ils optent fréquemment pour l'ignorance des CP. En effet, une large dominance de la réaction « Ignore » (56.9%) caractérise ces intervenions, alors que les réactions interactives sont très peu utilisé (17.4%).

A l'égard de ces résultats, les volets théoriques et pratiques de la formation universitaire des enseignants stagiaires Tunisiens nécessiteraient probablement un réajustement par l'intégration d'une formation en matière de gestion de l'indiscipline en milieu scolaire.

Mots clés : Education physique, Enseignants stagiaires, Approches pédagogiques, Comportements perturbateurs.

Effet de stage pédagogique d'EPS sur le sentiment de compétence «se former et innover»

Ayman guemri[1, 2], Nejah Kacem[2], Chokri Naffetti[2]

[1]Groupe d'étude de développement et d'environnement sociale (GEDES) - Tunisie
[2]Institut supérieur de sport et d'éducation physique de Sfax – Tunisie

Email : ayman.guemri@yahoo.fr

Résumé

Cette étude consiste à chercher l'effet du stage pédagogique d'EPS sur le sentiment de compétence «se former et innover». La version française du questionnaire de Perrault (2008) a été utilisée pour calculer ces effets. Notre échantillon est formé de 402 stagiaires de L'ISSEP de Sfax. D'après les résultats on remarque que les enseignants stagiaires D'EPS n'estiment pas avoir réellement progressé pendant le stage pédagogique d'EPS en ce qui concerne la compétence « se former et innover» ». On peut expliquer ce résultat par l'avis de (Blanchette, 2007) qui montre que l'enseignant en début de carrière opte pour des stratégies de « conformité » pour « assurer sa survie » (Blanchette, 2007, p. 57). Tous cela nous amènes à ouvrir plusieurs perspectives de recherche pour inciter les enseignants stagiaires à se former er s'innover dans le domaine d'EPS.

Mots clés : stage pédagogique, sentiment de compétence, la formation, l'innovation

Introduction :

Des l'indépendance, les décideurs en Tunisie s'occupe d'une façon primordiale de l'enseignement. Selon lacoste et all (2007) « Enseigner est un métier qui s'apprend.» (Lacoste 2007, P.7). Cet apprentissage d'enseignement se réalise par une formation universitaire (aux instituts supérieurs de sport et d'éducation physique). Selon (Bourdoncle, 2000, p. 121), une formation universitaire est « solidement articulée à la pratique professionnelle et aux stages ». Parmi les compétences nécessaires pour l'enseignement, on cite la compétence « Prendre en compte la diversité des élèves ». Ce dernier, est une compétence de plus en plus indispensable au niveau de la formation des enseignants de différentes disciplines, notamment des stagiaires d'éducation physique et sportive (EPS).Selon le référentiel de formation des enseignants (Perrault 2010), cette compétence est une compétence au cœur du métier qui touche la prise en compte du contexte social et scolaire. Cette étude consiste à chercher l'effet du stage pédagogique d'EPS sur le sentiment de compétence «se former et innover».

.4.4 - se former et innover

Se former et innover est la dixième compétence de référentiel de formation des enseignants (Perrault 2010). Cette compétence est une compétence transversale qui touche l'exercice de la responsabilité professionnelle et l'éthique. D'après le questionnaire de Perrault (2008), cette compétence consiste à « analyser ses pratiques professionnelles, identifier et faire appel aux personnes pouvant apporter aide et soutien dans l'exercice du métier, prendre en compte dans

son enseignement les apports de la recherche sur l'école et l'enseignement, formuler des besoins pour sa formation professionnelle » 1.
Cette compétence est formée de deux partie : la formation et l'innovation
- La formation vise « à actualiser, renforcer et élargir les connaissances acquises par l'enseignant lors de sa formation initiale et/ou à leur [sic] faire acquérir de nouvelles compétences et les amener à mieux comprendre certains aspects de leur profession. Des activités de développement professionnel peuvent également être organisées en accompagnement de la mise en œuvre d'une réforme de l'éducation »2 (OCDE, 2005, p. 140).
Cette formation est très importante, il « semble bien indiquer que les concepts d'apprentissage tout au long de la vie et de développement continu des compétences progressent au sein de la profession enseignante. » 3(Eurydice, 2005, p. 10).
- l'innovation "est un processus qui a pour intention une action de changement et pour moyen l'introduction d'un élément ou d'un système dans un contexte déjà structuré"4 (Cros, 2001 : 119).
Pour se former et s'innover l'enseignant stagiaire doit :
- mettre à jour ses connaissances disciplinaires
- actualiser ses connaissances didactiques
- mettre à jour ses connaissances pédagogiques
- connaître les perspectives de la politique éducative en Tunisie
- actualiser ses connaissances au niveau des apports de la recherche et des innovations pédagogiques
- savoir utiliser les apports de la recherche dans l'enseignement.
- savoir exploiter les innovations pédagogiques dans l'enseignement.

Matériels et méthodes :
La version française du questionnaire de Perrault (2008) a été utilisée pour calculer ces effets.
Après la mise en place du questionnaire et avant le lancement de l'enquête auprès de l'échantillon, on a fait un pré-test. Notre premier souci dans le pré test a été d'assurer autant que possible la bonne compréhension des questions par les sujets interrogés. Notre échantillon est formé de 402 stagiaires de l'Institut supérieur de sport et de l'éducation physique de Sfax qui ont participé volontairement à cette étude après un stage de huit mois dans les différents établissements scolaires de la ville de Sfax.

Resultats :
D'après les résultats, on constate que le taux d'hétérogénéité (coefficient de variation) a augmenté après le stage H2= 46,19% par rapport aux niveaux de départ H1 = 52,12%, mais ce taux reste supérieur a 15 %. cela explique que le stage pédagogique d'EPS a n' a pas permis de diminuer l'écart qui existait au début de stage , ce qui explique que l'apprentissage n'a pas eu un effet d'« équité », autrement dit, les écarts de niveaux compétences entre les

[1] *Perrault (2008).Evaluation des formations par les stagiaires des premier et second degrés en formation en IUFM. Une étude menée auprès des stagiaires des IUFM. P. 26 – 28.*http://www.univ-reims.fr/formation/ufr-instituts-et-ecoles/l-iufm-champagne-ardenne/formation/observatoire-des-formations/gallery_files/site/1/90/4401/15725/15730.pdf

[2] *OCDE (2005). Le rôle crucial des enseignants : attirer, former et retenir des enseignants de qualité. Paris : OCDE.p 140.*
[3] *Eurydice, Réseau d'information sur l'éducation en Europe (2005). Questions clés de l'éducation en Europe (Volume 3). La profession enseignante en Europe : profil, métier et enjeux. Rapport annexe : les réformes de la profession enseignante : aperçu historique (1975-2002). Bruxelles : Eurydice. http ://www.eurydice.org (consulté le 31/03/2010).*
[4] *Cros, F. (dir.) (2001). Politiques de changement et pratiques de changement. Paris : INRP.p.119*

enseignants stagiaires D'EPS ne sont pas réduits par la suite le stage pédagogique D'EPS a donc n'a pas participé à un plus grand « partage » des compétences. D'après les résultats encore on remarque qu'il y a un effet positif d'apprentissage (gain relatif moyen) sur le sentiment d'auto efficacité avec un gain relatif de GRM = 37,71%, mais ce taux reste insuffisant puisqu'il est inferieur à 40 %.Cela indique que les enseignants stagiaires D'EPS n'estiment pas avoir réellement progressé pendant le stage pédagogique d'EPS en ce qui concerne la compétence se former et s'innover.

Discussions :

On peut expliquer ce résultat, on constate les enseignants stagiaires D'EPS n'a pas permit de maitriser la compétence « se former et innover» pendant le stage. On peut expliquer cette résultat par l'avis de (Blanchette, 2007) qui montre que l'enseignant en début de carrière opte pour des stratégies de « conformité » pour « assurer sa survie » (Blanchette, 2007, p. 57). Selon l'OCDE « l'École et les cours ont trop souvent tendance à êtredéconnectés des évolutions de la société ».Tous cela nous amènes à ouvrir plusieurs perspectives de recherche pour inciter les enseignants stagiaires à se former er s'innover dans le domaine d'EPS.

Bilioghraphie :

1) Perrault (2008).Evaluation des formations par les stagiaires des premier et second degrés en formation en IUFM. Une étude menée auprès des stagiaires des IUFM. P. 26 – 28. http://www.univ-reims.fr/formation/ufr-instituts-et-ecoles/l-iufm-champagne-ardenne/formation/observatoire-des formations/gallery_files/site/1/90/4401/15725/15730.pdf
2) Perrault, B. (2010). Le sentiment d'efficacité personnelle comme indicateur de l'efficacité d'une formation. Une application a l'évaluation de la formation des enseignants actes du congrès de l'actualité de la recherche en éducation et en formation (AREF), université de Genève.
3) Blanchette, S. (2007). Le renforcement de l'autonomie professionnelle en début de carrière. . In Tremblay-Wragg, E (2015). L'utilisation de modèles d'enseignement en stage par des futurs enseignants en éducation préscolaire et en enseignement primaire. Revue canadienne des jeunes chercheures et chercheurs en éducation.Page 65.
4) Eurydice, Réseau d'information sur l'éducation en Europe (2005). Questions clés de l'éducation en Europe (Volume 3). La profession enseignante en Europe : profil, métier et enjeux. Rapport annexe : les réformes de la profession enseignante : aperçu historique (1975-2002). Bruxelles : Eurydice. http ://www.eurydice.org (consulté le 31/03/2010).
5) OCDE (2011). Building a High-Quality Teaching Profession Lessons from around the world. En ligne. Consulté le 24 février 2012 http://www2.ed.gov/about/inits/ed/internationaled/background.pdf in Fourgous, J,M (2012) . « Apprendre autrement » à l'ère numérique Se former, collaborer, innover : Un nouveau modèle éducatif pour une égalité des chances . Rapport de la mission parlementaire de Jean-Michel Fourgous, député des Yvelines, sur l'innovation des pratiques pédagogiques par le numérique et la formation des enseignants. P.202.

Effets des facteurs climatiques sur la fonction respiratoire chez les adolescents pendant la saison hivernale de l'année 2015

Y. Houaneb Marghli[1], H. Kwas[2], H. Bellali[3],I. Zendah[2], A. Khattab[2], N. Souissi[1], H.Ghédira[2].
1. ISSEP Ksar Said.Université de la Manouba, Tunisie.
2. Service de Pneumologie Pavillon I. Hôpital Abderrahmane Mami de l'Ariana, Tunisie.
3. Service d'épidémiologie. Hôpital Abderrahmane Mami de l'Ariana, Tunisie.
yosra_houaneb@hotmail.com

Introduction : La température ambiante (TA), le vent, l'humidité et même la pression atmosphérique peuvent avoir des effets sur la respiration en particulier chez les personnes asthmatiques. **Objectif:** Déterminer les effets des facteurs climatiques sur la fonction respiratoire des adolescents scolarisés non asthmatiques connus.**Méthode:**Etude prospective incluant 213 élèves des deux sexes âgés de 14 à 17 ans pratiquant une activité sportive scolaire régulière et chez qui on a réalisé des mesures spirométriques avant et après un test d'effort durant la saison d'hiver de 2015. Les données quotidiennes sur la température ambiante et l'humidité ont été contrôlées au cours de la même période. **Résultats:**Durant l'étude, la moyenne de la température ambiante était de 11°c (8 à 16°c) et celle de l'humidité relative était de 67,62 ± 12,22% (36 à 96%).La moyenne de la VEMS était de 3, 24 l avant le test d'effort et de 3, 1 l à l'arrêt de l'effort. La moitié de notre population ont eu une chute de 10% de VEMS post exercice par rapport à la valeur de base. Les basses températures etl'humidité relative inferieur à 60%ont été associées à la diminution du VEMS mesuré après l'arrêt de l'effort. Les effets se sont produits à la fois pour les garçons et les filles.**Conclusion:** Nos résultats fournissent la preuve que la TA et l'humidité ont des effets significatifs sur la fonction respiratoire des adolescents sans antécédents d'asthme.
Mots clefs : Température ambiante, humidité, fonction respiratoire, adolescent.

Pomegranate supplementation accelerates the recovery kinetics of muscle damage, muscle soreness and inflammatory marker after weightlifting training session.

Ammar Achraf[1, 2*], Chtourou Hamdi[1,8,] Trabelsi Khaled[4], Kallel Choumous[5], Abdelkarim Osama[2], Mohamed Bouaziz[6,7], Fatma Ayadi[3], Souissi Nizar[8]

[1] Research Unit (EM2S), High Institute of Sport and Physical Education, Sfax University, Sfax, Tunisia

[2] Institute of Sport Science, Otto-von-Guericke-University Magdeburg, Magdeburg, Germany.

[3] Laboratory of Biochemistry, CHU Habib Bourguiba, Sfax University, Tunisia

[3] High Institute of Sport and Physical Education, Sfax, Sfax University, Tunisia

[4] Laboratory of Pharmacology, Faculty of Medicine, Sfax University, Tunisia

[5] Hematology Laboratory, Hospital Habib Bourguiba, Sfax, Tunisia

[6] Electrochemistry and Environment Laboratory, ENIS, Sfax University, Tunisia

[7] High Institute of Biotechnology, Sfax, Sfax University, Tunisia

[8] Research Laboratory ‘‘Sports Performance Optimization’’ National Centre of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia.

Abstract

Purpose

The aim of this study was to investigate the effect of natural Pomegranate juice supplementation on performance and on the acute and delayed responses of muscle soreness and biochemical parameters following a weightlifting training session.

Methods

Nine weightlifters (21±0.5years) performed two Olympic-Weightlifting-sessions (i.e., using placebo and POMj supplementations with48h in between). Heart rate, arterial pressure and blood samples were collected: at rest, 3min and 48h after each session. Performance, RPE, DOMS, hematological parameters, muscle damage and C-reactive protein were also assessed.

Results

T-test showed higher performance (+8.30%) and lower RPE values (-4.37%) using POMJ supplementation ($p<0.05$) in comparison with PLA. For the DOMS values, a significant improvement (13.4%) was shown only for the knee extensor ($p<0.01$) using the POMj. ANOVA showed that compared to PLA condition, POMj reduce the immediate (i.e., 3min) increase of HR, SAP, CK, LDH and ASAT ($p<0.05$; -4.46%, -1.91%, -10.59%, -8.75%, -1.64%, -1.72%, respectively) and suppress the significant increase of PAL and CRP ($p>0.05$). Additionally, during the 48h following the training session (i.e., 3×250ml/day) POMj improve the recovery kinetic of SAP ($p<0.01$, 7.97%), CK ($p<0.001$, 11.34%), LDH and ASAT

($p<0.05$, 4.92% and 4.94%). The present study showed that 48h of recovery period associated to natural POMj supplementation was sufficient to recover the rest values of all the muscle damage markers after intensive training session which is not the case using PLA.

Conclusion

Natural POMj seems to ameliorate the capacity to adhere to an intensive training program. Therefore, elite weightlifters are advised to use natural POMj during intensive training program and 48h before the competition.

Key words: Creatine kinase; delayed onset muscle soreness; C-reactive protein; resistance training; supplementation.

Pratique Sportive et anxiété chez les adolescents scolarisés
Sports practice and anxiety in adolescents in school

Emna Kaabachi, Yassine Arfa
STAPS, ISSEP Ksar Said Tunis
zammitemna@yahoo.fr

Le but de cette étude est de favoriser la relation entre la pratique sportive et l'anxiété des adolescents dans le milieu scolaire. Le travail a été effectué sur un groupe de jeunes adolescents scolariés en utilisant un test de personnalité et un test d'anxiété. Ces tests ont été administrés dans un premier temps avant un cycle d'activités physiques puis après huit mois d'activités. Les résultats ont montré que la pratiquesportive agit sur l'anxiété de manière qui diffère d'un individu à un autre et c'est à travers des traits de personnalités bien dterminés.
Mots clés : Anxiété, Adolescence,Activité physique sportive
Key Words : Anxiety, Adolescence, sporting physical Activity

TITRE DE LA SECTION : Sciences Humaines, Human Science

The Goal of this study is to support the relation between the sporting practice and the anxiety of the teenagers in the educational circle. The study was carrying out on a group of young adolescents that are providing with schooling, using personality test and anxiety test. Those tests was administrated at the first time before a physical activites cycle and after eight months of activities. The results show that the sportive practice affects anxiety in a different way froom an individual to another concerning a determinated personality.

I. Introduction

La présente étude aborde la question des perspectives scolaires des adolescents de point de vue de l'anxiété qu'elle suscite en eux. Nous proposons, de considérer cette anxiété comme une forme particulière d'anxiété sociale, et nous devrions donc s'efforcer de déterminer comment mettre au point la relation entre la pratique des activités physiques sportives et le bien être des adolescents.

II. Résultats

Nous avons opté à une série de tests d'ordre physiques et psychiques qui vont nous guider pour en savoir plus sur cette relation anxiété et pratique sportive.

II.1. Etude de l'effet du test de force pour les extravertis ayant une valeur supérieur à 15

Coefficients[a,b]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-1,971	,699		-2,821	,037
	divpompe30	1,912	,332	,932	5,759	,002

a. Dependent Variable: divanixetesomotique
b. Selecting only cases for which ectravers > 15

Tableau n°1 : Test de pompe 30s : anxiété somatique

En se réfèrent aux données illustrées eu tableau n°1 nous pouvons constater que le cœfficient de régression de l'ordre de ,932 est significatif à ,002. Donc il existe une certaine corrélation entre le niveau de l'anxiété et le développement de la capacité physique, plus il y a une amélioration de la capacité physique et plus l'anxiété somatique diminue.

II.2. Effet du test d'endurance sur l'anxiété cognitive pour les neurotique ayant une valeur inférieur à 11

Coefficients[a,b]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1,916	,575		3,334	,021
	divcopper	-9,010	2,772	-,824	-3,251	,023

a. Dependent Variable: divanixetecognitive
b. Selecting only cases for which NEUROTIC < 11

Tableau n°2 : test Cooper 9 min : anxiété cognitive

Les résultats affichés dans le tableau n°2 indiquent que le cœfficient de régression de l'ordre de -, 824 est significatif à ,023. Le signe négatif de ce cœfficient

signifie que la variable dépendante est inversement proportionnelle à la variable indépendante. Donc la variation de l'anxiété cognitive est inversement proportionnelle à la variation de la valeur de la capacité physique du test de Cooper 9 min. Il existe un lien positif entre la performance scolaire et la performance sportive.

II.3. Effet de la pratique sportive sur l'anxiété pour ceux qui présentent une échelle de mensonge :

Dans chaque test pratiqué les adolescents réagissent en fonction des données qu'on leur présentent. La question qui se pose est ce que la pratique sportive a elle même effet pour ceux qui présentent un échelle de mensonge ?

II.3.1. Effet du test de vitesse sur l'anxiété cognitive

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-,832	1,529		-,544	,595
	DVIT30M	7,119	3,238	,494	2,199	,044

a. Dependent Variable: divanixetecognitive

Tableau n°3 : test vitesse 30 m : anxiété cognitive

D'après les résultats désignés dans le tableau n°3 nous pouvons affirmer que le cœfficient de régression qui est positif à ,044 , nous indique que la valeur de la course vitesse a démontre une diminution au niveau de l'anxiété cognitive. La course vitesse sur 30m et l'anxiété cognitive sont associées et cette corrélation permet de déduire qu'il existe un lien significatif entre ces deux variables.

II.3.2. Effet des tests de force, d'endurance sur l'anxiété somatique

Les résultats (Tableau n°4) démontrent que la variable dépendante est indépendante sont proportionnelle car le coefficient de régression qui est ,494 est significatif à une constante de ,044. Donc l'anxiété cognitive est proportionnelle au test de vitesse sur 30m, les deux variables sont positivement associés cela explique un lien significatif entre l'anxiété et la performance sportive.

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-,832	1,529		-,544	,595
	DVIT30M	7,119	3,238	,494	2,199	,044

a. Dependent Variable: divanixetecognitive

Tableau n°4 : tests de redressement en position assise et Cooper 9 min

II.3.3. Effet du test de souplesse sur l'anxiété somatique

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-1,795	1,411		-1,272	,227
	divdetenteverticale	-104,564	42,971	-,575	-2,433	,032

a. Dependent Variable: divanixetesomotique

Tableau n°5 : détente verticale : anxiété somatique

Ces résultats nous indique que la valeur de coefficient de régression qui est de l'ordre de -,575 est significative à ,032. Le signe négative de ce coefficient indique que les deux variables sont inversement proportionnelle et donc nous pouvons dire que l'anxiété somatique est inversement proportionnelle à la détente verticale.

III. Conclusion

Les résultats trouvés dans notre travail ont contribué, à notre connaissance, à la clarification de certains aspects de l'anxiété et la pratique sportive. Malgré ces résultats, le travail a montré aussi qu'il y a beaucoup de paramètres qui peuvent influencer la diminution de l'anxiété dans le cadre scolaire. Nous citons à titre d'exemple la relation **entre le sport, la personnalité et l'anxiété.** Cette relation constitue l'une des perspectives dans nos études future.

Bibliographie

1. Bouvard.M: questionnaire et échelles d'évaluations de la personnalité : Masson. Médecine et psychothérapie.

2. Groupe d'auteurs: les lycéens et les collégiens face aux activités physiques. Insep Paris.

3. Le Hall,D psychologie des adolescents, Paris PUF ,1985

A Comparative Study Between Some Physical and Functional Abilities of Individual and Team Female Athletes

Dr. bouali lakhdar/ Dr. rebouh salah / Pr. Mellakhi djamel.
mmellakhidjamel-docmgmt@hotmail.cosaladin1610@hotmail.com/bouali.lakhdar@yahoo.fr/

Institute of Physical Education and Sports, University Hassiba Ben Bouali, Chlef, Algeria.

- Abstract:

The Importance of the research relays on the level of somephysical and functional abilities of female individual and team sports a matter that led coaches to select few female athletes to perform in many sports atuniversities central Algeria.This fact led these few female athletes to have a high level of physical and functional abilities compared to other female athletes.

The researchers used the deceptive research. The subject were (87) elite female athletes of team sports (Basketball, Handball and Volleyball) and individual sports (Gymnastics, athletics and combat sports) of the season (2014). Many physical and functional tests have been conducted to evaluate physical and functional abilities. The data was treated using proper statistical operation like mean, Standard deviation etc and through the results the researchers concluded the following:

1- There is a Variance in the level of physical fitness among female players in favor of Basketball and Handball players of team sports and athletics players of individual sports.

2- There is a variance in the level of functional abilities among the players in favor of Basketball and Handball players followed by gymnastics and athletics players.

The effect of Snuff extracts of Nicotiana Tabaccum from Tunisia and its effect on immune responses in athletes during repeated brief sprint interval exercise

Wiem Abdelmalek[1] , Salma Abedelmalek[3],Kouloud Aloui[2], Miguel M[1,4], Nizar Souissi[2]

[1]Faculdade de Ciências e Tecnologia, Universidade do Algarve, Edifício 8, Campus de Gambelas, 8005-139 Faro, Portugal.

[2]Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia.

[3]Department of Physiology and functional explorations, Sousse Faculty of Medicine, Tunisia.

[4]Faculdade de Ciências e Tecnologia, Instituto de Biotecnologia e Bioengenharia, Centro Biotecnologia Vegetal, Universidade do Algarve, Faro , Portugal

Mail: s_abedelmalek@yahoo.fr

INTRODUCTION

The tobacco plant, Nicotiana has probably been responsible for many more deaths (NIDA, 2009). At present, tobacco smoking is causing over 3 million deaths a year worldwide and if current smoking trends continue the annual mortality may exceed 10 million by around 2030. Helmersson et al. (2005) showed that tobacco lead an alteration of the immune system. Exercise can, also, induce changes in immunological parameters.Thus, strenuous high-intensity exercise induces immune-suppression and may explain the increased risk of infection in athletes. Recently, Abedelmalek et al. (2015)showed that a brief sprint interval exercise (4×250m run) may lead to different anabolic/catabolic and inflammatory responses. The authors, also, sowed that IL-6 remained elevated in both sessions after 1-h of recovery.
The aim of the study was to investigate the effect of snuff extracts of Nicotiana Tabaccum from Tunisia and its effect on immune responses in athletes during repeated brief sprint interval exercise.

METHODOLOGY

Twenty two football players (mean ± SD: age 21.1±1.3 years, height 1.71±0.1 m, body mass 73.6±1.8 Kg) were recruited for this study, following written, informed consent.The subjects were randomly divided into two groups; an experimental group (EG, n = 11) who were consuming snuff for duration of 6 years and control group (CG; n = 11). All subjects performed an exercise consisted of 4 × 250 m run on a treadmill at a constant intensity of 80% of the calculated maximal speed with 3 min of rest in-between.Blood samples were taken at the rest (P1) immediately after the first (P2) and the fourth (P4) run and 60 min after the Wingate test. Plasma concentrations on IL-6 were measured before, immediately after exercise and 60 min after the exercise.

STATISTICAL ANALYSIS

Data were reported as mean ± SD. Once the assumption of normality was confirmed using the Shapiro-Wilk-W-test, parametric tests were performed. Once the assumption of normality was confirmed using the Shapiro-Wilk *W*-test, parametric tests were performed. Inflammatory

mediator' data (IL-6) were analyzed using a two-way ANOVA (2 [Groups] × 4 [points of measurement]). When the ANOVA indicated significant effects, significant differences between means were tested using the Bonferroni test. The level of statistical significance was set at $p < 0.05$.

RESULTS

The present results indicated a significant increase IL-6 immediately after exercise in both EG and CG with high values observed in EG. Likewise, IL-6 returns to initial levels in CG in comparison with EG. However, Il-6 level remained elevated during the recovery period (i.e., 60 min after the exercise) in EG.

DISCUSSION

The present results indicated a significant increase IL-6 immediately after exercise in both EG and CG with high values observed in EG. Exercise can induce changes in immunological parameters (Nieman et al. 1999). Moderate exercise stimulates the immune system and may be somewhat responsible for exercise related reduction in illness. However, strenuous high-intensity exercise induces immune-suppression and may explain the increased risk of infection in athletes (Pedersen and Hoffman-Goetz, 2000). Meckel et al. (2011) showed that two types of sprint interval sessions (i.e., increasing (100, 200, 300, 400 m) and decreasing (400, 300, 200, 100 m) distance) lead to a significant increase in the circulating pro- and anti-inflammatory mediators, e.g., IL-1, IL-6, and IL1ra. The authors, also, showed that IL-6 remained elevated in both sessions after 1-h of recovery.

Moreover, our results showed that IL-6 decrease 60 min after exercise in CG in comparison with EG. However, Il-6 level remained elevated during the recovery period (i.e., 60 min after the exercise) in EG. Steensberg et al. (2001) showed that the arterial plasma IL-6 gradually decreased in the recovery period. In this context, Helmersson et al. (2005) showed that smokers have increased PGF2α formation, thus enhanced COX-mediated inflammation, in addition to elevated levels of cytokines and isoprostanes.

CONCLUSION

In summary, we conclude that snuff appears to have an effect on inflammatory mediators.

REFERANCES

Abedelmalek, S., Chtourou, H., Souissi, N., & Tabka, Z. (2015). Caloric Restriction Effect on Proinflammatory Cytokines, Growth Hormone, and Steroid Hormone Concentrations during Exercise in Judokas. *Oxidative medicine and cellular longevity*, *2015*.

Helmersson, J., Larsson, A., Vessby, B., & Basu, S. (2005). Active smoking and a history of smoking are associated with enhanced prostaglandin F 2α, interleukin-6 and F 2-isoprostane formation in elderly men. Atherosclerosis, 181(1), 201-207.

Meckel, Y., Nemet, D., Bar-Sela, S., Radom-Aizik, S., Cooper, D. M., Sagiv, M., & Eliakim, A. (2011). Hormonal and inflammatory responses to different types of sprint interval training. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *25*(8), 2161-2169.

Nida'M, S., Ahmad, R., & Estaitieh, H. (2009). Organochlorine pesticide residues in dairy products in Jordan. *Chemosphere*, *77*(5), 673-678.

Nieman, D. C., & Pedersen, B. K. (1999). Exercise and immune function.*Sports Medicine*, *27*(2), 73-80.
Pedersen, B. K., & Hoffman-Goetz, L. (2000). Exercise and the immune system: regulation, integration, and adaptation. *Physiological reviews*, *80*(3), 1055-1081.
Steensberg, A., Febbraio, M. A., Osada, T., Schjerling, P., Hall, G., Saltin, B., & Pedersen, B. K. (2001). Interleukin-6 production in contracting human skeletal muscle is influenced by pre-exercise muscle glycogen content. *The Journal of Physiology*, *537*(2), 633-639.

Inaptitude physiqueet éducation sportive en Tunisie: Etude sur les données nationales des années scolaires 2013-2014 et 2014-2015 des élèves en classe terminale

Physical unfitnessand sports education in Tunisia: Study on national data from 2013-2014 and 2014-2015 school years students in graduating class

Zoghlami Wael

Doctorant chercheur en STAPS/Enseignant d'EPS

Zoghlami@mail.ru

Résumé: Le sport scolaire joue un rôle important dans la préservation de l'intégrité physique et morale des élèves. En Tunisie, la baisse de l'activité physique en milieu scolaire est un sujet qui suscite plusieurs interrogations surtout concernant les certificats d'inaptitude physique où 'dispense'. Nous nous sommes proposés de déterminer et d'analyser les proportions des dispensés en classe terminale. Le pourcentage moyen des élèves dispensés était de 5,7% avec une prédominance féminine. Le secteur privé était plus touché que le secteur public et certains gouvernorats plus que d'autres. Nous proposons une réglementation plus stricte concernant la délivrance des certificats d'inaptitude physique et une liste exhaustive des pathologies qui la nécessite. Des cours d'EPS spéciaux seraient recommandés pour les élèves inaptes physiquement dans le but d'améliorer leurs santés.

Mots clés: sport, santé, inaptitude physique, élèves, Tunisie.

Abstract: School sport plays an important role in protecting the physical and moral integrity of students. In Tunisia, the decline in physical activity in schools is a subject that raises several questions especially regarding physical incapacity certificates or 'exemption'. We proposed to determine and analyze the proportions of exempted students in graduating class. The average percentage of exempted students was 5.7% with a female predominance. The private sector was more affected than the public one and some governorates more than others.We propose stricter regulations concerning the issuance of certificates of physical unfitness and an exhaustive list of corresponding pathologies.Special courses would be recommended for physically unfit students to improve their health.

Keywords: sport, health, physical incapacity, students, Tunisia.

INTRODUCTION

Le sport scolaire joue un rôle important dans l'apprentissage du savoir vivre en communauté, dans la préservation de l'intégrité physique et morale des élèves (Biddle & Goudas, 1994; De Léséleuc et al.). En terme de santé, l'inactivité physique est un facteur de risque des maladies chroniques(de PERETTI & Castetbon, 2004; Duclos et al., 2010). En Tunisie, la baisse de l'activité physique en milieu scolaire est un sujet d'actualité et qui suscite plusieurs interrogations surtout concernant les certificats d'inaptitude physique où 'dispense'(Payet, 2006). Cependant, très peu d'études ont été réalisées sur ce sujet. C'est dans ce sens que nous nous sommes proposé de déterminer les proportions des dispensés en classe terminale sur le plan national puis de les comparer selon le sexe, les gouvernorats et le secteur public ou privé.

METHODES

Il s'agit d'une étude descriptive rétrospective concernant les élèves dispensés qui ont raté l'épreuve de Baccalauréat en éducation physique au cours des années scolaires 2013-2014 et 2014-2015. Les données ont été collectées à partir des différents commissariats régionaux du sport et de la jeunesse en Tunisie. Les variables étudiés sont la répartition des élèves (dispensés et non dispensés) selon le sexe, les gouvernorats et les secteurs d'éducation public et privé. Le logiciel Excel 2007 a été utilisé pour l'analyse des données.

RESULTATS

Le pourcentage moyen des élèves dispensés en classe terminale pour les années 2014 et 2015 était de 5,7% avec une prédominance féminine (6,9% parmi le sexe féminin contre 4,7% parmi le sexe masculin). Le secteur privé avait des pourcentages plus élevés que dans le secteur public avec des pourcentages respectifs de 6% et 5% (Tableaux I et II). Les gouvernorats qui ont présentés les proportions les plus élevés étaient celles de Nabeul, Gafsa et Sousse avec des pourcentages respectifs de 11,4, 10,3 et 8,7%(une prédominance nette au niveau du secteur privé) (Figure1).

Tableau I: Pourcentage des dispensés en 2014

	Public	Privé	Total
Masculin	0,044	0,050	0,047
féminin	0,070	0,081	0,076
Total	0,057	0,061	0,063

Tableau II: Pourcentage des dispensés en 2015

	Public	Privé	Total
Masculin	0,036	0,051	0,043
féminin	0,057	0,069	0,063
Total	0,046	0,06	0,053

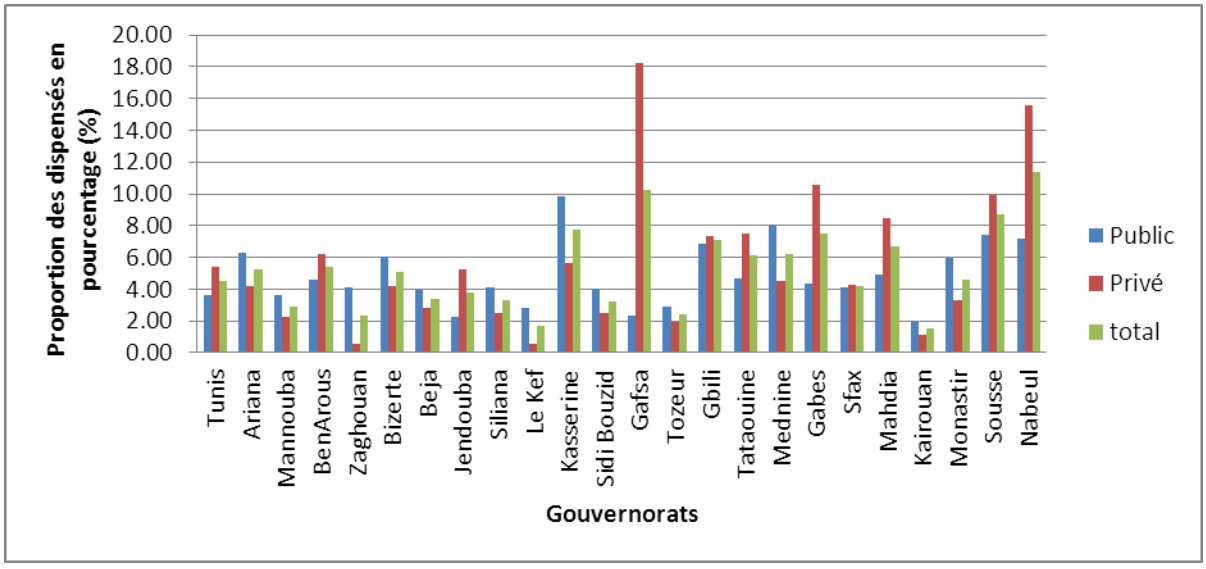


Figure 1: Répartition en pourcentage des dispensés en classe terminale selon le secteur public ou privé et le gouvernorat

DISCUSSION

La proportion des élèves dispensés était élevée ce qui aurait des répercussions négatives sur ces futurs adultes autant sur le plan physique que social. Les régions qui avaient les pourcentages les plus élevés demandent des explications concernant la différence avec les autres gouvernorats d'autant plus que cela ne peut pas être expliqué par une prévalence aussi différente des maladies entre ces régions. Ces écarts s'expliquerait par des causes spécifiques des établissements correspondants et devraient attirer l'attention des autorités concernées afin

de s'investir sur ce sujet. Les proportions plus élevés dans les établissements privés seraient en partie dus à la visite médicale qui ne s'effectue pas de la même manière, ni avec la même rigueur qu'au niveau du secteur public. En effet, des dispenses sont parfois délivrés pour une simple baisse de l'acuité visuelle sous la demande de l'élève pour fuir à cette matière(LE COMPORTEMENT & ÉCOLES). Le pourcentage plus élevé chez le sexe féminin ferait intervenir des facteurs culturels et comportementaux et devrait faire l'objet d'autres travaux(Didierjean; Payet, 2006).

CONCLUSION

L'EPSest une affaire d'hygiène de vie qu'il faut préparer dès le jeune âge. Les proportions de l'inactivité physique parmi les élèves devraient diminuer. Nous proposons pour cela de préciser dans les textes sur la réglementation concernant la pratique des APS, une liste exhaustive des affections nécessitant une dispense temporaire, partielle ou définitive(Hassen & Bali, 2008) et des conditions plus strictes concernant la délivrance des certificats d'inaptitude physique. Des cours d'EPS spéciaux seraient recommandés pour les élèves dispensés dans le but d'améliorer leur santés(Kohout, 2004). Sans oublier le rôle des enseignants qui est essentiel pour la motivation et l'assiduité des élèves à l'éducation physique et sportive(Florence, Brunelle, & Carlier, 1998). Des études permettant d'identifier les causes de la baisse de la pratique de l'EP en milieu scolaire seraient nécessaires afin de pouvoir avancer sur ce sujet.

Références

Biddle, S., & Goudas, M. (1994). Sport, activité physique et santé chez l'enfant: L'enfant au sein du système des pratiques. *Enfance*(2-3), 135-144.

De Léséleuc, E., During, P. B., Gateaux, J., Meziani, M., Post-doctorant, I., Rail, P. G., . . . MCF, U. S. Comité scientifique.

de PERETTI, C., & Castetbon, K. (2004). La deuxième vague du cycle triennal d'enquêtes sur la santé des élèves s' est déroulée durant l'année scolaire 2000-2001 auprès d'un échantillon représentatif des adolescents scolarisés.

Didierjean, R. Jeune fille turque en cours d'éducation physique: une exclusion par la minorité? Éclairages et enjeux à travers une étude franco-allemande.

Duclos, M., Duché, P., Guezennec, C.-Y., Richard, R., Rivière, D., & Vidalin, H. (2010). Position de consensus: activité physique et obésité chez l'enfant et chez l'adulte. *Science & Sports*, *25*(4), 207-225.

Florence, J., Brunelle, J., & Carlier, G. (1998). *Enseigner l'éducation physique au secondaire: Motiver, aider à apprendre, vivre une relation éducative*: De Boeck Supérieur.

Hassen, Z., & Bali, N. (2008). Sport, droit et santé. *Droit, déontologie & soin*, *8*(1), 69-76.

Kohout, G. (2004). Éducation physique et sportive et handicap. Un certificat médical adapté pour une EPS adaptée. *Médecine thérapeutique/Pédiatrie*, *7*(5), 331-344.

LE COMPORTEMENT, I. D. É., & ÉCOLES, U. D. P. N. Échanges.

Payet, J.-P. (2006). Violence à l'école: un regard ethnographique sur l'école défavorisée à Tunis. *Spirale*(37), 73-82.

Strength training and its effect on diurnal variation of immune response

Nesrin Boussetta*, Abedelmalak Salma, Souissi Nizar

[1] Department of Physiology, Sousse Faculty of Medicine, Tunisia.
[2] Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia.
[3] Research Unit, High Institute of Sport and Physical Education, Sfax University, Tunisia.
[4] High Institute of Sport and Physical Education, Ksar-Saïd, Manouba University, Tunisia.
*Email: nesrin_boussetta@yahoo.fr

Introduction: Few data are available about the effect of the diurnal strength training by electrical stimulation on the inflammatory response.

Material & Method: Twenty-four handball players voluntarily participated in this work. These subjects were matched and randomly assigned to a morning training group (MTG, training times 07:00–08:00 hours, n = 8), an evening training group (MTG, training times 17:00–18:00 hours, n = 8) and a control group (CG, completed all tests but did not train, n = 8). The two experimental groups followed a period of 4 week training by electrostimulation at 3 times a week (Monday, Wednesday and Friday).Muscular strength and power testing was conducted before (T0) and after 4 weeks of training (T1) in the morning (07:00–08:00 hours) and the evening (17:00–18:00 hours). All morning and evening tests were performed in separate sessions (minimum interval = 36 hours) in a randomized design.

Results: Our results showed that training in the morning, resulted in an increase of anaerobic (Ppic and Pmean) and strength (1-RM) performance at the two test time, and the increase was more important at time that coincides with that of training; without affecting the inflammatory response. While, training in the afternoon , showed no effect on anaerobic performance; but it affected the inflammatory response by presenting an increase on plasma IL-6 concentration post exercise at the time that coincides with training.

Discussion: Consistent with previous studies our results showed that the plasma concentrations of IL-6 increased significantly from 08: 00-18: 00 am (Abedelmalek et al, 2012.). In addition, our result confirms those of (Libardi et al., 2012) which showed that training by electrostimulation has allowed an increase in muscle strength without affecting inflammatory response.

Conclusion: Finally strength training by electrostimulation in the morning is better than training in the afternoon without risk of inflammation.

References:

Abedelmalek S, Chtourou H, Aloui A, Aouichaoui C, Souissi N, Tabka Z. (2012a).Effect of time of day and partial sleep deprivation on plasma concentrations of IL-6 during a short-term maximal performance Eur J Appl Physiol DOI: 10.1007/s00421-012-2432-7.

Libardi CA, De Souza GV VA, Chacon Mikahil MP (2012). Effect of resistance, endurance, and concurrent training on TNF-α, IL-6, , Cavaglieri CR, Madruga and CR. *Med Sci Sport Exerc*. 44 : 50-56.

Keywords: Diurnal variation, Interleukine-6, strength training.

DIFFUSION TENSOR IMAGING TRACTOGRAPHY OF PYRAMIDAL TRACT AND CORPUS CALLOSUM IN AMYOTROPHIC LATERAL SCLEROSIS

Eya Mseddi[1], Pierre-François Pradat [2], Nicolas Termoz[1], Marie-Laure Welter[2], Annabelle Couillandre[1], Tarak Driss[1] et Giovanni de Marco[1]

[1]CeRSM (E.A.2931), UFR STAPS, Université Paris Ouest Nanterre La Défense

[2]Département des Maladies du Système Nerveux, CHU Pitié-Salpêtrière, Paris (France)

eya.mseddi89@gmail.com

The aim of this study is to determine impaired cerebral structures within pyramidal tract, corpus callosum and supplementary motor area in amyotrophic lateral sclerosis. A diffusion tensor imaging (DTI) exam was achieved on 46 subjects (14 healthy subjects, 32 amyotrophic lateral sclerosis patients, ALS). Group comparaison revealed significant difference of apparent diffusion coefficient (ADC) and fractional anisotropy (FA) on corona radiata, internal capsule, cerebral peduncle, supplementary motor area and corpus callosum (hand region) respectively (P 0.02, 0.03, 0.04, < 0.001, 0.03). These results confirm alteration of upper motor neuron in amyotrophic lateral sclerosis.

Keywords: ALS, DTI, Pyramidal tract, Supplementary motor area, Corpus callosum

INTRODUCTION

Amyotrophic Lateral Sclerosis is an idiopathic fatal disease, characterized by progressive and selective degeneration of upper and lower motor. This neurological disorder is associated with muscle wasting that affects respiratory and skeletal muscles (lower and upper limb) leading to a gradual loss of mobility(Mitchell & Borasio, 2007). However, few studies have reported the link between this disease and the gait impairment and motor disorder (back down falls) (Desai & Swash, 1999; Hausdorff et al., 2000). The aim of this study was to explore cerebral regions beyond cortico-spinal tract and highlight their involvement in gait initiation failure.

MATERIAL AND METHOD

46 subjects were enrolled for this study (14 Healthy subjects, 16 patients with postural instability (PI) and 16 patients without postural instability (No-PI)). A diffusion tensor imaging (DTI) exam was achieved. This technique was used to characterize the orientational properties of the diffusion process of water molecules in biological tissues. Apparent diffusion coefficient (ADC) and fractional anisotropy (FA) were calculated for all regions of intrest (ie:corona radiata, internal capsule, cerebral peduncle, corpus callosum, supplementary motor area). The two groups were compared using a Student test for independent samples. P2: control versus (No-PI); P2: control versus PI; P3: PI versus (No-PI). The significance level was fixed at $p < 0.05$.

RESULTS

Group comparaison revealed significant difference of the calculated parameter on the pyramidal tract as well as corpus callosum and supplementary motor area (**Table1**).

CONCLUSION

This study revealed significant difference between ALS (stable and unstable) patient and control groups. Significant decrease of FA in pyramidal tract, supplementary motor area and corpus callosum

is consistent with previous studies (Sage, Peeters, Gorner, Robberecht, & Sunaert, 2007; Sage et al., 2009). These results reflect a breakdown of the structural barriers (which restricts the water free movement) probably associated with axonal degeneration.

Table1: Mean (SD) of apparent diffusion coefficient ADC and fractional anisotropy FA mesured on pyramidal tract, suppelementary motor area and corpus callosum

		Groups					
		Controls	**ALS (NO-PI)**	**ALS(PI)**	**P1**	**P2**	**P3**
Corona radiata	**ADC ($10^{-3}mm^2/s$)**	0.63 (0.03. 10-3)	0.68 (0.03)	0.71 (0.04. 10-3)	< 0.01	<0.001	0.07
	FA	0,44(0.04)	0.47(0.05)	0.40(0.04)	0.11	0.02	<0.001
Internal capsule	**ADC ($10^{-3}mm^2/s$)**	0.58 (0.02. 10-3)	0.64 (0.04)	0.65 (0.06. 10-3)	< 0.01	<0.001	0.21
	FA	0.49 (0.03)	0.50(0.04)	0.46(0.03)	0.74	0.03	0.02
Cerebral peduncule	**ADC ($10^{-3}mm^2/s$)**	0.57 (0.04. 10-3)	0.65 (0.05)	0.65 (0.06. 10-3)	<0.001	<0.001	0.65
	FA	0.55(0.03)	0.54(0.05)	0.52(0.04)	0.52	0.04	0.26
SMA	**ADC ($10^{-3}mm^2/s$)**	0.6 5(0.03. 10-3)	0.75(0.09. 10-3)	0.75(0.08. 10-3)	< 0.01	<0.001	0.95
	FA	0.431 (0.04)	0.401(0.12)	0.3(0.06)	0.33	<0.001	0.38
Corpus callosum (premotor area)	**ADC ($10^{-3}mm^2/s$)**	0.71(0.16. 10-3)	0.71(0.05. 10-3)	0.74(0.10. 10-3)	0.98	0.57	0.64
	FA	0.522(0.02)	0.554(0.04)	0.519(0.05)	0.03	0.86	0.06
Corpus callosum	**ADC (10^{-}**	0.65(0.04. 10-3)	0.72(0.1. 10-3)	0.79(0.1. 10-3)	0.01	< 0.01	< 0.01

(hand)	**$^{3}mm^{2}/s$)**						
	FA	0.533 (0.03)	0.568(0.04)	0.501(0.07)	0.03	0.14	< 0.01
Corpus callosum (foot)	**ADC (10^{-} $^{3}mm^{2}/s$)**	0.62(0.05. 10-3)	0.69(0.07. 10-3)	0.67(0.2. 10-3)	0.01	0.43	0.17
	FA	0.559(0.06)	0.583(0.05)	0.530(0.16)	0.26	0.54	0.23

BIBLIOGRAPHY

Desai, J., & Swash, M. (1999). Extrapyramidal involvement in amyotrophic lateral sclerosis: backward falls and retropulsion. *J Neurol Neurosurg Psychiatry*, *67*(2), 214-216.

Hausdorff, J. M., Lertratanakul, A., Cudkowicz, M. E., Peterson, A. L., Kaliton, D., & Goldberger, A. L. (2000). Dynamic markers of altered gait rhythm in amyotrophic lateral sclerosis. *J Appl Physiol (1985)*, *88*(6), 2045-2053.

Mitchell, J. D., & Borasio, G. D. (2007). Amyotrophic lateral sclerosis. *Lancet*, *369*(9578), 2031-2041. doi: 10.1016/S0140-6736(07)60944-1

Sage, C. A., Peeters, R. R., Gorner, A., Robberecht, W., & Sunaert, S. (2007). Quantitative diffusion tensor imaging in amyotrophic lateral sclerosis. *Neuroimage*, *34*(2), 486-499. doi: 10.1016/j.neuroimage.2006.09.025

Sage, C. A., Van Hecke, W., Peeters, R., Sijbers, J., Robberecht, W., Parizel, P., . . . Sunaert, S. (2009). Quantitative diffusion tensor imaging in amyotrophic lateral sclerosis: revisited. *Hum Brain Mapp*, *30*(11), 3657-3675. doi: 10.1002/hbm.20794

L'effet d'un entraînement d'endurance spécifique au football sur la consommation maximale d'oxygène et l'économie de course chez de jeunes footballeurs

A. Kamoun[1], M. A. Khanfir[2], L. Masmoudi[1] R, Heubert[3]

[1]Unité de recherche de l'institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax, Tunisie.
[2] Départements de l'éducation physique de la faculté de l'éducation. Université de Hail. Arabie Saoudite.
[3]Laboratoire d'Etude de la Physiologie de l'Exercice, Université d'Evry, France.
aniskamoun02@hotmail.fr.

L'objectif de cette étude était de vérifier l'effet d'un entraînement d'endurance spécifique au football sur la consommation maximale d'oxygène (VO_{2max}) et l'économie de course chez de jeunes footballeurs. Dix jeunes footballeurs ont suivi un programme d'entraînement de 8 semaines. Une évaluation avant et après entraînement a permis de dégager les effets de cet entraînement.L'entraînement d'endurance spécifique au football a permis l'amélioration des qualités physiques des jeunes footballeurs. Sachant l'importance du travail technico-tactique en football, un entraînement en endurance avec ballon peut présenter une réelle alternative aux entraînements d'endurance standards.

Mots clés : Football, endurance, jeux réduits, circuits

INTRODUCTION

Les actions décisives en football sont des mouvements explosifs qui sont généralement réalisés sur un fond d'endurance (Stolen T et al. 2005). Pour être performant, il est primordial d'entraîner régulièrement cette qualité d'endurance (Hoff J et al. 2002, Garcia-Pallares J et al. 2009). Dans le football moderne, le niveau de la maîtrise technique et les choix tactiques sont déterminants (Garcia-Pallares J et al. 2009), faisant du jeu avec ballon une priorité pour les joueurs de haut niveau et ceux en formation (Hoff J et al. 2002, Garcia-Pallares J et al. 2009). Dans ce contexte, l'entraînement de l'endurance avec ballon dans des circuits spécifiques ou des jeux réduits serait beaucoup plus intéressant que l'entraînement par la course à pieds (Hoff J et al. 20022, Impellizzeri FM et al. 20064). Il noua a semblé alors intéressant de mettre en place un entraînement d'endurance spécifique au football basé sur des exercices avec ballons. Le but de cette étude est de vérifier l'efficacité d'un entraînement d'endurance spécifique au football sur la consommation maximale en oxygène (VO_{2max}) et l'économie de course chez de jeunes footballeurs.

MATERIELS ET METHODES

16 joueurs de football de niveau régional (âge : 18,2 ± 0,9 ans, masse corporelle : 70,8 ± 11,3 kg, taille : 178,8 ± 3,8 cm) ont accepté de participer à cette étude. L'étude a été conduite au cours de la période compétitive. Seuls 10 joueurs ont achevé les évaluations après entraînement. Les sujets avaient donné leur consentement après avoir été informés du but de la recherche, du protocole expérimental et de ses contraintes. Le protocole expérimental était composé d'un entraînement de 8

semaines et de deux sessions d'évaluation. Durant cette étude, les sujets effectuaient quatre séances d'entraînement et un match chaque semaine. Deux des séances d'entraînement étaient consacrées à l'entraînement d'endurance spécifique et deux séances étaient consacrées au travail technico tactique. La durée de chaque séance d'entraînement était de 90 minutes. Au cours des sessions d'évaluation, des mesures anthropométriques et des tests physiques ont été effectué.

RESULTATS

La masse corporelle et la masse grasse étaient significativement réduites après l'entraînement de l'endurance. (tableau1).

Tableau 1: Valeurs anthropométriques avant et après entraînement

Variables	Avant	Après	p
Poids (kg)	70,8 ± 11,3	69,9 ± 11,2	< 0,05
Masse graisse total (%)	15,9 ± 4,1	12,5 ± 3,7	< 0,001

Note : inf =inférieur, Avant = avant entraînement, Après=après entraînement, NS= différence non significative.

La vitesse maximale aérobie (VMA), les valeurs absolues et relatives de VO_{2max} et l'économie de course se sont améliorées significativement à l'issue de la période d'entraînement, respectivement de +7,3% (P<0.001), +4,9% (P<0.05), +2,3% (P<0.05) et +5,7% (P<0.05) (Tableau 3).

Tableau 2: Variation de la vitesse maximale aérobie, de la VO_2max et de l'économie de course, avant et après entraînement

Variables	Avant	Après	p
VMA (km/h)	14,7 ± 1,2	15,7 ± 1,2	< 0,001
VO_2max (ml O_2/min/kg)	59,4 ± 4,1	62,3 ± 5,3	<0,05
VO_2max (ml O_2/min)	4,2 ± 0,5	4,3 ± 0,4	<0,05
Economie de course (ml O_2/min/kg)	48,4 ± 4,9	45,8 ± 4	< 0,05

Note : VMA= vitesse maximale aérobie, VO_2max= consommation maximale d'oxygène, avant= Avant entraînement, Après=après entraînement.

CONCLUSION

L'entraînement d'endurance spécifique au football permet des améliorations des indices d'endurance aussi importantes que les entraînements standards basés sur la course à pied. Un entraînement d'endurance spécifique au football qui peut substituer un entraînement d'endurance standard peut présenter une stratégie efficace pour améliorer la performance et sera aussi très intéressant dans le processus de formation.

BIBLIOGRAPHIE

[1] Garcia-Pallares, J., Sanchez-Medina, L., Carrasco, L., Diaz, A., Izquierdo, M. 2009. Endurance and neuromuscular changes in world-class level kayakers during a periodized training cycle. Eur J Appl Physiol; 106 (4): 629-638.

[2] Hoff, J., Wisløff, U., Engen, LC., Kemi, OJ., Helgerud, J. 2002. Soccer specific aerobic endurance training. Br Sports Med 2002; 36: 218-221.

[3] Impellizzeri, FM., Marcora, SM., Castagna, C., Reilly, T., Sassi, A., Iaia, FM. 2006. Physiological and performance effects of generic versus specific aerobic training in soccer players. Int J Sports Med 2006; 27(6): 483-492.

[4] Stolen, T., Chamari, K., Castagna, C., Wisloff, U. 2005. Physiologie of Soccer. Sports med 2005; 35(6): 501-536.

L'effet du glaçage du genou sur la variabilité diurne de la performance au saut unipodal à contrebas

Rania khmissi[1], Yassine Negra[1], Emna Bousselmi[1], Mahrez Hammami[1],Ahmed Attia[1]

[1] Unité de recherche "Sport Performance & Santé" Institut supérieur de sport et d'éducation physique de Ksar Saîd, Tunisie.

rania-khmissi@hotmail.com

Mots clés : cryothérapie, variabilité diurne, drop jump, optojump

Introduction

L'entrainement et la compétition sont deux éléments essentiels dans la vie du sportif. L'étude des rythmes circadiens et de leurs désynchronisations trouve une large application pratique dans le champ de l'optimisation de la performance (Souissi et al, (2002). De plus, l'entrainement doit être alors accompagné par l'élaboration d'épreuves de terrain ou de laboratoire qui assurent la mesure objective de la progression et du niveau de performance atteint. En effet, les sauts verticaux font partis des tests de terrain les plus utilisés. De ce fait, un grand nombre d'outils d'évaluation de la détente verticale ont été proposés. L'Optojump est probablement l'outil le plus utilisé actuellement sur le terrain pour l'évaluation, entre autres, du potentiel explosif et élastique des athlètes.

Au cours d'un entraînement pour développer les capacités aérobies, Torii et al. (1992),ont mis en évidence que selon l'heure à laquelle l'entraînement est réalisé, il est possible d'enregistrer aussi bien des progrès significatifs qu'une absence d'amélioration des performances. De plus, Marth PD**(**1998**),** a également montré que, lorsqu'il y a une augmentation des performances, celle-ci est dépendante de l'heure de la journée.

Ainsi, quelles sont les phases ou plages horaires favorables au développement des qualités physiques ou à la performance sportive ?

D'un autre côté, la récupération demeure aujourd'hui indispensable dans le domaine de la préparation physique et de l'entrainement. La cryothérapie est l'une des techniques de récupération la plus employées par les sportifs pour diminuer les douleurs dues à des atteintes tissulaires, ainsi que pour diminuer l'inflammation, le saignement, la température intramusculaire, l'hypertonicité et facilite le retour veineux…(Schmid et al, 2010). Mais il semble que les effets de la cryothérapie sur l'activité musculaire dépendent du type et de l'intensité de l'exercice. Et, les études menées sur la cryothérapie révèlent une grande

diversité de résultats, parfois controversés, d'où vient l'idée de notre travail pour chercher l'effet du glaçage du genou sur la variabilité diurne de la performance au saut unipodal à contre bas sur la jambe dominante.

Méthodologie

Objectif de l'étude :

L'objectif de notre étude est d'évaluer l'effet du glaçage de l'articulation du genou sur la variabilité diurne de la performance à la détente verticale unipodaledu type Drop-Jump « DJ ».

Population d'étude :

40 sujets (20 filles et 20 garçons) étudiants à l'Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Ksar-Saïd, tous des athlètes pratiquant régulièrement une activité sportive au sein de clubs civils, âgés entre 20 et 24 ans et ont volontairement accepté de participer à l'expérimentation.

Aucun sujet ne présentait, lors de l'expérimentation, d'antécédents pathologiques ou traumatiques significatifs pouvant affecter les résultats de notre étude.

Matériels et méthodes :

1. Les mesures anthropométriques :

Toutes les mesures anthropométriques ont été faites au début de la séance de familiarisation. Elles ont été assurées par le même expérimentateur.

1. **La taille :** La taille a été mesurée à l'aide d'une toise non déformable et graduée (graduation 1 mm).
2. **La masse corporelle :** La mesure de la masse corporelle a été réalisée avec une balance électronique (précision : 100g) « balance de précision WC-321
3. **Approche expérimentale :**

-Avant la collecte des données et au cours d'une séance de familiarisation, tous les sujets ont réalisé une simulation complète du protocole expérimental.

-Toutes les séances d'évaluation se sont déroulées au même moment de la journée (± 30 minutes) afin de limiter les effets de la variabilité circadiennes sur les performances finales aux tests.

Des précautions de faisabilité ont été prises pour que chaque sujet réalise le protocole avec le maximum d'application et de rigueur expérimentale.

Eviter toute activité physique épuisante et également la consommation de produits excitants 24 heures avant les séances d'évaluation.

Juste avant la passation de l'épreuve, chaque participant a effectué un échauffement d'une durée de 10 mn (course) avec quelques exercices de sauts.

Chaque athlète est appelé à effectuer trois sauts à contrebas sur la jambe dominante d'une hauteur de 30 cm :

- Un premier saut unipodal à contrebas sans application préalable de glaçon.
- Un second saut juste après 20 minutes d'application d'une poche remplie de glaçon sur l'articulation du genou. Une petite serviette est placée entre la poche et le genou pour éviter les brulures de la peau.
- Un troisième saut est effectué après 20 minutes de repos.

Ainsi, les sujets passent à tour de rôle sur le dispositif (Sautoir/Optojump) et essayent de sauter sur une jambe le plus haut possible avant de retomber à nouveau et s'immobiliser.

Chaque sujet a réalisé l'épreuve du DJ, le matin (entre $7h^{00}$ et $9h^{00}$) et l'a répété l'après midi (entre $17h^{00}$ et $19h^{00}$).

Durant chaque épreuve le sujet est appelé à faire 3 essais espacés au minimum d'une minute de récupération afin d'assurer une récupération adéquate entre les efforts. La performance la plus élevée au cours de chaque épreuve a été retenue.

Analyse statistique :

Le traitement statistique des données va être réalisé à l'aide du logiciel SPSS (version 19 for windows, Inc., Chicago, IL). Les données collectées seront présentées dans ce travail sous forme de moyenne et d'écart-type (ET).

L'étude de la normalité de la distribution se fait par le test «Shapiro-Wilks» et l'hypothèse d'égalité des moyennes sera vérifiée par le ***t*** de Student pour échantillon appareillé.

Le seuil de signification retenu a été de $P < 0.05$.

Résultats :

Les résultats de cette étude de mémoire de master sont en cours de traitement.

Références bibliographiques :

1. ToriiJ, Shinkai S, Hino S, Kurokawa Y, Tomita N, Hirose M, Watanabe S, Watanabe , S., Watanabe, T. (1992). Effect of time of day on adaptive response to a 4-week aerobic exercise program. J Sports Med Phys Fitness, 32(4):348-52.

2. Marth, PD., Woods, RR., Hill DW. (1998). Influence of time of day on anaerobic capacity.Percept Mot Skills ;86(2):592-4.

3. Schmid S[1], Moffat M, Gutierrez GM.(2010).Effect of knee joint cooling on the electromyographic activity of lower extremity muscles during a plyometric exercise.

4. SOUISSI, N., GAUTHIER, A., SESBOÜÉ, B., LARUE, J., & DAVENNE, D. (2002). Effects of regular training at the same time of day on diurnal fluctuations of muscular performance..

LA MARCHE CHEZ LES PREPUBERES : Etude comparative bilatérale

Romane I.[1] ; Zouita Ben Moussa A.[1] ; Ben Salah Fatma Ezahra[2]

imen.romene@gmail.com

1 : Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique Ksar saîd

2 : Service de Médecine Physique et Réadaptation Fonctionnelle, Institut National d'Orthopédie « Mohamed Kassab »

Mots clés : biomécanique, la marche, paramètres spatio-temporels

INTRODUCTION:

La marche est le mode de déplacement naturel de l'humain (Vaughan, 2003 ; Wang et coll., 2003). L'apprentissage de cet équilibre est plus long que pour n'importe quel animal: il passe un an à un an et demi pour apprendre à se mouvoir sur les pieds. Encore n'a-t-il pas atteint alors sa station érigée définitive ?

La marche à fait l'objet de nombreuses analyses, surtout depuis l'apparition des enregistrements cinématiques, qu'ils soient cinématographiques ou optoéléctroniques (Perruchon, 1994), (Dufour et Pillu, la biomécanique fonctionnelle, p. 94)

Dans ce cadre, notre travail s'attache à mieux comprendre les spécificités de la marche chez les prés pubères. Il s'agit notamment d'identifier et de quantifier les paramètres biomécaniques pertinents pour une caractérisation plus complète du mouvement.

MATERIELS ET METHODES :

Dans notre étude, l'évaluation est réalisée par des enregistrements vidéos de la marche à l'aide d'une caméra de type Gopro Hero 4 placée de profil.

14 jeunes filles de 11 ans participent volontairement au protocole : des marqueurs sont placés de façon étudiée pour s'approcher au mieux des axes anatomiques et des centres articulaires des membres inférieurs du sujet qui réalise 3 essais en terme de cycle de marche de chaque côté.

Les paramètres étudiés sont les suivants :

- La longueur d'un cycle de marche ;
- La durée d'un cycle de marche ;
- Le rapport, en termes de pourcentage, entre la phase d'appui et la phase d'oscillation.

Ce dernier s'est déroulé au service de la médecine physique et réadaptation fonctionnelle de l'institut national d'orthopédie "M. T. Kassab".

RESULTATS

Suite à l'analyse des données, les résultats préliminaires obtenus soulignent une différence significative entre les valeurs moyennes de la longueur du cycle de marche droit et gauche en faveur du membre droit, la signification est à *p<0,003.

Tandis qu'il n'y a pas une différence significative entre les deux membres en terme de durée p> 0.05

La différence entre les deux membres en termes de % d'appui et % oscillation montre des valeurs moyennes statistiquement supérieure du membre gauche en phase d'appui et du membre Droit en phase d'oscillation p<0,05

DISCUSSIONS /CONCLUSION

Dans cette perspective, nous avons abordé, de manière expérimentale les aspects cinématiques de l'activité locomotrice chez des jeunes sujets et de comparer bilatéralement les paramètres biomécaniques définis.

A titre de référence, les résultats Préliminaires sont comparables à la littérature (Bülent Sabri Cığalı, 2010).

BIBLIOGRAPHIE :

Bülent Sabri Cığalı, Enis Uluçam, Cüneyt Bozer, " 3D Motion Analysis of Hip, Knee and Ankle Joints of Children Aged Between 7-11 Years During Gait", 2010

Le Poutre J.PH., "Modélisation biomécanique du movement: vers un outil d'évaluation pour l'instrumentation en orthopédie", these, 2007)

Dufour M., Pillu M., Biomécanique fonctionnelle, Elseiver Masson 2006

J. Heredia-Jimenez, E. Orantes-Gonzalez, V.M. Soto-Hermoso " variability of gait, bilateral coordination, and asymmetry in women with fibromyalgia", 2016

The effect of Snuff extracts of Nicotiana Tabaccum from Tunisia and its effect on immune responses in athletes during repeated brief sprint interval exercise

Wiem Abdelmalek[1] , Salma Abedelmalek[3],Kouloud Aloui[2], Miguel M[1,4], Nizar Souissi[2]

[1]Faculdade de Ciências e Tecnologia, Universidade do Algarve, Edifício 8, Campus de Gambelas, 8005-139 Faro, Portugal.

[2]Research Laboratory "Sports performance optimization" National Center of Medicine and Science in Sports (CNMSS), Tunis, Tunisia.

[3]Department of Physiology and functional explorations, Sousse Faculty of Medicine, Tunisia.

[4]Faculdade de Ciências e Tecnologia, Instituto de Biotecnologia e Bioengenharia, Centro Biotecnologia Vegetal, Universidade do Algarve, Faro , Portugal

Mail: s_abedelmalek@yahoo.fr

INTRODUCTION

The tobacco plant, Nicotiana has probably been responsible for many more deaths (NIDA, 2009). At present, tobacco smoking is causing over 3 million deaths a year worldwide and if current smoking trends continue the annual mortality may exceed 10 million by around 2030. Helmersson et al. (2005) showed that tobacco lead an alteration of the immune system. Exercise can, also, induce changes in immunological parameters.Thus, strenuous high-intensity exercise induces immune-suppression and may explain the increased risk of infection in athletes. Recently, Abedelmalek et al. (2015)showed that a brief sprint interval exercise (4×250m run) may lead to different anabolic/catabolic and inflammatory responses. The authors, also, sowed that IL-6 remained elevated in both sessions after 1-h of recovery.
The aim of the study was to investigate the effect of snuff extracts of Nicotiana Tabaccum from Tunisia and its effect on immune responses in athletes during repeated brief sprint interval exercise.

METHODOLOGY

Twenty two football players (mean ± SD: age 21.1±1.3 years, height 1.71±0.1 m, body mass 73.6±1.8 Kg) were recruited for this study, following written, informed consent.The subjects were randomly divided into two groups; an experimental group (EG, n = 11) who were consuming snuff for duration of 6 years and control group (CG; n = 11). All subjects performed an exercise consisted of 4 × 250 m run on a treadmill at a constant intensity of 80% of the calculated maximal speed with 3 min of rest in-between.Blood samples were taken at the rest (P1) immediately after the first (P2) and the fourth (P4) run and 60 min after the Wingate test. Plasma concentrations on IL-6 were measured before, immediately after exercise and 60 min after the exercise.

STATISTICAL ANALYSIS

Data were reported as mean ± SD. Once the assumption of normality was confirmed using the Shapiro-Wilk-W-test, parametric tests were performed. Once the assumption of normality was

confirmed using the Shapiro-Wilk *W*-test, parametric tests were performed. Inflammatory mediator' data (IL-6) were analyzed using a two-way ANOVA (2 [Groups] × 4 [points of measurement]). When the ANOVA indicated significant effects, significant differences between means were tested using the Bonferroni test. The level of statistical significance was set at $p < 0.05$.

RESULTS

The present results indicated a significant increase IL-6 immediately after exercise in both EG and CG with high values observed in EG. Likewise, IL-6 returns to initial levels in CG in comparison with EG. However, Il-6 level remained elevated during the recovery period (i.e., 60 min after the exercise) in EG.

DISCUSSION

The present results indicated a significant increase IL-6 immediately after exercise in both EG and CG with high values observed in EG. Exercise can induce changes in immunological parameters (Nieman et al. 1999). Moderate exercise stimulates the immune system and may be somewhat responsible for exercise related reduction in illness. However, strenuous high-intensity exercise induces immune-suppression and may explain the increased risk of infection in athletes (Pedersen and Hoffman-Goetz, 2000). Meckel et al. (2011) showed that two types of sprint interval sessions (i.e., increasing (100, 200, 300, 400 m) and decreasing (400, 300, 200, 100 m) distance) lead to a significant increase in the circulating pro- and anti-inflammatory mediators, e.g., IL-1, IL-6, and IL1ra. The authors, also, showed that IL-6 remained elevated in both sessions after 1-h of recovery.

Moreover, our results showed that IL-6 decrease 60 min after exercise in CG in comparison with EG. However, Il-6 level remained elevated during the recovery period (i.e., 60 min after the exercise) in EG. Steensberg et al. (2001) showed that the arterial plasma IL-6 gradually decreased in the recovery period. In this context, Helmersson et al. (2005) showed that smokers have increased PGF2α formation, thus enhanced COX-mediated inflammation, in addition to elevated levels of cytokines and isoprostanes.

CONCLUSION

In summary, we conclude that snuff appears to have an effect on inflammatory mediators.

REFERANCES

Abedelmalek, S., Chtourou, H., Souissi, N., & Tabka, Z. (2015). Caloric Restriction Effect on Proinflammatory Cytokines, Growth Hormone, and Steroid Hormone Concentrations during Exercise in Judokas. *Oxidative medicine and cellular longevity*, *2015*.

Helmersson, J., Larsson, A., Vessby, B., & Basu, S. (2005). Active smoking and a history of smoking are associated with enhanced prostaglandin F 2α, interleukin-6 and F 2-isoprostane formation in elderly men. Atherosclerosis, 181(1), 201-207.

Meckel, Y., Nemet, D., Bar-Sela, S., Radom-Aizik, S., Cooper, D. M., Sagiv, M., & Eliakim, A. (2011). Hormonal and inflammatory responses to different types of sprint interval training. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *25*(8), 2161-2169.

Nida'M, S., Ahmad, R., & Estaitieh, H. (2009). Organochlorine pesticide residues in dairy products in Jordan. *Chemosphere*, *77*(5), 673-678.
Nieman, D. C., & Pedersen, B. K. (1999). Exercise and immune function.*Sports Medicine*, *27*(2), 73-80.
Pedersen, B. K., & Hoffman-Goetz, L. (2000). Exercise and the immune system: regulation, integration, and adaptation. *Physiological reviews*, *80*(3), 1055-1081.
Steensberg, A., Febbraio, M. A., Osada, T., Schjerling, P., Hall, G., Saltin, B., & Pedersen, B. K. (2001). Interleukin-6 production in contracting human skeletal muscle is influenced by pre-exercise muscle glycogen content. *The Journal of Physiology*, *537*(2), 633-639.

Comparison of mental toughness and power test performances in high-level kickboxers by competitive success

Maamer Slimani[1], Bianca Miarka[2], Walid Briki[3], Foued Cheour[4]

[1]Department of Biological Sciences, Faculty of Sciences of Bizerte, Zarzouna,Tunisia

[2]Physical Education School, Federal University of Pelotas, Pelotas, Brazil

[3]Qatar University, College of Arts and Sciences, Sport Science Program, Doha, Qatar

[4]High Institute of Applied Biology of Medenine, Gabes,Tunisia

E-mail: maamer2011@hotmail.fr

Abstract

The aims of the present study were to compare and verify the relationship between mental toughness (MT), countermovement jump (CMJ) and medicine ball throw (MBT) power tests by outcomes of high-level kickboxers during National championship.Thirty two high-level male kickboxers (winner = 16 and loser = 16: 21.2 ± 3.1 years, 1.73 ± 0.07 m, and 70.2 ± 9.4 kg) were analyzed using the CMJ, MBT tests and sports mental toughness questionnaire (SMTQ; based in confidence, constancy and control subscales), before the fights of the 2015 National championship (16 bouts). In statistical analysis, Mann-Withney test and a multiple linear regression were used to compare groups and to observe relationships, respectively, $P<0.05$.The present results showed significant difference between losers vs. winners, respectively, of total MT (7(7;8) vs. 11(10.2;11), confidence (3(3;3) vs. 4(4;4)), constancy (2(2;2) vs. 3(3;3)), control (2(2;3) vs. 4(4;4)) subscales and MBT (4.1(4;4.3) vs. 4.6(4.4;4.8)). The multiple linear regression showed a strong association between MT scores and outcome ($r = 0.89$), MBT ($r = 0.84$) and CMJ ($r = 0.73$). In conclusion,the findings suggest that MT will be more predictive of performance in those sports and in the outcome of competition.

Keywords: Muscular Power, Mental Toughness, Championship, Kickboxing.

La relation entre les pratiques pédagogiques des enseignants et les ressentis des étudiants

Omar Trabelsi, Nizar Guemri

Institut supérieur du sport et d'éducation physique Sfax

omar_trabelsi@live.com

Notre étude a pour objectif la présentation des ressentis des étudiants face aux pratiques pédagogiques de leurs enseignants.

Un questionnaire de PERPE - lequel est formé de 18 questions a été distribué pour 100 étudiants en 3éme année de la licence fondamentale en éducation physique.

Toutefois, il apparaît que les étudiants ont fréquemment tendance à avoir des avis quelque peu contradictoires à l'égard de leurs enseignants : malgré leur impression de ne pas être traités correctement, au moment du questionnement (les enseignants n'encouragent pas leurs étudiants à poser des questions, n'expliquent pas clairement les notions difficiles, Le cours ne donne pas aux étudiants le gout de l'approfondir à travers questionnement). Ces facteurs constituant, sans doute parmi d'autres, des indicateurs de l'efficacité de la pratique enseignante.

Mots clés : pratiques pédagogiques – ressentis – manières d'étudier – pratique enseignante efficace.

Bibliographie :

-Adangnikou, N. (2008). Peut-on parler de recherche en pédagogie universitaire, aujourd'hui, en France ?*Revue des Sciences de l'Éducation*, *34*(3), 601-621.
-Adangnikou, N., & Paul, J. J. (2008). La formation à la pédagogie universitaire en France, une offre encore trop restreinte. *25e Congrès de l'Association Internationale de Pédagogie Universitaire*. 19-22
mai, Montpellier.
-Altet, M. (1994). Le cours magistral universitaire : un discours scientifico-pédagogique sans articulation enseignement-apprentissage. *Recherche et Formation*, 15, 35-44.
-Altet, M. (2004). Enseigner en premier cycle universitaire : Des formes émergentes d'adaptation ou de la« métis » enseignante. In E. Annoot & M.F. Fave Bonnet, *Pratiques pédagogiques dans l'enseignementsupérieur : enseigner, apprendre, évaluer* (pp. 37-52). Paris : L'Harmattan.
-Annoot, E., & Fave Bonnet, M. F. (2004). *Pratiques pédagogiques dans l'enseignement supérieur :enseigner, apprendre, évaluer*. Paris : L'Harmattan.
-Beaud, S. (2002). *80 % au bac ... et après ? Les enfants de la démocratisation scolaire.* Paris : la Découverte.
-Bédard, D., & Viau, R. (2001). *Le profil d'apprentissage des étudiantes et des étudiants de l'universitéde Sherbrooke. Résultats de l'enquête menée au trimestre d'automne 2000.* Rapport au vice-rectorat à l'enseignement. Université de Sherbrooke.
-Bétant, B., Foucault, M., & Peyroux, C. (2010). *Note relative à la mise en oeuvre du plan pour laréussite en licence.* (N° 2010-091). Rapport de l'Inspection Générale de l'Administration de l'Education Nationale et de la Recherche.
-Bireaud, A. (1990). *Les méthodes pédagogiques dans l'enseignement supérieur*. Paris : Ed.

d’organisation.
-Bireaud, A. (1996). En France, une politique de formation pédagogique pour les enseignants du supérieur timide, hésitante et controversée. In J. Donnay & M. Romainville (Dir.) : *Enseigner à l’Université : unmétier qui s’apprend ?* (pp.113-122). Bruxelles : De Boeck Université.
-Boulet, A., Savoie Zajc, L., & Chevrier, J. (1996). *Les stratégies d’apprentissage à l’université*. SainteFoy : Presses de l’Université du Québec.
-Bourdieu, P., & Passeron, J. C. (1964). *Les héritiers. Les étudiants et la culture*. Coll. « Le sens commun ». Paris : Minuit.
-Boyer, R., & Coridian, C. (2002). Transmission des savoirs disciplinaires dans l’enseignement universitaire, une comparaison histoire-sociologie. *Sociétés contemporaines*, *48*, 41-61

Comparaison entre les résultats des étudiants de la 1ère année en ISSEPS issus de baccalauréats généraux et des bacheliers de la section de Sport

Mohamed abdelkader souissi, Nizar Guemri

[1]Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax

gaddoursouissi@yahoo.com

Résumé

L'objectif de cette étude consiste à une comparaison entre les résultats des étudiants de la 1ère année en ISSEPS issus de baccalauréats généraux et des bacheliers de la section de Sport. Pour ce faire, une analyse des pourcentages de réussite de la session principale 2015 a été effectuée.

Les sections sportives peuvent donner à l'élève un haut niveau de pratique et des études sportives renforcées. En revanche, Seulement 15 % des bacheliers professionnels ont validé leur 1ère année par rapport à 84 %des bacheliers technologiques. Les statistiques de passage en 2ème année ont montré des divergences au niveau des résultats en ISSEPS et la formation scolairesau lycée.

Les lycéens issus de baccalauréats généraux sont donc les mieux armés pour réussir dans les études en ISSEPS.

Mots clés : Les sections sportives scolaires ; bacheliers; activités physiques et sportives.

Bibliographie

-Bloom, B.S. (1979). Caractéristiques individuelles et apprentissages scolaires. Bruxelles, Labor ; Paris, Nathan.

-Depover,C.,&Noël,B. (1998). L'évaluation des compétences et des processus cognitifs : modèles, pratiques et contexte, Bruxelles, De Boeck.

-Gilles, B., & Jacques,G. (2001). L'Émergence de l'Éducation physique, Hatier, Paris.

-Jean Claude Albert. (2000). L'évolution de l'EPS de 1960 à nos jours.

- Merle, P. (1996). L'évaluation des élèves : Enquête sur le jugement professoral, Paris, PUF.

-Patrick Seners. (2004). L'EPS, son histoire, sa genèse, jusqu'aux textes de 2004, Vigot, Paris.

-Perrenoud,Ph. (1998). L'évaluation des élèves. De la fabrication de l'excellence à la régulation des apprentissages, Bruxelles, De Boeck.

Les exigences des jours fériés et la planification des contrôles continus à ISSEP de Sfax:Enjeux et effets sur la formation

Mongi Ajina, Nizar Guemri

Institut supérieur du sport et d'éducation physique Sfax

mongiajina@gmail.com

Cette recherche étudie les répercussions du régime des examens du contrôle continu (bloqué) et les jours des vacances (les jours fériés) sur le volume horaire du programme universitaires des étudiants de première année licence fondamentale à l'ISSEP de Sfax.

Une analyse quantitative des volumes horaires,(régime contrôle contenu bloqué , jours fériés) de la période (semestre 1) de l'année universitaire 2015- 2016 montre que la période des examens (contrôles continus bloqués) et les exigences des vacances réduits le volumes horaire de la formation universitaire (cours théorique et pratique) .

Une réflexion approfondie sur l'organisation du temps débouche, de fait, sur des actions touchant la dimension qualitative du temps d'apprentissage des étudiants, dimension centrale sur le plan de l'efficacité pédagogique.

Mots clés : enjeux – contrôle continu- jours fériés – volume horaire - formation

Bibliographie

Abernot Y., Marquet P., Remigny M.J., Triby E. (1998). *L'expérimentation de l'aménagement des rythmes scolaires à Strasbourg (1996-98).* Rapport final, université Louis-Pasteur .

Altet M., Bressoux P., Bru M., Lambert C. (1994). Étude exploratoire des pratiques d'enseignement en classe de CE2, *Les dossiers d'éducation et formations*, .

Aubriet-Morlaix S. (1999), *Essai sur l'allocation et l'optimisation du temps scolaire*, Thèse de Doctorat en Sciences économiques, Université de Bourgogne, Dijon.

Bianco M., Bressoux P. (1997). *Les effets d'un aménagement du temps scolaire. L'expérience du canton de Monestier de Clermont.* Rapport de recherche 1re phase, université Pierre- Mendes-France.

Bloom B. S. (1974). – « Time and Learning ». *American Psychologist*, n°29.

Brizard A., Desclaux A. , Salva D. (1994). La semaine de 4 jours de classe. *Les Dossiers d'éducation et formations* 1994.

Delhaxhe A. (1997). – Le temps comme unité d'analyse dans la recherche sur l'enseignement. *Revue Française de Pédagogie*, N°118.

Dessus P. (2002). Les effets de la planification sur l'activité de l'enseignant en classe, *in* P. Bressoux (ed.), *Les stratégies de l'enseignant en situation d'interaction* : *rapport pour Cognitique.*.

Delvolvé N., Davila W. (1996). Les effets de la semaine de quatre jours sur l'élève. *Enfance*

1996, N°5.
Fijalkow J., Fijalkow E. (1993). *Lecture-écriture : les pratiques pédagogiques au cours préparatoire*. Rapport pour la DEP, Université de Toulouse le Mirail.
Harnischfeger A., Wiley D. E. (1977). *Time allocations in 5th grade reading* , Paper presented to the Annual Meeting of the American Educational Research Association, New York.
.Huguet G., Touitou Y., Reinberg A. (1997). Morning *versus* afternoon gymnastic time anLee D. ; Carriere R. ; MacQueen A. ; Poynor L. , Rogers M. (1981). *Successful practices in high-poverty schools*.

Étude des comportements perturbateurs des élèves à l'enseignement secondaire en classe d'éducation physique

E-Mail: talelmaddeh@hotmail

Talel Maddeh[1,2], Zhaira Ben chaaben[1], Nizar Souissi[1,2]

1 : Institut supérieur du sport et de l'éducation de Tunis

2 : Laboratoire de recherche « optimisation de la performance sportive » Centre national de la médecine et des sciences du sport.

Résumé:

L'objectif de ce travail est de décrire et d'analyser les comportements perturbateurs des élèves et de les comparer selon leurs niveaux d'intensité lors des cours d'éducation physique et sportive réalisé par des enseignants stagiaires.

L'analyse vidéoscopique en différé a été effectuée à l'aide du Système d'Observation des Incidents Disciplinaires (SOID).Un total de 1900 comportements perturbateurs (CP) a été enregistré dont 1379 vu par les enseignants stagiaires et 521 autres qui n'ont pas été vu.

Les résultats témoignent que les cours d'éducation physique observés présentent un degré très élevé de perturbation avec une moyenne allant jusqu'à 67.8 CP par séance c'est-à-dire 1.2 CP chaque minute. Par ailleurs, une forte proportion de CP d'intensité faible (43.7%) et d'intensité modérée (46.7%) a été enregistrée dans les classes étudiées.

Ces résultats supposent que les conditions d'apprentissage qui ont prévalu durant les séances observées n'étaient pas optimales et nous invitent, en conséquence à effectuer des travaux supplémentaires afin d'en connaître les raisons.

Mots clés : Comportements perturbateurs, Éducation physique, Élève du secondaire, Système d'observation des incidents disciplinaires.

CONCEVOIR LE CONTENU DE FORMATION PRATIQUES A L'ISSEP SFAX ET LES COMPETENCES PROFESSIONNELLES D'ATHLETISME ATTENDUS PAR L'ETUDIANT

NAIMA KERCHI, **Nizar Guimri**

Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Sfax

kerchinaima@gmail.com

Résumé :

L'objectif de cette étude est d'analyser et critiquer la qualité de formation des enseignants en éducation physique et sportive à ISSEP Sfax. Cette analyse est faite tout en se basant sur les analyses qualitatives et quantitatives des compétences d'enseignement telles que la communication ; le management des situations d'apprentissage et l'évaluation de degré d'acquisition. Cependant, ce qu'on critique à propos de cette formation c'est qu'elle traite les étudiants en tant des étudiants mais non pas des futures enseignant d'EPS autrement dit, à la fin de cette formation on n'obtient qu'un étudient qui sait appliquer une technique en athlétisme au lieu d'un enseignant qui possède des compétences à l'enseigner selon les observations faites et le questionnaire posé

Mots clés : compétence professionnelles, éducation physique et sportive, formation initiale, contenu de formation en athlétisme

Bibliographie :

Altet, M. (1994). La formation professionnelle des enseignants. Paris, France : Presses universitaires de France.

Gentile, A. M. (1972).A working model of skill acquisition to teaching.Quest, 17, 3-23.

Martinez, C. (1993). La compétence à enseigner les activités physiques et sportives : une série de couples ago-antagonistes. Actes du Deuxième Congrès Européen de Systémique. Prague, volume I, 35-44

Maher Mrayeh, Ghislain Carlier , Youssef Feki (2003) Formation initiale et appropriation des compétences professionnelles par les enseignants stagiaires en éducation physique et sportive (EPS).

Les niveaux des intentions desenseignants universitaires au regard de la taxonomie de Bloomau niveau des épreuves d'évaluation sommative àl'ISSEP Sfax

Ghada regaieg, Nizar Guemri

Institut supérieur du sport et de l'éducation physique de Sfax

ghada.regaieg93@gmail.com

Cette étude présente un recueil critique sur les choix des verbes d'action dans l'évaluation sommative proposé par les enseignants universitaires des matières théoriques de l'ISSEP de Sfax.

Les analyses de contenu qualitative et quantificative du corpus des sujets d'examens, proposés par les enseignants universitaires dans la période de l'évaluation sommative semestre 1, permet de constater que tous les objectifs cognitifs ne sont pas du même niveau, comme l'a précisé B. Bloom dans sa taxonomie des objectifs du domaine cognitif. Cette taxonomie est un cadre de référence qui permet à l'enseignant de vérifier si les niveaux de ses intentions correspondent aux niveaux taxonomiques des objectifs qu'il les a rédigé.

Les résultats de cette étude montrent que les choix des verbes d'action permettent aux étudiants d'atteindre uniquement des objectifs cognitifs des niveaux élémentaires (1.acquisition de connaissances, 2. compréhension 3. application). Ainsi ces choix ne visent pas des objectifs des niveaux supérieurs (4. analyse 5. création, 6. évaluation).

Mots clés :évaluation sommative – verbes d'action – taxonomie de Bloom – intentions des universitaires de l'ISSEPS

Bibliographie :

1) Altet, M. 2006. Les pédagogies de l'apprentissage. Paris : PUF, coll.Quadrige
2) Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (Eds.). (2001). A taxonomy for learning, teaching and assessing: A revision of Bloom's Taxonomy of educational objectives: Complete edition, New York : Longman.
3) Beacco, J-C. 2007. L'approche par compétences dans l'enseignement des langues. Paris : Les Editions Didier.
4) Brousseau, G. (1998). *Théories des situations didactiques*. La pensée Sauvage, Grenoble.
5) D. Leclercq (2005) Edumétrie et docimologie pour praticiens chercheurs. Editions de l'Université de Liège – Chapitre 4 Une Taxonomie des Objectifs Instrumentée au Service de l'Evaluation (TOISE) page 3 / 34.
6) Document adapté de Legendre, Renald (2005), Dictionnaire actuel de l'éducation, Montréal, Guérin, p. 1349-1351; Prégent, Richard (1990), La préparation d'un cours, Montréal, Éditions de l'École Polytechnique, p.33; Carrefour technopédagogique; PERFORMA. Synthèse.
7) D.U. de Pédagogie – Mai 2005.
8) Mager, R. F.2005. Comment définir les objectifs pédagogiques. Paris : DUNOD.

Corrélation entre filières d'études en secondaire et choix des spécialités pour les étudiants de 2ème année licence à l'ISSEP de Sfax

Slah Eddin Raddawi, Nizar Guemri

Institut supérieur de sport et d'éducation physique Sfax

slahradawi007@gmail.com

On considère classiquement qu'un étudiant qui choisit sa spécialité en fonction d'un projet personnel mûrement réfléchi maximise ses chances de réussite. La présente étude a pour but d'examiner de manière empirique et critique cette relation

Sur la base d'une enquête préalable menée par un questionnaire auprès de 120 étudiants de 2ème année licence fondamentale en éducation physique à l'ISSEP de Sfax, une étude qualitative est élaborée en croisant la manière dont ces étudiants justifient leur choix de spécialité (autodétermination)avec les variables de l'étude.

Les résultats permettent de préciser plus finement l'éventuelle corrélation entre la filière d'étude en secondaire (filière sport, lettre, science expérimentale, technique, math….), la spécialité d'origine (athlétisme, sport collectif) et le choix de la spécialité en 2ème année.

Mots clés : corrélation- filière d'étude- spécialité-.

Bibliographie

Ágnes K. Pályaválasztási motiváció értékrendi alapjai diplomás ápoló- és tanárképző főiskolai hallgatók körében, 2007.

Bernaud, J.-L., & Lemoine, C. (2001). Échelle d'auto-analyse des compétences. Psychologie et psychométrie.

Brasselet C et Alain Guerrien, « Sentiment de liberté et influence dans la décision d'orientation scolaire : effets sur la motivation scolaire des élèves en classe de première », L'orientation scolaire et professionnelle [En ligne], 39/4 | 2010, mis en ligne le 31 décembre 2013, consulté le 19 janvier 2016.

DOSNON, Odile. « L'indécision face au choix scolaire et professionnel : concepts et mesures », L'orientation scolaire et professionnelle, no 1, 1996, 25 p. 129-168.

Hamel, Henri. « L'indécision vocationnelle chez les étudiants(es) de niveau collégial et universitaire : éléments de diagnostic », Connat, no 8, 1985, p. 187-209.

Justine Gullo. Etude sur la motivation et le sentiment de compétence en lien avec l'orientation des élèves en milieu spécialise et professionnel. Education. 2013.

Kiss Z. Les principes influençant de l'orientation professionnelle des étudiants de maîtres de l'école élémentaire ayant la spécialité de l'éducation physique, 2011.

Cites

Espace Information Orientation - BAIP LILLE 2 - Choisir les STAPS - Novembre 2009. Ressource électronique disponible sur : http://staps.univ-lille2.fr/fileadmin/user_upload/mes_documents/article/choisir_les_STAPS_2010.pdf

Analyse des conceptions de l'évaluation de l'acte d'enseignement : exemple des rapports d'inspection pédagogique en éducation physique et sportive de la région de MAHDIA.

Yemen Ben Hassine

Résumé

De nombreuses études en éducation menées aux États-Unis, mettent l'accent sur l'efficacité et la compétence des enseignants dans le but d'évaluer leur action. De ces travaux, sont paries les recherches européennes. Mais au fur et à mesure de ces études, l'objet s'est déplacé vers l'acte d'enseignement lui-même.

Dès sa mise en place, l'inspection pédagogique s'est souvent inspirée des apports de cette évolution qui, a été marquée par une variété considérable au niveau des conceptions. Entre les propos philosophiques de la théorie et de la réalité quotidienne de l'enseignement, souvent mal reconnue, les inspecteurs se sont trouvés appelés à adapter leurs conceptions de la compétence des enseignants selon les théories récentes et prendre à la fois en considération la diversité des conditions, des environnements et des attentes des enseignants eux-mêmes.

Notre travail s'est fondé sur une analyse textuelle de 60 rapports d'inspection pédagogique en éducation physique et sportive visant à :

- Déchiffrer les modalités d'évaluation de l'acte d'enseignement
- Dégager les différentes composantes d'appréciation
- Cerner la conception des inspecteurs

L'interprétation des résultats obtenus nous a permis de situer la conception des inspecteurs parmi les théories d'évaluation de l'acte d'enseignement qui demeure encore basée sur les fonctions de notation et de contrôle et qui privilège l'organisation des situations pédagogiques en classe plutôt que la gestion et la structuration du savoir.

Mots clés : conception – évaluation – acte d'enseignement – compétence – inspection pédagogique.

Etude des effets de l'entraînement intermittent (court vs long) sur le développement de la vitesse maximale aérobie chez des jeunes footballeurs
« Cas des juniors »

KHAROUBI Mohamed Fayçal[1]&Ouadah Ahamed amine[2]& Silarbi Charef [2]

[1]Institut d'éducation physique et sportive - Université Alger -3-

Institut des sciences et des activités physique et sportive - Centre universitaire Tissemsilt

kharoubi14@hotmail.fr

Laboratoire des Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques SPAPSA .Institut de l'EPS, université d'Alger

Résumé:
Les exercices intermittents constituent un exemple de l'orientation de l'entraînement en conformité aux analyses des différents facteurs de la performance en football,l'objectif de cette étude était de comparer les effets de deux modalités de travail intermittent (court –long) sur la VitesseMaximale Aérobie. Vingt joueurs de football âgés de 17 ans (174,96+4,2 cm, 64,57+3,23 kg) ont participé à cette étude. Deux groupes de footballeurs ont été constitués : un groupe 15s/15s (G15/15) et un groupe 3mn /3mn (G3/3). Les footballeurs ont réalisé un test de VMA (yoyo intermittent Recovery test) . Après avoir effectué le test, les deux groupes ont concrétisé durant huit semaines une séance de travail intermittent par semaine. A l'issue de ce travail, le test de VMA était de nouveau proposé aux footballeurs, ce qui nous permettait de comparer les résultatsobtenus entre les deux tests avant et après entraînement. Après les huit semaines nous avons constaté que les exercices intermittents (15s/15s) ont été plus significatifs dans le développement de la VMA par rapport les exercices intermittents (3mn/3mn).

Les mots clés : L'évaluation - la vitesse maximale aérobie – l'entraînement intermittent.

ملخص البحث:

تعتبر التمارين الفترية من الطرق التدريبية الملائمة لنوعية المجهودات التي يقوم بها اللاعب خلال مباراة في كرة القدم، فتهدف هذه الدراسة إلى مقارنة بين كل من التدريب الفتري الطويل المدى و القصير المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى ، تمت هذه الدراسة على 20 لاعب، قسم اللاعبون إلى مجموعتين، مجموعة الأولى (15 ثا/15ثا) و المجموعة الثانية (3د/3د)، قام اللاعبون بالإختبار القبلي للسرعة الهوائية القصوى (إختبار يويو) ثم تم إقتراح برنامجين مختلفين لكل مجموعة لمدة 8 أسابيع و بمعدل حصة في الأسبوع، بعد نهاية البرنامج تم القيام بالإختبار البعدي.من خلال النتائج المحصل عليها تم الإستنتاج بوجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المجموعة التي تتدرب بالتدريب الفتري القصير و عليه يمكن القول بأن التدريب الفتري القصير المدى يسمح بتطوير السرعة الهوائية القصوى مقارنة مع التدريب الفتري الطويل المدى.

الكلمات المفتاحية: التقويم، السرعة الهوائية القصوى، التدريب الفتري.

Introduction:

L'optimisation de l'entraînement passe par lacaractérisation des facteurs de la performance dans l'activité concernée, afin d'êtreen mesure de les développer spécifiquement, de façon pertinente. Outre les facteurstechnico-tactiques et psychologiques, des qualités physiques certaines sontindispensables pour atteindre le haut niveau.

Le changement radical des caractéristiques des efforts sollicités en football a proportionnellement entraîné de profondes révisions sur les moyens, les méthodeset la qualité d'entraînement qui s'appuient de plus en plus sur les exigencesathlétiques de la pratique.

Pour cerner ces qualités physiques spécifiques, une excellente connaissancede l'activité et une observation avisée sont indispensables. L'analyse encompétition des indices internes du sportif (fréquences cardiaques, lactates…) enparallèle des indices externes, tels que les durées d'effort, les temps de pause, …, peuvent permettre uneestimation des ressources énergétiques et des qualités physiques impliquées dansl'effort en football.

Partant sur ces analyses, Bangsbo (1994) a privilégie l'orientation de l'entraînement de l'endurance du footballeur par les exercices de type intermittent. Il a décrit le football comme « un sport intermittent», qui peut définir comme une succession continue et aléatoire de période d'effort et de période de récupérations actives ou passives

L'introduction d'exercices, alternant des périodes d'effort avec des périodes derécupération plus ou moins courtes, dans l'entraînement, permet une amélioration des performances dans les sports collectifs et en football en particulier. Certains types d'exercices, comme les exercices intermittents, permettent d'améliorer à la fois les performances anaérobies et aérobies **(**Tabata et la, 1996 **;** Billat, 2001 ; Laursen et Jenkins, 2001 ;, 2001 ; Kubukely et coll,2002 ;Dupont,2003).

L'activité d'un footballeur pourrait se présenter aussi comme un effort à forte dominante aérobie (plusieurs kilomètres parcourus, effort de plus d'une heure…), une analyse plus fine révèle en fait une sommation d'efforts brefs et intenses entrecoupés de périodes de récupération. Dès lors, l'effort en football ne s'apparente plus du tout à une course continue à allure constante, mais à une succession de sprints, de duels et d'actions déterminantes au cours du jeu(Bangsbo et al., 2006, Stroyer et al., 2004).C'est pourquoi le travail intermittent constitue une forme d'entraînement très intéressante pour l'amélioration des différentes qualités physiques .

Si aujourd'hui l'ensemble des travaux scientifiques et des pratiques d'entraînementpermettent de considérer que l'entraînement intermittent représente une forme efficace pour améliorer la performance dans football (Thibault, 2009). Une connaissance des effets physiologiques de ce type d'exercice est nécessaire afin d'en comprendre leur utilité dans l'entraînement.

En football moderne, bien que les entraîneurs et des préparateurs physiques sesoient mis d'accord sur quelques principes de base, la majorité des conceptions desaspects de l'entraînement intermittent forment actuellement l'objet d'une discussion et d'uneopposition de point de vue.
Ce constat a déclenché l'intérêt de notre travail qui s'articule sur une comparaison des effets de deux modalités de travail intermittents sur l'amélioration de la vitesse maximale aérobie chez les jeunes footballeurs.Dans ce contexte, on peut poser la question suivante :

Existe-t-il une différence significative dans le développement la VMA entre l'intermittent court et l'intermittent long chez les jeunes footballeurs **?**

1. Les objectifs de la recherche :

- Comparaison entre les exercices intermittents courts et les exercices intermittents longs dans le développement de la VMA.
- Avoir une idée plus précise sur le niveau des capacités aérobies chez les footballeurs (catégorie juniors).
- Définir d'une manière expérimentale les moyens et les méthodes visant à l'évaluation des capacités aérobies (VMA) et la performance.
- Elaboration des programmes d'entraînement basés sur les exercices intermittents visant à l'amélioration les qualités aérobies.

2. Méthodologie de la recherche :

2.1. L'échantillon :

Vingt footballeurs (17 ans; 174,96+4,2 cm, 64,57+3,23 kg) évoluent en championnat **«** division une » région ouest ont participé à cette étude. Deuxgroupes de footballeurs ont été constitués : un groupe 15s/15s (G15/15, n=10) et un groupe 3mn/3mn (G3/3, n=10). Le Yoyo intermittent Recovery test a été réalisé par l'ensemble des footballeurs : avant le travail intermittent (T0); à l'issue des huit semaines de travail intermittent(T8). Les footballeurs ont réalisé pendant huit semaines soit une séance de travail intermittent15s/15s pour G15/15, soit une séance de travail intermittent 3mn/3mn G3/3.

2.2. Organisation et méthode de la recherche :

2.2.1. Tests et mesures :

Notre choix a porté sur des tests de terrain relatifs à l'endurance.

Les joueurs ont réalisé **:**

- Test de VMA « Yoyo intermittent Recovery test »

2.2.2 Méthode de calcul statistique

La comparaison entre les deux programmes et l'efficacité de chaque programme ont été appréciées par application des calcules statistiques suivantes :

- Moyenne arithmétique
- L'écart type
- Coefficient de corrélation
- Calcul du rapport (f) de Fischer-snedecor
- Test de Student (T)

3. Présentation et analyse des résultats :

3.1. Présentation et analyse des résultats (pré- test) de VMA pour les deux groupes (15/15 et 3/3):

Groupe	N	Pré- Test		T Tabulé	T Calculé	Degré de liberté	Niveau de signification	Signification
		X	S					
Groupe (3/3)	10	14,63	0,58	1,83	0,84	9	0,05	Non
Groupe (15/15)		14,85	0,77					

Tableau n°1 : résultats de pré-test de la VMA pour les deux groupes (3/3) et (15/15)

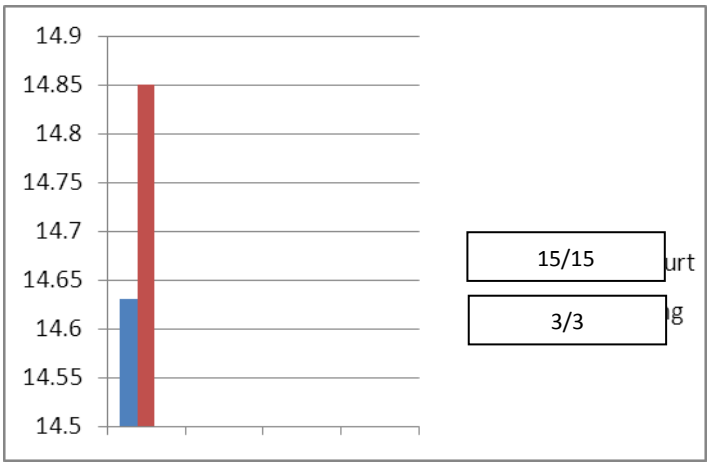


Figure n°01 : histogramme représente les résultats de pré- test de la VMA pour les deux groupes

A partir des résultats du tableau(01) et de figure n°1, nous avons constaté que la moyenne de la VMA pour le groupe (15/15) est de 14,63±0,58 et une moyenne de 14,85±0,77 pour le groupe (3/3) .
A la lecture des données de ce tableau , la comparaison des moyennes des deux groupes montre un écart non insignifiant (**T** calculé=0,84-T tabulé=1,83**)** au seuil de probabilité **P (0.05)** et de degréde liberté égale à **(09).** Ce qui signifie qu'il n'y a pas dedifférence entre les deux groupes dans le pré test de la **VMA**.

3.2. Présentation et analyse des résultats (pré et post test) de VMA pour le groupe (3/3) :

Groupe	N	Pré- Test		Post-test		T Tabulé	T Calculé	Degré de liberté	Niveau de signification	Signification
		$\overline{X}$	S	$\overline{X}$	S					
Groupe (3/3)	10	14,63	0,58	15,22	0,56	1,83	1,76	9	0,05	Non

Tableau N° 02 : Les résultats (pré et post test) de VMA pour le groupe intermittent (3/3)

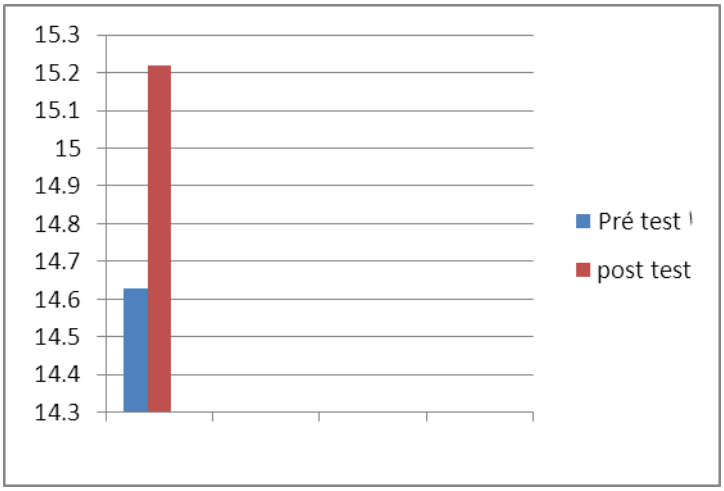


Figure n°2 : histogramme des moyennes de pré et post test de la VMA le groupe intermittent (3/3)

A partir des résultats du tableau(02) et de figure n°2, nous avons constaté que la moyenne de la VMA pour le groupe (3/3) est de 14,63±0,58 lors de pré test et une moyenne de 15,22±0,56 pour le post test.
A la lecture des données de ce tableau, avec la comparaison des moyennes, nous avons remarqué un T calculé (1,76) qui est inférieur de T tabulé (1,83**)** au seuil de probabilité P (0.05)et de degréde liberté égale à **(09).** Ce qui signifie qu'il n'y a pas dedifférence entre le pré et pro test de la VMA pour le groupe intermittent (3/3).

3.3. Présentation et analyse des résultats (pré et post test) de VMA pour le groupe intermittent (15/15) :

Groupe	N	Pré - Test		Post-test		T Tabulé	T Calculé	Degré de liberté	Niveau de signification	Signification
		$\overline{X}$	S	$\overline{X}$	S					
Groupe (15/15)	10	14,85	0,77	15,79	0,56	1,83	2,7	9	0,05	Non

Tableau N° 03 : Les résultats (pré et post test) de VMA pour le groupe intermittent (15/15)

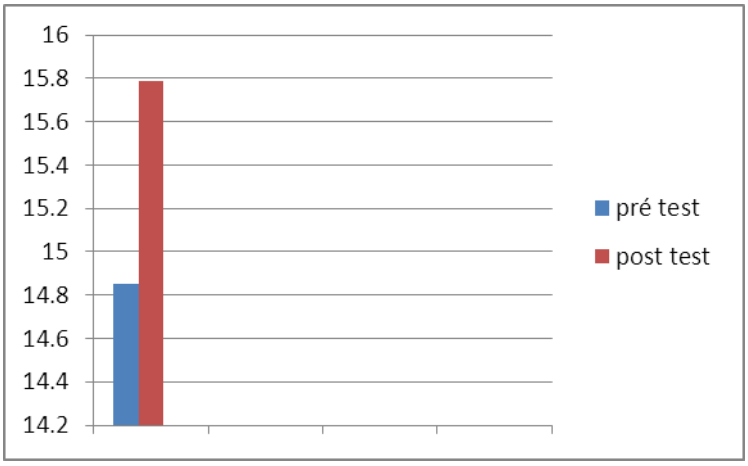


Figure n° 3: histogramme des moyennes de pré et post test de la VMA le groupe intermittent (15/15)

A partir des résultats du tableau(03) et de figure n°3nous avons constaté que la moyenne de la VMA pour le groupe (3/3) est de 14,63±0,58 lors de pré test et une moyenne de 15,22±0,56 pour le post test.

A la lecture des données de ce tableau , avec la comparaison des moyennes, nous avons remarqué que le T calculé (2,7) qui est supérieur de T tabulé (1,83**)** au seuil de probabilité P (0.05)et de degréde liberté égale à **(09).** Ce qui signifie qu'il y a une différence entre le pré et pro test de la VMA pour le groupe intermittent (15/15).

3.4. Présentation et analyse des résultats (post- test) de VMA pour les deux groupes (15/15 et 3/3):

Groupe	N	Post- Test		T Tabulé	T Calculé	Degré de liberté	Niveau de signification	Signification
		X	S					
Groupe (3/3)	10	15,22	0,56	1,83	1,86	9	0,05	Non
Groupe (15/15)		15,79	0,58					

Tableau N°4 :les résultats (post- test) de VMA pour les deux groupes (15/15 et 3/3)

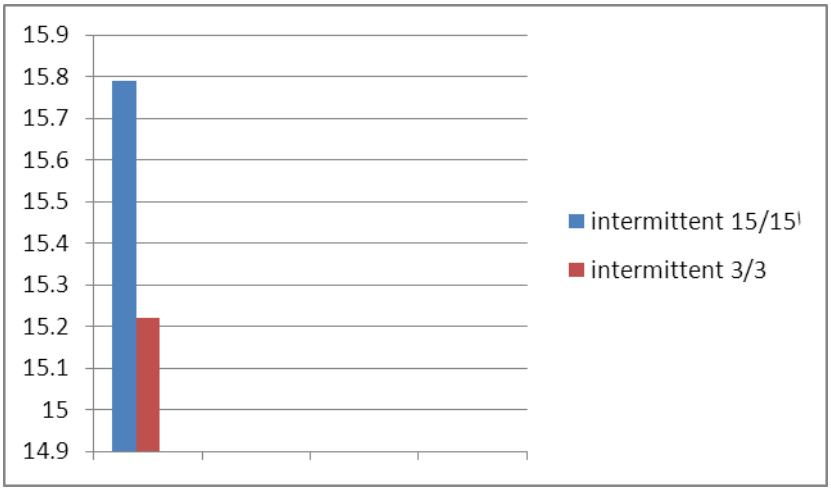


Figure N°4 : histogramme des résultats (post- test) de VMA pour les deux groupes (15/15 et 3/3)

A partir des résultats du tableau(04) et de figure n°4nous avons constaté que la moyenne de la VMA pour le groupe (3/3) est de 15,22±0,56 et une moyenne de 15,79 ±0,58 lors de test.

A la lecture des données de ce tableau, avec la comparaison des moyennes, nous avons remarqué que le T calculé (1,86) qui est supérieur de T tabulé (1,83**)** au seuil de probabilité P (0.05)et de degréde liberté égale à **(09).** Ce qui signifie qu'il y a une différence significative entre les deux groupes dans le post test de la VMA .

4. Discussion :

A partir de l'analyse et de l'interprétation des résultats obtenus après la réalisation des programmes proposés, nous avons constaté qu'il existe une différence dans les deux groupes en fonction du type de travail intermittent effectué.

A partir des résultats des tests réalisés, on s'aperçoit qu'il existe une différence significative entre les exercices intermittents longs (3mn /3mn) et les exercices intermittents courts (15s/15s)

dans le développement de la vitesse maximale aérobie. Ces résultats confirment les résultats réalisés dans le même domaine.

En effet, certains auteurs démontrent qu'il y a des différences entre les différents types d'intermittent dans le développement des qualités aérobies (Hétreau-Proust ,2005; Dellal, 2008 ; Bravo et al, 2007 ; Bangsbo, 2007).

A partir de l'analyse statistiquedes résultats de cette étude, nous avons tenté de dégager que :

- Il n'existe pas une différence significative du niveau de la vitesse maximale aérobie entre les deux groupes (3/3 et 15/15) lors de la première évaluation (pré-test).

- Il n'existe pas une différence significative du niveau de la vitesse maximale aérobie entre le pré test et le post test pour le groupe intermittent long (3mn/3mn).

- Il existe une différence significative du niveau de la vitesse maximale aérobie entre le pré test et le post test pour le groupe intermittent court (15s/15s).

- La méthode intermittente de courte durée est plus efficace dans le développement de la vitesse maximale aérobie par rapport à la méthode intermittente longue durée.

5. Recommandations :

D'après les résultats obtenus, on peut recommander ce qui suit :

- l'obligation d'augmenter les capacités cognitives des entraîneurs dans le domaine de l'entraînement sportif par l'organisation de programmes de formation sous la direction de cadres spécialisés.

- l'exigence de prendre connaissance pour les entraîneurs des exigences modernes en football et notamment en ce qui concerne les exigences physiques et méthodes de préparation physique dans ce domaine.

- L'importance chez l'entraineur de la perception de divers moyens de développement de l'endurance en football sur la base de styles d'entraînement variés comme les exercices intermittents en vue de développer la vitesse maximale aérobie.

- La priorité d'intégrer des séances spécifiques par des exercices intermittents de courte durée afin développer la puissance maximale aérobie.

- la nécessité de la grande concentration pour développer les qualités aérobie surtout la VMA à cause de leur rôle déterminant de la capacité à supporter les efforts explosifs durant le match.

Conclusion :

La tendance moderne du développement chez les jeunes footballeurs est manifestée à travers le monde par la conception et la préparation do processus d'étude et d'entraînement scientifiquement basé, qui est en étroite corrélation avec les taches perspectives du football de haut niveau, tout en fixant comme objectif principal la mise en œuvre d'un personnel pédagogique de qualité destiné au profit de la formation des jeunes.

Au sein de cette étude, nous avons essayé de déterminer la comparaison entre deux modalités de travail intermittent (intermittent long -intermittent court) dans la préparation des footballeurs et particulièrement dans le développement des capacités aérobies (VMA) après l'application deux programmes différents et des tests physiques spécifiques. Cela aboutira à des résultats différents entre les deux types donc avec une différence significative entre les deux programmes construits.

Les résultats de cette étude nous ont permis d'identifier que les exercices intermittents développent, optimisent et entretiennent les qualités aérobies, ils sont définis comme des exercices plus spécifiques en football mais en respectant certaines caractéristiques telles que la durée de l'effort, l'intensité, la nature de la récupération ….etc afin d'orienter l'entraînement physique des jeunes joueurs de manière plus efficace.

Références:

Ancian,J.P.(2004). *Football, préparation physique programmée***,**Ed. Amphora, Paris.

Bangsbo, J., Mohr, M., Krustrup, P. (2006) Physical and metabolic demands of trainingand match-play in the elite football player. *Journal of sports sciences,* 24(7):665-674.

Castagna, C., Impellizzeri, FM., Chamari,K., Carlomagno,D., Rampinini. (2006).Aerobic fitness and YOYO continuous and intermittent tests performances in soccer players: a correlation study. *J. Strength. Cond. Res,* 20 (02):320-5

Dupont, G.(2003). Exercices intermittents brefs à haute intensité :Influence de la modalité de récupération sur le temps limite d'exercice et le temps passé à un haut pourcentage de Vo_2 max.*Thète de sciences et technique des activités physiques et sportives. Université Lille 2*.

Bravo,DF.,Impellizzeri, FM.,Rampinini,E.,Castagna,C.,Bishop,D., Wisslof,U.(2007). Sprint vs interval training in football. *Int. J .Sports Med,*17.

Billat, V.(2003). *Physiologie et méthodologie de l'entraînement*. Ed. Deboek, Bruxelles.

Cazorla, G. (2006). Expertise des exigences physiques et physiologiques du football de haut niveau**.** *Laboratoire Evaluation Sport et Santé, Bordeaux.*

Cometti, G. (2005)*Aspects nouveaux de la préparation physique en football*, Ed .UFR STAPS de Dijon, Bourgogne**.**

Dellal ,A.(2008). *De l'entraînement à la performance en football*.Ed, Deboek, Paris.

Hétreau-Proust, R., Le Faucheur,A ., Noury-Desvaux,B.(2005). Effets de l'entraînement intermittent 15s/15s vs 10s/20s bondissementsur la Vitesse Maximale Aérobie et la détente verticale chez des footballeurs. *Laboratoire d'Explorations Fonctionnelles d'Efforts. CHU. Angers. France.*

Turpin, B. (2002)*Préparation et entraînement des footballeurs, Tome 2* Ed. Amphora, Paris.

Verheijen.P. (1997). *La condition physique du footballeur*, Ed. Broodcooder, Belgique.

Weineck.J. (2003).*Manuel de l'entraînement*.Ed. Vigot, Paris.

التحليل الحركي المقارن بين ارتفاعين للقفز العميق وعلاقتهما في بعض المتغيرات الكينماتيكية لعضلات الرجلين للاعبي الكرة الطائرة

Comparative Kinetic Analysis Of Deep Jump From two Heights and Their Relationship to Some Kinematics Variables of The Legs in Volleyball Players

ABI RAMIZ ALBAKRI

Abstract

The problem of the study is a question that eludes the practitioners in the field which can be stated as follows: "Can the player achieve a higher jump height when performing a jump after an initial jump from the height of (30 cm or 15 cm) jump? And will flexure angle of knee joint have a positive impact the achieved height?

The aim of the study to identify the highest height achieved by the volleyball players after landing on the ground from height of (30 cm and 15 cm) and determine the value of the maximum flexion angle of the knee joint after landing on the ground from (30 cm and 15 cm) respectively, identifying the statistical differences between the two heights after landing on the ground from the height of (30 cm and 15 cm), and expounding the significant relationship between flexion of the knee joint and the highest height achieved by the volleyball players after landing on the ground from height of (30 cm and 15 cm)

The researcher concluded that the highest height achieved by the player after landing on the ground was from a height of (15 cm) and the value of the maximum flexion angle of the knee joint was observed after landing on the ground from the height of (15 cm).The study also found statistical differences between the two heights after landing on the ground from the height of (30 cm and 15 cm) , and a significant relationship was found between the maximum flexion of the knee joint and the highest height received for the players landing on the ground from height of (30 cm and 15 cm) and researcher recommended to conduct similar research in the same area but from other heights by other researchers.

التحليل الحركي المقارن بين ارتفاعين للقفز العميق وعلاقتهما في بعض المتغيرات الكينماتيكية لعضلات الرجلين للاعبي الكرة الطائرة

أبي رامز البكري

ملخص البحث

من المعروف بان اختبارات القوة الانفجارية تقاس للاعبين بحصولهم على اعلى ارتفاع بعد القفز مسجل باليد بقطعة طباشير تؤشـــر على الحائط وكثيـــرا من الباحثين اعتمدوا هذا القياس حتى في اختبارات القفز العميق رغم تبـــاين الاداء في وضعية اللاعب للتاشير على الحائط بانه هل يمـــثل القياس الـــحقيقي لاعلى ارتفاع يصله اللاعب من هنا تبلورت مشكلة البحث وهي بقيام الباحث باجراء اختبار القفز العميق بالاعتماد على التقنية العلمية عن طريق التصوير الفيديوي والتحليل الحركي للحصول على اعلى ارتفاع حقيقي للاعب بعيدا عن الاسلوب المتداول سابقا من قبل الباحثين فمن هنا يروم الباحث الاجـــابة على سؤال لم يجد له الاجابة الصـــحيحة او التخمين الذكي من قبل بعض الاختصاصيين بانه اذا قام اللاعب بالقفز العـــميق من على ارتفاعات مختلفة هل يستحق اللاعب اعلى ارتفـــاع بعد القفز العميق من على مسطبة بارتفاع (30سم، 15سم) وهل زاوية الانثناء بمفصل الركبتـين كـــلما كانت قليلة او كبيرة في ايا من الزاويتين سيكون تاثيرها ايـــجابيا لوصـــول اللاعب لاعلى ارتفاع ، حيث هدف البحث التعرف على اعلى ارتفاع يحققه اللاعب بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم للاعبي الكرة الطائرة , التـــعرف على قيـــمة اقصـــى انثناء لزاوية مفصـــل الركبة بعد الهبـــوط على الارض من ارتـــفاع 30سم ،15سم للاعبي الكرة الطائرة , التعرف على الفروق الاحصـــائية بين الارتفـــاعين بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم للاعبـــي الكرة الطائرة التـــعرف على العـــلاقة المعنوية بين افصى انثناء لمفصل الركبة واعلى ارتفاع يصله اللاعب بعد الهـــبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم للاعبي الكرة الطائـــرة ، وافترض الباحث وجود فروق بين اعلى ارتفاع بعد الهـــبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم وجود علاقة معنوية بين زاوية اقصى انثناء لمفصل الركبة مع اعلى ارتفاع يحققه اللاعب بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم ، واما بالنسبة لمجالات البحث, المجال البشري لاعبي منتخب جامعة الموصل بالكرة الطـــائرة المجال المكاني في مختبر البايوميكانيك / بناية الانجاز البشري / كلية التربية الرياضية جامعة الموصل المجال الزماني للفترة من 2014/3/10 ولغاية 2014/3/11 وقد استخدام الباحث مدرج حديدي يتكون من ارتفاع 15سم ،30سم وتم تصوير العينة بالة تصوير رقمية بسرعة 210 صورة/ ثانية لاستخراج متغيرات البحث ، وقد استخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة لاستخراج متغيرات البحث وهي الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) واختبار دالة الفروق بين المتوسطات للمجموعات المرتبطة ، ثم استنتج الباحث بانه اعلى ارتفاع يحققه اللاعب بعد الهبوط على الارض من على ارتفاع 15سم ، قيمة اقصى انثناء لزاوية مفصل الركبة بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 15سم ,وجود فروق احصائية بين الارتفاعين بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم كانت العلاقة المعنوية بين اقصى انثناء لمفصل الركبة واعلى ارتفاع يصله اللاعب بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم واوصى الباحث بالحث على اجراء بحوث مشابهة بنفس المجال ولكن من ارتفاعات اخرى من قبل باحثين آخرين وعلى مدربوا هذه الفعالية ان يوجه اللاعبين بالطيران الى اعلى ارتفاع اثناء اداء مهارات الفعالية والى جعل اقصى انثناء بمفصل الركبة لا يقل عن (89˚) درجة ولا تزيد عن (101˚) درجة تقريبا وأخيرا اعتماد نتائج البحث كدراسات مشابهة او سابقة للباحثين الآخرين.

تأثير استخدام أسلوب التدريب المتباين لتطوير القوة المميزة بالسرعة لتحسين مستوى الأداء الفني لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع دورة على جهاز طاولة القفز

علاء كمال عيسى

قسم التربية الرياضية / جامعة فلسطين التقنية

المقدمة ومشكلة البحث وأهميتها :

تعتبر طرائق التدريب هي الوسيلة الرئيسية والأساسية المستخدمة في عملية التأثير في المستوى البدني والمهاري والوظيفي للرياضي ، وتعتبر رياضة الجمباز من الأنشطة الرياضية الهامة والتي تحتاج إلى طرق وأساليب متطورة لتدريبها حتى يمكننا التقدم بالمستوى البدني والأداء المهاري .

ويشير كل من (العلي و وشغاتي ،2010) إن التدريب المتباين هو أسلوب تدريبي تتم فيه محاولة التوصل إلى أقصى درجة من الفاعلية عن طريق استخدام القوة بأساليب متباينة ومتضادة في الاتجاه داخل الوحدة التدريبية الواحدة أو داخل مجموعة من التمرينات . أو هو احد الأساليب التي تخلق الاستجابات والتكيفات البدنية والوظيفية التي تلعب دورا" فعالا" في تطوير الانجاز .

و لقد اتجهت البحوث والدراسات الحديثة إلى الخصوصية في تدريب أي جزء من الجسم الذي يخدم الفعالية المؤدا وهذا أدى بدورة إلى الاتجاه بأي نوع من أنواع التدريب يمكن الحصول على اكبر قدر من التطور في المدة الزمنية المحددة ، فهناك من المدربين من أكد بان تدريبات القوة بالأثقال هي الأفضل وهناك من أكد بان تدريبات البلويومتري هي التي تحقق أفضل نتائج و تتبلور مشكلة البحث في أن البرنامج التدريبي التقليدي لا يعطي الوقت الكافي للطلبة للتدرب بدنيا مما ينعكس ذلك على تدني مستوى أداء الطلبة في أداء المهارات الفنية على جهاز طاولة القفز بصورة عامة وعلى مهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة بصورة خاصة ، مما دفع الباحث إلى استخدام تدريب الأثقال والبلايومتري بأسلوب متباين لتطوير القوة المميزة بالسرعة للمجموعات العضلية العاملة في الأداء المهاري للمهارة قيد الدراسة.

أهداف الدراسة:

يهدف البحث إلى التعرف على اثر استخدام أسلوب التدريب المتباين لتطوير القوة المميزة بالسرعة لتحسين مستوى الأداء الفني لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع دورة على جهاز طاولة القفز من خلال :

- التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات (القبلية – البعدية) لدى كل من المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البدنية المختارة .
- التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية بين القياسات (القبلية – البعدية) لدى كل من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة على جهاز طاولة القفز .
- التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية في القياس (البعدي) للاختبارات البدنية المختارة ومستوى الأداء الفني لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة على جهاز طاولة القفز .بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

منهج الدراسة :

ستخدم الباحث المنهج التجريبي بإتباع التصميم التجريبي ذي المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعتي الدراسة.

عينة البحث:

تم اختيار عينة الدراسة من طلبة الدفعة الأولى في قسم التربية الرياضية بجامعة فلسطين التقنية ، وقد بلغت العينة (50) طالب ، وقد قام الباحث باستبعاد الطلاب المرضى أو المصابين والطلاب الراسبين في المقرر وكذلك الطلاب الذين مارسوا رياضة الجمباز ووصلوا إلى مستوى معين وأيضا الطلاب الذين تجاوزوا نسبة الغياب المسموح بها ، اذ بلغ عددهم (2) طلاب ،كما تم استبعاد الطلبة الذين اشتركوا في المعاملات العلمية للاختبارات وبلغ عددهم (18) طالبا

وفي ضوء العدد المتبقي قام الباحث بتقسيم أفراد العينة عشوائيا كالاتي :

1. تم اختيار عدد (15) طالبا كمجموعة ضابطة تخضع للبرنامج التقليد المتبع في التدرب على المهارة الحركية على جهاز المتوازيين .
2. تم اختيار عدد (15) طالبا كمجموعة تجريبية تخضع للبرنامج التدريبي المقترح في التدرب على المهارة الحركية على جهاز المتوازيين .

الأســـلوب الإحصـــائي :

تبعاً للتصميم التجريبي وفى ضؤ المتغيرات الدراسة استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، صدق التمايز ،معامل الالتواء ، اختبار (ت) الفروق قبل وبعد التجربة لنفس المجموعة .

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

1. بالإمكان الاعتماد على تمرينات الإثقال والبلايومترك كأساليب لتطوير القوة المميزة بالسرعة للمجموعات العضلية العاملة في الأداء المهاري للمهارة قيد الدراسة .
2. إن تنمية القوة المميزة بالسرعة تعتبر وسيلة فعالة لتحسين مستوى الأداء الفني لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة على جهاز طاولة القفز .
3. إن البرنامج التدريبي المقترح لتنمية القوة المميزة بالسرعة للمجموعات العضلية العاملة و الذي تعرضت له المجموعة التجريبية له تأثير ايجابي وفعال في تنمية القوة المميزة بالسرعة للمجموعات العضلية العاملة و المرتبطة بمستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة على جهاز طاولة القفز .

التوصيات :

في حدود خطة وإجراءات هذا الدراسة وبناء على العلاقة الايجابية التي بينها هذا البحث بين تنمية القدرات البدنية المرتبطة بالأداء المهاري للمهارة قيد الدراسة وتحسن مستوى أدائها ، واستنادا على نتائجه يوصي الباحث بما يأتي :

1. ضرورة الاستفادة من البرنامج التدريبي المقترح من قبل العاملين في تدريس الجمباز وتدريبه لتنمية القوة المميزة بالسرعة باستخدام أسلوب التدريب المتباين لما له من أهمية كبيرة في تحسين الأداء الفني للمهارات على جهاز طاولة القفز .
2. ضرورة إجراء دراسات مشابهه للتعرف على تأثير أسلوب التدريب المتباين على قدرات بدنية أخرى بهدف رفع مستوى الأداء في رياضة الجمباز .

دور ممارسة الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة الأقسام النهائية بمدينة الوادي

عمار حمامة

جامعة الشهيد "حمه لخضر" الوادي – الجزائر.

إن الصحة ليست مجرد انعدام المرض إنما هي حالة سلامة بدنية وعقلية واجتماعية وعاطفية ونفسية واقتصادية وثقافية.(إبراهيم وصديق، 2006)

والحديث عن الناحية الصحية يقودنا للحديث عن النشاط الرياضي الذي يعد ضروريا وهاما لجودة حياة الإنسان، لأنه يمنع الإصابة بالعديد من الأمراض ويقلل التوتر والعصبية والكآبة والأرق والشعور بعدم الثقة بالنفس ويزيد الشعور بالسعادة ويحسن عمل الخلايا الدماغية فتزداد سرعة البديهة والتركيز، كما يحسن ممارسة الرياضة الثقة بالنفس، وربما توطد العلاقات الاجتماعية لممارسيها، وهي كذلك نشاط إيجابي لشغل وقت الفراغ، كما أن الالتزام بأداء التمارين الرياضية بانتظام يحسن من مهارة تنظيم الوقت والحياة.

فممارسة التمارين الرياضية يعزز الشعور بالحيوية والنشاط والشباب، والقدرة على الإنجاز والعمل و يزيد من طاقة الجسم وقدرته على التحمل ومقاومة كافة الأعراض المرضية والنفسية.(أحمد وآخرون، 2012)

وتعتبر مرحلة التعليم الثانوي من أهم المراحل التعليمية في حياة الطلبة حيث أنهم يمرون فيها بمرحلة نمائية مهمة ويستعد من هم في الأقسام النهائية لاجتياز امتحانات البكالوريا التي تعتبر مفصلية في حياتهم الدراسية، ولتجاوز هذه المرحلة بسلام فإنه يجب التحضير لها في مناخ صحي يحّسون فيه بالسعادة والتوافق والانسجام مع البيئة، ويعمل على تحسين جودة الحياة التي يحيونها.

إن تأثير ممارسة النشاط الرياضي من قبل الطالب يمتد إلى تحسين قدرته للتحكم بتعبيراته الانفعالية، وتوازنه النفسي، وتشكيل الدوافع والميول والحاجات والعمل على الارتقاء بها. (عبد الحميد وحسانين، 1997 ؛ النقيب، 1998).

فالرياضة تقدم فوائد لا حصر لها لممارسيها تمكنهم من إبقاء صحتهم الجسدية والذهنية والنفسية وبذلك فهي تسهم في تحسين جودة الحياة لديهم بالإضافة إلى أن تنمية الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني يعد ضرورة للتغلب على المشاكل الصحية والنفسية والسلوكية والأخلاقية للأفراد.

المراجع:

1- مازن عبد الهادي أحمد، حسين عبد الزهرة عبد أليمة، ماهر عبد الحمزة حردان، دراسة مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين للرياضة وغير الممارسين لطلبة كليات جامعة كربلاء، مجلة علـوم التربية الرياضية، العدد الثالث، المجلد الخامس، 2012.

2- محمد عبد الله إبراهيم وسيدة عبد الرحيم صديق، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس - مسقط 17-19 ديسمبر 2006.

3- محمود عبد الحليم منسي وعلي مهدي كاظم، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس -مسقط 17-19 ديسمبر 2006.

أثر برنامج تدريبي نفسي على بعض سمات الشخصية لدى لاعبي الكرة الطائرة أكابر

نورالدين عمارة، رشيد أمان الله

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية – جامعة المسيلة- الجزائر

ملخص المداخلة:

يعتبر مفهوم الشخصية من المفاهيم التي شاع استخدامها بين العامة و الخاصة من الناس، و بالطبع قد تعددت أراء العلماء في معنى الشخصية و مفهومها، و في طبيعتها و خصائصها و أبعادها، و قد استطاع "جوردن ألبورت" في كتابه "الشخصية" تجميع ما يزيد عن خمسين تعريفا للشخصية بعضها في ميدان اللاهوت و بعضها في ميدان القانون و بعضها في مجال علم النفس أو علم الاجتماع، كما أورد "ستانجر" عددا آخر من التعريفات التي ذكرها العديد من العلماء للشخصية، و من التعريفات الشاملة للشخصية التي صاغها العلماء هناك تعريف "بيرت" الذي يرى أنها " ذلك النظام المتكامل من الميول و الاستعدادات الجسمية و العقلية الثابتة و التي تعتبر مميزا خاصا للفرد، و بمقتضاها يتحدد أسلوبه الخاص للتكيف مع البيئة المادية و الاجتماعية".

و قد اهتم "ألبورت" بفكرة السمات كوحدة أساسية لدراسة الشخصية لفترة طويلة حاول خلالها توضيح مفهوم السمة و وضع معايير لتحديدها، و هي أن السمة أكثر عمومية من العادات و تتسم بأنها ديناميكية و تؤدي دورا محركا في جميع مظاهر سلوك الفرد، كما أن السمات و بالرغم من ارتباطها ايجابيا إلا أنها تميل إلى الاستقلال النسبي كل منها عن الآخر، و وفقا لنظرية "ألبورت" فأن طبيعة السلوك تحكمه الدوافع الشعورية المكتسبة و أن السمة هي ميل محدد و استعداد مسبق لاستجابة تحرك السلوك و اندفاعه تحو استجابة معينة.

و تعتبر السمة من المفاهيم الهامة في نظرية الشخصية و تعتبر الوحدة الأساسية في بناء الشخصية، حيث هناك العديد من السمات تكمن وراء السلوك الظاهري للفرد و هذه السمات قد تكون عامة جدا تؤثر في كل أو معظم سلوك الفرد، و قد تكون خاصة أو بالغة الخصوصية تؤثر في مواقف معينة أو خاصة في سلوكه.

لقد اجمع المختصون في التدريب الرياضي على أن التدريب النفسي في الكرة الطائرة له دور هام و فعال بجانب الاعداد البدني و المهاري و الخططي، إن لعبة الكرة الطائرة الحديثة تتطلب البناء السليم و الصحيح للعمليات الهجومية و الدفاعية و حمل هذا التطور اللاعبين أعباءا كبيرة من النواحي البدنية و المهارية و الخططية و خاصة النفسية.

ان التطور الحاصل في السنوات الاخيرة في مجال رياضة الكرة الطائرة و الكثافة المرتفعة للنتائج و تقارب الأداء الفني و تمتع اللاعبين بالمهارات العالية أصبح من الصعوبة التنبؤ بنتائج الفرق، حيث أن الفريق الذي يتمتع بالإعداد و التحضير و التدريب النفسي الجيد يستطيع التغلب على الصعوبات و حالات التوتر التي تحصل خلال المباريات يمكن ان يكتب له النجاح.

التبريد الكلي للجسم كوسيلة حديثة للاسترجاع و العلاج عند رياضيي النخبة(CCE : -110c)

عمروش مصطفى، جبالي رضوان، حفيضى منيب

معهد معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر 3

ملخص:

تطويرها و هناك عدة طرق يعتبر الاسترجاع عند رياضيي النخبة من العوامل الهامة جداً لتحسين النتائج و للاسترجاع اقترحها المختصين منها التمديد العضلي، الإثارة الكهربائية، الإضافات الغذائية، الألبسة الضاغطة، التدليك و التعرض للبرودة من 4 إلى 16 درجة مئوية.

أما في السنوات الأخيرة هذه، ظهرت طريقة تطرق إليها العديد من المختصين وفق دراسات عديدة و نتائج إحصائية دقيقة أنها طريقة توفر نسبة عالية للاسترجاع و هذا في مدة قصيرة بالنظر للطرق السالفة الذكر، و هذه الطريقة هي العلاج بالتبريد للجسم كله في درجة حرارة -110م^{0} .

و في هذا العرض سنقدم لمحة تاريخية عن هذه الطريقة المنعدمة في الجزائر و في معظم الدول العربية و الإفريقية كما سوف نتطرق للقسم العلاجي لهذه الطريقة و كيفية إجراء الحصة العلاجية.

Résumé

Chez le sportif qui fait un entrainement quotidien ou biquotidien la récupération doit être optimale, et pour cela de nombreux spécialiste préconise différentes méthodes de récupération don l'étirement, l'électrostimulation, la nutrition post-exercice, les vêtements de compression, les massages et l'exposition au froid (40-16c).

Et plus récemment en on a proposé une méthode que nombres de spécialiste et d'étude appuyer sur des résultats statistiquement convaincant, disent que cette dernière permettrais une récupération meilleur et plus fiable sur le plan physique et moral avec un temps moindre. Cette méthode est la CRYOTHERAPIE DU CORPS ENTIER (CCE : -110c).

En ce présent on va faire la lumière sur l'historique de cette méthode qui reste inexistante en Algérie et dans la plus part des payer arabe et africain, comme on va voir la nosologie de la CCE -110c ainsi que le déroulement d'une séance de cryothérapie du corps entier.

المقومات الاساسية لانتقاء الناشئين فى كرة القدم بولاية الخرطوم

عوض يس احمد محمود

المستخلص:

هدف هذا البحث للتعرف علي المقومات الاساسية لانتقاء الناشئين فى كرة القدم بولاية الخرطوم

، استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث ، وتكونت عينة البحث من 26 مدرب تم اختيارهم بطريقة عشوائية ,الاستبانة لأداة البحث الرئيسة ومن أهم النتائج التي توصل لها البحث أن كل المجالات قيد البحث تمثل مقومات أساسية لانتقاء الناشئين بولاية الخرطوم وهي علي النحو التالي :-

- وجود معايير محددة لانتقاء اللاعبين للمدرسة السنية لكرة القدم.
- وجود اختبارات صحية للتأكد من خلو الأجهزة الحيوية من الأمراض.
- وجود اختبارات مهارية لتقييم المستوى المهاري.
- وجود اختبارات بدنية تجرى لمعرفة مستوى اللياقة البدنية.
- وجود اختبارات دورية عامة لتقييم أداء اللاعبين.

ومن أهم التوصيات التي أفرزها البحث ما يلي :

- الاهتمام بمعايير اتقاء الناشئين وفقا للنواحى العلمية .
- مراعاة الاهتمام بصحة الناشئين البدنة والطبية والمهارية .

الحركية الرياضية و نشر القيم الثقافية لدى الممارس في الوطن العربي

عيسى الهادي

جامعة الجلفة

مقدمة الدراسة:

تعد القيم والأسس والمعايير والمبادئ، والتي تشكل مجموعة التمثيلات الاجتماعية للفرد في المجتمع من الأهداف الرئيسية التي تسعى التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقها، بحكم أن لكل مجتمع إطار من التمثلات الاجتماعية يقوم على أساسه، ويساهم في تشكيل سلوكه، وتوجيه تفكيره، وعلى هذا الأساس أصبحت التربية البدنية والرياضية ظاهرة اجتماعية لها مكانة في جميع المؤسسات وخاصة التعليمية والتربوية، وهذا ما جعلها آلية حقيقية قادرة على خلق ديناميكية وحركية ضمن أفراد المجتمع، فوجودها ضمن المنظومة التربوية ليس من فعل الصدفة، بل هو ناتج عن تفكير علمي ومنطقي يسعى إلى تلبية متطلبات المؤسسات التربوية، من خلال الأهداف والمهام المسطرة والموجهة لتلبية رغبات واحتياجات الطالب.

فأن للتربية البدنية والرياضية غايات تسعى إلى تحقيقها في المرحلة الجامعية عند الطلبة، والمتمثلة في غرس روح المواطنة الفعالة التي تساهم في نمو الممارسات الثقافية والجمالية، والتي تكون مطابقة للقيم والسير الحسن للحياة، وعلى هذا الأساس «فهذه الشريحة من المجتمع، والتي تتمثل في مجموعة المتعلمين التابعين للمؤسسات التعليمية، فإنها بحاجة ماسة إلى نسق أو نظام للقيم يعمل بمثابة موجهات لسلوكها وطاقاتها، ودوافع نشاطها، وكذالك هي في حاجة إلى تنظيم اجتماعي تحتاج فيه أيضا إلى نسق للقيم يتضمن أهدافه ومثله العليا، والتي تكون قاعدة في تكوين حياة الطالب ونشاطاته وعلاقاته مع الآخرين»[5]، خاصة وأننا اليوم نواجه موجة من التغيرات التي تساهم بشكل مباشر في القضاء على ثقافة الفرد ومزجها ضمن ثقافة واحدة، ألا وهي الثقافة الأمريكية، ومن أبرز هذه التغيرات ظاهرة العولمة الثقافية التي تشكل تهديدا لثقافة الطالب بشكل خاص وثقافة المجتمع الجزائري بشكل عام، باعتباره جزء من المجتمع العربي والإسلامي.

«هذا لأن الثقافة تشكل جملة من العناصر المتحركة ذات المنحنى المتجدد من ذاته والمندفع اتجاه التوالد والإضافة. بما يسمح بتشكيل أساليب الحياة وطرق التفكير والتعامل، إلا أن هذه العوامل التي تساعد على الانتقال إلى الحضارة، والسير في ركبها يلغيان كثيرا من السمات الثقافية للفرد، والذي بطبيعة الحال نجده متأثرا بالعولمة الثقافية، ومنخرطا بذلك في السياق الحضاري الواحد».[6]

ففي الوقت الذي تنسج العولمة الثقافية شباكها، من أجل الإيقاع بالأفراد الذين يستهويهم البديل الذي تقدمه من خلال الخدمات المتنوعة والمتعددة، من خلال شبكات الإنترنت والفضائيات، والتي بدورها تساعد على توفير الجهد، واختصار الزمن، ففي خضم هذا الوقت كله، نجد أفراد المجتمع ينصرفون نحو المكاسب والماديات، وتحقيق الأفضل، مما يعني مساعدة آليات العولمة الثقافية، وتزيين شباكها بخيوط من ذهب، للمساهمة في تفعيل دورها أكثر فأكثر، وعلى عكس ذلك كله، ففي هذا الوقت يتوجب على الفرد الجزائري خاصة والعربي عامة، ممارسة حياة حقيقية تنبض بالصدق وتقوم على تمثلات اجتماعية قوية، تمثل مجموعة القيم الأصلية للمجتمع العربي، والتي جاء بها الدين الإسلامي، لأن هذه التمثلات تلعب دورا أساسيا في صياغة أشكال التفاعل بين البشر، والتمسك بالهوية الثقافية الأصلية.

ولذلك تعتبر المؤسسات التربوية التعليمية مسؤولة عن دعم القيم الإيجابية، وتوفير الخبرات اللازمة للطالب، بالإضافة إلى حمايته من التيارات الفكرية المعادية أو الهدّامة للهوية الثقافية، وهذا من خلال مادة التربية البدنية والرياضية.

---

[5]– محمد سعد زغلول ومكارم حلمي أبو هرجة. منهاج التربية الرياضية المدرسية الموجهة قيميا في مواجهة انعكاسات عصر العولمة. ط1. مركز الكتاب للنشر.القاهرة . 2005. ص7.

[6]– محمد مقدادي . العولمة رقاب كثيرة وسيف واحد. ط2 . دار الفارس للدراسات والنشر. الاردن . 2002. ص118.

إشكالية الدراسة:

إن التيار الفكري الجديد الذي شد إليه انتباه فئة من المثقفين العرب هو تيار العولمة بشتى أبعاده وهو تيار يختلف في نظرنا اختلافا جذريا عن جميع التيارات السياسية والفكرية الغربية التي أثرت في الفكر العربي الحديث فقد اكتسح بسرعة فائقة الحواضر والبوادي وفرض نفسه عبر ثقافة الصورة على جميع الفئات، وأما مكمن الخطر فهو أن الطابع الناهض للانتحار القومي والوعي القومي العربي الذي يميز ظاهرة العولمة ويستهدف طمس الهوية القومية العربية ويتقاطع مع الخصوصية الثقافية العربية فلا شك أن العولمة بقدر ما تعني الهيمنة الثقافية الأمريكية، عبر فرض النموذج الثقافي الكوني الأمريكي على الأمم والقوميات ومنها الأمة العربية، تعني اجتثاث الثقافة العربية وتغييبها وإحلال الثقافة الأمريكية محلها.

وبقدر ما في الثقافة من سمة التلاحق وتجاوز جميع الحدود المكانية والزمانية والدينية بقدر ما تعبر الثقافة عن هوية خاصة لأية أمة بل لأية مجتمع، بسمة ثقافية تميزه عن غيره[1] والمجتمع الجزائري يعتبر من المجتمعات التقليدية والنامية، والتي لها احتكاك مباشر بتأثيرات العولمة الثقافية .

وعلى هذا الأساس دعت الضرورة إلي دراسة القيم الثقافية، وكيفية التمسك بها في ظل القيم البديلة التي تفرضها العولمة الثقافية، وعليه فإن حديثنا عن القيم الثقافية في المجتمع الجزائري يقودنا إلي القول أن العولمة لم تدع مجالا إلا واخترقته ومن بينها المجال الثقافي.

رغم البعد الجغرافي الذي يفصلنا عنها، إلا أن العولمة الثقافية تسللت إلي مجتمعنا عبر أصغر المسام، وهذا بمساعدة وسائلها وأدواتها، ومن هنا دعت الضرورة إلي الحديث عن واقع القيم الثقافية في ظل تحديات العولمة الثقافية.

وبما أن التربية البدنية والرياضية بصفتها ظاهرة اجتماعية تسعى إلى اكتساب الفرد مختلف نواحي جوانب السلوك الاجتماعي المقبول، كالتعاون والأخلاق الحميدة، والروح الرياضية الجيدة، فمن خلال الرياضة والمشاركة تتضح التقاليد والعادات الصحيحة، وكل جوانب التطور الاجتماعي والحضاري والثقافي للمجتمع، بمعني أنها تساعد الفرد على معرفة القيم والمفاهيم السائدة في مجتمعه، وهذا ما تصبو إليه التنشئة الاجتماعية بحكم أنها عملية تلقين الفرد قيم ومفاهيم وثقافة مجتمعه الذي يعيش فيه[1] وعليه من هنا تتبين لنا العلاقة بين التربية البدنية والرياضة والثقافة.

---

[1] سن عبد الله العايد– اثر العولمة في الثقافة العربية –ط1– منشورات دار النهضة العربية – بيروت – 2004– ص 72–73 .

الرعاية الرياضية: بين الإستراتيجية التسويقية والصناعة الرياضية

كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير بجامعة البليدة 2 - الجزائر/حاج عيسى سيد أحمد
غليزان- الجزائر-المركز الجامعي "أحمد زبانة " / محمد بدراني

الملخص :

أخذت الرعاية الرياضية أهمية كبيرة في الاستراتيجيات التسويقية للمؤسسات خاصة الاقتصادية منها في عالم الأعمال، هذه الأهمية جاءت نتيجة للتطور الحاصل في عالم الاتصالات، بالإضافة إلى أن الرعاية الرياضية تعد آلية من آليات الاتصال التسويقي للمؤسسة مع بيئة الأعمال التي تنشط فيها، كما أنها تساهم في تحسين الصورة الذهنية سواء للعلامة التجارية أو للمؤسسة ككل، فقد أصبحت مجالا للإبداع و الابتكار في عالم التسويق نظرا لتعدد الوسائل والأنشطة الاتصالية المستخدمة في ممارستها.

والرعاية الرياضية أصبح لها تأثير كبير على الجمهور الذي تتعامل معه المؤسسة بمختلف فئاته، هذه السياسة الاتصالية تعتمد عليها اليوم أكبر المؤسسات العالميةفي الترويج لمنتجاتها، وهذا نتيجة للتأثير المباشر للرياضة في أفراد المجتمع، و الدليل على ذلك المبالغ المالية الكبيرة التي تستثمرها المؤسسات اليوم في مجال الرعاية الرياضية.

من خلال ما سبق أردنا في هذه الورقة البحثية أن نبرز الدور الذي تلعبه الرعاية الرياضية من جانبين : الأول هو الجانب التسويقي للمؤسسة و المتمثل في تحسين الصورة الذهنية للمؤسسة ككل وخاصة العلامة التجارية، وتدعيم عملية الاتصال التسويقية بين المؤسسة والجماهير التي تتعامل معها. والجانب الثاني هو تطوير الرياضة بحد ذاتها من خلال تمويل مختلف الأحداث الرياضية والفرق والمنتخبات، الذي بدوره سيساهم حتما في تطور المجتمعات و الرقي بها.

ومن أجل الإلمام بالموضوع سنقوم بتقسيمه إلى المحاور التالية :

1- مدخل مفاهيمي للرعاية الرياضية كنشاط اتصالي تسويقي.
2- الدور الذي تلعبه الرعاية الرياضية في تحسين صورة المؤسسة.
3- مساهمة الرعاية الرياضية في تطوير الرياضة و المجتمع ككل.

الكلمات الدالة :الاتصال، الصورة الذهنية للمؤسسة، الرعاية الرياضية.

تحليل ومقارنه الأداء التعليمي بين المطبقين والمدرسين لدرس التربية الرياضية في المرحلة المتوسطة

غيث عبد الله اللامي، عبد الله حسين اللامي، وائل عبدالله اللامي، عادلة كاظم لاوي

ملخص البحث

المقدمة :

يهدف التعليم إلى تنظيم وقيادة الخبرات التعليمية وإجراء تغير لتطوير كيان الحياة وأداء وسلوك المتعلم فالتعليم يتضمن نشاطاً من جانب المعلم الذي يستشير عملية التعليم عن طريق توجيه خبرات المتعلمين من التلاميذ والطلاب الخاضعين لقيادته كما إن التعليم ينطوي على اختبار وتنظيم وتقويم أداء المتعلم الذي يقوم به المتعلم أو المربي على شكل واجبات وتوضيحات وإرشادات يطلقوها على شكل تعليمات شفوية معبرة بالكلمات أو الحركات .

مشكلة البحث: تكمن مشكلة البحث في افتقار أو ضعف استخدام وسائل وانظمة لتقييم اداء المطبقين أو المدرسين أثناء قيامهم بتدريس درس التربية الرياضية .

هدف البحث: التعرف على نوع اداء المطبقين والمدرسين الذي يطلق إثناء درس التربية الرياضية.

فرض البحث: يفترض الباحثون هناك فروق ذات دلاله إحصائية في مؤشرات الأداء التعليمي بين المطبقين والمدرسين طبقاً للمراحل الدراسية التي يدرسونها ولصالح المدرسين .

الإجراءات: أستخدم الباحثون المنهج الوصفي كان العينة معلمي ومدرسي مدارس مركز الديوانية أستخدم الباحث نظام المراقبة (TPAS) لتسجيل الأداء التعليمي الذي تطلقه عينة البحث أثناء قيامهم بتدريس مادة التربية الرياضية .

الاستنتاجات

أبرز الاستنتاجات

* أن مؤشرات الأداء التعليمي حالة ملازمه لجميع المطبقين والمدرسين ألا أنها تتباين من مؤشر إلى أخر.

برامج مقترحة لتنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية

فاطمة عوض صابر، هبة عبد العظيم إمبابي

مقدمة ومشكلة الدراسة:

يلعب التعليم بجميع مراحله بصفة عامة والتعليم الجامعي بصفة خاصة دوراً هاماً في تنميه المجتمع, حيث يعتمد بناء المجتمع على توفير القوى البشرية المؤهلة القادرة على الإنتاج وتحقيق التنمية الشاملة, ومن ثم تحرص الدولة على وضع التعليم في طليعة أولياتها باعتباره ركيزة التقدم ومواجهة تحديات العصر بمختلف صورها أو النظر إلى التعليم على أنه صمام الأمن القومي للمجتمع.

وإن جودة أي كلية جامعية إنما تقاس بهيئة تدريسها، وأن نوع التعليم الذي تقدمه الكلية إلى طلابها يعتمد إلى حد كبير على صفات وكفايات وأصالة هيئة التدريس بها, فهذا القول إنما يشير بأصابع الاهتمام إلى كفاءة عضو هيئة التدريس, وكفاءة عضو هيئة التدريس لا تقاس فقط بما لديه من علم في تخصصه, وبما يمتلك من حقائق هذا العلم ومفاهيمه ونظرياته, ولكنها تقاس في نفس الوقت بكفاءة تدريسه من حيث المداخل والاستراتيجيات والطرق والفنيات, لذلك نقول أن عنصر المنهج المسمى (بالتدريس) هو ذاته (المعلم), أي هو عضو هيئة التدريس وعضو الهيئة المعاونة. (145:19)

كل هذا يعنى أن الأصل في التعليم الجامعي هو الأستاذ فهو مصدر العلم والثقافة, ومركز التوجيه والإشعاع والقدوة والنموذج لطلابه, ولذا فهو مفتاح التجويد والتجديد, ومنطلق رفع الأداء, واهم ضمان لنجاح هذا النوع من التعليم في أداء رسالته العلمية التي هي في النهاية المشاركة في تنمية المجتمع بل قيادة هذه التنمية, فمسئوليه إعداد الكوادر المنتجة ورفع مستواها تقع على عائق أساتذة الجامعات, وهذا يستلزم – خاصة في عصر يتسم بالمعلوماتية معرفة وتقنيه - أستاذا كفؤا علميا متمكنا بحثيا, خبيرا مهنيا, قدوة ومثالا خلقيا. ولذا فانه إذا أعطى للمسئولين عن تطوير التعليم الجامعي في عالم اليوم مع عالم المستقبل مجالا واحدا فقط كي يعطونه كل اهتمامهم, فأنهم سيختارون تنميه الأستاذ الجامعي مهنيا.

وأن أعضاء هيئة التدريس وأعضاء الهيئة المعاونة هم أهم العناصر المستقبلية في مدخلات التعليم الجامعي وسوف يقع عليهم العبء الأكبر في تطوير الجامعة باعتبارها أهم المؤسسات المجتمعية التي تركز عليها محاولات التطوير في مجتمعنا المصري في الآونة الأخيرة, بدليل أن معظم برامج التطوير التي يهتم بها البنك الدولي, والاتحاد الأوروبي, والمؤسسات الجامعية الأمريكية, تركز جميع مشروعاتها على تطوير التعليم العالي والجامعي, بل أن التركيز الأخطر والاهم في السنوات الأخيرة كان من نصيب تطوير كليات التربية تحت مسمى "مشروع تطوير كليات التربية والتي تندرج تحتها كليات التربية الرياضية".

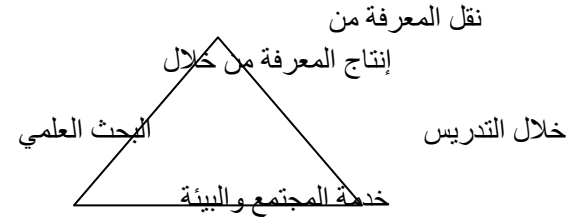
ولهذا فإننا في حاجة للعديد من المتطلبات والإمكانات التي تساعد على إحداث التنمية المهنية لعضو هيئة التدريس والهيئة المعاونة بالجامعة والكلية، وإذا ما توافرت بعض الإمكانات فسوف ينعكس ذلك على جميع مدخلات العملية التعليمية في الجامعة، وتتأثر بذلك جميع عناصر المنظومة التعليمية.

وتبدأ الجامعة بالتنمية المهنية لعضو هيئة التدريس منذ شغله وظيفة معيد، وتستمر إلى ما بعد ذلك، وتركز على التنمية المهنية بعد حصوله على درجة الدكتوراه اللازمة لتعيينه بها، وقد تقوم هيئات متخصصة داخل إطار الجامعة بذلك مثل مراكز تنمية أعضاء هيئة التدريس كما هو الحال في بعد الدول مثل الولايات المتحدة الأمريكية.

وفي إنجلترا تقوم الجامعات بتنفيذ برامج تنموية مهنية لأعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة، حيث تشمل هذه البرامج "التدريب على الإشراف، التدريب على الإدارة، مشاريع البحوث والاستشارات، التدريب على المحاضرات، وبحوث المؤتمرات، وتدريس المجموعات الصغيرة، وحل المشكلات، والتدريس المعملي، والاستعانة بالحاسب الآلي، وطرق مساعدة الطلاب على التعليم وتصميم المقررات، والإرشاد ومساعدة الطلاب الوافدين، وعقد المقابلات الشخصية، ورئاسة الأقسام، وعمل اللجان وطرق التدريب والتقويم الذاتي، والإطلاع الحر" (25:18).

وفي جمهورية مصر العربية تقوم الجامعات بدور كبير في تنمية أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة مهنياً، ولقد تم في كل من جامعة الإسكندرية وجامعة المنصورة إنشاء مركزين متخصصين في تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة، ومن المفيد هنا الإشارة إلى أن محتوى البرامج المصرية قاصرة على تطوير التدريس الجامعي مثل: معايير الجودة في العملية التدريسية، ومهارات التدريس الفعال، ومهارات العرض الفعال، نظام الساعات المعتمدة، أخلاقيات وآداب المهنة، إدارة الوقت وضغوط العمل، الإدارة الفعالة للاجتماعات، استخدام التكنولوجيا في التدريس، نظم الامتحانات وتقويم الطلاب، مهارات الاتصال في أنماط التعلم المختلفة، أخلاقيات البحث العلمي.

وجدير بالذكر أن التنمية المهنية ترتكز على نمو وتنمية عضو هيئة التدريس أو عضو الهيئة المعاونة في مختلف أدواره المهنية, ولهذا فانه يجب أن توجه مراكز التنمية الجامعية الأكاديمية جل اهتمامها بجوانب أساسية وهى ما يطلق عليها التاج المثلث للأكاديمية وهو يحتوى على الشكل التالي : (16:8)



فهل مراكز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس وأعضاء الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس تهتم بتنمية هذه الجوانب الثلاثة, أم أن جل اهتمامها ينصب على الجانب التدريسي فقط؟

وتأسيسا على ما سبق فلقد عرفت فاطمة عوض (2008) تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس وأعضاء الهيئة المعاونة بأنها:

مجموعة من البرامج والأساليب التي تقوم بها الجامعة لإكساب عضو هيئة التدريس والهيئة المعاونة مزيدا من المعارف والمهارات والتقنيات المتصلة بممارسة أدواره المهنية "التدريس - البحث العلمي- خدمة المجتمع" لرفع أدائه بما يمكنه من أداء دوره بصورة جيده. (400:15)

أي أن تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس وأعضاء الهيئة المعاونة, لابد أن تشتمل على أنشطه معدة ومستمرة, تنفذ وتطبق في برامج منظمة ومخططة تخطيطا تمكنهم من التقدم في مهنتهم، وتؤهلهم تقنيا, ومهنيا, وإكسابهم المزيد من المعلومات والخبرات والمهارات والاتجاهات التي ترفع كفاءاتهم التعليمية وقدراتهم الأدائية.

وبالإضافة إلى ما عرضناه فلقد أكد محمود الناقة (1999) بأنه يستوجب الاهتمام بالتنمية المهنية لعضو هيئة التدريس, وعضو الهيئة المعاونة للعديد من الأمور التي تبرر هذا الاهتمام منها ما يلي : (22: 2، 3)

- أن الجهود والمبادرات المبذولة الآن للنمو المهني في الجامعات لم تعد تفى بالمطلوب في عصر أتصف بسرعة التغيرات والتطورات في مختلف جوانب الحياة, كما أتصف بالتفجر والتسارع المعرفي والثورة التكنولوجية وتطور وسائل الاتصال وتكنولوجيا المعلومات والتعامل معها, هذا بالإضافة إلى ما أضافته البحوث من اكتشافات في مجالات العلم والتعلم, والتعليم والتدريس وتكنولوجيا البحث.
- إن تلك التغيرات والتطورات قد خلقت للناس حاجات ومتطلبات جديدة, وبات منتظرا من الجامعات أن تعدل وتطور وتغير من مضامين رسالتها وأهدافها بما يفرض عليها بعض تلك الحاجات والمتطلبات, كما صار منتظرا منها أن تغير من سياساتها وطرقها وأساليبها التعليمية والبحثية للتعامل مع الأمور المستجدة والاستجابة لذلك بتفهم ودراية وتبصر.
- استقبال الجامعة لطالب لم يستوف بعد الشروط والمواصفات القياسية لطالب الجامعة وللدراسة الجامعية - وبالمثل الدراسات العليا - مما يترتب عليه ضعف مستوى خريج الجامعة, ومن كوادر الدراسات العليا, ومن ثم مرة ثانية تضيق فرصة اختيار هؤلاء الذين سيشكلون فيما بعد أعضاء هيئة التدريس بالجامعة.

- أن مجابهة مشكلة الأعداد الكبيرة يحتاج إلى إعداد عضو هيئة التدريس وتنميته مهنيا بشكل آخر وبكيفية جديدة علميا وتربويا.
- أن هذا الإعداد وتلك التنمية لعضو هيئة التدريس وعضو الهيئة المعاونة أصبحا أمرا حتميا بعد أن تأكد من خلال الدراسات والبحوث عجز نظام الدراسات العليا الحالي عن الوفاء بهذا الإعداد, واقتصاره على الأنشطة البحثية والتخصص الدقيق الضيق دون الأخذ في الاعتبار الإعداد التدريسي المهني, والإعداد لخدمة المجتمع والبيئة وأيضا عجز دورات المدرسين المساعدين والمدرسين عن وضع برامج ناجحة للتنمية المهنية لأساتذة الجامعة.

واستنادا على ما سبق يجب أن تكون برامج التنمية المهنية مستندة على حاجات أعضاء هيئه التدريس والهيئة المعاونة التدريبية, وهذا لا يحدث حيث لم يستطلع مركز تنميه قدرات أعضاء هيئه التدريس والهيئة المعاونة آراء الأعضاء في أهم البرامج التدريبية التي يحتاجونها لتنميتهم مهنيا.

وتشكل عمليه تحديد الاحتياجات التدريبية أولى خطوات تنظيم برامج التدريب أثناء الخدمة في أي مجال من المجالات, حيث يتعذر تحقيق أهداف الخطط التدريبية بكفاءة عالية دون التعرف على الاحتياجات التدريبية اللازمة لتنمية قدرات أعضاء هيئه التدريس والهيئة المعاونة, بل أن أي برنامج تدريبي يقيس مدى مراعاته للاحتياجات التدريبية.

وأن الاحتياجات التدريبية هي الفرق بين الأداء المتوقع والواقع الفعلي الموجود, أي أن الاحتياج هو حاصل طرح ما يعرفه عضو هيئه التدريس والهيئة المعاونة حاليا, وما يتطلبه الأداء الوظيفي.

كما انه باستطلاع رأى بعض أعضاء هيئه التدريس والهيئة المعاونة عن جدوى الدورات التدريبية التي حصلوا عليها في مركز تنميه قدرات أعضاء هيئه التدريس, وجد أنهم وغيرهم من الكليات الأخرى حصلوا على (6) دورات والدورة الواحدة من (3) إلى (4) أيام, بدون محتوى علمي / نظري في أيدي الدارسين, وهناك بعض المحاضرين في غير تخصصاتهم, هذا بالإضافة إلى أن غالبية من حضروا الدورات التدريبية كانت استفادتهم غير فاعله, لأنهم لم يختبروا في محتوى هذه الدورات, ولكن أعطيت لهم شهادات حضور الدورات بدون اجتيازهم أي دورة باختبار تحريري تحصيلي أو حتى اختبار شفهي يشير إلى كم المادة العلمية التي استفادوا منها.

ولهذا قامت الباحثتان بالدراسة الحالية للتعرف على حاجات بعض أعضاء هيئه التدريس والهيئة المعاونة بالكليتين – كلية التربية الرياضية للبنين – جامعة الإسكندرية, وكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة – والتي قد تساعد عند الاستعانة بها في اختيار أهم البرامج التنموية التي يحتاجها أعضاء هيئة التدريس وأعضاء الهيئة المعاونة.

البيضاء الالياف العضلية تأثير تدريبات الإطالة على تركيز الميوسين السريع كدلالة مبكره لتمزق والمستوى الرقمي لسباق 100م عدو

فاطمه سيد عبد العليم محمد عجلان
قسم تدريب مسابقات الميدان والمضمار كلية التربية الرياضية للبنات –القاهرة جامعة حلوان
Fatmasayed1987@yahoo.com

تعد الزيادة المستمرة في الأحمال التدريبية الملقاة على كاهل اللاعب والتي وصلت إلى درجة جعلته على حافة الخطر، دافعاً للباحثين والعلماء للبحث عن أفضل الطرق والوسائل التي تساعد اللاعب على مواجهة تلك الزيادة المستمرة والملازمة لبرامج التدريب الحديثة، وأيضاً وقاية الرياضيين من الإصابات بصفة عامة وإصابة التمزق العضلي بصفة خاصة في مسابقات الميدان والمضمار، وذلك من خلال تخطيط برامج التدريب الرياضي التي تعتمد بصفة عامة على الموازنة بين الحمل والراحة.

وحيث أن العضلات هي الجزء الفاعل من الجهاز الحركي وهي تعمل وفق التعليمات التي تصلها عبر الأعصاب وتشكل العضلات حوالي 40-50% من وزن الجسم، وتتكون من مجموعات من الألياف العضلية التي تكون الحزم العضلية وهذه المجموعات تحتوي على أنواع من الألياف العضلية والليفة العضلية الواحدة تتكون من العديد من اللويفات Myofibrils بالإضافة إلى الأنوية وعضيات الخلية.

وإستخلاصاً ترى الباحثة أن الميوسين السريع يساعد على الاكتشاف المبكر لتمزق الالياف العضلية البيضاء قبل ظهور أى أعراض وقبل الأحساس بالألم وبذلك يمكن تفادى الإصابة التى قد تحدث مع الاستمرار فى التدريب كما يمكن من خلاله تحديد مستوى ودرجة التمزق العضلى ،وتعتبر تدريبات الإطالة ذات أهمية كبرى في اتقان الناحيه الفنيه للانشطه الرياضه المختلفه ، وفي إطار استخدام اساليب تدريب جديده أتضحت لها فكره هذا البحث فى معرفة تأثير تدريبات الإطالة على تركيز الميوسين السريع كدلالة مبكرة لتمزق الالياف العضلية البيضاء والمستوى الرقمى لسباق 100م عدو،وذلك من خلال وضع تدريبات للإطاله حيث تعتبر الإطاله من اهم الصفات البدنيه المؤثره علي كفاءة الأداء الرياضي ، ويؤدي عدم كفاية الإطاله للعضلات ومرونه المفاصل إلي إعاقه مدي الحركه ، وبالتالي تنخفض كفاءة الأداء الفني للعدو و تقلل القدره علي إستخدام إمكانات العداء من ناحية القوه ، السرعه والتوافق وهذا يؤدي إلي إنخفاض في زيادة الجهد كما يكون سبب لإصابه المفاصل والاربطه ، وتم إستخدام البرنامج التجريبي لمجموعه تجريبيه واحده ، مع اتباع (القياس القبلي البعدي) وتم اختيارعينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات الفرقة الاولي بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة للعام الجامعي (2013-2014م) ، وعددهن (155) طالبة ،وإشتملت عينة البحث على عدد (20) طالبة وهن يمثلن (12,9%) من مجتمع البحث ، طبق عليهن البرنامج التدريبى المقترح خلال (9) أسابيع بواقع (4) وحدات تدريبية اسبوعياً ،زمن الوحدة التدريبية (90ق) ،أظهر محتوى البرنامج التدريبى المقترح لتدريبات الإطالة تأثير إيجابى على خفض مستوى تركيز الميوسين السريع فى مصل الدم ، مما أدى إلى تحسين المستوى الرقمى لسباق 100م عدو قيد البحث ، وأوصت الباحثه باستخدام البرنامج التدريبى المقترح لتدريبات الإطالة لأنه يساعد على خفض نسبة تركيز الميوسين فى مصل الدم ووقايتهن من الإصابة بتمزق الالياف العضلية البيضاء ، لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة – جامعة حلوان .

مهارة الضرب الساحق للطلاب بالكرة تأثير تمرينات نوعية باستخدام الأسلوب المكثف في تطوير الطائرة

فراس كسوب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الكوفة

الملخص:

نتيجة للتقدم الحاصل في مختلف العلوم الرياضية ومنها علم الحركة ومن اجل النهوض بالواقع التعليمي مما حدى بالباحث الى ايجاد حلا لمشكلته والمتضمنة وجود ضعف في تطوير الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق للطلاب بالكرة الطائرة من خلال تمرينات نوعية باستخدام الاسلوب المكثف كما هدف البحث التعرف على تأثير التمرينات النوعية باستخدام الاسلوب المكثف في تطوير مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعةالكوفة ,اذ تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الكوفة والبالغ عددهم (66) طالب اماعينة البحث فبلغت(40)طالبا تم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبواقع(20) طالب لكل مجموعة بالطريقة العشوائية البسيطة , وبهذا تكون نسبةالعينةهي(60,606%)وتم استخدام المنهج التجريبي لملائمة طبيعة المشكلة, ثم تم اجراء التجانس والتكافؤ والاختبارات القبلية وبعدها تم تطبيق البرنامج على العينة التجريبية والذي يتضمن مجموعة من التمرينات النوعية باستخدام الاسلوب المكثف في القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية فقط،حيث بلغ مجموع الوحدات التطويرية 12وحدة تطويرية ولمدة (6) اسابيع وبواقع وحدتان في الأسبوع ,امّاالمجموعة الضابطة فقداستمرت في تنفيذ المنهج الخاص بها وبعد الحصول على البيانات ومعالجتها احصائيا تم التوصل الى اهم الاستنتاجات والتوصيات التالية.

الاستنتاجات:-

1- للتمرينات النوعية باستخدام الاسلوب المكثف تأثير ايجابي في تطوير الأداءالفني لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب.

التوصيات:-

1- ضرورة استخدام التمرينات النوعية باستخدام الاسلوب المكثف في تعلم وتطوير باقي مهارات الكرة الطائرة من اجل التعرف على مدى تأثيرها في تعلم تلك المهارات.

الكلمات المفتاحية : التمرينات النوعية باستخدام الاسلوب المكثف.

علاقة الاتصال بتحسين نتائج الفريق الرياضي- أكابر كرة السلة نموذجا-

فندوشي حمزة

المدرسة العليا لعلوم الرياضية وتكنولوجياتها، دالي ابراهيم، الجزائر.

fendouchi_infos@yahoo.fr

مقدمة:

لقد أصبحت عملية الاتصال مسألة يتم تداولها كث يرا في الدراسات النظرية والممارسات العملية ، بحيث يتم وأظهرت العديد من الأبحاث أن عملية الاتصال واليوم يعد موضوع **الاتصال داخل الفريق الرياضي** من المواضيع الهامه في مجال التربية البدنية والرياضية بصورة عامة وفي الالعاب الجماعية بصورة خاصة ومنها لعبة كرة القدم حيث يؤدي الاتصال سواء كانت لفظي او حركي /ايجابي او سلبي ويعمل على التقارب او التفاعل في نقل المعلومات بين اللاعبين اثناء اللعب للوصول الى اهداف معينة وبالتالي الحصول على افضل النتائج.

أهداف الدراسة:

-التعرف على مدى توافر مهارات الاتصال من خلال (الطريقة – التفاعل – المواظبة – المكان – الزمان) لدى المدرب.

-التعرف على معنوية الفروق في مستوى مهارات الاتصال للمدرب على وفق متغيرات

(المستوى – النتائج – المواصلة).

-معرفة الفرق في النتائج من خلال اختلاف طرق الاتصال.

-تعريف المدرب واللاعبين بضرورة الاتصال لتقديم النتائج الأفضل للفريق.

-اكتشاف العيوب في عملية الاتصال لتجنبها وتحسين مهارات الاتصال وتنميتها.

مشكلة الدراسة :صيغت على شكل مجموعة من الأسئلة تمثلت في:

-هل العلاقة بين المدرب واللاعب لها أهمية في تحسين النتائج داخل الفريق الرياضي (كرة السلة - اكابر) ؟

-هل لشخصية المدرب دور على نتائج الفريق الرياضي من خلال الدور الذي يلعبه في العملية الاتصالية ؟.

-هل الاتصال الجمعي داخل الفريق الرياضي (مدرب– لاعب) أهمية في رفع نتائج الفريق الرياضي (كرة السلة – أكابر)؟

.

فرضيات الدراسة:

-للعلاقة بين المدرب واللاعب أهمية في تحسين نتائج الفريق الرياضي) كرة السلة - أكابر.(

-لشخصية المدرب دور على نتائج الفريق الرياضي من خلال الدور الذي يلعبه في العملية الاتصالية.

-للاتصال الجمعي داخل الفريق الرياضي (مدرب – لاعب) أهمية في رفع نتائج الفريق الرياضي) كرة السلة- أكابر).

إجراءات الدراسة :العينة :وتم اختيار العينة بشكل مقصود وتمثلت في 20 لاعبا.

المجال الزماني والمكاني: أجريت الدراسة الميدانية على مستوى فريق من القسم الوطني الثاني" ب "لكرة السلة وهو : (أولمبي المدية) في الفترة الممتدة من 01 إلى 25 ماي 2012

المنهج : اعتمدنا على المنهج الوصفي وذلك لملائمة طبيعة البحث المراد عمله أو القيام به.

النتائج المتوصل إليها:

-الاتصال السليم بين المدرب واللاعب مهم وفعال للرفع من نتائج الفريق الرياضي، وهذا ما أكدته نتائج الدراسة على الفريق المتعاون معنا.

-العلاقة الجيدة بين المدرب واللاعب أساسية لتحقيق الاتصال السليم وبالتالي تحسين نتائج الفريق.

-المزاوجة بين طريقتي الاتصال الجمعي والشخصي بشكل حكيم هو الكفيل بتوصيل الافكار ونجاح عملية الاتصال بين المدرب واللاعب.

-شخصية المدرب لها تأثير كبير على العملية الاتصالية.

اقتراحات:

-ضرورة الاهتمام بالاتصال من طرف مدربي ولاعبي فريق كرة اليد لما له أهمية بالغة في التأثير على نتائج الفريق الرياضي.

-حث المدرب واللاعب على ضمان العلاقة الحسنة بينهما ومراعاة أساليب التعامل.

-حث المدرب على الاهتمام بشخصيته لدورها الكبير في نجاح الاتصال.
-الدعوة إلى الإستعمال الجيد والمزاوجة بين طريقتي الاتصال الجمعي والفردي والتحكم بمهارات الاتصال.
-إقامة دورات وتربصات ودراسات لبحث وتطوير العملية الاتصالية لدى المدرب وأفراد الفريق

خاتمة :نخلص في الأخير أن الدور الفعال للاتصال يظهر سلبا أو إيجابا عند النظر إلى النتائج المحققة ونستطيع القول بأن العملية الاتصالية حجر أساس بناء الفريق باعتبار أن الهيكل الأساسي للفريق هو العلاقة بين المدرب واللاعب وإن المدرب الكفء الماهر في الاتصال بأنواعه الواعي بعواقبه هو القادر على ترك بصمته الجيدة لما تفرضه شخصيته من التحكم في الأمور وتحفيز اللاعبين لتقديم أفضل النتائج.

أهم الألعاب الرياضية في العالم القديم

قيس حاتم هاني الجنابي

كلية التربية الأساسية/ جامعة بابل

qir_ir@yahoo.com

الملخص

يعد إنسان العالم القديم رياضي من الطراز الأول، وهذا الوصف جاء كنتيجة حتمية لطبيعة حياة إنسان العالم القديم، إذ أنه كان في صراع مستمر مع البيئة ومع المحيطة، الأمر الذي حتم عليه حركة مستمرة واستخدام أمثل لإمكانات الجسم كافة، فهو يصارع الحيوان والإنسان من أجل البقاء، كما أنه يسعى لضمان قوته وقوت عائلته من خلال عمليات الصيد وجمع والتقاط الطعام ثم زراعته فيما بعد، كل هذه الحركة السريعة والأنشطة تنتج جسم رياضي يتناسق مع متطلبات عيشه وبقاءه، وهكذا وبكل تأكيد تعلم بعض التمارين الرياضية التي تبقيه في نشاط مستمر وتنمي عضلاته، وقد استساغ بعض الحركات وبعض الأنشطة ووجد فيها متعة وبدأ يمارسها لا لأجل تنمية عضلاته أو بقاءه نشطاً وإنما من أجل الاستمتاع بممارستها، وتحولت بعض أساسيات التدريب العسكري للمحارب القديم إلى أنشطة رياضية للتسابق فيما بينهم من أجل كسب ود الفتيات أو لإثبات الجدارة والأفضلية أو كنوع من أنواع الترفيه، وهكذا أصبحت مسابقات دورية يؤديها الكل أو البعض بحسب نوع النشاط (الرياضي).

والرسومات والمنحوتات التي تركها لنا إنسان العالم القديم في حضارات سومر وأكد وبابل وآشور ووادي النيل والاغريق والرومان والصين والهند والعرب والازتيك لنلاحظ مسابقات صراع الإنسان مع الإنسان أو صراعه مع الحيوانات أو البيئة المحيطة في مشاهد تشير إلى أنواع من السباقات الرياضية بدليل وجود متفرجين وأحياناً تتم في حلبات خاصة بكل لعبة من هذه الألعاب وبأزياء خاصة بالألعاب الرياضية، ومع أن هذه الألعاب تباينت ببعض أنواعها في حضارة من حضارات العالم القديم، إلا أنها تكاد تشترك في بعض الألعاب كـ(العدو والمصارعة والملاكمة والمبارزة ورمي الرمح والسباحة والفروسية ورماية النبال والتجديف وقيادة العربات المسحوبة من الجياد ...)، وتطور الأمر لتنظم في دورات رياضية كالألعاب الأولمبية في اليونان التي كانت تقام كل اربع سنوات.

تأثير أساليب التعلم (الأسلوب الأمري- الأسلوب الحر) على عملية انتقال أثر التعلم الحركي لدى الفئة العمرية 13-15 سنة

كرارمة أحمد، مهيدي محمد

معهد التربية البدنية – جامعة العلوم و التكنولوجيا -محمد بوضياف- وهران

ملخص الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على ظاهرة انتقال أثر التعلم الحركي من المهارات الحركية المكتسبة إلى المهارات الحركية الجديدة، إضافة إلى أسلوب التعلم الذي يسمح بتفعيل نقل التعلم. وظفنا في هذا الإطار كل من الأسلوب الأمري و الأسلوب الحر، حيث اتبعنا المنهج التجريبي من خلال مجموعين تجريبيتين حسب الجنس كل مجموعة يطبق عليها أسلوب تعلم (الأسلوب الأمري و الأسلوب الحر)، في حين أن العينة الضابطة تعمل بأسلوب الأستاذ. وقد شملت الدراسة الجنسين الذكور و الإناث حيث قدرت العينة الإجمالية بـ 60 تلميذا و تلميذة تتراوح أعمارهم بين 13 و 15 سنة موزعين في ستة أفواج . وقد أكدت الدراسة وجود إنتقال لأثر التعلم من المهارات الحركية المكتسبة إلى المهارات الحركية الجديدة المشابهة و أن الأسلوب الحر أكثر فاعلية من الأسلوب الأمري في إنتقال أثر التعلم.

الكلمات المفتاحية: أساليب التعلم- الأسلوب الأمري- الأسلوب الحر- إنتقال أثر التعلم.

Abstract:

This study aims to identify the impact of the phenomenon of motor learning transmission from motor gained skills to new motor skills, in addition to the learning style which allows to activate the transfer of learning. We have employed in this context both the prescriptive style and the free style, where we follow the experimental method through two experimental groups by sex, and we applied on each group one style (prescriptive style and free style) while the control sample operates according to the Professor manner. The study included both male and female gender, where the total sample, was estimated at 60 pupils, between the ages of 13 to 15 years divided in six groups. The study confirmed the transfer of learning impact from motor gained skills to new similar motor skills and that the free style is more effective than the prescriptive style in the transmission of the learning impact.

Key words: Learning styles- Prince style- Freestyle- Transfer the impact of learning

تأثير استخدام تمرينات البلايومترك في تطوير بيوميكانيكية الأداء مهارة الإسقاط بالريشة الطائرة للشباب

محمد حسين حميدي - جامعة ميسان /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

mm70hh@gmail.com

كريمه حسين عليوي /كلية التربوية المفتوحة

سارة خالد راضي

لقد تضمن البحث على المقدمة وتطرق الباحث فيها الى ان التداخل بين العلوم الرياضية الممكنة من الأمور المؤثرة التي تصب في رفع مستويات الاداء ومنها علم البايوميكانيك الذي أسهم في التقدم العلمي للادا الحركي للإنسان بشكل عام والرياضي بشكل خاص وان المحتوى الرئيس لهذا العلم في مجال التربية الرياضية يتمثل في دراسة أسباب حدوث الحركة ، أي يهتم بالقوى الداخلية والخارجية المسببة لها ويقدم انسب الحلول باستخدامه التحليل الحركي الذي يشكل الفروض والمقدمات الاولية ذات العلاقة العلمية لترشيد التعلم لمختلف الفعاليات الرياضية ومنها الريشة الطائرة . وقد تطرق الباحثون في الباب الثالث الى إجراءات البحث وكانت على النحوا التالي. استخدمت الباحثون المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئة لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها وقد تم تحديد مجتمع البحث من (8) لاعبين وهم لاعبي منتخب محافظة ميسان بالريشة الطائرة لفئة الشباب ,وبعد دلك تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (6) لاعبين وقد شكلت نسبه (75%) اذ تم استبعاد لاعبين لإجرائهما التجربة الاستطلاعية. وتم تقسيم العينة الى مجموعتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية وبشكل عشوائي وقد ضمت كل مجموعة (3)لاعب اما الباب الرابع فقد تم عرض ومناقشة النتائج التي توصل لها الباحثون خلال عملية البحث واحتواء الباب الخامس على الاستنتاجات والتوصيات وقد استنتج الباحثون مجموعة من الاستنتاجات منها

-أن تمارين البلايومترك التي تتشابه في مسارها الحركي مع المسار الحركي للمهارة تعمل على تطوير الأداء الفني لتلك المهارة

-ظهور تأثير إيجابي في تطور القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين باستخدام تمارين البلايومترك للمجموعة التجريبية ولكافة الاختبارات. وكانت التوصيات

- يجب على المدربين الإلمام بأسس وقواعد البيوميكإنيك والتحليل الحركي بالإضافة الى العلوم الأخرى لكي يتسنى لهم التدريب الصحيح وفق الأسس العلمية والمعلومات الصحيحة.

The impact of the use of exercises in the development of Byumkanikih Albulaaometruc performance skill paintbrush projection plane for youth

Mohammad Hossein Hamidi Maysan University / Faculty of Physical Education and Sports Science, Karima Hussein Silverline Mustansiriya University / College Open wild, Sarah Khaled Radi

Find the Introduction We have included touched researcher where that overlap between the possible mathematical sciences of things affecting flowing in raising performance levels including Albayumkanak science, which contributed to the scientific progress of the Lada motor for humans in general and sports in particular and the main content of this science in the field of physical education is in the study of the causes of the movement occurs, any interested internal and external forces that cause it provides the most appropriate solutions using kinetic analysis, which constitutes the initial hypotheses and introductions of scientific learning to rationalize the relationship of the various sporting events including badminton.

Researchers have touched the door in the third to research procedures were the following Alnhawwa. The researchers used the experimental method and design of the two groups equal to the suitability of the nature of the problem to be resolved have been identified research community (8) players who are players elected Maysan province paintbrush plane to the category of young people, and then knead was selected sample Find the way intentional totaling (6) players have accounted for (75%) as was the exclusion of players to Ajraihma exploratory experiment. Sample was divided into two groups a control group and the experimental group and randomly brought together each group (3) player Part IV has been present and discuss the findings of its researchers during the search process and the containment of Title V on the conclusions and recommendations of researchers have concluded a set of conclusions, including Shall Albulaaometruc exercises that are similar in track motor with motor skill course of working on the technical functioning of that skill development

-zaor A positive influence in the development of distinctive force as soon as the arms and legs using Albulaaometruc experimental group exercises and all of the tests. The recommendations

- It must be trained on the foundations of knowledge of the rules and Albyumkanak and kinetic analysis in addition to other sciences in order for them proper training in accordance with the scientific basis and the correct information

تأثير النشاط الرياضي على الاطفال (دراسة ميدانية في المجمع الرياضي لسوناطراك الجزائر)

كواش دليلة

قسم علم الاجتماع تخصص ديمغرافيا جامعة الجزائر 2

ملخص المداخلة : لقد اهتمت الدول المتطورة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا نظرا للاثار الايجابية التي تساعد على إعداد شخصية الفرد ، من الناحية المؤشرات العملية أو البدنية ، أو النفسية ، أو الاجتماعية ، حتى أنها أصبحت من المؤشرات التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع ، على عكس ما يعتقده الكثير من الناس ، و تلعب الاسس الاجتماعية للتربية البدنية و الرياضة دورا مهما في تحسين أسلوب حياة الانسان ، حيث تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة ، فتغرس في الفرد روح الرياضة و تبعده عن ممارسة العنف و الضرب بأشكاله ، فالرياضي يبذل جهد ليهزم منافسه لكن بطريقة اجتماعية مقبولة ، و تكمن أهداف النشاط الرياضي في تنمية القوة الجسمية و صفات المرونة و الرشاقة و سرعة التلبية و الشجاعة ، العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ من خلال ممارسة كافة البرامج و الانشطة الخاصة بالتدريب الرياضي .

الرياضة عند النساء الحوامل

كواش زهرة

قسم علم الاجتماع و ديمغرافيا جامعة الجزائر 2

dr_kouache@yahoo.fr

الملخص

إن الدخول في مرحلة الحمل لا يعني الحكم على المرأة بالخمول و الكسل خوفا من فقد الحمل و لا يعني أنها لا تستطيع القيام بنشاط رياضي يتناسب مع وضعها .بل يجب أن يكون الأمر وسط بين الطرفين. و قد أثبتت الدراسات الحديثة أن للممارسة الرياضية أثناء فترة الحمل فوائد للمرأة الحامل و للنمو السليم للجنين ، كما ينصح الأطباء اليوم الحوامل القيام بالنشاط الرياضي لما له من فوائد جمة أثناء الحمل. لذلك يستحسن على المراة أن تمارس الرياضة و لكن مع إحترام قواعد بسيطة و إتخاذ احتياطات لازمة تتماشى مع فترة الحمل و حالة الحامل ، سواء سبق للحامل أن مارست الرياضة قبل الحمل أو لم يسبق لها ذلك.

و في هذه الورقة البحثية سنحاول الإجابة على الأسئلة التالية:

1- ماهي فوائد ممارسة الرياضة النفسية و الإجتماعية و الصحية بالنسبة للحامل و الجنين؟
2- ماهي الرياضات المسموحة و التي يجب تفاديها أثناء فترة الحمل؟
3- ماهي التدابير التي يجب اتباعها؟

المشاركة الرياضية للمرأة الجزائرية (رياضية، مدربة، و مسيرة)

كواش منيرة

البويرة الجزائر

kouache.mouni@yahoo.fr

الملخص:

جعلت اللجنة الأولمبية الدولية من مشاركة المرأة في النشاطات البدنية و الرياضية، الألعاب الأولمبية و تسيير الرياضة من أولوياتها. فممارسة المرأة للرياضة يعد حق من حقوق الإنسان حسب الميثاق الأولمبي، نظرا لما تساهم به في تعلم احترام القواعد، التسامح، التضامن و تساهم في تكامل الروح و الجسد وتجلب الراحة النفسية. كما تعتبرها اللجنة الأولمبية الدولية وسيلة مهمة في الاتصال و التحرر، و التي تسمح بتطوير الإنسان من الناحية البدنية و الروحية.

ومن خلال الرياضة يمكن للمرأة أن تشعر بدورها في المجتمع، و حسب القاعدة 2 من الميثاق الأولمبي الفقرة 7 فإن:" دور اللجنة الأولمبية الدولية هو تشجيع ومساندة وتطوير مشاركة المرأة في الرياضة على كل المستويات و في الهيئات بهدف تجسيد مبدأ المساواة " و على هذا الأساس سنحاول في هذا المقال أن نوضح واقع المشاركة الرياضية للمرأة في الحركة الرياضية المحلية سواء كمسيرة أو كلاعبة.

الكلمات المفتاحية: - المشاركة الرياضية - الحركة الرياضية - الحركة الأولمبية

تأثير حصة التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية والاجتماعية على العلاقة بين الأستاذ والتلميذ

لزهاري خلفاوي، جامعة الجلفة /الجزائر zohir17staps@gmail.com

محمد خالدي، جامعة الجلفة / الجزائر mohellayali44@gmail.com

ملخص :

إن النشاط البدني الرياضي بتعدد ألوانه ، يعد احد الإشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان ، و أكثر فعالية و تنظيما لما يعيه من ادوار هامة و مميزة في حياة الفرد عبر حضاراته المتعاقبة

فهو الوسيلة المثلى لخلق علاقة ايجابية بين الإطراف المشاركة فيه ، الأستاذ والتلاميذ وقد تطرقنا في دراستنا المتواضعة هذه إلى احد أهم العلاقة الموجودة بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ و فيما بينهم .

من الناحية النفسية الاجتماعية ، و باعتبار الأستاذ احد أهم الركائز للعملية التربوية و الذي ينفرد عن غيره في انه لا يهدف فقط إلى تلقين المعارف فحسب ، بل يتعدى ذلك لتطور المهارات الحركية ، وكيفية الحفاظ على الصحة و توجيه التلاميذ نفسيا و اجتماعيا و ذلك بمراعاة مراحل نمو التلاميذ وتطورهم ، لكون أن أول أداة أو جهاز يوظفه الأستاذ من الدرس هو التلميذ ، إن صح التعبير ، و من ثم وجب على الأستاذ معرفة الخصائص النفسية و الاجتماعية لهذا الجهاز الحساس و إمكانية تحقيق الاندماج الاجتماعي و التوافق النفسي له.

فبينت لنا النتائج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية بالغة في حياة المراهق لأنه يكسبه الجسم السليم و المزاج المتميز و الشخصية السوية و الخصال الحميدة و الأخلاق السامية كالصبر ، الشجاعة ، التعاون ، و الاعتماد على النفس ، التنافس النبيل ، استغلال أوقات الفراغ و التنظيم ... الخ و التخلص من العقد النفسية و العادات السيئة كالأنانية و الانطواء ، الخجل ، القلق و تبعده عن المشاكل الاجتماعية كالانحراف ،و العزلة .

و يبقى الوصول إلى هذه الغايات النبيلة مرهون بعدة عوامل هي : المؤسسة ، الأسرة ، الإمكانيات اللازمة ، المربي الكفء .

مساهمة بطاريات الاختبارات البدنية و الحركية في اكتشاف و إنتقاء المواهب الشابة و توجيهها

مازن هادي كزار الطائي ، دويلي منصورية

جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة الجزائر

babylonbf@yahoo.com

chehidabensabeur@yahoo.com

الملخص

هدفت الدراسة على معرفة ماهية الإنتقاء و التوجيه في المجال الرياضي و العلاقة الوطيدة بينهما كونهما وجهان لعملة واحدة من خلال إبراز دورهما الأساسي في عملية إختيار المواهب الشابة ثم توجيهها أحسن توجيه، كما أراد الباحثان تسليط الضوء أكثر على جميع الاختبارات الأساسية في عملية الانتقاء الرياضي من خلال شرحها شرحا تاما.

و قد اعتمد الباحثان في ذلك على مجموعة من المصادر و المراجع المنوط بهذا الموضوع المهم الحساس في نفس الوقت من أجل إعداد و اختيار الموهوبين لتحقيق المستوى المطلوب والوصول بهم إلى تحقيق الأرقام العالمية و لما لا و على مستوى كل الفعاليات الرياضية. ويوصي الباحثان بوضع أسس علمية لأسس الاختيار ،و وضع خطط سهلة و واضحة يمكن تطبيقها في الميدان، بالاضافة الى الاختبارات النفسية والاجتماعية دون نسيان تاهيل المدربين على كافة الاصعدة.

بناء بطارية مقاييس معيارية لاختبار مادة التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا - دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية المسيلة

مجادي مفتاح، رحلي مراد، مجادي رابح

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية _ جامعة محمد بوضياف المسيلة _ الجزائر

m_medjadi@yahoo.fr

الكلمات المفتاحية : البطارية _ المقاييس _ المعايير _ التعليم الثانوي _ البكالوريا _ الاختبار

مقدمة وإشكالية البحث:

تعتبر التربية البدنية والرياضية إحدى فروع التربية الأساسية التي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة ،وتستخدم عن طريق النشاط البدني المختار الموجه ، والمنظم لإعداد الأفراد إعدادا متكاملا وتكيفهم مع ما يتلاءم وحاجات المجتمع ويرى بشير غاندي أن :"التربية البدنية والرياضية عملية تتم عند ممارسة أوجه النشاط الرياضي التي تنمي وتصون الجسم"[7] .

والتربية البدنية والرياضية تشارك في تحقيق الأهداف التربوية في المجتمع ولكن من خلال أنشطتها وطرقها الخاصة بها ، وعلى هذا الأساس لا يجب أن تتعارض أهداف التربية البدنية والرياضية وأهداف التربية العامة مادام هدفها هو إعداد الفرد إعدادا شاملا ومتكاملا كمواطن ينفع نفسه ووطنه ،والتربية البدنية والرياضية لها دور أساسي ورئيسي في المجتمع بكل منشآته وأنظمته ،ولا يستطيع أي نظام آخر أن يقدم هذا الدور الذي يتلخص في التنشئة الاجتماعية للفرد من خلال الرياضة وبذلك يستفيد المجتمع من الخصال الاجتماعية والتربوية للتربية البدنية والرياضية في تنمية الفرد اجتماعيا ، والعمل على تنشئته من خلال معطيات الأنشطة الرياضية ، كما تعمل أيضاً على تطبيع الفرد على الرياضة فينشأ متفهماً ،متبنيا اتجاهات ايجابية نحوها ،مكتسبا قدرا ملائماً من المهارات الحركية التي تكفل له ممارسة رياضية أو ترويحية مفيدة وممتعة خلال حياته مما يساعد على بناء وتكامل التربية العامة والتي تهدف إلى بناء وإعداد المواطن الذي يتطلع إليه مجتمعنا المسلم [8]،وانطلاقا من تدريس التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية نجد أن هناك تباينا واضحا لعمل مدرس التربية البدنية والرياضية تبعا للمرحلة التعليمية التي يعمل بها ويمكن إنجاز هذا التباين إذا تناولنا فلسفة والشكل السائد للنظام في كل مرحلة من هذه المراحل. أما بالنسبة للسنة الثالثة ثانوي فهي الأكثر أهمية والتي يتم فيها تقويم التلاميذ ويتحدد من خلال هذا التقويم المتمثل في البكالوريا الرياضية بوضع مجموعة من الأنشطة المعينة منها (السرعة ،رمي الجلة ،الوثب الطويل ،نصف الطويل) يتم فيها التنقيط على ضوء النتائج المتحصل عليها وفق سلم تنقيط موضوع من طرف الوزارة.

بما البكالوريا الرياضية تحتوي على أنشطة فردية وتستثني الأنشطة الجماعية هذا لا يتوافق مع الأهداف التي وضعت من اجلها مادة التربية البدنية والرياضية ومن هنا حاولنا في بحثنا هذا إيجاد مطابقة بين ماهو نظري في المناهج الحديثة و ماهو مطبق في الامتحان حيث ارتأينا إلى وضع مجموعة من المقاييس على شكل بطارية تحمل في طياتها اختبارات أداء ودقة وسرعة التحكم في الأداء منها نشاطات فردية ونشاطات جماعية .

ففي المرحلة الثانوية باعتبارها محور دراستنا يتركز عمل المدرس في تنفيذ برامج التعليم الرياضي، أو ما يطلق عليه الغرب(Sport pédagogique) كنظام فرعي، ولكن تحت مظلة نظام التربية البدنية والرياضية ، بمعنى التركيز على تعلم المهارات الرياضية للرياضيات الشائعة فضلا عن الاهتمام باللياقة البدنية ، والقوام السليم للتلاميذ [9].

نجد مادة التربية البدنية والرياضية من ضمن المواد المدرسية التربوية، خاصة في الطور الثانوي ، نظراً لأهميتها وآثارها الايجابية في التحصيل العلمي للتلاميذ وهي كبقيتها من المواد المدرسية الأخرى تعتمد على التقويم في نهاية الفصول أو في نهاية العام الدراسي، للوقوف على التغيرات التي تم الوصول إليها عن طريق ممارسة برامج التعليم أو التدريب ورغم تعدد الأنشطة الرياضية وكثرتها إلا أن التقويم قد طرقها جميعاً دون استثناء فصبغها بالصبغة العلمية التي هيأت لها الطريق

---

[7] -أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح ، عدنان دريوش جلون ، التربية البدنية والرياضية ،(ط1،دار الفكر العربي، مصر ،1996) ،ص19

[8] –المرجع نفسه ،ص 20 .

[9] – أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية والرياضية ، (ط2 ؛ دار الفكر العربي للنشر ، مصر ، 2002) ، ص148

) عن التقويم والقياس في التربية البدنية " استخدام القياس But Cherالسليم للتقدم والرقي، وفي هذا الصدد يقول "بوتشر" (والتقويم أمر يبدو حتما إذا ما أردنا أن نعرف مدى فائدته أو فاعلية البرامج التي تدرس وما يتم عن طريقها ،وإذا ما أردنا التحقق من أن هذه البرامج تحقق فعلا الأغراض الموضوعة من أجلها ،فالتقويم يساعد على تقدير مستوى الأفراد ومعرفة نقاط الضعف سواء الأفراد أو في البرامج، كما أنها تبين قيمة التعليمات ومدى التقدم [10]،مع التغيير الجديد الذي طرأ وتغير التعليم إلى التدريس بالكفاءات والبكالوريا الرياضي أصبحت دروس مادة التربية البدنية والرياضية المدرسة خلال السنة عبارة عن دروس تحضيرية لمسابقة نهائية كباقي المواد الأخرى وهنا نقول انه نظريا لم يطرح إشكال المصداقية باعتبار أن الكل متساوي في الحظوظ ومقبل على اختبار واحد ،لكن من جهة أخرى فالأساس هنا بقي هو النتيجة النهائية في المسابقة أي مقدار ما رمى وما جرى التلميذ وليس طريقة أداء التقنية .والملاحظ أن معظم علامات كشوف البكالوريا علامات مرتفعة بعد أن اشتكى في بادئ الأمر من صعوبة سلم التنقيط للبكالوريا الرياضي وعلامات الانجاز للنتيجة ليس من المعقول أن يختبر الطلبة على النتيجة فقط وخاصة الرياضات الفردية لألعاب القوى دون مراعاة توفر نفس القدرات خلال الموسم الدراسي من وسائل مادية وبشرية لاجتياز هذا الاختبار الموحد بالإضافة إلى عدم إدراج الرياضات الجماعية في الاختبار على الرغم إجبارية تعليمها طيلة فترة (06) سنوات مما يؤدي إلى التقليل من شأنه .

وبالتالي يقودنا الحديث إلى أن مادة التربية البدنية مازال ينظر إليها كمادة إضافية لم ترقى إلى المستوى المطلوب في بلادنا رغم أنها تجرى في مسابقة رسمية وطنية وهي البكالوريا القرار المتخذ من طرف الديوان الوطني للامتحانات والمسابقات في 17 ديسمبر 2003 المادة الثانية والقاضي بإجبارية امتحان التربية البدنية والرياضية"[11] .

ومن خلال ما تقدم يمكن طرح سؤال الإشكالية العام على النحو التالي:

- هل هناك تأثير للمقاييس المعيارية المقترحة على امتحان التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا ؟

وقد تم تفريع التساؤل العام إلى:

أ –هل أستاذ التربية البدنية والرياضية يحقق أهداف البرنامج السنوي في ضوء وجود امتحان شهادة البكالوريا ؟

ب – هل يؤثر إدراج الوضعية الإدماجية على امتحان التربية البدنية والرياضية في شهادة البكالوريا ؟

[10] - محمد صبحي حسنين ،القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ،(ط3 ؛ دار الفكر العربي ، مدينة نصر ، القاهرة ، 1995)، ص 32

[11] -القرار الوزاري رقم:04 المؤرخ في 17 ديسمبر 2003 المادة 02 القاضي بإجبارية امتحان التربية البدنية والرياضية في الطورين الأساسي والثانوي

علاقة سرعة الاستجابة الحركية بدقة أداء الضرب الساحق المستقي بالكرة الطائرة

حمد حسين حميدي

الجامعة: القادسية-العراق

mm70hh@gmail.com

الملخص

اشتمل البحث على خمس أبواب واحتوى الباب الاول على المقدمة وتطرق الباحثان الى تمثل لعبة الكره الطائرة مكانة متميزة في العالم وما تزال تنال شعبية والإعجاب الجماهيري عند متتبعي الرياضة , فقد أولى الباحثون في مجال التربية الرياضية هذه اللعبة اهتماماً كبيراً أدى إلى رفع مستواها وزيادة الإقبال على ممارستها وجعلها لعبة مثيرة ذات الانتشار الواسع .وتتميز لعبة الكرة الطائرة بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة ,اذ يتم الانتقال من الدفاع إلى الهجوم وبالعكس بسرعة عاليه مما يتطلب اعداداً بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً تمكن ألاعبينمن السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الأمثل ((إن طبيعة الأداء في لعبة الكرة الطائرة يتميز بالإيقاع السريع فضلاً عن مهاراتها المتتالية والمتسلسلة التي تتطلب مستوى عال من الدقة في الأداء, وعقلية تتناسب مع المتغيرات التي تشهدها المباريات لاسيما الحاسمة منها والمتقاربة النتائج)) 0وهدف البحث الى

التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية بأداء الضرب الساحق المستقيم بالكرة الطائرة 0اما فروض البحث

توجد علاقة ارتباط طردية عالية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة الضرب الساحق المستقيم بالكرة الطائرة 0 اما مجالات البحث

المجال البشري : لاعبوا فريق كلية التربية الرياضية ـ جامعة ميسان ـ المشاركون

في بطولة الجامعات للعام الدراسي 2013-2014.

ـ المجال المكاني :قاعة كلية التربية الرياضية ـ جامعة ميسان .

ـ المجال الزماني :الفترة من 2013/11/15ولغاية 20 / 4 /2014

الباب الثالث : اجراءات البحث

واحتوى على منهجية البحث إذ تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب وكان مجتمع البحث

يتكون من (12) لاعب من منتخب كلية التربية الرياضية جامعة ميسان ,وتم إعداد

استمارة خاصة تتضمن اختبار الضرب الساحق واختبار سرعة الاستجابة الحركية وتم

عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال لعبة الكرة الطائرة,وبعد جمع الاستمارات

وتفريغها حصلت الاختبارات التالية على أجماع الخبراء اختبار سرعة الاستجابة الحركية

(نيلسون) , اختبار الضرب الساحق ,أما الوسائل الإحصائية المستخدمة فهي الوسط

الحسابي, النسبة المئوية,الانحراف المعياري , معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

وحتوى الباب الرابع على عرض النتائج ومناقشتها

تناول هذا الباب عرض نتائج المعالجات الإحصائية وتبويبها في جدولي ,إذ تم عـــرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والارتباطات بين متغيرات البحث ,ومن ثم تم مناقشتها بأسلوب علمي دقيق المدعوم بالمصادر ذات العلاقة بموضوع الدراسة بغـية تحقيق أهداف البحث 0اما الباب الخامس احتوى على الاستنتاجات التي خرج بها الباحث من خلال دراسته وهي :

-وجود علاقة ارتباط طردية بين سرعة الاستجابة الحركية والضرب الساحق المستقيم .

- وجود تطور في صفة السرعة لدى إفراد عينة البحث.

وقد وضع الباحثان مجموعة من التوصيات :

-التركيز على تطوير المهارات الأساسية والقدرات البدنية والحركية لدى إفراد عينة البحث .

-دراسة العلاقات بين صفات بدنية أخرى والمهارات الأساسية وبعض المتغيرات الخطية .

-أجراء دراسات وبحوث علمية على مهارات أخرى ومتغيرات جديدة

تأثير تمرينات خاصه على وفق أهم المتغيرات البيوميكانيكية في بعض أنواع مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

محمد فائز صاحب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة القادسية

Moha407@yahoo.com

هدفت الدراسة إلى تطوير مهارة الضرب الساحق (المستقيم والقطري) من خلال التعرف على المتغيرات البيوميكانيكية المؤثرة في أداء المهارة للشباب وكذلك التعرف على المتغيرات البيوميكانيكية للضرب الساحق (المستقيم والقطري) ومن ثم إعداد تمرينات خاصة بأسس علمية رصينة وبعد تطبيق التمرينات تم التعرف على تأثير التمرينات الخاصة على تطوير المتغيرات البايوميكانيكيه لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة. وقد افترض الباحث وجود فروق في المتغيرات البايوميكانيكية بين مهارة الضرب الساحق (المستقيم والقطري) وتؤثر التمرينات الخاصة ايجابيا في تطوير قيم المتغيرات البيوميكانيكية لمهارة الضرب الساحق (المستقيم و القطري) بالكرة الطائرة للشباب وقد قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وحدد مجتمع البحث وهم شباب نادي الدغارة الرياضي بالكرة الطائرة أما أهم الاستنتاجات فهي يمكن الكشف عن المشكلات الحركية التي تصاحب أداء هذه المهارة بمجرد الكشف عن المراحل الأولى عند الأداء وذلك من خلال ارتباط القيم المدروسة الواحد بالأخر بشكل تتابعي فبتأثير الأول يتأثر الثاني.

The impact of exercises especially on the most important according to biomechanical variables in some types of skill beating overwhelming plane ball

The study aimed to develop a beating overwhelming skill (rectum and country) by identifying biomechanical variables affecting the skill of youth performance, as well as to identify the biomechanical variables beaten overwhelming (rectum and country) and then set up a private workout scientific foundations of a solid and after applying the exercise was to identify the effect of exercise special to develop Bayomikanek variables skill beating crushing the ball suppose researcher and differences in Bayomikanek variables between beating the overwhelming skill (rectum and country) and the influence of exercise for a positive in the development of biomechanical variables to endure beatings overwhelming values (rectum and Qatar) volleyball Youth the researcher using the experimental approach to design unequal groups and select the research community who are young small town of Daghara Sports Club Volleyball The most important conclusions they can detect motor problems that accompany the performance of this skill once you detect the early stages when performance through thoughtful values to one another link in sequential first affected II.

دراسة مقارنة لتطور المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المدرسة الابتدائية (9-10 سنوات)

مرزوقي سمير- جامعة سوق أهراس (الجزائر)

حويش علي - جامعة المسيلة(الجزائر)

حويش زكريا - جامعة قسنطينة(الجزائر)

merzsamir4@gmail.com

مقدمة: إن فهم أسس وقواعد النمو بصفة عامة والنمو الحركي بصفة خاصة تجعلنا نبحث في أحسن السبل وأفضلها للعمل بها مع أولادنا ودراستنا هذه " دراسة مقارنة لتطور المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المدرسة الابتدائية "، نهدف من خلالها إلى التعرف على مستوى المهارات الحركية الأساسية (المهارات الانتقالية/ مهارات التحكم والسيطرة) لتلاميذ المرحلة الابتدائية وللجنسين كلاهما إذ إن معرفة خصائص هذه المهارات وأهميتها تعطي لنا إمكانية العمل المنظم وتمكن المعلمين والمعلماتمن فهم الحقائق التي لها دور مهم في عملية الوصول إلى النمو المتكاملمن النواحي المختلفة لشخصية أطفالنا.

إجراءات البحث:

المشاركين: جميع تلاميذ المدارس الابتدائية الذين تنحصر أعمارهم ما بين (9-10سنوات) والذين يمثلونالسنة الرابعة ابتدائي والسنة الخامسة ابتدائي، والبالغ عددهم (1342تلميذ)، أما عن عينة الدراسة فبلغت 412 تلميذا (الذكور228) و (الاناث 184)، وهذا بحسب سجلات مفتشي التربية للمقاطعتين التعليميتين، والذين هم على مقاعد الدراسة في المؤسسات التعليمية والبالغ عددها 24 مدرسة ابتدائية.

الإجراءات والمهام: بعد الاطلاع على مجموعة من اختبارات قياس المهارات الحركية الأساسية الممثلة للنمو الحركي والذي يناسب المرحلة موضوع الدراسة الحالية كما قمنا بالاطلاع على مجموعة من الكتب والدراسات التي تتعلق بموضوع دراستنا، فقد تم استخدام عشرة اختبارات تقيس المهارات الحركية والتي توزعت على:

* المهارات الانتقالية:(الجري، الحجل، القفز، القفز برجلين مضمومتين، الوثب أماما من الثبات)

* مهارات التحكم والسيطرة: (رمي الكرة، لقف الكرة، تنطيط الكرة، ركل الكرة، رمي الكرة فوق مستوى الكتف).

النتائج:

* توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية بحسب متغير السن عند مستوى الدلالة (0.05).

* توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية بحسب متغير الجنسعند مستوى الدلالة (0.05).

*هناك فروقات بين نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية كانت ذات دلالة إحصائية بحسب متغير موقع المدرسة(المناطق الحضرية/ المناطق الريفية)، عند مستوى الدلالة (0.05)،

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية بحسب متغير ممارسة التربية البدنية (التلاميذ الممارسين للتربية البدنية/ التلاميذ الغير ممارسين للتربية البدنية) عند مستوى الدلالة (0.05).

المناقشة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة وبعد مناقشتها يمكن القول أن:

1- تقدم مستوى أداء التلاميذ مقترن بالتقدم في السن(المستوى الدراسي) في المهارات الحركية الأساسية (الحركات الانتقالية، حركات التحكم والسيطرة)، وهذا ما أكدته الباحثة" منى عبد الرؤوف عفانة" حيث توصلت في دراستها التي كانت تحت عنوان" بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى بمحافظة نابلس"، حيث أن متوسطات النتائج التي تحصلت عليها كانت تصاعدية من الصف الأول إلى الصف الرابع، وأن الفروق كانت لصالح تلاميذ الصف الأعلى على حساب الصفوف الدنيا.

2- أداء التلاميذ للمهارات الحركية الأساسية (الحركات الانتقالية، حركات التحكم والسيطرة) يختلف بين الذكور والإناث، يربمحمد حسن علاوي أن البنين في هذه المرحلة يتميزون بقدرتهم على سرعة الموائمة الحركية لمختلف الظروف، كما يرى صالح محمد أبو جادو في كتابه علم النفس التطوري(ص358) يتساوى الذكور والاناث في هذه المرحلة من حيث القدرات البدنية، غير أن الأطفال الذكور يتفوقون على الاناث في قوة الذراعين في حين تتمتع الاناث بمرونة كلية تفوق تلك المتوفرة لدى الذكور

3- هناك اختلاف في أداء المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المناطق الريفية وتلاميذ المناطق الحضرية، فكان التفوق لتلاميذ الريف في القفز برجلين مضمومتين ، الحجل، رمي الكرة فوق مستوى الكتف وكذلك في رمي الكرة، أما تلاميذ المناطق الحضرية فكان في صالحهم مهارة تنطيط الكرة وركل الكرة.

4- مستوى المهارات الحركية الأساسية في مدارس المدينة التي أجريت بها الدراسة كان بدرجة متوسطة بالمقارنة مع نتائج الدراسات السابقة.

5- وجود ضعف في أداء المهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ عينة الدراسة بسبب عدم الاهتمام ببرنامج التربية البدنية والرياضية من طرف الإدارة والتلاميذ في نفس الوقت.

الخلاصة:

مع وجود هذهالفروق التي كانت ذات دلالة احصائية بين نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسيةإلا أن هناك العديد من جوانب القصور لاسيما التي يعاني منها معلمي المرحلة الابتدائية وفي إدراكهم لأهمية هذه العملية وكذلك في إخراجهم لحصص التربية البدنية والرياضية لهذه المرحلة و يرجع ذلك إلى افتقار المدارس الابتدائية لأساتذة مختصين في التربية البدنية والرياضية وكذلك نقص الدراسات والأبحاث في هذا المجال.

المراجع:

- أمين أنور الخولي. (1998). التربية الرياضية المدرسية (الطبعة الرابعة). القاهرة: دارالفكر العربي.

- أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب. (1982). التربية الحركية. القاهرة: دار الفكر العربي.

- أسامة كامل راتب. (1999). النمو الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.

-- خيرية ابراهيم السكري. (2005). المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال. الاسكندرية: دار الوفاء.

- بن قناب الحاج. (2006). تقويم تدريس مدرسي التربية البدنية والرياضية بالتعليم المتوسط . رسالة دكتوراة. جامعة الجزائر.

- بن ميصرة عبد الرحمن. (2009). دور الألعاب التربوية الموجهة في تنمية الكفاءات الحركيةلأطفال التعليم التحضيري. ماجيستير. جامعة الجزائر.

- لحمر عبدالحق. (1993). دور ومكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية. رسالة ماجيستير. الجزائر.

- منى " محمد ممدوح"عبد الرؤوف عفانة. (2012). بناء مستويات معيارية لبعضمظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى في محافظة نابلس. ماجيستير، نابلس.

واقع تطبيق مبادئ التربية الصحية داخل المسابح وانعاكسه على أداء السباحين

مزاري فاتح - حماني ابراهيم

جامعة البويرة الجزائر

bihouma20@hotmail.fr

ملخـــــــــص البحـــــــــــــث

ارتأينا دراسة هذا الموضوع بهدف تسليط الضوء على أهمية التربية الصحية التي تعتبر من أهم مجالات الصحة العامة الحديثة وتعتبر جزءا أساسيا لا برنامج للصحة العامة، وبما أن التربية الصحية تعد من أهم مجالات الحياة العامة، فلابد أن لا نغفل عن دورها الهام في المجال الرياضي، إذ أنها تساعد على جعل الرياضي يراقب حالته الصحية ويتكفل بها ويتيقن بأن الاهتمام ومراعاة صحة الجسم من جميع المعوقات يجعله يحافظ على نسق الممارسة ويجعله اكثر تصاعدا.

و نظرا لأهمية البحث الذي تناولناه في دراستنا وذلك من اجل إبراز دور التربية الصحية داخل المسابح وانعكاس ذلك على السباحين اقتضى علينا الأمر استخدام "المنهج الوصفي" لتوضيح المفاهيم والمصطلحات وتحليل المتغيرات وإعطاء النتائج المتوصل إليها انطلاقا من الاستبيان والإختبار المعرفي.

ولقد استخدمنا في دراستنا الميدانية التي أجريناها على سباحين من ولاية البويرة بالجزائر الاستبيان والاختبار المعرفي لكونهما يساعدان على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر، حيث تضمن على ثلاث محاور وكل محور مندرجة تحت ضمنه ال17 سؤالا مصاغة في قالب مفهوم، إن المنهج الإحصائي الذي استخدمناه في دراستنا يعتبر من أنجح الطرق لتحويل المعلومات المتحصل عليها إلى نتائج عددية يمكن توظيفها في التحليل والمقارنة، وقد استخدمنا قانون النسبة المئوية و إختبار ك2 للاستقلالية الذي يعطي نتائج دقيقة تمكننا من الفصل بينها.

وبعد الدراسة الميدانية التي قمنا بها على مستوى مسابح ولاية البويرة ومن خلال الاستمارات الاستبيانية والاختبار المعرفي المقدمة للسباحين، وبالنظر الى الدور الهام الذي تلعبه الثقافة الصحية في جعل الممارسين للرياضة عامة والسباحة خاصة يتمتعون باستمرارية في الاداء والوقاية من كل الامراض والمعوقات التي تجعل الرياضي يتوقف عن ممارسة الرياضية أو رهن مستقبله الرياضي، استخلصنا أن عدم تطبيق مبادئ الثقافة الصحية كون الأليات التي خصصتها الادارة لتطبيق هذه المبادئ غير كافية وغير قادرة على إعطاء أي انعكاس على السباحين، وأيضا عدم إلتزام المدربين بتطبيق مبادئ الثقافة الصحية داخل المسابح كان كنتيجة لنقص الأليات التي خصصتها الإدارة لتطبيق مبادئ الثقافة الصحية ونقص كفاءة المدرب وثقافته حول هذه المبادئ حال دون إعطاء أي أثر لهذه المبادئ وانعكاسها على السباحين.

ومن خلال هذه النتائج التي توصلنا إليها ارتأينا أن نخرج ببعض التوصيات والاقتراحات التي نتمنى أن تؤخذ بعين الاعتبار من طرف كل القائمينعلى المسابح عامة ورياضة السباحة خاصة من طرف المدربين، والقائمين على نظافة وسلامة المسابح وكذلك من طرف الهيئات العليا المسؤولة عن رياضة السباحة وذلك بضرورةتوفير اليات تطبيق مبادئ التربية الصحية مع فرض نظام داخلي تطبق من خلاله هذه المبادئ وفق أسس ونظريات علمية بعيدا عن الأحكام الذاتية والخبرات الشخصية البسيطة، وأيضا إعطاء أهمية بالغة لمبادئ التربية الصحية داخل المسابح وتطبيقها بشكل اجباري، وأيضا ضرورة حرص المدربين في حث السباحين علىالزامية احترام شروط التربية الصحية وتطبيقها مع مراعاة وضعها بطريقة تسهل فهم السباح لها وتخصيص اماكن مناسبة لوضع هذه الارشادات.

الكلمات الدالة:التربية الصحية-المسابح-الأداء-السباحين

تأثير تناول البروبيوتك مع أحمال بدنية مختلفة الشدة على البروتينات المناعية للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة

منى مصطفى عبده سكورى - كلية الدراسات التطبيقية وخدمة المجتمع جامعة الدمام – المملكة العربية السعودية ، خالد صابر محمد مصطفى - أستشاري الكيمياء الحيوية

ملخص البحث :

تهدف الدراسة الى التعرف على تأثير تناول البروبيوتك مع أحمال بدنية مختلفة الشدة على البروتينات المناعية للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة

وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة بالاستعانة بالتصميم التجريبي وذلك باتباع القياس القبلي والبعدي لعينة البحث ، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (10) من لاعبي الكاراتيه من ذوي الاحتياجات الخاصة ، وقد قام الباحثان بأجراء القياسات المعملية للبروتينات المناعية . وبعد جمع البيانات IGGتم معالجاتها احصائيا ، توصلت الدراسة الى أن الحمل البدني العالي له تأثير على زيادة الجلوبين المناعة , IGA , IGGبعد تناول البروبيوتك ، بينما لايوجد اختلاف في الحمل المتوسط الشدة على الجلوبينات المناعية . وأوصى الباحثان بضرورة تقنين الاحمال التدريبية عالية الشدة لما لها تأثير على الجلوبينات المناعية IGE عند تقييم وتطوير البرامج التدريبية وتخطيط الاحمال للاعبي الكاراتيه المعاقين ذهنيا ، IGG , IGA , IGE الاستعانة بالبروبيوتك في تحسين الجهاز المناعي للرياضيين ، والاسترشاد بالقياسات الخاصة بالجهاز المناعي الخاصة بالجلوبينات المناعية في تتبع وتقييم الحالة الصحية والفسيولوجية للاعبين المعاقين ذهنيا .

جريدة - التغطية الإعلامية لظاهرة التعصب الـريـاضي من خلال الصحافة المكتوبة الجزائرية الشروق اليومي نموذجا

موفق صالح

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية/ جامعة محمد الشريف مساعدية ، سوق اهراس / الجزائر

mouffokeps@hotmail.fr

المقدمــة:

تلعب وسائل الإعلام دورًا فعالا داخل هذا المجتمع في نقل المعلومات والأخبار والآراء، يزداد إهتمام الأفراد والجماعات بهذه الوسائل كلما طرأت على المجتمع تغيرات وصاحبتها ظواهر وأحداث تجلب إهتمام المواطن وتجعله أحيانا أسير وسائل الإعلام لكونها مرجعه الوحيد للحصول على الأخبار والمعلومات. ولقد تزايد في السنوات الأخيرة إهتمام مختلف وسائل الإعلام سواءا كانت سمعية أو بصرية أو مكتوبة بمختلف الظواهر التي طرأت في المجتمع،ويعد التطور التكنولوجي الكبير الذي يشهده العالم حاليا والثورة المعلوماتية التي تحدث فيها قفزات بل نقلات خطيرة مع إشراق كل صباح وبما يؤثر سلبا أو إيجابا على مليارات المشاهدين والمتتبعين حول العالم لمختلف وسائله المسموعة والمقروءة والمرئية

إجراءات البحث:

هناك تصورات عديدة لعلماء النفس الاجتماعي تم وضعها خلال السنوات السابقة في تحديد الأسس النفسية والاجتماعية المسؤولة عن حدوث التعصب فيحاول البعض تحديد مجموعة من العوامل الفردية أو عوامل الشخصية التي يعتبرها مسئولة عن حدوث التعصب، ويبذل آخرون جهدا لوضع تصور لمراحل نمو وارتقاء التعصب شيئا فشيئا منذ سنوات العمر المبكرة قبل دخول المدرسة وما بعدها حتى تمارس تأثيرًا موجهًا للسلوك وتحديد أدوار كل من يساهم في هذه العمليات من القائمين على التنشئة الاجتماعيةمضامينها، فالهدف الأساسي من هذه الدراسة هو محاولة الإجابة عن التساؤل التالية:

كيف غطت الصحافة المكتوبة ظاهرة التعصب الرياضي وهل أثرت على الجماهير أثناء المنافسات الرياضية لكرة القدم الجزائرية؟ وللإجابة على التساؤل العام التالي نقترح الفرضية التالية:

غطت الصحافة المكتوبة ظاهرة التعصب الرياضي بطريقة سلبية مما أثرت على الجماهير أثناء المنافسات الرياضية لكرة القدم الجزائرية.

من بين العوامل التي تجعل هذه الدراسة ذات أهمية تظهر في اكتشاف ومعرفة أهمية الصحافة في نقل وتغطية المناسبات والأحداث والمنافسات الرياضية وبالتالي فهي تشكل أهمية لأية دراسة ميدانية، في حين تظهر اهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على حجم التغطية الإعلامية لموضوع التعصب الرياضي من خلال الجرائد خاصة بطبيعة الدراسة لاعتبارات محل الدراسة، أما المنهج المعتمد في هذه الدراسة فكان المنهج الوصفي ومتطلباتها،أما مجتمع الدراسة تكون من بعض الجماهير الرياضية الجزائرية الذين يتابعون الأنشطة الرياضية في الملاعب أو عبر وسائل الإعلام المختلفة في ولاية سوق أهراس. تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وقد استطعنا جمع (981 مشجع) من الجماهير الرياضية في حين اعتمدنا على أداة الإستبيان، وانحصر المجال الزمني لهذا البحث في الفترة الممتدة من شهر أكتوبر 2013 إلى غاية فيفري 2014، أي أن البحث دام قرابة 04 أشهر. وأجري البحث في ولايتي الجزائر وتيزي وزو وعليه فقد استخدمنا في الدراسة الحالية من أجل ( ) باستخدام الأساليب الإحصائية المتعددة.SPSSتحليل البيانات على البرنامج الإحصائي

النتائج:

في ضوء خطة البحث وإجراءاته أمكننا التوصل إلى عدد النتائج الهامة والتي تتمثل في الدور السلب الذي تلعبه الصحافة الرياضية تجاه التعصب الرياضي كظاهرة رياضية اجتماعية ونفسية، وهذه النتائج تتمثل في الآتي:

1 – تعتمد معظم الصحف الرياضية على بعض قدامى الرياضيين أياً كان تخصصهم وخاصة لاعبي كرة القدم المعتزلين في العمل كإعلاميين رياضيين وأعطت لهم مساحات كبيرة من الحرية والوقت، وكذلك اعتمدت هذه الصحف على صحفيين ليس لديهم خبرة في المجال الرياضي بمعنى أنهم غير متخصصين، وهذا ما كون اتجاهات متعصبة لفكر أو ناد أو حتى لهيئة، وهم أقرب إلى الموظفين عنه إلى المحللين حتى وصل الأمر في بعض الأحيان إلى الفتوى في كل أنواع الرياضة وعلومها وفروعها وألعابها وقوانينها في العصر الحالي والذي سمي بعصر التخصص الدقيق.

2 – احدث أسلوب تناول الموضوعات الرياضية نوع من الإثارة للجماهير من خلال تركيز الصحف الرياضية على إبراز المشكلات وتسليط الضوء عليها وإعادتها وتضخيمها بصورة مستمرة وتقديم التفسيرات الشخصية التي لا تبنى على دليل علمي صادق، وناتجة عن أفراد غير مسئولين وغير محاسبين وغير متخصصين وبدون حيادية في عرض الموضوعات والتي لا غرض منها سوى السبق الإعلامي

المناقشة:

1- يتضح وجود اتفاق كبير بين الخبراء حول عبارات الاستمارة الاستبيانية من حيث نوعية ومحتوى طرق تناول الموضوعات وأسلوب التقديم والعرض وكذلك الآثار السلبية التي تسبب فيها هذه الصحف الرياضية والتي لا تتفق مع نظام الإعلام الرياضي كنظام تربوي اجتماعي بنائي أخلاقي له أسس وقواعد، ويعتمد على عقيدة، إذ كانت النسبة المئوية للعبارات عالية تجاوزت الـ 60%.
2- 2 – اتضح من خلال النتائج وجود قصور في دور الصحف الرياضية تمثل في التركيز على رياضة كرة القدم والشق التنافسي منها بل والتركز على مشكلات الأندية واللاعبين والحكام والمسيرين والاتحادية على حساب الرياضات الأخرى، واقتصر دور تلك الصحف على الإثارة وتضخيم المشكلات وإبراز الأخطاء، وخلى محتوى جميع كتابات تلك الصحف الرياضية من التثقيف الرياضي والتعليم والترفيه والتدريب وحتى الترويح الرياضي.
3- أسفرت نتائج البحث عن تقديم برنامج أو دليل يومي مقترح لجريدة رياضية يحتوى على (7) أنواع من الكتابات كل نوع يتضمن عدد كبير من المقالات ذات المحتوى العلمي المفيد والتي يمكن من خلالها تحقيق دور وأهداف الإعلام الرياضي في جميع النواحي حيث يخدم الرياضة والقارئ والأندية، ويدر دخل مادي كبير على أصحاب هذه الجرائد، ويلبى احتياجات ورغبات جميع الأعمار والمستويات، ويزيد من عدد فئات القراء لها، والتي تعود في النهاية بعظيم الفائدة على نظام التربية البدنية والرياضة كنظام تربوي اجتماعي له أسسه ومبادئه، وعلى الرياضة ونهضتها، وعلى الصحف ماديا وأدبيا وأخلاقيا حتى تحقق أهداف الإعلام الرياضي الصحيح.
4- تستخدم الصحف الرياضية الوسائل التكنولوجية العالية الجودة في تقنيات التصوير لإقناع المشاهد بمدى فاعلية المنتج وتأثيره بشكل غير صادق.

الخلاصة:

من خلا هذا الطرح والتناول نرى بأنه لابد من العمل على تأسيس ونشر ثقافة التغطية الإعلامية الرياضية المبنية على المصداقية والموضوعية في التناول الإعلامي للمنافسات والتظاهرات الرياضية من قبل الصحافة الرياضية المتخصصة، والمبنية كذلك على الإستراتيجية الإعلامية والاتصالية بين كل القطاعات الفاعلة والتي من شأنها أن تساهم في نجاح مختلف هذه التظاهرات الرياضية.إضافة إلى ذلك الاستفادة من الإعلام في محاصرة الظاهرة (التعصب الرياضي) وتضييق الخناق عليها من خلال حملات التوعية والأيام الدراسية

والإعلامية التي يمكن أن تشارك فيها الصحافة الوطنية بكل أنواعها ويكون فيها الشباب هو المحور الرئيسي والهدف المنشود، فرض رقابة على الإعلام سواء كان المتخصص في المجال الرياضي أو غير المتخصص، تمنع الصحفيين من التمادي في الظاهرة ومحاولة السيطرة على ما يكتب من خلال التقليل من المقالات التي تنقل أخبار مختلف الأحداث الجارية على أرض الواقع (بالنسبة للصحافة المكتوبة).

المراجع:

- جودة محفوظ، ظاهر الكلالدة، منهجية البحث العلمي في علوم التربية، دار الآفاق الجديدة، بيروت، 2004.

- صفوان عصام حسيني، أطروحة دكتوراه دولة، تأثير الصحافة المكتوبة على ظاهرة العنف في الجزائر خلال سنة 1999، قسم علوم الإعلام والاتصال، جامعة الجزائر، أكتوبر 2005.

- صلاح الدين شروخ، منهجية البحث العلمي للجامعيين، دار العلوم للنشر والتوزيع، عنابة، 2003.
- طلعت همام، سيم وقيم المنهج العلمي، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1994.

- لاوسين سليمان، رسالة ماجستير، الإعلام الرياضي المرئي وتفشي ظاهرة العنف الرياضي في ملاعب كرة القدم الجزائرية في الموسم الرياضي 2007/2006، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، ماي 2008.
- محمد سيد محمد، الإعلام و التنمية، الطبعة 04، دار الفكر العربي، مصر، 1988.

- محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف، مركز الكتاب للنشر،القاهرة، 2004.

- مزار أمين، منهجية البحوث العلمية في الدراسات الاجتماعية، دار الكتاب القصبة، الجزائر، 2001.

- وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتاب للطبع و النشر، الموصل، 1988.

أعداد تمرينات خاصة ومقترحة في تطوير القوة السريعة ومدى تأثيرها في سرعة بعض المهارات الاساسية بكرة القدم

موفق عبيس خضير، علي جلال عبيد، بيدء خضر بهنام

ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة ابواب, حيث تضمن الباب الاول بالبحث واهميته, وثم التطرق الى مشكلة البحث واهدافه وفروضه واخيراً الى مجالات البحث الثلاثة البشرية والمكانية والزمانية. اما الباب الثاني فاشتمل على الدراسات النظرية, فقد تم التعرف على القوة العضلية والقوة السريعة. اما الباب الثالث فتم التطرق الى منهج البحث واجراءاته الميدانية, حيث تعرفنا على عينة البحث المستخدمة والتي اختارها الباحثين من نادي النفط الرياضي وكيفية تجانسها وتطرق ايضاً الى التجربة الاستطلاعية والاختبارات الميدانية التي اجراها الباحثين ومعرفة الوسائل الاحصائية المستخدمة.اما الباب الرابع فقد تطرق فيه الى عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث التي توصل اليها البحث ومعرفة مدى التطور الذي حصل لدى لاعبي نادي النفط بشكل جيد واسرع. اما الباب الخامس فقد احتوى على الاستنتاجات والتوصيات التي توصل اليها البحث وكما احتوى البحث على منهج للوحدة التدريبية وملاحق اخرى كما تضمن ايضاً صفحة لبعض المصادر.

Preparation Exercises Particular and Suggest Of developing the speed of strength and effect In speed Of Some Basic Skills to Football.

MUWAFAQ OBAYES KHUDHAIR, ALI JALAL AOBAED, Baidaa khurbahnam

The Research Consist Five Chapters, The first Chapter Contain The Definition, The Problem, Aims, Hypothecs And Finally The Riled. The 2nd Chapter Cantinas. Exercises Particular and Suggest and the speed of strength and effect In speed Of Some Basic Skills to Football

The Third Chapter Include Research Method And Field Process. The Sample Of Research Was From youth players of the ages (17-18) years The nafat sport club football Pilot Study Was Held And The Post Test Then The Main Experiment. The Fourth Chapter Consist Display and Analyzing Research Results Which Received and Knowing Developing of Basic Skills. Cast The Fifth Chapter Contains Conclusions and Recommendation, Also the Research Contains Geostationary And several Attaches and Pape of Resources.

تأثير تناول وجبات غذائية مقننه على توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة لدى النساء البدينات من 40 -50

ناجية حسني شلابي، عواطف منصور أبو جناح، هنـــاء ميـــلاد ملاطـــم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية بجامعة طرابلس (ليبيا)

koke_libya@yahoo.com

يهدف البحث للتعرف على تأثير وجبات غذائية مقننة على توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة لدى النساء البدينات قيد عينة البحث وثم اختيار العينة بالطريقة العمدية من النساء البدينات والمشتركات من صالات التخسيس في مدينة طرابلس وتم استخدام المنهج التجريبي ذو التصميم القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية وأخرى ضابطة.

وتم تقنين وجبات غذائية وأجريت القياسات على جهاز السير الكهربائي وأسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة احصائية في نسبة السعرات الحرارية المكتسبة وكذلك السعرات الحرارية المفقودة بين القياسين القبلي والبعدي وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية

كلمات المفاتيح

وجبات غذائية مقننة – توازن الطاقة المكتسبة والمفقودة – النساء البدينات

الصفات والمزايا والخصائص الشخصية لمهمة المدرب الناجح

نصر علي عقل، عياد مفتاح، حميدة علي شنينة

،كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية،ليبيا قسم التدريب ، جـــامـــعـة طـرابـلـس

1-1 المقــدمة وأهميـــة البحـث :- مع تطور العلمية التدريبية والتقدم الذي أحرزته العلمية التدريبية وتصاعد إنجازاتها ، كان لشخصية المدرب بكل مواصفاتها وخصائصها النفسية والاجتماعية والتربوية في مختلف المستويات العلمية ،(473:1-474) .

إذا أن عملية التدريب تعزز جوانب كبيرة في القيم والمعاني والانفعالات والمهارات والمعلومات والعادات ، والمدرب هو المصدر الذي تكمن فيه وفي شخصية وخبرته وسماته هذه المعارف والقيم والمعاني (601:4).

إذا أن شخصية المدرب بمختلف خصائصها وصفاتها لها أهميتها في إعداد اللاعبين وتوجيههم وتحفيزهم لتحقيق أعلى مستوي ممكن من الإنجاز الرياضي، إضافة إلى مؤهلاتهم التقنية للتدريب ، فإن نحاجه الحقيقي والفعلي يمكن أيضا في الصورة واضحة الإبعاد (464:5).

أن المؤهلات المختلفة للمدرب تمنحه قدرة عالية في نجاح عملية التدريب ، ولاشك أن المؤهلات الفنية وحدها غير كافية لتحقيق هذا النجاح ، إذا لم تتوفر معها قوة الشخصية التي تعتلي قدرة التأثير في اللاعب في مختلف الظروف التي ترافق العملية التدريبية (319:2).

ولصفات الشخصية والخصائص النفسية لشخصية المدرب الناجح لها أهميتها في نجاح العملية التدريبية في مختلف الألعاب الرياضية .

ومن أجل تحديد هذه الأهمية وتوضيح تأثيرها في العلمية التدريبية، لابد من تناول جوانب متعددة من السمات الشخصية والخصائص النفسية للمدرب الناجح (466:5).

2-1 مشكلة البحث:-

إن للصفات الشخصية للمدرب تعلب دورا هاما في العملية التدريبية ، ولما لها من أهمية في نجاح عملية التدريب ، وكذلك لمختلف الألعاب الرياضية ، لقد حدد الكثير من الباحثين على أن شخصية المدرب قد تكون حالة غير واضحة ، ومن هنا رأى الباحثين القيام الدراسة والتعرف على المزايا و الصفات الشخصية للمدرب الناجح.

ومن خلال الملاحظة ومتابعة الكثير من المباريات سواء منها في الدوري العام داخل ليبيا من خلال المباريات الأندية العربية الأفريقية التي تقام سوء أبطال الدوري والكأس.

1-3 هدف البحث :-

1- أهم الصفات والمزايا والخصائص الشخصية والمهمة للعملية التدريبية.

1-4 مجالات البحث:-

1-4-1 المجال البشري : لاعبي ومدربي أندية الدرجة الأولى والممتازة للألعاب الرياضية .

1-4-2 المجال الزمانى :2015.9.8م إلي 2015.12.9م.

1-4-3 المجال المكاني: ملاعب الأندية في مدينة طرابلس.

إدارةالأندية.و الجودة الشاملة

نعمان عبد الغني

قال خليفة رسول الله صلى الله عليه وسلم، الصحابي الجليل أبو بكر الصديق رضي الله عنه عند توليه قيادة المسلمين خلفاً للرسول محمد صلى الله عليه وسلم: قد وليت أمركم ولست بخيركم، وإنّ أقواكم عندي " الضعيف حتى آخذ بحقّه، وإنّ أضعفكم عندي القوي حتى آخذ منه الحق..." .

إنّ القادة يغيرون المؤسسات بالتوفيق بين الناس والمصادر الأخرى، وابتكار ثقافة مؤسساتية تعزز التعبير الحر عن الأفكار، وبتمكين الآخرين من المساهمة في المؤسسة.

أن الجودة الشاملة فلسفة إدارية حديثة، تأخذ شكل منج أو نظام إداري شامل قائم علي أساس إحداث تغيرات إيجابية جذرية لكل شيء داخل المنظمة، بحيث تشمل هذه المتغيرات (الفكر، السلوك، القيم، المعتقدات التنظيمية، المفاهيم الإدارية، نمط القيادة الإدارية، نظم وإجراءات العمل الإداري والأداء)،وذلك من أجل تحسين وتطوير سلع أو خدمات) وبأقل تكلفة يهدف تحقيق أعلي)كل مكونات المنظمة للوصول إلي أعلي جودة في مخرجاتها درجة من الرضا لدى عملائها، عن طريق إشباع حاجاتهم ورغباتهم وفق ما يتوقعونه، بل وتخطي هذا التوقع تماشياً مع استراتيجية تدرك أن رضا العملاء وهدف المنظمة مما هدف واحد، وبقاء المنظمة ونجاحها واستمراريتها يعتمد علي هذا الرضا وكذلك علي رضا كل من يتعامل معها

إن النظريات العلمية وتطورها أصبحت تلعب دوراً أساسياً في منهجية الحياة في مختلف المجالات وأصبح تطور تلك النظريات يفرض على المجتمع مسايرة هذا التطور ولا شك أن جميع المؤسسات الرياضية التي تهتم بالنشء والشباب تعتبر مسئولة عن تربية وإعداد المواطن وتنمية قدراته وإمكانياته ولابد أن تنتهج الأسلوب العلمي في إدارتها لتلك المؤسسات وذلك وفقاً لما تفرضه المتغيرات الحادثة والواقعة بالمجتمع مع قدوم القرن الحادي والعشرين مما يفرضه من متطلبات .والتطور العلمي لإدارة المؤسسات الرياضية بما يتضمنه من دراسات نظرية وتطبيقية لموضوعات اقترحت وطورت من اجل رفعة تلك المؤسسات قد شملت موضوع التسيير في المجال الرياضي ، وقد يعتقد البعض أن هذا الأسلوب والفكر قد يكون بعيد عن المجال الرياضي باعتبار أن التسيير يهتم بالمجال الاداري والمالي في المجال الاقتصادي فقط . ولكن يتبين لنا من خلال الدوافع التي تؤدى إلى إتباع أسلوب التسيير الاداري في أنها ليست ببعيدة عن المجال الرياضي وأن فلسفتها وأساليب تطبيقها يمكن الاستفادة منها في المجال الرياضي وكذلك أيضاً فى مجال التسويق الرياضي وذلك لما له من أهمية ووضع بعض المقترحات التي يمكن الاستفادة منها لأى مؤسسة رياضية وفقاً لظروفها وإمكانياتها

إن المفهوم العام للإدارة هو أنها علم وفن يسعى إلى تحقيق مضمون (الاستخدام الأمثل للموارد المتاحة) وعنصره الرئيس يدور حول الإنسان وهو في الأندية الرياضية يمثل القائد للمسيرة وللاعب والإداري والمدرب وكل من له علاقة بالنادي من قريب أو بعيد، باعتبار أن العنصر البشري في الإدارة هو عنصر الحسم مهما كثرت وتقدمت والوسائل التقنية والتكنولوجية، وإدارة كرة القدم تعد من أصعب الإدارات لأنها تمثل المعنى الحقيقي للتقدم والتطور الرياضي الذي ينعكس بدوره على التقدم وتطور المجتمع بصفة عامة باعتباره التنظيم البشري الجماعي الهادف والذي يقود مجموعة متباينة في كل شيء فيها وعليه أن يخلق التمازج بين هذه المتباينات يوحد الرؤى والأفكار بينها. لذلك تقع على الأندية مسؤولية وطنية كبيرة لأنها يجب عليها القيام بدورها الحقيقي والفعال وتعديل المفاهيم ليصبح النادي الرياضي مركز إشعاع يتضمن جميع الجوانب أنشطة الحياة الرياضية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية.

فالجوانب الرياضية أخذت في الانحراف إلى أقصى اليسار، حيث طغت الأمور الاحترافية في العمل الرياضي ليصبح التوجه واضحاً وكل المؤشرات تلمح إلى أن عصر الهواية بات من العهود البائدة، ولذلك فالإداريون واللاعبون والمشجعون يحتاجون إلى التزود بثقافة الاحتراف بكل مفرداتها بل أصبح من الضروري الإلمام بثقافات مختلفة من التغذية ـــ علم النفس ـــ علم الإبداع ـــ علم الاجتماع وعلم الاقتصاد وكل العلوم المساعدة التي تخلق من اللاعب محترفا متمكناً فاهماً لدوره وواجباته وحقوقه الاحترافية، لذا يجب أن يقود مسيرة الأندية في مثل هذه الظروف رؤساء يستطيعون أن يقودوا دفة التغيير.

وفي المفهوم العربي العام أن رئيس النادي يجب أن يكون من أصحاب المال والجاه لأنه يتولى الصرف على النادي بغض النظر عن إمكانيات هذا الرئيس، ولذلك يحجم كثير من أصحاب العقول والمبدعين في فن الإدارة الرياضية عن الترشح لرئاسة الأندية الرياضية لأن هذا المفهوم يطغى على كل الأمور، ولكنه مفهوم خاطئ يجب أن يصحح وحتى نتمكن من ترسيخ هذا المفهوم، دعونا نتعرف على مفهوم إدارة الأندية الرياضية فهي فن تنسيق عناصر العمل والمنتج الرياضي في الأندية الرياضية، وإخراجه بصور منظمة من أجل تحقيق أهداف هذه الأندية، وهي أيضاً توجيه جميع الجهود داخل الهيئة الرياضية لتحقيق أهدافها وللإدارة مستويات (عليا وتمثل مجلس الإدارة وهو أعلى سلطة في النادي ــ والإدارة الوسطى وهي التي تتولى المعاملات الإدارية الروتينية، والإشرافية، وهي التي يتولى فيها أشخاص معينون الإشراف على الإدارات المختلفة)، وعلى الرغم من أهمية مكونات العمل الإداري في كل المستويات، فإن نسبة كل مكون قد تختلف في كل مستوى حسب النادي ووضعه ، وتعد هذه المهارات متطلباً أساسياً (وحجم نشاطه وأهدافه، وللإدارة بالطبع مهارات (فنية ــ وإنسانية ــ وإدارية في كل مستويات الإدارة.

وتتمثل المهارات الفنية في المعرفة والإجراءات والأساليب المرتبطة بنوع النشاط ويجب أن يكون رئيس النادي دارسا وممارسا الرياضة لكي يعرف متطلبات العمل الإداري، أما المهارات الإدارية فهي مهارات ترتبط بالقدرة على النظرة الشمولية للنادي ككل من حيث تنظيماته الفرعية وأقسامه وأنشطته كل منها وفهم العلاقات المتبادلة بين وحدات النادي الفنية والإدارية والقدرة على توقع ما يمكن أن يحدث في حالة تغيير أي جزئية من جزئيات العمل، وتأتي المهارات الإنسانية لتلعب دورا أساسياً في نجاح كل من المهارات الفنية والإدارية فهي تعتمد على دراسة نفسيات الأفراد والجماعات وكيفية التعامل باختلاف المواقف، وأهم وظائف أو عناصر الإدارة الرياضية كما هو معروف هي: التخطيط ــ التنظيم ــ القيادة ــ التنسيق ــ الرقابة ولنتفحص المواصفات التي يجب أن يكون عليها رئيس النادي، وهي مجموعة من الصفات أهمها: القدرة على اتخاذ القرار المناسب وفي الوقت المناسب لمواجهة المواقف وحل المشاكل بأكبر قدر من السرعة والدقة والفاعلية والكفاءة، كما يجب أن تتناسب تشكيلة المهارات اللازمة له مع طبيعة العمل الذي يقوم به، ومستواه التنظيمي، والظروف التي يعمل فيها، حيث يتطلب كل عمل مهارات معينة تزيد أهميتها وفقا لطبيعة هذا العمل، وهذا يتطلب مهارات فكرية عقلية لأن المهارة الفكرية تمثل الرؤية الشاملة والحس الاجتماعي والرياضي والسياسي، والمهارة الفنية تمثل التخصص في الأمر والإلمام بكل تفاصيل الأمور، والمهارة الإنسانية تتمثل في الذكاء الاجتماعي وفن التعامل مع الآخرين.

فاين نحن من إدارة الأندية .؟! وعن أي إدارة نتحدث .؟!وأين نحن من الجودة في المجال الإداري .؟!

بعض أشكال القوه العضلية لعضلات الرجلين وعلاقتها بأداء بعض المهارات الهجومية في المبارزة

نور حاتم

كليه التربية الرياضية للبنات / جامعه بغداد

noorhatem23@yahoo.com

مستخلص البحث

تعد التربية الرياضية جزءا من العملية التربوية العامة وتبرز أهميتها في تنمية القابليات البدنية والفكرية وتطويرها وتحسين الجوانب الاجتماعية والصحية والنفسية للاعبات، فضلا عن تحقيق الأهداف التربوية والعلمية .

وإن لعبة المبارزة تتطلب استخداماً جيد لحركات الرجلين والذراعين في الهجوم والدفاع ،فضلا عن امتلاك اللاعب أرجل رشيقة وقويه لأنها تتكامل مع إتقان الحركات الفنية المتعلقة بالمبارزة ،أن عنصر القوه ليس فقط كونه أحد عناصر اللياقة البدنية بل هو المكون الأول في اللياقة البدنية من هنا برزت أهميه البحث بالتعرف على علاقة كل مكون من مكونات القوه العضلية في أداء بعض المهارات الأساسية في المبارزة.

وكون أغلب المدربين في العراق وخاصة في المحافظات هم ليس لديهم مؤهلات أكاديمية وعلميه وإنما أخذوا مهنه التدريب كونهم كانوا لاعبين وقد اعتزلوا من العب لذلك فأنهم لا يفقهوا تحديد عدد الوحدات التدريبية ونسبه تدريب القوه العضلية لهذه الوحدات التدريبية وماهي أشكال القوه العضلية التي تنمي عضلات الرجلين لاعبات وما علاقتها بالهجمات قيد البحث ما دفع الباحثة لأجراء هذه الدراسة للتعرف على علاقة كل شكل من أشكال القوه العضلية في أداء بعض المهارات الأساسية في المبارزة. لذا هدفت الدراسة الى التعرف علاقة أشكال القوه العضلية (القوه الانفجارية ،القوه المميزة بالسرعة ،تحمل القوه)لعضلات الرجلين لأداء بعض المهارات الهجومية في المبارزة واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي على اللاعبات الكلية والبالغ عددهن (8) لاعبة وبعد أجراء القياساتspss والاختبارات تم معالجتها إحصائيا بوساطة الحقيبة الإحصائية .وقد استنتجت الباحثة هناك علاقة بين القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة بالهجمات قيد البحث اما تحمل القوة فالعلاقة غير معنوية بالهجمات قيد الدراسة, لذا توصي الباحثة على تنمية وتطوير كل شكل من أشكال القوة.

Some forms of muscle strength of muscles of legs and their relationship with some offensive skills in swordsmanship

by m. Nur Hatem

Physical education is part of the educational process and highlights its importance in the general development of physical and intellectual abilities, develop and improve the social, health and psychological well-being of players, as well as educational and scientific goals

And the duel game requires good use of men and arms movements in attack and defense, as well as owning player legs graceful and powerful because it integrates with mastering the technical movements relating to fencing, that force is not only one of the elements of fitness, but it is the first component of fitness here figured out the importance of research to identify the relationship of each component of muscle strength in performing some basic skills in fencing The fact that most trainers in Iraq,

especially in the provinces are not academic and scientific qualifications but they took the training profession they were players and may be separate from the play so they don't get to determine the number of training units and the percentage of muscle strength training to these modules and what forms of muscle strength to develop the muscles of the men players and their attacks under search led the researcher to conduct this study to identify the relationship of each form of muscle strength in performing some basic skills in fencing So the study aimed to identify the relationship of forms of muscular strength (explosive strength, power, speed, bearing the distinctive strength) to the muscles of the legs to perform some offensive skills in fencing and the researcher used the descriptive to the College players and the number (8) player and after measurements and tests were statistically processed with spss statistical pouch mediation. The researcher concluded there is a relationship between force explosiveness and strength plus speed attacks in question either bear the power relationship is moral attacks under study, So it recommends the researcher to develop all forms of force..

منهج تعليمي مقترح بـ (حل المشكلات – التنافس الجماعي) وتأثيره في تعليم بعض المهارات الاساسية بالجمناستك الفني لطالبات الصف الثاني متوسط

هدى ابراهيم رزوقي
جامعة بغداد
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

فاتن اسماعيل محمد
الجامعة المستنصرية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مستخلص البحث

هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج باستخدام التنافس الجماعي ومعرفة تأثيره في تعليم بعض مهارات الجمناستك الفني لطالبات الصف الثاني متوسط، وقد استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي كأسلوب لحل مشكلة بحثهما كما انهم استخدموا عينة بعدد (24) طالبة) بالأسلوب العشوائي وقد استخدما عدة ادوات ووسائل واختيارات كان اهمها استخدام المنهج التعليمي بأسلوب (حل المشكلات – التنافس الاجتماعي) ولمدة ثمانية اسابيع بواقع (16) وحدة تعليمية، زمن كل وحدة (45) دقيقة وبعد اجراء الاختبارات البعدية والحصول على نتائجها كما تم الحصول عليها غب الاختبارات القبلية عولجت النتائج احصائياً وكما موضحة في الباب الرابع وإزاء ذلك توصلت الباحثتان إلى عدة استنتاجات كان اهمها:

- استخدام التمارين الخاصة مع التنافسي عند تطبيق المنهج التعليمي له دور إيجابي وفاعل في تعليم المهارات المتعلمة قيد البحث.

اما التوصيات فكان أهمها:

- استخدام الاسلوب التنافسي الجماعي مع المبتدئين عند تعليم مهارات الجمناستك.

Abstract

The study aimed to design a program using collective competition and see its influence in the education of some gymnastics technical skills for students of the second grade average, has been used researchers experimental method as a way to solve the problem of their research as they used a sample number (24) student) style random has used a number of tools, methods and choices was the most important use curriculum way (to solve problems - social competition) for a period of eight weeks by 16 educational unit, the time of each unit (45) minutes after conducting post tests and get the results as obtained GOP tribal tests dealt with the results statistically as explained in Part IV In the face of so researchers reached several conclusions was the most important:

- The use of special exercises with competitive when applying the curriculum has a positive and active in teaching the skills learned under the role.

The recommendations were the most important:

- Use style collective competitive with novice when teaching gymnastics skills.

التدريب الميداني الداخلي وأثره على تقبل الذات الاجتماعية لدي طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس

هناء ميلاد ملاطم، البهلول ميلود العجيلي، إسماعيل الهادي الحصن

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس بليبيا

koke_libya@yahoo.com

يهدف البحث إلي استقصاء اثر التدريب الميداني في تقبل مفهوم الذات الاجتماعية لذي طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس ، وهل للتدريب الميداني اثر في تنمية الذات الاجتماعية لذي عينة الدراسة وبلغت عينة الدراسة (31) طالب وهم الدين سجلوا اقل الدراجات في مقياس مفهوم الذات الاجتماعية الطور لإغراض هذه الدراسة ،طبق برنامج التدريب الميداني الداخلي لمدة (72) ساعة معتمدة على مدار الفصل الدراسي ،وأجريت لهم اختبارات في مرحلة ماقبل التدريس ومرحلة التقويم مابعد التدريب . وقد أشارت النتائج إلي أن هناك أثرا ايجابيا للتدريب الميداني على تقبل الذات الاجتماعية للطلبة المتدربين.

الكلمات المفتاحية : التدريب الميداني – تقبل الذات الاجتماعية

التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (الإعدادية) من خلال حصة التربية البدنية والرياضي

فايد عبد الرزاق، حويش على، مهدي عزالدين

جامعة محمد بوضياف ـ معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ـ المسيلة ـ الجزائر .

faied28@gmail.com

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي وتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (الإعدادية) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية ،دراسة ميدانية بمتوسطات بلدية حمام الضلعة ولاية المسيلة ،ولتحقيق هذا الهدف اتخذ الباحث بعدين للتوافق النفسي والتي تتمثل في شعور المراهق بالانتماء ،تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد ، ،ونظرا لطبيعة الموضوع اعتمد الباحث المنهج الوصفي الذي يتلاءم وطبيعة الموضوع ،كما استخدم الجزء الثاني من اختبار الشخصية لمحمود عطية هناء والذي يتمثل في التوافق النفسي ،أما بالنسبة للمهارات الحركية الأساسية في كرة السلة اعتمد الباحث شبكة تقييم معتمدة من طرف وزارة التربية الوطنية ،وقد طبقت الدراسة على كل مشاهدات المجتمع الأصلي أي أسلوب المسح الشامل 440 تلميذ متمدرسين بمتوسطات بلدية حمام الضلعة ولاية المسيلة ،وكانت النتائج المتوصل إليها إلى انه هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين شعور المراهق بالانتماء وتحرر المراهق من الميل إلى الانفراد، من جهة وتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة من جهة ثانية ،أي انه هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين التوافق النفسي وتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة .

الكلمات المفتاحية : التوافق النفسي ، المهارات الحركية ، كرة السلة ،حصة التربية البدنية والرياضية ،المرحلة المتوسطة ،المراهقة المبكرة.

المهارات الحياتية اللازمة لمعلم التربية الرياضية من وجهة نظر طلاب قسم التربية الرياضية

محمود يعقوب محمود

جامعة النيلين – السودان

mahmoudjacob@yahoo.com

ملخص البحث

تهدف هذه الدراسة للتعرف على أهم المهارات الحياتية اللازمة لمعلم التربية الرياضية من وجهة نظر طلاب قسم التربية الرياضية بكلية التربية – جامعة النيلين – السودان، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وجمع المعلومات بالاستبيان من مجتمع الدراسة المكون من طلاب قسم التربية الرياضية البالغ عددهم (105 طالب) جميعهم من الذكور، وعالج البيانات بمجموعة معالجات إحصائية، فكانت أهم النتائج أن المهارات الحياتية اللازمة لمعلم التربية الرياضية من وجهة نظرهم هي مهارات التواصل وحل المشكلات والروح القيادية على التوالي، وأوصى الباحث بمراجعة المناهج والمقررات لتعزيز المهارات الحياتية اللازمة لمعلم التربية الرياضية.

الكلمات المفتاحية: المهارات الحياتية المهارات

تاثير النشاط البنى الرياضى فى حدة القلق لدى العاملين بوزارة الشباب والرياضة بالسودان

- جامعة النيلين – السودان محمود يعقوب محمود

- وزارة الشباب والرياضة – السودان حمد النيل اسماعيل

mahmoudjacob@yahoo.com

المستخلص

تهدف هذه الدراسة للتعرف على تاثير ممارسة النشاط البدنى الرياضى فى خفض حدة القلق لدى العاملين بوزارة الشباب والرياضة بالسودان ، اذ ان للعاملين برنامجا بدنيا رياضيا يمارس جماعيا وبصورة منتظمة وفى ميادين مخصصة لهذا الغرض ، استخدم الباحثان المنهج الوصفى ، واختيرت العينة من مجتمع العاملين بالوزارة – ذكور- اناث ، وجمعت البيانات بالاستبيان ومقياس القلق (معدل) وتمت معالجة البيانات بعدة معالجات احصائية ، وكانت اهم النتائج انخفاض معدل حدة القلق لدى عينة الممارسين للنشاط البنى الرياضى (ذكور- اناث) دون غيرهم ، واوصى الباحثان بضرورة تبنى الوزارة هذا النشاط والاهتمام به وتطويرة

الكلمات المفتاحية تاثير النشاط البدنى الرياضى حدة القلق

الذات البدنية وتأثيره على اقبال الطلبة الجامعيين على ممارسة رياضة بناء الأجسام خلال اوقات الفراغ

-الجزائر2جامعة باتنة مهدي سحساحي، كمال حزحازي،

البريد الإلكتروني:epsmahdi@hotmail.com

ملخص الدراسة:

يدور موضوع البحث في محاولة التعرف على مفهوم الذات البدنية ومدى تأثيره على اقبال فئة الطلبة الجامعيين على ممارسة رياضة بناء الاجسام خلال اوقات الفراغ، وهذا بالأخذ بعين الاعتبار فئتين: هما فئة الممارسين وفئة الغير ممارسين لرياضة بناء الاجسام، وذلك من خلال الكشف على العلاقة بين مفهوم الذات البدنية لدى هذه الفئة واسباب اقبالها على ممارسة رياضة بناء الاجسام خلال اوقات فراغهم.

وقد اعتمدت الدراسة على عينة قوامها 400 طالب جامعي (ذكور) من جامعة الحاج لخضر باتنة، مقسمين الى مجموعتين 200 طالب ممارس لرياضة بناء الاجسام و200 طالب غير ممارس لهذه الرياضة، حيث اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي باستخدام مقياس مفهوم الذات البدنية والمكون من 30 عبارة ، وقام بتعريبه وشرح عباراته "محمد حسن علاوي" وهذا للإجابة على Fox"1990وعكسها لصاحبه " فرضيات الدراسة والتي عددها خمس فرضيات تقيس خمس ابعاد تشكل مضمون مقياس مفهوم الذات البدنية.

ومن خلال النتائج المتوصل اليها خلص الباحث الى الاستنتاجات التالية:

- توجد دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 لصالح فئة الطلبة الممارسين لرياضة بناء الاجسام خلال اوقات الفراغ عند نظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد المظهر الخارجي للجسم.

توجد دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 لصالح فئة الطلبة الممارسين لرياضة بناء الاجسام خلال اوقات الفراغ عند نظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد القوة البدنية.

- توجد دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 لصالح فئة الطلبة الممارسين لرياضة بناء الاجسام خلال اوقات الفراغ عند نظرائهم من غير الممارسين تبعا اللياقة البدنية.

- توجد دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 لصالح فئة الطلبة الممارسين لرياضة بناء الاجسام خلال اوقات الفراغ عند نظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد الكفاءة الرياضية.

- توجد دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 لصالح فئة الطلبة الممارسين لرياضة بناء الاجسام خلال اوقات الفراغ عند نظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد قيمة الذات البدنية.

Résumé de l’étude

Le thème de la recherche est consacré à l’identification du concept du soi physique et son influence sur les étudiants universitaires à vouloir pratiquer le bodybuilding en temps libre. Ceci en prenant en considération deux catégories de gens spécifiques ; pratiquants et non-pratiquants du bodybuilding. Et cela en démontrant la relation qui existe entre la notion du soi physique chez cette catégorie et les raisons de sa tendance à s’orienter vers la pratique de cette activité sportive en temps libres.

L’étude est basée sur un échantillon de quatre-cent "400" étudiants universitaires (masculins) de l’université de Hadj Lakhdar de Batna, divisés en deux groupes : 200 étudiants pratiquants du bodybuilding, et 200 autres qui sont des non pratiquants de ce sport. Le chercheur s’est fondé dans son étude sur l’approche de la description analytique en usant de la mesure du concept du soi physique composé de 30 expressions et leurs inverses de son auteur"FOX"1990, traduit en arabe et expliqué par "Mohamed Hassen Allouai"en réponse aux suppositions d’étude au nombre de cinq qui mesurent cinq démontions composants le contenu de la mesure du concept du soi physique.

Et à travers les résultats obtenus le chercheur est parvenu aux conclusions suivantes:

- Il existe une significative statistique au niveau de signification de 0.05 en faveur de la catégorie des étudiants qui pratiquent le bodybuilding en temps libres par rapport à celle des non-pratiquants selon la dimension de l’apparence physique du corps.

- Il existe une significative statistique au niveau de signification de 0.05 en faveur de la catégorie des étudiants qui pratiquent le bodybuilding en temps libres par rapport à celle des non-pratiquants selon la dimension de force physique.

- Il existe une significative statistique au niveau de signification de 0.05 en faveur de la catégorie des étudiants qui pratiquent le bodybuilding en temps libres par rapport à celle des non-pratiquants selon la dimension de la forme physique.

- Il existe une significative statistique au niveau de signification de 0.05 en faveur de la catégorie des étudiants qui pratiquent le bodybuilding en temps libres par rapport à celle des non-pratiquants selon la dimension de la compétence sportive.

- Il existe une significative statistique au niveau de signification de 0.05 en faveur de la catégorie des étudiants qui pratiquent le bodybuilding en temps libres par rapport à celle des non-pratiquants selon la dimension de la valeur du soi physique.

التدريب البدني على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى الممارسين وغير الممارسين من تأثير ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم

فتحي انطاط صالح معتوق، عادل عبدالسلام قشوط

ليبيا/جامعة الجبل الغربي كلية التربية، غريان

fathimatog@yahoo.com

ملخص البحث

المقدمة: يعتبر التدريب البدني والألعاب الرياضية التي تحظى بالاهتمام الأول عند أغلب دول العالم لمالها من دور واضح في تنمية اللياقة البدنية وتأثير دورها الإيجابي في المتغيرات الفسيولوجية إلي حدوث تغيرات في الدم كما يحدث لأي جهاز من أجهزة الجسم الأخرى.

هدف البحث :التعرف على تأثير التدريب البدني على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى الممارسين وغير الممارسين لتدريب البدني من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم.

فرض البحث :توجد فروق دالة إحصائياً في الاختبارات البعدية بين الممارسين و غير الممارسين من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم و لصالح الممارسين لتدريب البدني .

اجراءات البحث:منهج البحث:أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

عينة البحث:ثم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بلغ عددها (12) من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم توزعت (6) ممارسين لتدريب البدني و (6) غير ممارسي لتدريب البدني على مجموعتين بالتساوي

يوضح المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و معامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	18.16	18.02	0.4	1.050
الطول	189	188	6.51	0.461
الوزن	68.16	67.9	7.62	0.102
معدل النبض قبل الجهد	71	70.5	7.01	0.210

الاستنتاجات: 1. التدريب البدني المقترح له أثر إيجابياً على المتغيرات الفسيولوجية ، حيث ظهرت فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الممارسين و غيرالممارسين.

2. وحدات التدريب البدني المقننة التي استخدمها الباحث في الحمل البدني يؤدي الي التأثير الإيجابي على المتغيرات الفسيولوجية للممارسين .

3 . وجود علاقة طردي بين كرات الدم البيضاء و الحمراء و الهيموجلوبين والصفائح الدموية، حيث أن تحسن لأي واحد منها يؤثر إيجابياً على الآخر و العكس صحيح.

التوصيات

. الاهتمام بتقنين الطاقة أثناء التدريب البدني لفئة الصم والبكم بمايتناسب مع قدراتهم .

. الاهتمام بتتبع تغير مكونات الدم كمؤثر للحالة الصحية و التدريبية للمماسين أثناء التدريب البدني .

. إجراء دراسات أخرى بحيث تتناول متغيرات فسيولوجية مختلفة المتغيرات لذوي الإعاقة .

المراجع:العربية والأجنبية.

1 . ابو العلا أحمد عبد الفتاح: تأثير فترة الاعداد المنافسة على بعض مكونات الدم لدى لاعبي المنتخب القومي ،مؤتمر الرياضة للجميع كلية التربية البدنية للبنين، جامعة حلوان ، 1985.

2 بهاء الدين ابراهيم سلامة: الكيمياء الحيوية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي ،القاهرة، 1990.

3 . عبدالكريم ضوء: تأثير الأحمال التدريبية متدرجة الشدة على بعض مكونات الدم لبعض لاعبي الأنشطة الرياضية ،رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طرابلس ، كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة، 1997.

4 فاروق عبدالوهاب: مبادئ فسيولوجيا الرياضة، دار الكتاب ،القاهرة، 1983.

5 . فتحي يوسف : تأثير برنامج مقترح لشدة التدريب الهوائي على بعض المتغيرات الفسيولوجية و البدنية للمسافات القصيرة والمسافات الطويلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، طرابلس ، 1997.

6 كمال عبد الحميد :تغيرات بعض مكونات الدم بين الرياضيين غير الرياضيين بعد أداء حمل بدني مقنن ،مجلة بحوث التربية الرياضية ،العدد الرابع، 1984.

7 ليلي صلاح الدين : أثر النشاط الرياضي على بعض مكونات الدم وبروتينات المناعة خلال المستوى التدريبي، رسالة دكتورا غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات ، جيزة، جامعة خلوان ، 1985.

8 محمد حسن علاوي :فسيولوجيا تدريب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1984.

9 مروان عبد المجيد ابراهيم: الملتقى العلمي الثاني لرعاية ذوي الاعاقة ،دبي ، 2012.

10 ---------- : الالعاب الرياضية لذوي الإعاقة ,دار الفكر,عمان, 1997.

11 ----------: الرعاية اللأجتماعية لذوي الإعاقة ,مؤسسة الوراق للنشر, ,عمان, 2007.

12 يوسف ذاهب علي :الفسيولوجيا العامة و فسيولوجيا الرياضة ،مكتبة الحرية ، 1994.

المراجع الأجنبية:

13.FOX, F , (1979) :Sport physiology , W B .saunde , philadephis. Patham book , U.S.A.

14 . Lamb , D ,(1978) : Physi ology of exercise , Macmillan , publishing , co , London. Philadelphia.

النمو المهني لاعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الرياضية و دور الشؤون الاكاديمية في تطويره

فراس اكرم سليم

جامعة صلاح الدين/اربيل-كلية التربية الرياضية

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الى:

- التعرف على مستوى النمو المهني لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية في جامعة صلاح الدين .

- التعرف على الفروق في مستوى النمو المهني بين اعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الرياضية حسب الفرع الذي ينتمي اليه التدريسي.

- التعرف على دور الشؤون الاكاديمية في تطوير النمو المهني لاعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الرياضية في جامعة صلاح الدين.

عينة البحث فقد اشتملت على (30 تدريسيا) وبواقع 10 تدريسين لكل فرع وتم اختيارهم بصورة عشوائية عن طريق القرعة ,حيث تم تصنيفهم حسب الفروع التي ينتمون لها وهي: (فرع الالعاب الجماعية- فرع الالعاب الفردية- فرع العلوم النظرية). وتم اعداد مقياس مكون من ثلاث محاور رئيسة لقياس النمو المهني وهذه المحاور هي: (محور النمو العلمي وبواقع 10 فقرات) و (محور الفاعلية التدريسية وبواقع 12 فقرة) و (محور البحث العلمي وبواقع 9 فقرات). وتم بناء مقياس مكون من (16) فقرة لبيان دور الشؤون الاكاديمية في تطوير النمو المهني من وجهة نظر اعضاء الهيئة اتدريسية. وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائيا تم التوصل الى استنتاجات اهمها:

-النمو المهني في محور التفاعل التدريسي لاعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية الرياضية بكافة فروعها كان افضل من محوري النمو العلمي والبحث العلمي.

- تفوق اعضاء الهيئة التدريسية في فرع العلوم النظرية للنمو المهني على اعضاء الهيئة التدريسية في فرعي (الالعاب الجماعية والالعاب الفردية).

وتم التوصية بجملة من التوصيات منها:- تفعيل دور العمداء و رؤساء الاقسام من خلال اعطائهم صلاحية اوسع من اجل تطوير هيئة التدريس وتقدير احتياجاتهم المهنية.

- التوصية بزيادة دور الشؤون الاكاديمية من خلال اجراء دورات تدريبية وتطويرية في مجال التدريس من حيث التقنية واستخدام الوسائط المتعددة اضافة الى الدعم المادي للمشاركات الخارجية.

- تنشيط وحدات التطوير في الجامعة وو ضع الخطط والبرامج التي تتماشى مع التقدم التكنلوجي والمعرفي من اجل تطوير عضو هيئة التدريس.

الكلمات المفتاحية: النمو المهني-الشؤون الاكاديمية

Professional growth of faculty members in the College of Physical Education and the role of academic affairs in the developed

Firas Akram Salim- Salahalddin University / Faculty of Physical Education

Research Summary:

The study aimed to:

-To identify the level of professional growth of faculty members in the College of Physical Education at the University of Salahaddin.

-To identify the differences in the level of professional growth among members of the faculty in the College of Physical Education, according to the branch that belongs to him teaching.

-Understand the role of academic affairs in the development of professional growth of faculty members in the College of Physical Education at the University of Salahaddin.

The research sample included the (30 of pedagogy) and by 10 techeares each branch was randomly selected by lottery, where were classified according to its branches to which they belong, namely: (a Collective Games -Individual Games communal branch theoretical sciences).

Created been preparing a scale of three axes to measure the head of professional growth and these themes are: (scientific growth axis and by 10 paragraphs) and (axis effective teaching and by paragraph 12 (f) the focus of scientific research and by 9 paragraphs). It was a component of building scale (16) paragraph to indicate the role of academic affairs at the professional growth from the perspective of members of the Authority Atdrisah development. After data collection and processing statistically was reached conclusions including:

-alnmo Teaching professional at the center of the interaction of the faculty members in the College of Physical Education in all its branches was the best of the pivotal scientific research and scientific growth.

-Outweigh the faculty members in science theory for professional growth branch of the faculty members in a sub (team sports and individual games.(

-Was recommended Palate - activating the role of the deans and heads of departments by giving them a wider mandate for the development of faculty and professional estimate their needs.

-Activation and development units in the University Place Wu plans and programs that are in line with technological advances and knowledge for the development of a faculty member.

Key words: professional growth-Academic Affairs

The impact of recreational sports program proposal on some functional organs of the body rates in older people 50-60 years old who were overweight Experimental study on some of the people working in the Algerian administration

Guebli Abdelkader[1], Belalem Karim[2], Dr. ZerfMohammed[2], Mokkedes Moulay Idriss[2] and Pr. Bengoua Ali[2]
Sports Training department laboratory OPAPS,
University Abdel Hamid ibnBadisMostaganem, Mostaganem2700, Algeria
abdelkader85@windowslive.com

Resume: The practice of physical activity one of the most important social practices must be preserved in order to maintain the mental health and physical sound of any preservation of motor ability well and is linked to weight directly, where the aim of this study is to find the impact of the practice of sports program recreational proposal on some functional devices rates 1 / heart rate 2 / blood pressure rate of 3 / weight and body mass on some individuals working in the Algerian administration overweight and with little physical activity, as the research team on the measurement methods adopted for medical addition to the adoption of the step test 3 minutes and on the basis of that the results were pro after the application of the proposed training program: the existence of significant differences between pretest and posttest for the research sample so that your heart rate at rest decreased, as well as blood pressure and body mass index, and on the basis of those results recommend research staff: emphasis on allocation specific times for the practice of physical activity on disagreeing (recreational) with health follow-up and take a diet to maintain a weight that is considered to be functional indicators and good for the body and the normal social practice basis.

Key words: Sports recreational activity,Elders50-60 years, the extra weight, the functional devices for the body

Introduction: Human is a single unit includes the body and mind. The mind that thinks and feels, and the body moving and gaining experience, constitute a comprehensive unit, which seeks to integrate. Since the days of ancient Rome, drafted statement "a healthy mind in a healthy body" where the intention is to promote and strengthen the body through the benefits of sport as a condition for the body is important for health. The benefits of physical activity on health include the level of physical and psychological side; it helps in weight control, and reduces the risk of many chronic diseases such as diabetes, high blood pressure and some types of cancer. It is also in many of the communities are part of the social image of the individual.

In the past, many people look to the subject of sport and physical activity on the basis of base all or none, either the person is an active runner going for hours in the day enjoying a healthy weight, and can be either idle, i.e., spends his time sitting in front of the TV on the couch, addressing foods fast. But doctors say that this view is wrong too, every activity performed by a person calculated and burn some calories when they accumulate changes occur may be crucial on a person's health through the years old. And because the weight is one of the foundations of maintaining health experts agree that the best way to achieve and maintain the level of a healthy weight is through a balanced diet and exercise. Regular physical activity helps to control high blood pressure, when the practice of physical activity (running, swimming, basketball and others activity) consumes muscle large amounts of energy, require more oxygen than usual, and to meet the growing demand of oxygen necessary to increase the blood supply through the blood vessels .mma leads to vasodilatation thus decrease blood pressure.

Inactivity is a major risk factor for heart disease occurs when the heart, harden and tightened the arteries feeding the heart muscle, due to the accumulation of fatty deposits and other substances on the inner walls of the arteries. The continuation of plaque in the arteries reduces the blood flow and oxygen to the heart muscle. Resulting in a heart attack.Physical activity protects against heart disease by reducing the level of fats and cholesterol in the blood and thus prevents deposition on the walls of the artery vessels and heart muscle.Physical activity is the key to weight reduction, effective to reach

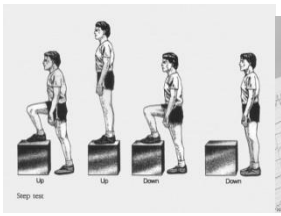
and maintain a healthy weight means in adults and children. Through the consumption of excess calories, thereby prevents stored as fat. Where the calories consumed are more than or equal to the calorie intake.

The methodology and research tools: Researcher experimental approach adopted during their studies and that the appropriate approach to the study of the subject of the search, was where the research sample intended in a group of individuals who are overweight workers Algerian management (Note: All the research sample rely car means a daily transfer to spend their needs and have never practice any sports specialization) The number of respondents 12 people described their characteristics (table 1).

	Age	**The weight**	**Length**	**Mass physical**	**Heart rate (step 3min test)**	**The Blood pressure**	
Median	54.5	93.81	177.85	29.83	120.57	**The arterial**	**Intravenous**
SD	2.06	3.31	3.36	1.55	3.98	7.7	12.9

Table-1 researchsimplecharacteristics

The researchers relied on a set of measuring instruments, which were as follows: **Medical hears; Stethoscope** (form 1) is an acoustic medical device for auscultation, or listening to the internal sounds of human body. It typically has a small disc-shaped resonator that is placed against the chest, and two tubes connected to earpieces. It is often used to listen to lung and heart sounds. It is also used to listen to intestines and blood flow in arteries and veins .in combination with a sphygmomanometer.**Blood Pressure Monitor; Sphygmomanometer** (form 2) , blood pressure meter, or blood pressure gauge is a device used to measure blood pressure, composed of an inflatable cuff to collapse and then release the artery under the cuff in a controlled manner, and a mercury or mechanical manometer to measure the pressure. It is always used in conjunction with a means to determine at what pressure blood flow is just starting, and at what pressure it is unimpeded. Manual sphygmomanometers are used in conjunction with a stethoscope.**Measurement device weight**(form 3)**, Tape measure**(form 4)**,**As has been the adoption of **the step test 3 minutes**(form 5) Measures your aerobic (cardiovascular) fitness level based on how quickly your heart rate returns to normal after exercise. Equipment needed: Stopwatch or clock with a second hand; a friend to help you keep count; a 12-inch bench, box, or step; a metronome Goal: Step on and off the bench for 3 minutes straight while keeping a consistent pace and then see how quickly your heart rate will come back down. Execution: This test is based on a 12-inch step, so use one as close to 12 inches as possible, otherwise your results will be skewed. Set the metronome to 96 beats per minute and make sure you can hear the beat. Stand facing the step. When ready to begin, start the clock or stopwatch and march up and down on the step to the metronome beat (up, up, down, down) for 3 consecutive minutes. (You can rest if you need to, but remain standing.) When 3 minutes are up, stop immediately, sit down on the step, and count (or have a friend count) your pulse (use your wrist or neck) for one full minute.



form 5 form 4 form 3 form 2 form1

The proposed training program: The proposed program included and planned (table 2) a 22 share at a rate of two portions to three per week, where the duration of time achievement reached the 10 weeks (about two months and a half), was split training sessions recreational three training modules recreational junior first relied on sent a small level of activity by walking and some movements performance accidentally setup to install the schedule in the practice of activity in the future. the module recreational Minor II has been some flashes activation of sporty performance and differing work intensity of it and so the motor performance with the tool (ball - Games -…), while the module recreational third was based programming time to practice sports and recreational activity to make sure to get a feel for mandatory exercise, where the average timing of the practice through a specific program from 30 to 40 minutes.In addition of the sports program, also been relying on a diet where a request from research sample to eat fruits and power, rather than a private dinner the fatty material

MICRO 1							
1FIR WEEK		**2secweek**		**3rd week**		**4rdweek**	
SATURDAY	**Wednesday**	**Monday**	**Friday**	**Monday**	**Friday**	**Monday**	**Thursday**
30 MIN	35 min	35 min	30 min	35 min	40 min	40 min	35 min
CE : 30%		**CE:**40%		**CE:**30%		**CE:**40%	

MICRO 2			
1FIR WEEK		**2secweek**	
SUNDAY	**Wednesday**	**Saturday**	**Wednesday**
35 MIN	40 min	35 min	40 min
CE:50%		**CE:**40%	

MICRO 3									
1FIR week			**2secweek**		**3rd week**		**4rdweek**		
SATURDAY	**Monday**	**Friday**	**Monday**	**Thursday**	**Sunday**	**Wednesday**	**Saturday**	**Tuesday**	**Friday**
35 MIN	30 min	35 min	30 min	40 min	35 min	40 min	35 min	40 min	35 min
CE:35%			**CE:**40%		**CE:**50%		**CE:**35%		

MICRO 1:	**Micro 2:**	**Micro 3:**
- WALKING MEDIUM SPEED 10-20MIN - WARM-UP MOVEMENTS 10-15MIN - WALKING MEDIUM SPEED 05-10 MIN	- Walking medium speed15-20 min - Warm-up movements05-10 min - Ball Games05-10 min - Walking medium speed10-15 min	Petit Footing 10-15 min Warm-up movementst 10-15 min Walking medium speed10-15 min Stretching exercises05-10 min
Dieting and eating snacks has been doneduring the dinner (eating more salad + apple)		

Table-2 recreational sport program proposed

Presentation of statistical results and discussion

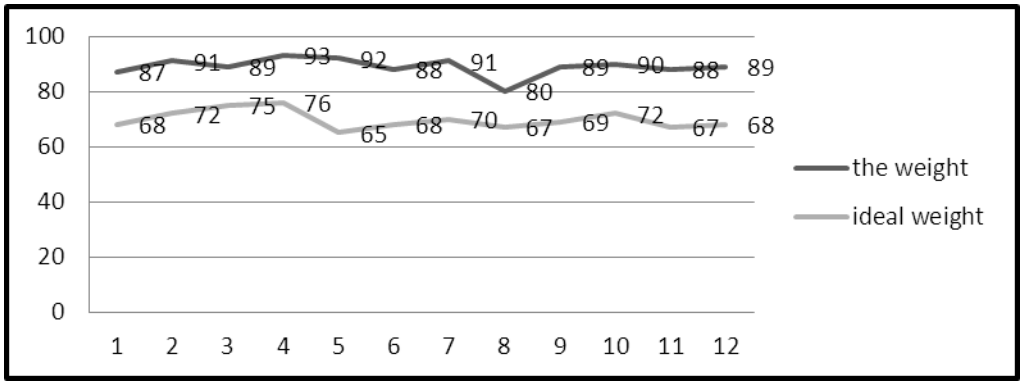
Value T Task when n -2-degree liberty and the significance level 0.05

	The pretest	**The post test**	**Value**	**Countingproves**

		Median	SD	Median	SD	T	
The weight		93.81	3.31	89.16	4.16	3.41	proving
Mass physical		29.83	1.55	27.36	1.62		
Heart rate (step 3min test)		120.57	3.98	114.33	3.25	4.69	
The blood pressure	**The arterial**	7.7	0.11	7.6	0.13	0.41	None proving
	Intravenous	12.9	0.33	12.6	0.46	1.09	

Table-3 test results T. Comparison between the pretest and posttest for research sample

The weight; There were statistically significant differences between pretest and posttest to sample the impact of the application of the proposed sports entertainment program and a decrease average weight by 4.65 kg (93.81±3.31 _ 89.16±4.16) in two months and a half of sports practice(form 1) and is what facilitates the kinetic ability of the research sample. That the sample to burn calories by almost a regular practices any sports production and energy consumption and the equation is the health of the human body, **Mass physical**, It is an equation trace weight as the sample members became the average body mass them (29.83±1.55 _ 27.36±1.62) closer to the ideal medium 22-24 and by continuing to practice will improve over the amount of body mass



Form-1 shows a diagram to compare the weights of research sample

Heart rate (step 3min test) there were statistically significant differences between pretest and posttest to measure the heartbeat of the sample and the result of this sports practice. The heart and lungs are the overall health of a person's Gate, it is considered the heart is the most vital organs of the body take advantage of the sporting activities on a continuous basis since if it was regular exercise, this leads to strengthen the heart muscle and helps to protect the heart of the most common diseases that endure. Many medical research has shown excellent results for the benefit of sports to the heart of where the preparation for exercise aerobic programs, which are characterized by moderately endurance severity and time of the training period leads to the reduction of the total proportion of fat in blood, and thus reduces the chances of heart disease, particularly hardening of the coronary artery. The sports activity regular healthy and beneficial to impact all of the heart, lungs and blood vessels muscle, tests have shown that the practice of physical activity helps to strengthen the heart muscle and increase its size, which helps the heart to pay larger amounts of blood to the parts of the body efficiently, and perform these exercises Sports to improve and regulate the heart rate per minute.

The blood pressure : There were no statistically significant differences between the measurement pre posttest measurements of research sample in the measurement of blood pressure level, In other words, random difference , But it can be seen a few percent (7.7±0.11 _ 7.6±0.13) (12.9±0.33 _ 12.6±0.46). A recent study has suggested that physical exercise may weaken the negative impact of rich foods with salt food on blood pressure. Researchers have found that whenever March person physical exercise, the less the percentage increase in blood pressure as a result of eating a diet rich in sodium salt."People who rarely engage in any physical activity, the blood pressure rises, up more salt in their diet.

After continuing to exercise after a month or two, the individual begins to feel better, The device League and the respiratory and nervous and muscular begin to progress and improvement, as well as

improving the internal organs of vital body, and perform their functions to the fullest, be well with digestion, directing, and acting Metabolism (construction and demolition) and the secretion of sweat and speed sleep soundly and comfort nerves (which leaves social and psychological well-raised) for that individual feels that, in perpetual youth because, thanks to exercises fitness has become more active and easier to move and quieter and renewed our young people with a renewed building blood cells, muscles and forced the progress of breath and calm the nerves that exercise occasion of renewed youth and retard aging, scientific research has proved that to a large extent.

Conclusion: studies remain involved in the construction inhalers training programs and based on the recreational nature of the achievement intended to maintain the mental health and general physical, this is based on the continuous medical monitoring for health and special weight and heart rate and blood pressure which causes the defect in which the increase rate or decrease to pathological cases health critical. Per day consists of more than 1440 minutes, you must exploit 30 minutes, including at least exercise. Since regular exercise is an important part in maintaining a healthy balance and prevent the development of diseases such as diabetes, heart disease and some cancers. Examples include all activities (bicycling, brisk walking, and swimming). A man must choose appropriate exercise for their health, and this should be an interesting exercise to maintain the continuity and achieve the benefit.

Suggestions: After the pilot study of the program sports recreational proposal and through the analysis and discussion of the results, the researchers came to confirm some suggestions that will contribute to maintaining a healthy body, as the researchers stressed the interest in weight to its effect on heart rate and blood pressure rate during rest, where researchers stressed the practice of physical activity a day, even if walking and reduce dependence on means of transport, and (personal cars) to spend all the needs, follow the exercise program and diet, and as well as the use of a bicycle sometimes in the movement.

Bibliography:

1- AHMED, N.S, (2003): THEORIES AND APPLICATIONS OF PHYSIOLOGY SPORTS,CAIRO, HOME ARAB THOUGHT
2- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE, (199): SCAM'S GUIDE-LINES FOR EXERCISE TESTING AND PRESCRIPTION BALTIMORE, WILLIAMS & WILKINS
3- MANEL, A, (2004): SPORTS PRACTICE RESIST HIGH BLOOD PRESSURE; CAIRO, JOURNAL AL-ARABIYA
4- HASKELL, W. L., LEE, I-M., PATE, R. R., POWELL, K. E., BLAIR, S. N., FRANKLIN, B. A., ... BAUMAN, A. (2007). PHYSICAL ACTIVITY AND PUBLIC HEALTH: UPDATED RECOMMENDATION FOR ADULTS FROM THE AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE AND THE AMERICAN HEART ASSOCIATION. *CIRCULATION, 116*(9), 1081-1093.
5- HOLE, J.W. 1990. HUMAN ANATOMY AND PHYSIOLOGY. NEW YORK : WILLIAM
6- HUMAN PHYSIOLOGY: FROM CELLS TO SYSTEMS, 5TH ED., THOMSON LEARNING, INC., U.S.A.
7- KAMAL, J.R, (2004): SPORTS TRAINING FOR THE TWENTY-FIRST CENTURY 2 ED, HOME AEL PUBLISH, JORDAN, OMAN.
8- MED, R.B.M, (2008),FIELD APPLICATION OF THEORIES AND METHODS OF SPORTS TRAINING, BAGHDAD,1 ED, INSTITUTE EDUCATION PHYSICAL AND SPORTS
9- NUTRITION, FOOD, AND WEIGHT CONTROL, EXPANDED ED, ALLY AND BACON, INC. U.S.A.
10- ROBBINS G, POWERS D, BURGESS S. (1999): A WELLNESS WAY OF LIFE ,4TH ED, MC GROW –HILL CO., INC.
11- ROBERGS, R.A.AND ROBERTS.S.O. (2000) EXERCISE PHYSIOLOGY FOR FETNESS, PERFORMANCE, AND HEALTH, MC GRAW-HILL CO.
12- SAFRIT, M.J.AND WOOD, M. (1995): INTRODUCTION TO MEASUREMENT IN PHYSICAL EDUCATION AND EXERCICSE SCIENCE, 3RD. ED, MOSBY YEAR BOOK, INC.USA

13- SHARKEY, B.J (1986): COACHES GUIDE TO SPORT PHYSIOLOGY, HUMAN KINETICS PUBLISHERS, INC, CHAMPAIGN, ILLINOIS, USA
14- TORTORA GJ (2000): PRINCIPLES OF ANATOMY AND PHYSIOLOGY 9ETH ED. JOHN WILEY & SONS, INC, NEW YORK, CHICHESTER, WEINHEIM, SINGAPORE, TORONTO.
15- WILMORE, J.H. (1982): TRAINING FOR SPORT AND ACTIVITY. THE PHYSIOLOGICAL BASIS OF THE CONDITIONING PROCESS, 2AND ED AL-LYN AND BACON, INC., BOSTON, LONDON, SYDNEY, TORONTO.

The impact of sports practice on sensory motor abilities of the football players veterans (40-50 years)

An analytical study of the elements of the martyr MESHAAL team (SIDI BEL ABBES)

Guebli Abdelkader, Belalem Karim,Dr. Zerf Mohammed, Pr.Bengoua Ali and Mekkades Moulay Idriss

Physical and Sports Education Institute,Sports training department Laboratory OPAPS, University Abdel Hamid Ibn Badis Mostaganem, Algeria
E-mail: abdelkader85@windowslive.com

Keywords: sensory motor skills, practice sports, football, stage age (40-50 years)

SUMMARY: Our study aimed to find the impact of sports practice on sensory motor abilities of the football player's ancients and this through the 1/determine the level of sensory motor abilities of footballer's ancient practitioners and non-practitioners, 2/in addition to finding the differences in the level of sensory motor skills among them. And used for this purpose descriptive analytical method to consisting of 32 sample players, divided into two halves evenly, practitioners Association MESHAAL, the martyr of the Ancients players (SIDI BEL ABBES) and non-practitioners (without regularity in practice), and the researchers was based on sensory motor skills tests for data collection and data values quantity in the study, as has been the adoption of central tendency and dispersion in statistical treatment measures in addition to test the significance of differences T. Student Portal on the basis of that came the pro 1 / level sensory motor abilities with footballers ancient practitioners results the best of it to the level of sensory motor abilities the footballers ancient non-practicing and is what explains the impact of the practice on the sensory motor abilities 0.2 / and no statistically significant differences between practitioners and non-practitioners in some capacity in the sense of time and estimate the distance, which suggests that there should be regular practice of football players The ancient foot non-practitioners in order to contribute to the improvement of health and fitness by improving the sensory motor skills. Research staff also recommended the need to emphasize the sports practice and training to improve sensory motor abilities of non-practitioners in particular, do quotas training under the supervision of coach permeate week competition because competition alone is not sufficient to improve sensory motor abilities, emphasis on training programs that run on the sensory capacity development status Kinetic.

INTRODUCTION: Characterized by the practice of sports in the football competition sharply during her motor performance and is what makes it imperative for the collection of physical attributes, skills, tactical and technical, as well as sensory motor side, which significantly contribute to the development and future of their lives especially in the age groups provided (40-50snh) , where you specify the ability to it the possibility of the current per capita reached by already, either through maturity or growth or experience or education or training to engage in intellectual or sensory or motor activity in a particular area of sports fields(Abdelmadjid, 2002), which is based on the perception kinesthetic in the learning process and so that the greater the sense of movement or skill, whenever possible, it performed better, leading to increase performance significantly. And it is linked to the concept applied to the capabilities of the kinetic process of receiving and coordination of neural commands motor control and compatibility neuromuscular(Despopoulos, 2004), so the kinetic sense of power means is athletic ability to show the appropriate amount of muscle power needed to perform a particular kinesthetic a show maximum strength, medium or low(djalal_edinne, 2008), while the kinetic sense of time is the sports movement's ability to determine the performance or effectiveness time. The kinetic sense of distance: the rest is the ability to determine the distance traveled during the performance(azaoui, 2000).

Thanks to this process, the perception of the process of kinesthetic the player accommodates the ball movements very clearly in terms of weight, shape and strength necessary strike which leads to ensure that the performance skills meticulously, and has the players Outstanding ability to differentiate between the weights of the balls even if different portion of a gram, especially during training , studies have shown that international players can easily grasp the differences between the weights and the degree of rubber and speed of flight of the ball height and direction, as the Motor Sensory Perception is an important component in the development of perception of the body as stored educated movements previously by synthesis system configurations initial and this storage become the reactionary feed attendant skill performed by the player after that, skills of football player depends on the perception and the ability to interpret the perceptions to the range of acts kinetic harmonic of the game through a variety of sensory

input, visual and sense of mobility and expressed by the player precisely to be able to annexation together in a consensus sequence successful in motor performance(Med k Assmer, 2004)

RESEARCH PROCEDURES: The researchers adopted the descriptive analytical method way to sample represented in the 16-player football practitioner of MASHAAL Martyr Association of the Ancients players and 16 football player is a practitioner of the ancient players were identified life expectancy for practitioners to 47 and for non-practicing as well, and to collect data used crew Search sensory motor skills tests set (1) test the sense of emptiness vertical line (2) test the sense of distance of the horizontal jump (3) test estimate sense of time (4) test ran 10m steps weighted (5) test the sense of distance vertical jump.

1. The laboratory throw the ball with both hands from behind the firing line and be his eyes blindfolded after giving him a chance to estimate the distance in view and record the distance between the place of the fall of the ball and the second line laboratory 3 attempts _ m + 1 m 2 + m 3/3 = m (Fig. 1)

2. leaves the laboratory to estimate after the goal by the line distance and intolerance in his eyes and left in this position for five seconds _ the laboratory feet jump together to try to get to the goal line so that comes into contact with the second line laboratory two attempts _ m + 1 m 2/2 = distance (Fig 2)

3. The laboratory operated by considering the suspension hour to scan time and a sense of it, and then ask him to switch on and off at times (5 sec, 0.7 sec 0.15 sec) to repeat it three times for each of these time. It restores the laboratory performing the test without looking at the stopwatch from a standing position and consider an imam and hand over the entire extension with the length of the body where the Screened run the clock and stop it when the time (7 sec) to repeat this measurement three times in a row _ determines the amount of error ± 7 sec (Fig. 3)

4. laboratory run distance 22:00 pace for the first attempt _ ask the laboratory re-sprint blindfolded the same steps and the same distance to the first attempt _ m 1 - m 2 = ability kinetic sense of distance (Fig 4)

5. High lab to stretch his hand standing score flashed on the wall _ jumps laboratory, its highest extension of his hand, the sign on the wall _ intolerance eyes of the laboratory after the appreciation of the distance and tries to jump for the registration of a mark at a rate of 50 "from the first sign (or the middle). _ Allows the laboratory two attempts _ distance height between the first marker and the second marker, the required _ M2-M1 value = ability of muscle (Fig. 5)

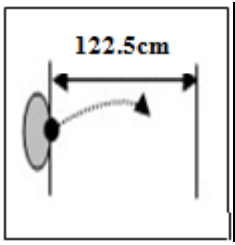


Fig 1

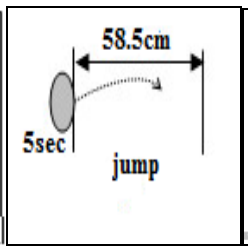


Fig 2

Fig 3

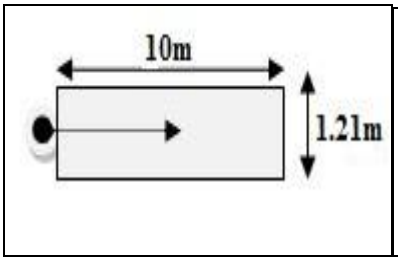


Fig 4

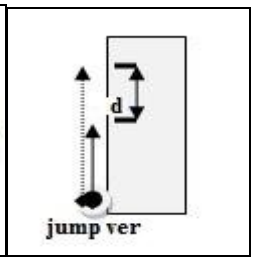


Fig 5

RESULTS PRESENTATION:

Tab 1 shows the results of the value of T

Tests	None practicing		Practicing		value T	Counting proves
	SD	M	SD	M		
1_The sense of emptiness vertical line	6.07	124.52	4.24	120.71	**1.85**	None proving
2_The sense of distance of the horizontal jump	7.85	50.71	4.2	60.5	**3.95**	proving
3_Estimate sense of time	2.14	5.66	1	7.33	**2.53**	proving
4_Ran 10m steps weighted	0.1	9.80	0.55	9.72	**0.48**	None proving
5_The sense of distance vertical jump	8.12	253	7.19	255	**0.87**	None proving

Value t Task when n -2-degree libertyand the significance level0.05

Set the value of the data after the combination of the results of the tests averages and standard deviations calculations to find the level of sensory motor abilities of the sample in order to search, and in addition to compare (the sample and the sample practice is practice) to come results were as follows: -Sense of distance jump horizontal and where significant statistical T. teams Output was 3.95 clear between practice sample and identified the value of the results level where b 60.5 ± 4.2 cm, while the results of the sample is practice-specific level to 50.71 ± 7.85 cm and is what explains maintain sample Practice by adjusting the exercise on the ability of these specific sensory motor. As well as test estimate sense of time in which significant differences and statistical significance was clear practice as well as between the sample 7.33 ± 1 sec practice and the sample is 5.66 ± 2.14 Sec results and this difference to previous levels mentioned in the test results for the significance of differences T. 2.53. - The test sense of emptiness vertical line and that the value of its level results are limited to 120.71 ± 4.24 for the sample practice and 124 ± 6.07 of the sample is practice, test ran 22:00 steps weighted 9.72 ± 0.55 cm for sample practice and 9.80 ± 0.1 for sample practice, test sense of distance jump vertical, 255 ± 7.19 cm for sample practice and 253 ± 8.12 cm for the sample is practice, it was the comparison results for the significance of differences t in the previous tests mentioned between practice sample and is practice is statistically significant and is what shows in the lack of regularity in practice did not affect the This level of sensory and motor abilities that can be traced to several reasons, including the pattern and lifestyle, diet and practice the value of social movement and activity within the community.

DISCUSSING RESULTS: Test showed the sense of emptiness vertical line results and the presence of non-statistically significant differences between the two samples practitioners and non-practitioners, researchers gave reason that sense of throwing the ball that most of the skills require a high level of performance and a focus on precision in execution element, inability of the player to determine his place

in the vacuum and control in the body during motor performance leads to failure in the performance of skill accuracy. For player that understands body position conscious fit during the performance of the various skills of the game of which require a specific level in the correct nerve meta according kinetic paths, and as a result of the exercise was appointed Find not already sensory motor ability are affected by this practice regularly and erratic and is based in this social pattern of the members of the sample and that differences that may affect the results.

Test the sense of distance jump horizontal and that the results showed the existence of significant differences between the sample and in favor of the practice sample, and was based on research staff in so that the practice of football as an activity athlete contains exercises Motor Sensory as sense Perception of muscular strength and sense of distance and the realization sense of speed motor of the foot leading to skill. And which can be developed through advanced exercises especially those perceptions, as this exercise works on the cognitive sense - the development of motor skills, which helps the player to achieve greater understanding of the nature of performance, making it succeed in the performance of motor skills in different play positions, as well as be a continuous exercise leads to increase the capacity of the player to focus and accuracy performance skills and this in turn led to perceptions the process of development, since the higher the exercise period for the player the more experience and skills in different play positions .

The ability to recognize colleagues and competitors sites and identified on the pitch accurately affect the accuracy and speed of implementation of many of football skills, and during the football player moves forward and backward and to the sides, which contributed to enable it to estimate the distance and as well as when scrolling the near and distant colleague and When you move the ball and without the ball, and is what demonstrates the differences that came as a result of regular practice is a function of the sample practice.

Test sense of time and that the results showed the existence of significant statistical in favor of practitioners differences, and this is due to the practice of football very effective in cognitive abilities development (sense - dynamic so the player depends on his performance skills of the game to isolate the role of the sense of sight and rely on the sensory receptors located in the muscles, joints and tendons to become is responsible for the transmission of nerve signals the central nervous system which is thus directed the body to perform the required movements, when unable footballer of estimating time shows this on the abilities common-good mobility, football player with Sensory Perception-kinesthetic can perform easily and accurately skill in all football skills and be able to accomplish the movement consistently and on the other hand, the significance provide a high level of cognitive sense-kinesthetic the football players as much in order to do the duties footwork and tactical assigned to them, including requiring realize all of them to his place, as well as to realize the direction of driven by the extent necessary to perform the various skills power gymnast in during exercise or play can be linked between skills performance mentally and physically so that it is more accurate in estimating the time it takes the movement or skills within real-time to her, and the positions learning and training needed to engage the senses in the course of performing the skill, such as the sense of touch, sight and some internal sensations as balance and direction as they are an essential part of the process and whatever capacity development sense - mobility.

Test ran 10m steps balanced and which was test for differences which results is a function indication statistically among practitioners and non-practitioners, and because it has to be to have the player a sense dominant good movement of the foot and in all directions and control the movement of the body and its parts during a move in the stadium of the pass and Follow-up to the ball and sense of pitch through his movements in it and in all directions, which confirms that the perceptible sense of dynamic in the field of great importance to the sport and to its important role for all compatibility movements, and the technical level of practitioners and non-practitioners impact on the results and to the extent previously mastery and for acquisition Where.

Test sense of distance vertical jump, which come its findings to non-significant differences statistically significant between practitioners and non-practitioners and so that the perceptions common-mobility can be developed through advanced exercises especially those perceptions. These exercises are working on the development of Sensory Perception - motor skills, which helps the player to achieve greater understanding of the nature of performance, making it succeed in the performance of motor skills in different play positions, either the absence of training and playing time in the insufficient week to develop a sense of distance vertical jump and precision kinetic because it depends on the power of the lower limbs and perceptive distance jump, as well as the inability to determine the distance traveled in the course of performance of any inability step in determining the distance during jogging or jump horizontal or vertical distance, but the experience factor in this may affect the level of those capabilities.

CONCLUSION: The sports practice is one of the most important factors in maintaining the various special abilities to the individual whether physical or skill or sensory or motor, including football, which is one of the sports that require homogeneity and integration between the characteristics of motor in order to achieve good performance, this study, which summed footballers ancients association MESHAAL martyrs martyr practitioners regularly for soccer, as well as non-practicing regularly having any of one period to another, the study concluded that the regular practice of the members of the research sample impacted positively on some sensory motor abilities function as distance sense as well as the appreciation of time, and other abilities was not the difference in the fairly significant but relatively difference exists.This indicates that the practitioner football it done quotas training permeate the competition week in order to be to exert a positive role and effective on sensory motor skills and to improve its performance in order to achieve positive results, which contributes to improve his fitness and health, but should be organized and continuing to improve the level of sensory motor abilities more than through maintaining the level of pre-evolution in order to mitigate the impact and implications of aging, which slows the movement level and response in performance speed, better than practice during the competition only and at a rate of once a week.

BIBLIOGRAPHY:

1- Ahmed peaceful; the impact of the proposed training curriculum in the evolution of kinetic-Sensory Perception and its relationship to the skill level of the hand reel: (PhD thesis, University of Baghdad, College of Physical Education,. (2000).

2- Abdelmadjid, M. I. (2002). Motor learning and physical development. *1*. Jordon: International House of Scientific Publishing and Distribution.

3- Abdo, h. a. (2002). Preparation skills of the football players. Cairo: Technical Library radiation.

4- azaoui, K. (2000). The impact of mental training in the development of some cognitive variables-kinesthetic sense and the level of performance to learn the skill of pronation on the horizontal bar. Baghdad, Iraq: Faculty of Physical Education.

5- Despopoulos, S. &. (2004). *sportmotrik*. berlin, Germany: Volkseigener Verlag.

6- Djamel Imad Dinne, A. (2008). The foundations of the physiological activities of the kinetic. cairo, Egypt: House book publishing.

7- Iman Hamad Shihab. (1998); a proposed program in the motor of Education to raise the level of mental ability and cognitive sense - kinesthetic in children aged 4-5 years. Baghdad University College of Physical Education.

8- Fotouh, K. S. (1997). Develop your preparation for the performance of skill transmitter landslide emerging volleyball. egypt: Zagazig University_ Faculty of Physical Education.

9- Ibrahim, m. (2002). Physical growth and motor learning. Amman, Jordan: the house for scientific publication.

10- Med k Assmer, k. z. (2004). The effect of a suggested motor training program in developing some perceptional abilities (senso-motor) of Pre-school children (4-5) years old. mosul, iraq: University of Mosul - College of Sport Education.

Evaluer le tourisme sportif en Tunisie

Hajer NAOUALI

Institut Supérieur du Sport et de l'Education Physique de Gafsa, Université de Gafsa, Tunisie

e-mail : hajer.naouali@yahoo.fr

Résumé

La perméabilité du sport à l'économie du marché est de plus en plus progressive. Le sport n'est plus seulement une pratique et un spectacle, il est aussi un secteur économique avec des activités de production en conduisant à la consommation de biens et services importants. Ce faisant, il exerce des effets externes considérables sur plusieurs autres secteurs.

Dans sa version marchande, il stimule la création et le développement de différents services tels que ceux relatifs au tourisme (pratique, restauration, hébergement, etc.). Un tel entremêlant est à l'origine du *tourisme sportif*.

Le tourisme sportif peut être défini comme un type de tourisme où les voyageurs vont chercher à assister et à participer à un événement sportif, qu'il soit international ou local, classique ou typique d'une culture locale. Et à pratiquer une activité sportive ou d'aventure dans une destination propice à son exercice.

Le lien entre la sphère sportive et la sphère touristique n'est pas bien évoqué en Tunisie. Notre article propose de mettre en évidence le tourisme sportif développé lors d'une manifestation et ses conséquences économiques. Après un rappel historique des analyses socio-économiques sur ce thème nous prenons des exemples pour illustrer cette évolution sociétale. À travers la construction d'une méthodologie massive et diversifiée, nous avons essayé de souligner dans un premier temps l'intégration des manifestations sportives dans une démarche touristique globale. Dans un second temps, nous tentons d'en mesurer très concrètement les conséquences et retombées économiques locales.

Mots clés : tourisme, sport, enjeux économiques du sport, économétrie du sport, économétrie du tourisme

Etude des effets de l'entraînement intermittent (court vs long) sur le développement de la vitesse maximale aérobie chez des jeunes footballeurs « Cas des juniors »

KHAROUBI Mohamed Fayçal[1] & Ouadah Ahamed amine[2] & Silarbi Charef [2]

[1]Institut d'éducation physique et sportive - Université Alger -3-

Institut des sciences et des activités physique et sportive - Centre universitaire Tissemsilt

kharoubi14@hotmail.fr

Résumé:

Les exercices intermittents constituent un exemple de l'orientation de l'entraînement en conformité aux analyses des différents facteurs de la performance en football, l'objectif de cette étude était de comparer les effets de deux modalités de travail intermittent (court –long) sur la Vitesse Maximale Aérobie. Vingt joueurs de football âgés de 17 ans (174,96+4,2 cm, 64,57+3,23 kg) ont participé à cette étude. Deux groupes de footballeurs ont été constitués : un groupe 15s/15s (G15/15) et un groupe 3mn /3mn (G3/3). Les footballeurs ont réalisé un test de VMA (yoyo intermittent Recovery test) . Après avoir effectué le test, les deux groupes ont concrétisé durant huit semaines une séance de travail intermittent par semaine. A l'issue de ce travail, le test de VMA était de nouveau proposé aux footballeurs, ce qui nous permettait de comparer les résultats obtenus entre les deux tests avant et après entraînement. Après les huit semaines nous avons constaté que les exercices intermittents (15s/15s) ont été plus significatifs dans le développement de la VMA par rapport les exercices intermittents (3mn/3mn).

Les mots clés : L'évaluation - la vitesse maximale aérobie – l'entraînement intermittent.

ملخص البحث:

تعتبر التمارين الفترية من الطرق التدريبية الملائمة لنوعية المجهودات التي يقوم بها اللاعب خلال مباراة في كرة القدم، فتهدف هذه الدراسة إلى مقارنة بين كل من التدريب الفتري الطويل المدى و القصير المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى ، تمت هذه الدراسة على 20 لاعب، قسم اللاعبون إلى مجموعتين، مجموعة الأولى (15 ثا/15ثا) و المجموعة الثانية (3د/3د)، قام اللاعبون بالإختبار القبلي للسرعة الهوائية القصوى (إختبار يويو) ثم تم إقتراح برنامجين مختلفين لكل مجموعة لمدة 8 أسابيع و بمعدل حصة في الأسبوع، بعد نهاية البرنامج من خلال النتائج المحصل عليها تم الإستنتاج بوجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المجموعة التي تتدرب .تم القيام بالإختبار البعدي بالتدريب الفتري القصير و عليه يمكن القول بأن التدريب الفتري القصير المدى يسمح بتطوير السرعة الهوائية القصوى مقارنة مع التدريب الفتري الطويل المدى.

الكلمات المفتاحية: التقويم، السرعة الهوائية القصوى، التدريب الفتري.

The Physiological Effects Of Playing Sports On Some Kidney Function And Blood Components For Seniors (Men - Women) In North Sinai Governorate (Comparative Study)

Mohamed Nader Mohamed Shalaby

∗ Abstract of Research

The research aims to identify the physiological effects of exercise on some kidney function and blood components for seniors (men - women) in North Sinai Governorate as a study comparison, the researcher used the descriptive method using a screening method due to its relevance to the nature of the research, was chosen as the research sample purposively undecided on the number of (3) health clubs in El-Arish in North Sinai Governorate, to the number (34) men and women equally (17) for both of them, and amounted to sample exploratory number (4) men and women equally (2) for both of them to learn about the problems during the application, and reached the core sample number (30) men and women equally (15) for both of them in the age group (45 years - 50 years), The most important results because there is a statistically significant differences between men and women in some kidney function and blood components and of the differences (urea, creatinine, protein, the number of red blood cells, white blood cell count, hemoglobin in the blood) in favor of men as a result of sports practice with the best men and more sustainable for the ladies or women.

Key words : Physiological effects, kidney function and blood components. ∗ Lecturer, Department of Health Sciences Sports Faculty of Education, Arish, Suez Canal University.

Effets du poste de jeu sur le rendement anaérobie et la fréquence cardiaque au cours de sprints répétés chez les footballeurs Algériens

Ould hammou Mustapha[(1)] ; Fernane Majid[(2)].

[(1)]Université de Boumerdés- Algérie

[(2)]Université de Bouira –Algérie

Ould hammou@gmail-com

Mots clés : Wingate, puissance anaérobie, fréquence cardiaque, sprints répétés, footballeurs, poste de jeu

Résumé : L'objectif de cette étude était de démonter l'effet du poste de jeu en football, sur le rendement de la puissance et la capacité anaérobie et la fréquence cardiaque au cours de sprints répétés.

15 footballeurs ont participés à cette étude (05 défenseurs, 05 attaquants et 05 milieu de terrain) ; âge 24.8 ±3.2, poids 72 ± 4.2, taille 177± 4.4. Le protocole consistait à exécuter deux épreuves anaérobies de 30 secondes (Wingate test) consécutivement, entrecoupés d'une période de récupération passive (4 minutes), couplé à une mesure de la fréquence cardiaque pendant toute la durée du protocole (récupération incluse).

Résultats : le pic de puissance et la capacité anaérobie en valeurs absolus et relatives développées par les footballeurs au cours de la deuxième épreuve du Wingate test étaient plus basses d'une façon significative par rapport à la première (Spierer et coll., 2004, Bogdanis et coll., 1996), la constatation n'est pas la même par poste de jeu ou les milieux , défenseurs et attaquants ne présentent pas de différences statistiquement significatives entre les deux épreuves pour le pic de puissance, mais des différences significatives dans la capacité anaérobie. On observe par contre que les milieux de terrain présentent un indice de fatigue presque identique entre le 1er et le 2ème Wingate avec des valeurs respectives de 53.3 ±5 et 53.6 ±5%, il apparaît donc que les milieux sont moins fatigués de la succession d'effort que les défenseurs et les attaquants (Denis et coll., 1992).

L'évolution de la fréquence cardiaque au cours du 1er et du 2ème Wingate chez les footballeurs augmente progressivement pour atteindre les valeurs les plus élevées à la fin de l'effort, toute fois on remarque une différence dans la cinétique de la courbe représentante la fréquence cardiaque du 2ème Wingate, entre les défenseurs, attaquants et les milieux, car la courbe des défenseurs et des attaquants s'affaisse d'une façon plus ponctues à la 20ème secondes par rapport à celle des milieux de terrain, et ceci jusqu'à la 30ème seconde, ce qui prouve que les milieux de terrain ont mieux résister à la fatigue au cours du deuxième Wingate.

Conclusion : Les résultats démontre que les réponses mécaniques et les réponses cardiaques ne présentent pas de différences significatives entre les trois groupes et ceci pour les valeurs des deux épreuves, même si les valeurs des défenseurs et les attaquants ont une faible tendance à la hausse par apport au milieux de terrain notamment dans les valeurs du pic de puissance anaérobie au cours du 1er wingate et ceci en valeurs absolue et surtout relatives ; même chose pour l'indice de fatigue qui présente une stabilité entre les deux épreuves chez les milieux par rapport aux défenseurs et aux attaquants.

The prediction of the temperamental style of the athletic youth in terms of bio-rhythm

Rasha Mohammed Ashraf Sharaf*
Ala'a Sayed Nabih**

* Professor of Sports Psychology, Dept. of Sports psychology Sociology and Evaluation, Faculty of Physical Education for Boy, Helwan University, The Arab Republic of Egypt. rasha ashraf 2004@ yahoo.com
** Asst. Professor, Dept. of Sports Health Sciences, Faculty of Physical Education for Boys, Helwan University, The Arab Republic of Egypt.

The athlete condition is different during the day according to his life style in respect of bio-rhythm of various body organs. Work efficiency will be different if works are operated in different day times for the bio-rhythm (3:4).As the training and psychological load is increased or raised, the rest period is increased accordingly. This is noticeable when disturbances are occurred in players while physical efficiency is getting regular dynamically (2:235).

The account of the individual bio-rhythm is one of the important factors to upgrade the level of performance and directing training loads. When this factor has been disregarded, the level of the player was oscillated and planning the athletic training was fluctuated for changing the vigilance of the central nervous system and factors of its functional condition connected directly with various daily times and daily life qualities of human being (4:44).

Understanding the rules of the reciprocal effect between human being and his surrounding environment is the most important restraint to raise the training process. As predicted the bio-rhythm will be used during the functional work of the human being activity to predict the individual's vital condition (1:71). Therefore, the idea of the current investigation was emerged to relate the temperamental style and the emotional course and its variability throughout the day.

Research procedures:

The two researchers used the descriptive method on a random sample of (200) male and female youth of some individual/team sports. The Oostnberg Form was applied to define the bio-rhythm. The form was Arabized by Abul-Ela and Sobhi Hassanein (1997) including (23) questions. The individual marks (/) on the choice suiting him and by summing up scores the temperamental style of his bio-rhythm could be outlined according to a predetermined norm on the form. Also the list of temperamental style designed by Mohammed Allawi (1988) was applied including (30) statements by (10) statements for each style (the power of stimulation operations, the power of stop operations, personal flexibility). They were responded by a tri-estimate scale and the higher score reveals the individual dominant style.

Presentation of results:

4- Values of arithmetic means of responses of young athletes varied on the list of temperamental styles and the highest value was for personal flexibility style (24.24, 23.91, 23.51, 22.43, 21.91) for young athletes of swimming, basketball, volleyball, ground tennis and handball; respectively while the style of the power of stimulation operations was the dominant style for the young gymnasts of (24.04).
5- Values of arithmetic means of responses of the young athletes varied on the bio-rhythm determination questionnaire varied between (66.1 and 76.6) indicating that the dominant rhythm was the irregular style for all activities under investigation.

6- Temperamental style prediction equation was concluded for each physical activity separately by using the stepwise regression equation in terms of the dominant bio-rhythm (irregular style) as the temperamental style of personal flexibility had the first class of percentage of contribution of value (60.2% to 62.8%) for ground tennis and basketball while the temperamental styles of both personal flexibility and power of stimulation operations were predicted by a percentage of contribution (70.3%) for volleyball. The results for the sport of swimming,the styles of personal flexibility and the power of stop operations were predicted together with a percentage of contribution (79.2%). For the sport of gymnastics the percentage of contribution for (the power of stimulation operations together with the power of stop operations) was (82.4%). Finally, a prediction equation for the sport of handball has not been concluded.

Discussion of results:

- The dominant temperamental style of (personal flexibility) characterizes many sports as this style helpedform psychological conditions indicated that the behavior was balanced. Also the temperamental style of (the power of stimulation operations) was for the young athletes as this sport is characterized by multiple skills and high level of riskiness in performance, hence, stimulation should be increased to learn and to master it.
- The determination of bio-rhythm of young athletes was the irregular style and was the dominant rhythm in them indicating that the athlete efficiency was changed all the day long with the result that it helped plan the training programs to reach the best possible sports level according to the type of specialized activity. The level is improved when its time is in line with the optimum time of the bio-rhythm of the player within the day of competition. Also determination of the rhythm style helps regulate different times of the player and consequently, psychological emotional mental preparations programs are planned scientifically in coincide with timing of the athletic performance to make the utmost possible benefit. Therefore, knowing the temperamental style of each activity in terms of the bio-rhythm helps the young athlete adapt to the surrounding environment conditions. Also it helps know the optimum time to perform training doses within the day and to fix time of training coinciding withthe competitive conditions to contribute to the development of the athlete's physical and skill abilities.

Conclusion:

V. The results indicated that the dominant temperamental style in sports under investigation (personal flexibility style) excepting athletics was (the power of stimulation operations) and consequently fulfilling the 1st research objective.

VI. The results indicated that the dominant bio-rhythm of the sports under investigation was (the irregular style) and consequently fulfilling the 2nd research objective.

VII. The results indicated that there was a significant correlation between the temperamental styles under investigation and the dominant bio-rhythm in young athletes (the irregular style) and consequently fulfilling the 3rd research objective.

VIII. The results showed that a regression equation could be predicted to know percentages of contribution of temperamental styles to the dominant bio-rhythm in young athletes. The temperamental style (personal flexibility) shared most sports with varying percentages with each activity followed by other temperamental styles in the ability to predict the bio-rhythm and consequently fulfilling the 4th research objective.

References:

8- Abul-Ela Ahmed, Mohammed Sobhi Hassanein (2003): Physiology of Training and Sport. Arab Thought House, Cairo.
9- Elham Ismael Shalabi (2005): Panorama General Health and Health Education for Athletes. Cairo.
10- Saad Kamal Taha, Ibrahim Yahia, Hamed Mohammed Othman (2004): Fundamentals of Physiology Series. Part 3, Happiness Bookstore, Cairo.
11- Ali Albeik, Sabry Omar (1994): Bio-rhythm and Sports Achievement. Knowledge Establishment, Alexandria.
12- Youssef Zahab Ali, Mohammed Gabber Breiqaa (1995): Bio-rhythm Encyclopedia. Part 1,Knowledge Establishment, Alexandria.
13- Bon Neztaion (2005):"Circadian rhythms and athletic performance", Medical Science Sport and Exercise, Vo1. (36), Part2,U.S.A.
14- Trime,M.R.,Morgan W.P. (1995):Influence of time of day on psychological responses to exercise.Sports Medicine.Vol.(20),Part 5.Auckland, N.Z (U.K)

الكفايات الإشرافية للتدريب الميداني الداخلي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس

ابتسام عمار جبارة إسماعيل الهادي حصن مجدي أبوبكر حمزة

ملخص البحث

هدف البحث : التعرف على مدى استخدام الكفايات الإشرافية للتدريب الميداني الداخلي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس.

إجراءات البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي . باستخدام استمارة استبيان

كما تم اختيار العينة بالطريقة العمدية حيث بلغ عددها (90) مشرفا وطالبا ، (65) طالب و(25) مشرف وكانت

أهم نتائج البحث : إن المشرف يؤدي الكفايات الإشرافية المتعلقة بأهداف التوجيه والمتعلقة بالمحتوى وبأساليب التوجيه والمتعلقة بالتقويم من وجهة نظره ومن وجهت نظر الطالب بدرجات متفاوتة .

تأثير منهج تدريبي مقترح في تنمية القوة القصوى للأطراف السفلى وعلاقتها بدقة اداء مهارة عبور العارضة للاعبي القفز العالي (الشباب)

ابتهاج رفعت حسين /كلية التربية/ جامعة بغداد

ملخص البحث:

يهدف البحث الى:

- اعداد منهج تدريبي مقترح في تنمية القوة القصوى للأطراف السفلى لدقة اداء مهارة عبور العارضة في فعالية القفز العالي
- تأثير المنهج التدريبي المقترح في تنمية القوة القصوى للأطراف السفلى في دقة اداء مهارة عبور العارضة في فعالية القفز العالي

اما فروض البحث :

- للمنهج التدريبي المقترح تأثير ايجابي على تطوير القوة القصوى للأطراف السفلى.
- وجود فروق بين الاختبارات القبلية و البعدية بتطوير القوة القصوى للأطراف السفلى و دقة اداء مهارة عبور العارضة في فعالية القفز العالي.

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة مشكلة البحث .و اختار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو النخبة من فئة (شباب) بالقفز العالي، ، إذ قام الباحث باختيار (10) لاعبين بالطريقة العشوائية من أصل (14) لاعباً الذين يمثلون مجتمع البحث ، أي بنسبة (70,085 %) من لاعبي القفز العالي .

قام الباحث بإعداد استمارات استبيان آراء الخبراء والمختصين حول اختيار أفضل الاختبارات المناسبة لقياس الصفات البدنية الخاصة بقياس صفة القوة القصوى لعضلات الأطراف السفلى .

كما قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (4) لاعبين من خارج عينة البحث واجرى اختبارا قبليا لاختبار قياس القوة القصوى كما اعد منهج تدريبي يتكون من (10) أسابيع وبمعدل (3) وحدات في الأسبوع ، إذ كان زمن الوحدة التدريبية الواحدة (30-45) دقيقة من القسم الرئيس

واجرئ الباحث الاختبارات البعدية وقد تم مراعاة شروط وتعليمات تنفيذ هذه الاختبارات تحت نفس الظروف والامكانات المتاحة والمستخدمة في الاختبارات القبلية بغية الحصول على نتائج معتمدة .

وتم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة النتائج إحصائيا وبعد عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار القوة القصوى ، واختبار دقة اداء مهارة القفز العالي استنتج الباحث ما يأتي :

- للمنهج التدريبي اثر ايجابي في تطوير القوة القصوى للاطراف السفلى للاعبي فعالية القفز العالي
- وجود فروق معنوية لصالح المجموعتين الضابطة والتجريبية بالرغم من ان الفروق كانت هي الافضل للمجموعة التجريبية

The impact of the proposed training approach in the development of maximum strength of lower limbs and their relationship to the accuracy performance skill cross the bar on effective jump higher

Saadoun, Nasser/Canadian Medical College/University

Summary:

The research aims to:

-Proposed training curriculum on the development of maximum strength of lower limbs for precision performance skill to cross the bar on effective jump higher

-The impact of the proposed training curriculum on the development of maximum strength of lower limbs on the accuracy of performance skill to cross the bar on effective jump higher

Either hypotheses:

-Proposed training curriculum has a positive impact on the development of maximum strength of lower limbs.

-Differences between tribal and remote tests to develop maximum strength of lower limbs and accuracy performance skill to cross the bar on effective jump higher.

The researcher used experimental method of the relevance and nature of the problem and find the way society chooses to intentional and are elite players (young) in the high jump, the Finder selection (10) players with random way out (14) players representing the research community, or (70085%) Players jump higher.

The researcher prepared questionnaire forms the views of experts and specialists on choosing the best appropriate tests to measure physical attributes to measure as maximum power to the muscles of the lower limbs.

The researcher also conducted exploratory experiment on a group of players and (4) players from outside research and sample try-out backwards to test measuring the maximum power has also prepared training curriculum consists of (10) weeks and (3) units per week, time per module (30-45) minutes of the section President

And I encourage researcher tests was post-traumatic conditions and help implement these tests under the same conditions and potentials used in tribal tests in order to get results.

And been using statistical program (SPSS) for processing the results statistically and yet present, analyse and discuss the results of the fingerprinting tests control and experimental groups in maximum power test, test accuracy high jump skill performance researcher concluded that:

-Training curriculum has had a positive impact on the development of maximum strength of lower limbs of players effectively jump higher

-Moral differences in favour of the control and experimental groups, although the differences were best for pilot group.

التحليل الحركي المقارن بين ارتفاعين للقفز العميق وعلاقتهما في بعض المتغيرات الكينماتيكية لعضلات الرجلين للاعبي الكرة الطائرة

أُبـــي رامز البكري، ضمياء علي عبد الله

ملخص البحث

من المعروف بان اختبارات القوة الانفجارية تقاس للاعبين بحصولهم على اعلى ارتفاع بعد القفز مسجل باليد بقطعة طباشير تؤشـــر على الحائط وكثيـــرا من الباحثين اعتمدوا هذا القياس حتى في اختبارات القفز العميق رغم تبـــاين الاداء في وضعية اللاعب للتاشير على الحائط بانه هل يمـــثل القياس الـــحقيقي لاعلى ارتفاع يصله اللاعب من هنا تبلورت مشكلة البحث وهي بقيام الباحث باجراء اختبار القفز العميق بالاعتماد على التقنية العلمية عن طريق التصوير الفيديوي والتحليل الحركي للحصول على اعلى ارتفاع حقيقي للاعب بعيدا عن الاسلوب المتداول سابقا من قبل الباحثين فمن هنا يروم الباحث الاجـــابة على سؤال لم يجد له الاجابة الصـــحيحة او التخمين الذكي من قبل بعض الاختصاصيين بانه اذا قام اللاعب بالقفز العـــميق من على ارتفاعات مختلفة هل يستحق اللاعب اعلى ارتفـــاع بعد القفز العميق من على مسطبة بارتفاع (30سم، 15سم) وهل زاوية الانثناء بمفصل الركبتـين كـــلما كانت قليلة او كبيرة في ايا من الزاويتين سيكون تاثيرها ايـجابيا لوصـــول اللاعب لاعلى ارتفاع ، حيث هدف البحث التعرف على اعلى ارتفاع يحققه اللاعب بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم للاعبي الكرة الطائرة , التـعرف على قيـمة اقصـــى انثناء لزاوية مفصـــل الركبة بعد الهبـوط على الارض من ارتـفاع 30سم ،15سم للاعبي الكرة الطائرة , التعرف على الفروق الاحصـــائية بين الارتفـــاعين بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم للاعبـــي الكرة الطائرة التـــعرف على العـــلاقة المعنوية بين افصى انثناء لمفصل الركبة واعلى ارتفاع يصله اللاعب بعد الهـــبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم للاعبي الكرة الطائـــرة ، وافترض الباحث وجود فروق بين اعلى ارتفاع بعد الهـــبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم وجود علاقة معنوية بين زاوية اقصى انثناء لمفصل الركبة مع اعلى ارتفاع يحققه اللاعب بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم ، واما بالنسبة لمجالات البحث, المجال البشري لاعبي منتخب جامعة الموصل بالكرة الطـــائرة المجال المكاني في مختبر البايوميكانيك / بناية الانجاز البشري / كلية التربية الرياضية جامعة الموصل المجال الزماني للفترة من 2014/3/10 ولغاية 2014/3/11 وقد استخدام الباحث مدرج حديدي يتكون من ارتفاع 15سم ،30سم وتم تصوير العينة بالة تصوير رقمية بسرعة 210 صورة/ ثانية لاستخراج متغيرات البحث ، وقد استخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة لاستخراج متغيرات البحث وهي الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) واختبار دالة الفروق بين المتوسطات للمجموعات المرتبطة ، ثم استنتج الباحث بانه اعلى ارتفاع يحققه اللاعب بعد الهبوط على الارض من على ارتفاع 15سم ، قيمة اقصى انثناء لزاوية مفصل الركبة بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 15سم ,وجود فروق احصائية بين الارتفاعين بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم كانت العلاقة المعنوية بين اقصى انثناء لمفصل الركبة واعلى ارتفاع يصله اللاعب بعد الهبوط على الارض من ارتفاع 30سم ،15سم واوصى الباحث بالحث على اجراء بحوث مشابهة بنفس المجال ولكن من ارتفاعات اخرى من قبل باحثين آخرين وعلى مدربوا هذه الفعالية ان يوجه اللاعبين بالطيران الى اعلى ارتفاع اثناء اداء مهارات الفعالية والى جعل اقصى انثناء بمفصل الركبة لا يقل عن (89˚) درجة ولا تزيد عن (101˚) درجة تقريبا وأخيرا اعتماد نتائج البحث كدراسات مشابهة او سابقة للباحثين الآخرين.

استجابات بعض متغيرات الدم اثر الجهدين الهوائي واللاهوائي

أُبـــي رامز البكري / كلية التربية الرياضية / العراق / جامعة الموصل

ملخص

لقد اخذت دراسة النواحي الوظيفية اهتمام الباحثين في مجال التربية الرياضية لما لها من اهمية كبيرة في تحسين المستوى الرياضي من خلال الاستفادة من نتائج تلك الدراسات في العملية التدريبية وكذلك لتحسين الكفاءة الوظيفية لاجهزة الجسم المختلفة وفقا لنوعية الفعالية الرياضية الممارسة وان دراسة تاثير الجهد البدني باختلاف انواعه على متغيرات الدم واهميته في تحديد مستوى الاداء لدى الرياضي ، اذ يمكن للجهد البدني تاثيرات سلبية تعيق اداء الرياضي او تاثيرات ايجابية تؤدي الى تحسين اداء الرياضي ، اذ تكمن اهمية البحث في الحاجة الى المزيد من المعلومات التي تتعلق باستجابات الدم نتيجة الجهد البدني سواء كانت جهدا هوائيا او لا هوائياً للتعرف على تاثيراته ومن ثم الاستفادة منها في تطويرالمستوى الرياضي لتحقيق النتائج المرجوة.

هدفت الدراسة الى:

1. التعرف على استجابات بعض متغيرات الدم اثر الجهدين الهوائي واللاهوائي.
2. التعرف على بعض الفروق في استجابات بعض متغيرات الدم قبل وبعد اداء الجهد الهوائي.
3. التعرف على بعض الفروق في استجابات بعض متغيرات الدم قبل وبعد اداء الجهد اللاهوائي.
4. التعرف على بعض الفروق في استجابات بعض متغيرات الدم بعد اداء الجهدين الهوائي واللاهوائي.

وفي الجانب النظري فقد تناول الدم وبعض متغيراته مثل (الهيموكلوبين، حجم الخلايا المضغوطة، عدد كريات الدم البيضاء ،معدل ترسيب كريات الدم الحمراء، بالضافة الى آيوني البوتاسيوم والصوديوم . اما عينة البحث فقد اشتملت على (7) طلاب من طلبة كلية التربية الرياضية اذ اجريت عليهم اختبارات الجهدين الهوائي واللاهوائي وسحبت عينة من دمهم لغرض ايجاد المتغيرات واستخدمت الوسائل الاحصائية التالية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار(ت) للعينات المرتبطة ، التحليل التباين) وان من اهم الاستنتاجات التي توصلت اليها الدراسة هي :

1. ليس للجهد الهوائي تأثير على متغيرات (الهيموكلوبين وحجم الخلايا المضغوطة و معدل ترسيب كريات الدم الحمراء و كريات الدم الحمراء وآيون البوتاسيوم) لعدم وجود الفروق.
2. للجهد الهوائي تأثير على متغيرات(عدد كريات الدم البيضاء و آيون الصوديوم) ولصالح البعدي.
3. ليس للجهد اللاهوائي تأثير على متغيرات (الهيموكلوبين ومعدل ترسيب كريات الدم الحمراء وآيون البوتاسيوم وآيون الصوديوم) لعدم وجود الفروق.
4. للجهد اللاهوائي تأثير على متغيرات(حجم الخلايا المضغوطة وعدد كريات الدم البيضاء وعدد كريات الدم الحمراء) ولصالح البعدي.
5. ليس للجهد ين الهوائي و اللاهوائي تأثير على متغيرات (الهيموكلوبين وحجم الخلايا المضغوطة و معدل ترسيب كريات الدم الحمراء و كريات الدم الحمراء وآيون البوتاسيوم وآيون الصوديوم) لعدم ظهور أي فروق بينها.
6. للجهدين الهوائي و اللاهوائي تأثير على متغير(عدد كريات الدم البيضاء) ولصالح الجهد الهوائي.

وقد اوصت الدراسة بما يلي:

1. بالمزيد من الدراسات على متغيرات اخرى بعد اداء الجهدين مختلفين الهوائي واللاهوائي.
2. اجراء المزيد من الدراسات على فئات عمرية مختلفة ولكلا الجنسين ورياضات اخرى .
3. الاستفادة من نتائج الدراسات التي تجرى في هذا المجال لتطوير المستوى الرياضي.

Responses of some blood

Variations as a result of the aerobatic and air aerobatic efforts

ABI RAMIZ ALBAKRI

Abstract

The study emphasized the functional aspects in athletic education field due to its large importance in improving the athletic aspects through utilizing the results of these studies in the training process, also to improve the functional efficiency to various body organs. According to the tpe of athletic activity practice.

The study of the different physical efforts on blood radiations and its importance in defining the level of performance for the Athletic is significant, because it has negative effects impedes the athletic performance or positive effects leads to improve the athletic performance.

The study needs to additional information about blood responses concerning as a result for physical effort whether aerobic or an aerobic to benefit of it in developing the athletic level to achieve the result.

The objectives of the study are:

1. Recognize the responses of some blood variation due to both the aerobic and anaerobic efforts.
2. Recognize the some differences in responses to some blood variations before and after performing the aerobic effort.
3. Recognize some differences in some blood variations responses before and after anaerobic efforts.
4. Recognize some variations in some blood variations responses after performing aerobic and anaerobic efforts.

Theoretically the research addressed the blood and some of its variations (like hemoglobin, size of the pressed cells. In addition, potassium and sodium ions, as for research sample, it included 7 students from sport education college, and t tests of both aerobic and an aerobic efforts are performed, and a sample taken from their blood to explore the variations, and statistics means were used as follow:

The accounting medium, standardization deviation, tests (t) for sample concerned, and contrast analysis.

The findings of the study were:

1. The aerobic effort has no effect on the variations of the (hemoglobin – size of the pressed cells, and a range of blood red cells residue and potassium ions.
2. The aerobic effort exerts influence on the variations of the number of white cells and sodium ions.
3. The anaerobic effort has no effect on the variations of the (hemoglobin, the a range of red cells residual, potassium ions, and sodium ions) due to differential un presence.
4. The anaerobic effort has effect on (the size of pressed cells, number of whit blood cell, red blood cells variations.
5. The aerobic and anaerobic efforts have effect on (the hemoglobin, size of pressed cells, a range of blood red cells residue, and potassium and sodium ions due to the nonexistence of any differences among them.
6. The aerobic and anaerobic efforts on the (white cell numbers) in favour of the aerobic effort

Recommendations:

1. Enhancement in studies on other variations after performing two different efforts of the aerobic and anaerobic.
2. Performing further studies on different age category for the two sexs and other sports.
3. Utilizing the results of the studies performed in this realm to develop the athletic level

أثر استخدام الوسائط فائقة التداخل في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية

أحسن أحمد. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة مستغانم. الجزائر ahceneahmed@hotmail.fr

دواح البشير. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة مستغانم. الجزائر bachireps@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الوسائط فائقة التداخل- التعليم- الحركات الأرضية- الجمباز- المرحلة الثانوية.

المقدمة:

إن استخدام تكنولوجيا التعليم يساعد في تحقيق الأهداف التعليمية، ويدعم عمل المعلم بدرجة كبيرة نحو الإبداع والتعليم. حيث يقول الخياط والعجمي(2001) أن استخدام تكنولوجيا التعليم يساعد في تحقيق الأهداف التعليمية، وتشويق الطلاب، وجذب انتباههم نحو الدرس، وتقريب موضوع الدرس إلى مستوى إدراكهم، وتحسين اتجاههم نحو موضوع الدرس. وقد اكتسبت هذه المستحدثات التقنية أهمية متزايدة من أجل زيادة معطيات العملية التعليمية وتطويرها وذلك على أثر التطور المستمر في المعرفة والزيادة المطردة في الخبرات الإنسانية. ورفع مستوى وكفاءة وفعالية العملية التعليمية التربوية بصفة عامة، وحصص التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، مما اوجب على الباحثين في مجال الرياضة الاستفادة من هذه المنتجات الحديثة وتوظيفها في العملية التعليمية. ويقول مصطفى عبد السميع محمد(1999) أن تعليم مختلف مهارات الأنشطة المدرسية عن طريق استخدام الحاسوب يساهم من زوايا عديدة في تطوير الكثير من جوانب العملية التعليمية وتسهيل العديد من مهامها. وبالتالي توضيح المواقف التعليمية للتلاميذ. وتقول عفاف عبد الكريم (1994) بأن طرق التدريس طرأ عليها تقدما كبيرا إلا أنها مازالت تعتمد على الأسلوب التقليدي هو الشرح وعرض النموذج عن طريق المدرس الذي يفتقر بعض الأحيان إلى مواقف تعليمية أكثر فاعلية مثل الصور المتحركة أو الثابتة التي تدعم الموقف التعليمي لدى الطالب. الأمر الذي دفع الباحث إلى محاولة استخدام الوسائط فائقة التداخل وتوظيفها في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية.

إجراءات البحث:

بعد الإطلاع على العديد من المصادر العربية والأجنبية، والتطرق لبعض الدراسات المشابهة حول موضوع البحث، قام الباحث بإعداد مجموعة من الوحدات التعليمية لبعض الحركات الأرضية في الجمباز، باستخدام الوسائط فائقة التداخل، حيث تتضمن كل وحدة تعليمية شرح للمهارة المعلمة، وتحديد مختلف النواحي الفنية لها، عن طريق أشرطة فيديو بالعرض العادي والبطيء، وعرض صور توضيحية، كما احتوت كل وحدة تعليمية على مجموعة من المواقف التعليمية المتسلسلة والمتدرجة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب، وكل موقف تعليمي يوضح بواسطة صور أو أشرطة فيديو، مما يتيح للتلميذ تقليد الموقف المشاهد مباشرة، وتكرار الأداء. كما اعتمد الباحث في عملية التعليم على إمكانية مشاهدة التلميذ لأداءه الكامل في نهاية الحصة عن طريق وضع كاميرا على المباشر، وتأخير العرض بوقت يفصل أداء التلميذ الأول عن الثاني حتى يتسنى له المشاهدة.

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث مجموعة من تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية وهران. وكان عددهم 41 تلميذا (23ذكور+ 18إناث). من مستوى السنة الأولى ثانوي، للسنة الدراسية 2014-2015. وتم تطبيق اختبارات قياس الأداء المهاري والجمالي للحركات الأرضية المقرر في منهاج مرحلة التعليم الثانوي.

تم إجراء الاختبارات القبلية يوم 2015/01/04. بعدها بأسبوع تم تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة لمجموعة من الحركات الأرضية لمدة ستة أسابيع. عن طريق العرض باستخدام الحاسوب ووحدة العرض المرئي. وبعدها تم إجراء الاختبارات البعدية يوم 2015/02/22.

النتائج:

جدول رقم (01) يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث:

العينات / المقاييس الإحصائية	ذكور		إناث	
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
ن	23		18	
س	7.08	14.91	4.77	13
ع	2.17	1.64	1.30	1.23
ت المحسوبة	24.11		19.13	
مستوى الدلالة	دال		دال	

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ بالنسبة للذكور أن المتوسط الحسابي القبلي قد بلغ 7.08 أما البعدي فبلغ 14.91. وكانت قيمة ت المحسوبة 24.11 وهي دالة إحصائيا، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي. أما بالنسبة للإناث فبلغ المتوسط الحسابي القبلي 4.77 أما البعدي فبلغ 13 وبلغت قيمة ت المحسوبة 19.13 وهي دالة إحصائيا، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي. مما يدل على أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الوسائط فائقة التداخل قد أثرت إيجابا في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز لكل من الذكور والإناث.

ومنه نستنتج أن استخدام الوسائط فائقة التداخل له أثر إيجابي في تعليم الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية.

مناقشة النتائج:

استنادا على ما أظهرته نتائج البحث، وفي ضوء أهداف وفروض البحث، توصل الباحث إلى أن استخدام الوسائط فائقة التداخل له أثر إيجابي في تعليم الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية. ويعزي الباحث هذه النتائج إلى احتواء الوحدات التعليمية على العديد من المواقف التعليمية المتسلسلة والمتدرجة في عملية التعلم، والتي تم عرضها بواسطة جهاز العرض المرئي.

كما يرى الباحث أن استخدام المواقف التعليمية الموضحة بالنصوص المكتوبة والصور المتتابعة ومقاطع الفيديو لعبت دورا هاما في إيصال المعلومات والمعارف للمتعلمين، وتسهيل العملية التعليمية، إذ أن استعمالها يؤدي إلى توضيح شكل الأداء ويساعد المتعلم في إدراك الحركة أو الموقف المطلوب في الوقت المناسب. حيث يقول أمين الخولي وعدلي بيومي (1991) أنه يجب الاستعانة بالوسائل التعليمية الملائمة وفي التوقيتات الملائمة من الدرس.

وهذا مايتفق مع نتائج دراسة عبد السلام جابر حسين (2006) والتي أثبتت أن عرض النموذج عن طريق الصور المتسلسلة يساعد كثيرا في تعلم المهارات، ويتفق مع ماجاء في دراسة يوسف لازم كماش وكاظم عيسى كاظم (2011) حول أهمية استخدام أسلوبي الشرح والنموذج الحي في تعليم المهارات الحركية على البساط.

ويقول موفق أسعد محمود (2008) أنه يجب على المعلم أن يقوم بوصف كامل للمهارة وشرح أجزائها لغرض تعلمها وإتقانها، فعندما يشرع المعلم بتعليم مهارة جديدة فإن اللاعبين لاتتبلور لديهم الصورة الواضحة عن تلك المهارة، ولأجل أن يكون التصرف الحركي صحيحا يجب أن يكون التصور عن الحركة واضحا ويتم ذلك عن طريق عرض نموذج أمام اللاعبين أو عرض صور وأفلام عن المهارة، وتقديم نموذج مع الشرح للمهارة أو عرض فيلم مع الشرح. ويقول مفتي إبراهيم حماد (2002) أن أفضل أسلوب يمكن اللاعبين من تكوين فكرة عامة وتفصيلية حول المهارة الجديدة المطلوب تعلمها هو ربط الشرح بأداء وتنفيذ نموذج لهذه المهارة.

ويقول محمد محمود عبد السلام (2002) أنه على المدرس أن يتمكن من تقديم نموذج مقنع للمهارة المراد تعلمها، وأن يتمكن من الشرح الوافي لها، واستخدام الوسائل المعينة في الشرح والنموذج. ويقول الكندي (2005) بأن استخدام إمكانيات التقنية الحديثة لخدمة التعليم العام واستخدام التقنية يعتبر مساعد تعليمي في العملية التعليمية لتدريس المواد المختلفة في التعليم العام سواء كانت نظرية أو عملية من خلال الممارسة والتمرين والمحاكاة.

الخلاصة:

يهدف البحث إلى معرفة أثر استخدام الوسائط فائقة التداخل في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية. وذلك من أجل وتعليم المهارات الرياضية في المؤسسات التربوية، والتي في تقديم الحصص التعليمية العرض التعليمية وتوظيف وسائل بالعملية الارتقاء تساعد على حل الكثير من مشكلات التعلم بشكل عام، ويحقق للتعليم عائدا كبيرا، ويمكن أن يوفر الجهد والوقت للمدرس، كما أنه يساهم في رفع مستوى التعليم ونوعيته، ويساعد التلميذ من خلال شد تركيزه في العناصر المعلوماتية والربط بين عناصر المعلومات، كما يساعد الطالب على استرجاع وتذكر المعلومات من خلال تذكره لاستخدام الوسائط فائقة التداخل والتعرف على عناصر معلوماتها.

حيث طبق الباحث وحدات تعليمية مقترحة عن طريق الحاسوب. وأوضحت النتائج أن استخدام الوسائط فائقة التداخل لها أثر إيجابي في تعليم الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية. وأوصى الباحث بضرورة توجيه اهتمام مدرسي مادة التربية البدنية والرياضية إلى استخدام الوسائط فائقة التداخل في حصص التربية البدنية والرياضية عامة، وفي تعليم الحركات الأرضية في الجمباز خاصة.

المراجع:

- أمين الخولي وعدلي بيومي. الجمباز التربوي للأطفال والناشئين. دار الفكر العربي. القاهرة.1991.
- سالم بن مسلم الكندي. واقع استخدام تقنيات التعليم الحديثة والصعوبات التي تواجهها بمدارس التعليم العام بسلطنة عمان. دراسة مقدمة إلى المديرية العامة للتربية والتعليم بمنطقة الشرقية شمال. 2005.

- عبد السلام جابر حسين. أثر الرسوم التوضيحية المتسلسلة على تعلم بعض المهارات ومفهوم الذات المهارية في الكرة الطائرة. 2006
- عفاف عبد الكريم. طرق تدريس التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف. الإسكندرية. 1994.
- علي محمد الخياط واحمد كامل العجمي. اثر استخدام تكنولوجيا التعليم على تنمية مهارات التحصيل لدى طلاب المدرسة الابتدائية. كلية التربية. جامعة أسيوط. 2001.
- محمد محمود عبد السلام. الجمباز للمبتدئين. دار الفكر العربي. القاهرة. 2002.
- مصطفى عبد السميع محمد. تكنولوجيا التعليم. دراسات عربية. مركز الكتاب للنشر. ط1. القاهرة. 1999.
- مفتي إبراهيم حماد. المهارات الرياضية. مركز الكتاب للنشر. ط1. القاهرة. 2002.
- موفق أسعد محمود. التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. ط1. دار دجلة. عمان. 2008.
- يوسف لازم كماش وكاظم عيسى كاظم. أثر استخدام أسلوبي الشرح والنموذج الحي (صور الفيديو) على مستوى أداء بعض المهارات المركبة بالجمل الحركية على بساط الحركات الأرضية للاعبي الجمناستيك. 9-10 سنوات. 2011

صورة الجسد وعلاقته بالرضا النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / الجادرية

أشراق غالب
نورحاتم الحداد
غيداء محمد حسون
شيرين لعيبي

ملخص البحث

يرتبط رضا الفرد وعدم رضاه عن صوره الجسد بما يصدر الأخرون من أحكام وتقيمات اذ صورة الجسد لها أبعاد نفسية ولها تأثير كبير على النفسية وقد تنعكس على تصرفات الفرد وسلوكه [12].ومن هنا جاءت اهمية البحث لكونه من البحوث التي يسلط الضوء عليها في الوقت الحالي وذلك لأهميته العلمية ومن خلاله سيتعرف الفرد على ذاته الجسمية وصورته الذهنية والعقلية التي تكونها اجسامنا سواء نظرته الخارجية او مكوناته الداخلية ومدى انعكاسها عن القبول الرضا النفسي والداخلي للفرد لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية جامعة بغداد.

أهداف البحث

-معرفة مفهوم صورة الجسد لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد.

-معرفة الرضا النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد.

-التعرف على العلاقة بين صورة الجسد والرضا النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد.

فرض البحث

يوجد علاقة أرتباط احصائية مابين صوره الجسد والرضا النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد.

الأستنتاجات

-توصلت الباحثات الى هنالك علاقة ارتباط معنوية بين صورة الجسد والرضا النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد.

التوصيات

--ضرورة ربط صورة الجسد بمتغيرات أخرى لها القدرة والفاعلية على تطوير شخصية الفتاة وزيادة الثقة بنفسها

_ان ممارسة النشاط اليومي وبشكل منتظم وصحيح يوفر ويعطى الرضا والقبول للحياة بتفاؤل .

-ان التفاعل بين الرضا للحياة وصورة الجسد يمنح الأسلوب الصحيح والسوي والمعتدل ويقوي من تحقيقه.

[12] -هيام سعدون ؛صورة الجسد وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى : (رسالة ماجستير ،جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،2009)ص15.

الاتصال التربوي في مجال التربية البدنية والرياضية

ملخص :

من منطلق أن عملية التدريس هي عملية تفاعل متبادل بين المدرسة و الطالب المادة المتعلمة (المادة الدراسية) و التي تعتبر مادة الوصول بين المدرسة و الطالب . وبما أن المدرسة أهم محور في عملية التدريس و الذي يقع على عاتقه تنفيذ هذه العملية .فإن نجاحها يتوقف على معرفة المدرس التامة بالأهداف التي يريد تحقيقها . وبالمتعلمين الذين سوف يقوم بتعليمهم و المادة الدراسية و أساليب تدريسها، و بطرق التقويم التي عن طريقها يمكن قياس مدى تحقيق الأهداف المطلوبة .

وهنا تلعب عملية الاتصال بين المعلم و المتعلمين دورا هاما ومحوريا حتى يتمكن المدرس من الوصول إلى الغايات التربوية المنشودة .

و نظرا لأهمية الموضوع فلقد أرادت الباحثة أن تعطي مفهوما شاملا للاتصال ، رموز، أساسيات وطبيعة عملية الاتصال، لتتطرق بعدها إلى أشكال و أساليب الاتصال و التفاعل الصفي ، مبادئ الاتصال الجيد و كيفية إثرائه، وفي الأخير نتعرف على بعض التوجيهات لتنمية مهارات الاتصال وقياسها للقائد الرياضي على أساس أن مدرس التربية البدنية الرياضية يتولى عملية قيادة تلاميذه.

الكلمات المفتاحية:

الاتصال التربوي، المعلم، المتعلم، عملية التدريس ،المادة الدراسية.

أثر بعض الصفات البدنية على مستوى الدافعية للانجاز لدى لاعبي الوثب العالى فى العاب القوى

الطيب حاج ابراهيم عميد كليةالتربية البدنية والرياضة

ملخص البحث:

هدف هذا البحث إلى أثر بعض الصفات البدنية على مستوى الدافعية للانجاز لدى لاعبي الوثب العالى فى العاب القوى

للانجاز عند فئتتين ، الفئة الاولى ذات الدافعية للإنجاز المرتفعة، الفئة الثانية ذات الدافعية للإنجاز المنخفضة لدى الرياضيين المتمدرسين بلغت عينة البحث110 طالبا من طلاب القسم العام السنة الثانية معدل اعمارهم بين 20-22 سنة ، مع انحراف معياري مقدر بـ 0.9، من مجموع طلاب الكلية فى القسم العام الذين بلغ عددهم 360 طالب وطالبة كما تم استخدام عينة %وتمثلت عينة البحث في نسبة 33.85 كادوات McClellandالبحث من البنين فقط ، وقد تم انتقاء عينة البحث بطريقة مقصودة تم اختيار مقياس الدافعية للإنجاز ماكليلاند للبحث: وأظهرت نتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئة ذات الدافع للانجاز المرتفع، والفئة ذات الدافع للإنجاز المنخفض، وهى ترتبط بالقياييس البدنية والصفات البدنية المرتبطة بالطول والوزن واالصفات الحركية السرعة والرشاقة والقوة الانفجارية للاعبين

الكلمات المفتاحية الفات البدنية – الدافعية للانجاز-مسابقات الوثب العالى

Abstract

The goal of this research to the impact of some of the physical attributes at the level of achievement motivation among the players in the high jump Athletics

Achievement at n, the first category of motivation high achievement, the second category of motivation for low achievement in athletes schooled research sample of 110 students from the public section students of the second year of age rate between 20-22 years old, with a standard deviation estimated at 0.9, and represented the research sample words physical - achievement motivation-high jump competitions

Of the total students in the public section, who numbered 360 students as only been using the research sample of boys, has been the research sample intentionally selected were chosen motivation scale of achievement McClelland as tools for Search: The results showed the existence of significant differences between the motivation category the high achievement, and the category of low achievement motivation, which is linked to s physical and physical characteristics associated with height and weight and t motor speed, agility and explosive power players.

تسيير المنشآت الرياضية الادارة الرياضية الجزائرية ودورها في تحسين

دواح البشير-العنتري محمد علي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

lantri-staps38@hotmail.com

مقدمة:

إن التسيير في الإدارة الرياضية الحديثة هو عملية إدارية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة تعمل على وصول المنشآت الرياضية إلى التكامل والارتفاع بقدراتهم وإكسابهم الخبرات في مجال التسيير الإداري وتعتبر الإدارة فن علم من العلوم الإدارية البارزة وهي علم يبحث على كيفية إقامة علاقات طيبة بين المؤسسات من ناحية التنظيم، التخطيط في المنشآت ومن ناحية الأفراد والجماهير، ودرجة تأثير المؤسسة على الجمهور الذي تتعامل معه الإدارة الرياضية لسلك نفس الطريق الذي تتبعه في تحسين تسيير المنشآت.

ونظرا لما أصبح يتميز به التسيير الحالي من قدرة فائقة على الأداء الإداري الدقيق في بناء الإدارة حيث أن متابعة تسيير الإدارة الرياضية وتحركات الإداريين تتطلب منه أن يأخذ مكانا مناسبا للتسيير الإداري ولهذا أصبح لزاما على الإداريين الإلمام المعرفي بالأسس العلمية الحديثة واختيار المبادئ أو العناصر الفعالة لتحقيق أهدافهم المنشودة.وتعمل الإدارة الرياضية على تحقيق أهدافها المنشودة في أي مؤسسة أو منشأة رياضية حيث ركزت الإدارة الرياضية على عدة عناصر منها التنظيم، التخطيط، الرقابة في مجال التسيير والتي تعمل لصالحها

وتعمل الإدارة الرياضية إلى تحقيق أهدافها المنشودة في أي مؤسسة أو منشأة رياضية حيث ركزت الإدارة الرياضية على عدة عناصر منها التنظيم، التخطيط، الرقابة في مجال التسيير والتي تعمل لصالحها ومن خلال هذه الدراسة ارتأينا إلى طرح التساؤل التالي:

هل للإدارة الرياضية الجزائرية دور فعال في تحسين تسيير المنشآت الرياضية؟.(التنظيم-التخطيط-الرقابة)

- الفرضية العامة:

للإدارة الرياضية دور في تحسين تسيير المنشآت الرياضية. (التنظيم-التخطيط-الرقابة)-

- أهمية الدراسة:

يعتبر موضوع الإدارة الرياضية من المواضيع التي لها أهمية كبيرة والتي يتطلب دراستنا نظرا للأدوار التعليمية والرياضية الهامة، التي تقوم بها في تحسين وتسيير المنشآت الرياضية وفي هذا السياق، إذا أردنا تحسين تسيير المنشآت الرياضية علينا بدراسة العوامل المؤثرة في إدارة المنشآت والمؤسسات والهيئات الرياضية والأنماط التسييرية في منشآتنا الرياضية.

- أهداف البحث:

- معرفة أثر الإدارة الرياضية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية.

- الكشف على أهمية مساهمة الإدارة الرياضية في تحسين سير المنشأة الرياضية.

- التعرف على مدى تأثير الإدارة الرياضية في تنويع التسيير داخل المنشأة الرياضية.

- التعرف على المبادئ أو العناصر التي يمكن الاعتماد عليها في تحسين تسيير المنشأة الرياضية بواسطة الإدارة الرياضية.

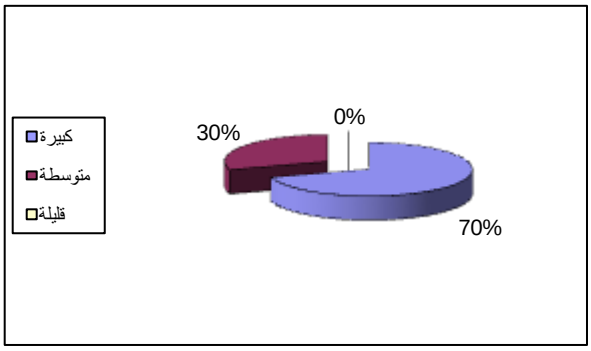
- اجراءات البحث:

- النتائج الاحصائية:

-ما مدى أهمية التخطيط –التنظيم– الرقابة في تحسين تسيير المنشآت الرياضية؟.

الغرض من السؤال: معرفة أهمية التخطيط في تحسين تسيير المنشآت الرياضية.

الإجابات	التكرارات	%النسبة
كبيرة	21	70
متوسطة	09	30
قليلة	00	00
المجموع	30	100



على السؤال.

عرض وتحليل النتائج: من الإداريين يعتبرون أن التخطيط–التنظيم – الرقابة %يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن أكبر نسبة 70 يعتبرون التخطيط ذو أهمية متوسطة داخل المنشأة.%له أهمية كبيرة داخل المنشأة أما بالنسبة الثانية المقدرة بـ 30

الاستنتاج:نستنتج من النتائج المتحصل عليها في الجدول أن معظم الإداريين يعتبرون أن للتخطيط –التنظيم – الرقابة أهمية كبيرة في تسيير المنشأة الرياضية وله دور في تحسين تسيير المنشآت الرياضية.

ـ مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات:

مناقشة الفرضية الأولى:

بعد عرض وتحليل نتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على إداريي بعض المنشآت الرياضية بمركب سطيف ومركب برج بوعريريج ومركب مسيلة وبعد عملية التحليل تم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طرحنا من خلالها فرضيات بحثنا، وانطلاقا من الفرضية الأولى في بحثنا التي تقول: التخطيط ودوره في تحسين تسيير المنشآت الرياضية.

ومن خلال الجداول في المحور الأول للتخطيط (1، 2، 3، 4، 5) تبين لنا فعلا أن التخطيط يلعب دورا مهما في تحسين تسيير المنشآت الرياضية وهذا ما يتفق مع أهمية ومبادئ التخطيط في الجانب النظري الذي ينص على أن أهمية التخطيط تكمن في:

- مواجهة حالة عدم التأكد والتغيير.

- التركيز على الأهداف.

- الاستفادة القصوى من اقتصاديات التشغيل.

- تسهيل عمليات الرقابة.

مبادئ التخطيط:

- مبدأ المساهمة في تحقيق الأهداف.

- مبدأ أولوية وأسبقية التخطيط.

- مبدأ شمولية التخطيط.

- فعالية وكفاية التخطيط. وهذا ما يخدم لنا الفرضية الأولى.

مناقشة الفرضية الثانية:

بعد عرض وتحليل نتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على إداري بعض المركبات الرياضية بمركب المتعدد الرياضات بالمسيلة والمركب المتعدد الرياضات بسطيف والمركب المتعدد الرياضات ببرج بوعريريج وبعد عملية التحليل تم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طرحناها من خلال فرضيات بحثنا وانطلاقا من الفرضية الثانية "التنظيم ودوره في تحسين تسيير المنشآت الرياضية"

ومن خلال الجداول في المحور الثاني للتنظيم (1، 2، 3، 4، 5) تبين لنا فعلا أن التنظيم يلعب دورا مهما في تحسين تسيير المنشآت الرياضية وهذا ما يتفق عليه في وظيفة التنظيم في المجال الرياضي في الجانب النظري الذي يعتبر التنظيم في عملية الإدارية هو إطارها الخارجي ففي التنظيم تحديد المسؤوليات والسلطات التي تحدد المشرفين والمنفذين في مجموعة العلاقات الرسمية، فبعد تحديد الأهداف والخطط والسياسات التي تهدف إلى تحقيق الأهداف لا بد أن يكون هناك تنظيما ملائما.كما يخدم التنظيم الجيد الاستخدام الأمثل للطاقات البشرية والمادية للبرامج الرياضية وأنشطتها ويحقق الإشباع الكامل والرغبات الإنسانية للأفراد وهذا ما يخدم فرضيتنا الثانية.

مناقشة الفرضية الثالثة:

بعد عرض وتحليل نتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على إداري بعض المركبات الرياضية بمركب المتعدد الرياضات بالمسيلة والمركب المتعدد الرياضات بسطيف والمركب المتعدد الرياضات ببرج بوعريريج تم الوصول إلى أغلبية الحقائق الثالثة "الرقابة ودورها في تحسين تسيير المنشآت الرياضية" ومن خلال الجداول في المحور الثالث (1، 2، 3، 4، 5، 6) تبين لنا فعلا أن الرقابة تلعب دورا مهما في تحسين المنشآت الرياضية وهذا ما يتفق عليه في الجانب النظري في الرقابة حسب المستويات الإدارية والتي تشمل:

- الرقابة على مستوى المؤسسة أو المنشأة.

- الرقابة على مستوى العمليات.

- الرقابة على مستوى الأفراد.

والرقابة حسب مستوى توقيت القيام بها والتي تشمل:

- الرقابة الوقائية.

- الرقابة التاريخية.

- الرقابة المتزامنة. وهذا يخدم لنا الفرضية الثالثة.

الخلاصة:

لقد رأينا من خلال دراستنا الميدانية، وباعتمادنا على المنهج الوصفي أي باستخدام الاستبيان وتحليل النتائج وإظهار دور الإدارة الرياضية في تحسين المنشآت الرياضية، واستنادا للفرضيات المختلفة التي وظفناها في هذا المجال وبعد مناقشة وتحليل الاستبيان يتبين لنا من خلال الفرضية الأولى توصلنا فعلا إلى أن التخطيط يلعب دورا مهما في تحسين تسيير المنشآت الرياضية وذلك من خلال الإجابة على الأسئلة المقترحة والمطروحة في استمارة الاستبيان وكذلك في الجانب النظري إذ يعتبر التخطيط الوظيفة الإدارية الأولى من الوظائف الأخرى لهذا فهو أساس تحديد الأهداف.

ومن خلال الفرضية الثانية توصلنا فعلا إلى أن التنظيم يلعب دورا مهما في تحسين تسيير المنشآت الرياضية وذلك من خلال الإجابة على الأسئلة المطروحة في استمارة الاستبيان وكذلك في الجاني النظري إذ يعتبر التنظيم الجيد لاستخدام الأمثل الطاقات البشرية والمادية كما يهدف التنظيم إلى تحديد المسؤوليات.

ومن خلال الفرضية الثالثة توصلنا إلى أن الرقابة تلعب دورا مهما في تحسين المنشآت وذلك من خلال الإجابة على الأسئلة المطروحة في استمارة الاستبيان، فالرقابة تهدف إلى تحقيق الأهداف وتعتبر وسيلة التي تستطيع بها السلطات الإدارية كيفية تسيير الأعمال داخل المنشآت الرياضية.

مؤشرات تطبيق المواصفة أيزو 14001على المنشأت الرياضية

امال محمد ابراهيم / استاذ الادارة الرياضية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

http://sustech.edu/staff_board

ملخص البحث باللغة العربية

يعتبر نظام ادارة بيئة المنشأة الرياضية نظام متكامل وبتطبيق المواصفات القياسية أيزو 14001 لا تتطلب انشاء نظام منفصل لادارة نظم الجودة ببيئة المنشأة الرياضية ويمكن ان تعمل بشكل متكامل مع الانظمة الاخرى الصحة والامان فى نظام الايزو بتعديل 2015وعليه هذا البحث يهدف الى التعريف بالنظم القياسية الدولية لإدارة البيئة ISOودراسة المؤشرات لمدى تطبيق المواصفة على المنشأت 14001 الرياضية وبالتطبيق على نظم إدارة البيئة باحواض السباحة المغلقة وذلك باستخدام ادوات القياس،المبادئ الإرشادية البيئية العالميةمخطط السبب والأثرCause and Effect Diagram باريتو رسم Pareto Diagram خرائط المراقبةControl Charts

Abstract

Considered administration of sports facility environment system, an integrated system and applying standard ISO 14001 which does not required the creation of a separate quality management system environment sports facility systems and can operate in an integrated with other system spastics health and safety regulations in the ISO to amend the 2015 search system aims to introduce international standard systems for environmental management ISO 14001 and study indicators of the extent of the application of the standard of sports facilities and application of environmental management systems tanks each enclosed swimming pools and using measurement instruments, guiding principles of environmental cause and effect

لدى عدائي 1500م فئة الشباب تأثير تدريبات التحمل الخاص على بعض القدرات البدنية

اميرة محمد دهام / جامعة كويه / فوكلتي التربية /سكول التربية الرياضة /

ملخص البحث:

يهدف البحث الى :

1- وضع منهج تدريبي مقترح لتطوير قوة التحمل الخاص على بعض القدرات البدنيةلدى عدائي 1500م فئة الشباب

2- التعرف على تأثير المنهج التدريبي المقترح لتطوير قوة التحمل الخاص على بعض القدرات البدنيةلدى عدائي 1500م فئة الشباب

اما فروض البحث فكانت:

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية في قوة التحمل الخاص على بعض القدرات البدنية لدى عدائي 1500م فئة الشباب

واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة لملائمتهِ طبيعة المشكلة المراد بحثها اجرت الباحثة دراستها على عدائي شباب نادي البيشمركه في اقليم كردستان بفعالية ركضة الضاحية و تم اختيار (14) لاعباً بالطريقة العمدية يمثلون مجتمع البحث اما عينة البحث فتألفت من (10) عدائين و(4) عدائين مثلو التجربة الاستطلاعية واجرت الباحثة عملية التجانس من حيث العمر والطول والوزن والاختبارات البدنية في الاختبارات

وتكونت الاختبارات البدنية من ::-

- اختبار (200) م ركض بالقفز
- اختبار ركض (1000) م
- اختبار ركض (2400) م
- اختبار(ركض 270 متر)

و اجرت الباحثة تجربته الاستطلاعية على عينة مكونة من اربعة عدائينللاختبارات البدنية من خارج عينة البحث ثم أجريت الاختبارات القبلية في ملعب نادي البيشمركه/ اربيل / اقليم كردستان الساعة الرابعة عصراً حيث تم تطبيق الاختبارات الخاصة بالبحث على العينة واستطاعت الباحثة ان تثبت الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث (الزمان والمكان وطريقة التنفيذ)

واستمر تطبيق المنهج التدريبي لمدة (6) اسابيع حيث بدأ في يوم الثلاثاء المصادف 2016/1/5 وانتهى في يوم 2016/2/14 وبمعدل (3) وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد حيث كانت ايام التدريب الاسبوعية هي (الاحد,الثلاثاء,الخميس) وبلغت عدد الوحدات التدريبية الكلية للمنهج (18) وحدة تدريبية وتم تقسيم الوحدات التدريبية على هذا الاساس مع الاخذ بنظر الاعتبار اراء الخبراء والمختصين في هذا الموضوع تحديدا

اجريت الاختبارات البدنية البعدية لعينة البحث بعد الانتهاء من المدة الزمنية للمنهج التدريبي و استطاعت الباحثة ان توفر نفس الظروف التي اتبعت في الاختبارات القبلية من حيث الزمان والمكان وطريقة التنفيذ والاجهزة والادوات

وبعد ان تم عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها استنتجت الباحثة مايلي :

1-حدث تقدم واضح في صفة التحمل الخاص, وهذا ما اثبتتهُ الفروق المعنوية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) ولصالح الاختبار البعدي لعينة البحث.

2- أظهرت النتائج حدوث تطور افضل لدى عينة البحث في الاختبار البعدي بعداستخدام المنهج التدريبي

3- لتدريبات التحمل تأثير ايجابي في تطوير بعض المتغيرات البدنية لدى عدائي ركضة 1500م فئة الشباب

4- وجود فروق معنوية بين تدريبات التحمل بزمن 30ثا و60ثا في تطوير بعض المتغيرات البدنية لدى عدائي ركضة 1500م فئة الشباب

واوصت الباحثة بما يلي :

1- استخدام المنهج التدريبي المقترح لتنمية التحمل الخاص للذراعين وللبطن وللرجلين في تدريب فئات اخرئ ولفعاليات مختلفة .

2- عمل بحوث ودراسات مشابهة باستخدام عينات مختلفة وفي اجواء مختلفة لكافة الفعاليات الرياضية.

3- اعتماد تدريبات التحملالخاص لتطوير بعض المتغيرات البدنية لدى عدائي 1500م فئة الشباب

4- إجراء أساليب تدريبية أخرى لتطوير المتغيرات البدنية لدى عدائي 1500م فئة الشباب

Search summary:

The research aims to:

1. develop a training curriculum proposal to develop your endurance for some physical abilities have players dribble 1500 m young
2. identify the impact of the proposed training curriculum to develop your endurance for some physical abilities have players dribble 1500 m young

Either the hypotheses were:

1. There are significant differences between the tests in endurance fingerprinting some special physical abilities

I have the players dribble 1500 m young

And the researcher used experimental method the method group lmlaemth the nature of the problem to be examined by the researcher conducted a study on young players Club Peshmerga in Kurdistan effectively dribble suburb and was selected (14) players the way intentional representing community research either sample search fatalft from (10) and (4) players players representatives experience researcher conducted exploratory process of homogeneity in terms of age, height, weight and physical tests on tests

Wetcznt physical tests from:

-Test (200) m ran jump

-Test ran (1000)

-Test ran (2400)

-Test (ran 270 m 2)

And the researcher conducted exploratory experiment on a sample of four players physical tests from outside sample search

Tests in the peshmerga Club/Erbil/Kurdistan 4 p.m. where testing was applied to the sample and research the researcher was able to install the testing conditions (time, place and manner of execution)

And continued training curriculum for (6) weeks beginning on Sunday, 5/1/2016 and ended the day 14/2/2016 and (3) training units per week where they were training days weekly (Sunday, Tuesday, Thursday) and reached number College curriculum training modules (18) training module and the modules were divided on this basis taking into account the views of experts and specialists in this topic specifically

Conducted physical tests to sample remote search after completion of the duration of the training curriculum and researcher was able to provide the same conditions in which tribal tests in terms of time, place and manner of implementation, hardware and tools

After the search results are displayed, analysed and discussed the researcher concluded that:

1. There has been clear progress in your endurance, and this demonstrated the moral differences between the two tests (clan walbadi) and for test post for sample search.
2. the results showed an evolution best sample search test post after using the training curriculum
3. the stamina effect a positive impact on the development of some physical variables have the players dribble 1500 m young
4. differences between the moral stamina to 30 sec, 60 sec in the development of some physical variables have the players dribble 1500 m young

Alahathh recommended:

1. using the proposed training curriculum to develop your endurance to the arms and abdomen and legs in training classes for various events.
2. research and similar studies using different samples and different atmosphere to all sporting events.
3. adoption of stamina perishes in the development of some physical variables have the players dribble 1500 m young

4. carry out other training methods for developing physical variables have the players dribble 1500 m young

كفاءة التقويم لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل متغيرات الخبرة و المستوى العلمي (دراسة ميدانية بمقاطعة تنس)

بروج كمال

جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف

berroudj1985@gmail.com

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى امتلاك أساتذة التربية البدنية و الرياضية لكفاءة التقويم من وجهة نظرهم في ظل بعض المتغيرات(الخبرة و المستوى العلمي)، استخدم الباحث المنهج الوصفي و لتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة مقصودة لأساتذة التربية البدنية و الرياضية و البالغ عددهم 26 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية يعملون في 10 ثانويات بمقاطعة تنس، و قد قام الباحث باستخدام مقياس غريب يقيس الكفاءة التربوية و الأدائية لأستاذ التربية البدنية و الكفاءة التربوية (التدريسية) من إعداد أحمد زكي صالح و رمزية الرياضية ، يتكون مقياس الكفاءة التربوية و الأدائية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية من 44 عبارة مقسمة إلى 4 محاور أساسية : **تخطيط البرامج و الأنشطة و تنفيذها 12** عبارة، التواصل مع المحيط المدرسي 09 عبارات، **التقويم 09 عبارات، طرق و أساليب التدريس 14** عبارة، و لقد استخدم الباحثان **t test** لدراسة الفروق.

و قد أسفرت نتائج الدراسة إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كفاءة التقويم لأساتذة التربية البدنية و الرياضية تبعا لمتغير الخبرة، كما انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أساتذة التربية البدنية و الرياضية تبعا لمتغير المستوى العلمي.

الكلمات الدالة: التقويم -الكفاءة

دراسة مقارنة بين فريق إتحاد - تأثير النضج البيولوجي على عملية تشخيص و إنتقاء المواهب الشابة في كرة القدم بسكرة (محترف) و فريق شبيبة بسكرة (هاوي)

حشاني رابح -زيدان فاطمة الزهراء - حمداوي سفيان -بزيو سليم
جامعة محمد خيضر بسكرة

Rabah.hachani@yahoo.fr

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين وهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة.
بالإضافة إلى أنها تتميز بحيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير لذا مارستها الشعوب بشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزءا من منهاج التدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة والنضال .

حتى نتمكن من بناء قاعدة رياضية(فرق) صلبة تضمن السيرورة والديمقراطية لها (لهذه الفرق) لابد من الاهتمام بالأصناف الصغرى بحيث تمرّ بمراحل متعددة من التكوين طويل المدى ،تكوين شامل ومتكامل يخضع فيها المتكون في مرحلة من مراحله إلى الانتقاء وحتى تكون هذه الأخيرة فعالة وناجحة من الضرورة أن تخضع إلى منهج علمي وموضوعي يضعه الأخصائيون في مجال التربية والتدريب وعلم النفس وعلم الاجتماع وفي مجال الصحة بحيث يختص جانب من هذا المنهج بدراسة وتحديد أهم الخصائص التي من خلالها يتم انتقاء واختيار هذه الكفاءات .

التساؤل العام: ماهو النضج البيولوجي على عملية تشخيص و إنتقاء المواهب الشابة في كرة القدم؟.

الفرضية العامة: النضج البيولوجي يؤثرعلى عملية تشخيص و إنتقاء المواهب الشابة في كرة القدم؟.

الفرضيات الجزئية:

1. النضج البيولوجي يؤثر على نتائج القياسات الأنتروبومترية.
2. النضج البيولوجي يؤثر على نتائج الإختبارات البدنية.
3. النضج البيولوجي يؤثر على نتائج الإختبارت التقنية

المنهج المتبع:

المنهج الوصفي.

العينة:

- فريق إتحاد بسكرة لفئتي أقل من 17 سنة و 15 سنة.
- فريق شيبة بسكرة لفئتي أقل من 17 سنة و 15 سنة.

بعض النتائج:

هناك علاقة طردية بين:

- لنضج البيولوجي و القياسات الأنتروبومترية.
- النضج البيولوجي و الإختبارات البدنية.
- النضج البيولوجي و الإختبارت التقنية .

الجزائرية القدم الدرجة الثانية كرة لاعبي بعض مساهمة في دراسة بعض الممارسات الغذائية لدى

بلبــول موسى

بوقزولة فؤاد

موفق صالح

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة سوق أهراس، الجزائر،

moussba28@yahoo.fr

مقدمة:

إن لدراسة بعض الممارسات الغذائية ومتابعته أهمية كبيرة لجميع الممارسين للأنشطة الرياضة وتزداد أهمية هذه السلوكيات أكثر بالنسبة للاعبين المنتظمين في التدريبات العالية والشاقة، ولا يتعلق الأمر بالجانب البدني فقط بل يمتد إلى الجوانب النفسية والوظيفية التي لا تقل أهمية عن سابقتها، إذ أن صحة الرياضي لا تعني غياب المرض فقط، كما أن الأفراد يختلفون بشكل متباين في السلوكيات الصحية قد ترجع هذه الاختلافات إلى القناعات الصحية التي ترتبط مع المتغيرات الاجتماعية والظروف الموقفية في بناء أو تشكيل قرار منطقي وفردي من أجل القيام بسلوك صحي أو اتخاذ إجراءات تأمين صحي[13].

وقد ترجع بعض هذه الممارسات إلى التنوع الغذائي في القطر الجزائري ومن بين الأسباب التي تؤدي إلى أنماط معينة في السلوك الغذائي وإذا كان علينا تشجيع السلوك الصحي الغذائي السليم فيجب علينا فهم الأسباب الكامنة وراء تلك الممارسات التي تؤدي إلى تدني الأداء الرياضي . فالمعرفة بتلك الأسباب والدوافع يسهل علينا مهمة اختيار الأسلوب الأمثل التي نستخدمه في تعزيز وتشجيع السلوك السليم لذا معظم الفرق الوطنية لا تعطي للسلوك الصحي للاعبين أي اهتمام ناهيك على أنها قد لا تكلف اختصاصيا طبيا في متابعة لوحظ أن الجوانب الصحية للاعبيها وبالتالي فأن المدربون يقومون بتطبيق المناهج التدريبية دون أي فكرة عن المستوى الصحي للاعب ولا عن اتجاهاته الصحية مما يؤدي إلى حدوث العديد من الإصابات الرياضية البدنية منها والوظيفية.

الإجراءات البحث:

منهج الدراسة:

اتبعنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يعتبر أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج عملية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة[14].

عينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة على بعض لاعبي كرة القدم الذين ينشطون في الرابطة المحترفة الجزائرية الثانية إذ تم اختيارهم من خلال حصر أعداد اللاعبين في الرابطة المحترفة الثانية الجزائرية ولقد بلغت 24 لاعباً موزعين على ثلاث أندية جزائرية.

أداة الدراسة:

استخدم هذا المقياس لأول مرة بتمويل من لجنة المجموعة الأوربية بهدف التعرف على السلوكات الصحية عند الطلبة الجامعيين والرياضيين لاسيما بشقه المتعلق بالسلوك الغذائي، وفي سنة 1997 تم إعداد النسخة العربية، ولقد أخذ الجزء الخاص بالإجراءات الصحية والوقائية.

أسلوب التحليل والمعالجة الإحصائية:

نظرا لمتطلبات الدراسة استعملنا المعالجات الإحصائية الملائمة والتي تساعدنا في التوصل للنتائج الدقيقة ونذكرها:

- استعمال برنامج SPSS

---

[13])Glanz K and others: health behavior and health eduction, theory, research and practice, 4ed, Jossey-Bass, San Francisco,2008, p 49.

[14]) محمد عبيدات، محمد أبو نصار، عقلة مبيضين: منهجية البحث العلمي، القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 1999، ص 46.

- اختبار كا^2

النتائج:

بلغت0.000 عند درجة sig 72 وهي قيمة دالة إحصائيا إذ أن احتمال المعنوية ,يتضح من الجدول أن قيمة" كا^2" المحسوبة بلغت12 . وبالتالي فأن نسبة 63.13 % من اللاعبين يقومون بتناول المكملات الغذائية، غير أن نسبة ضئيلة منهم 0.05الحرية 2 ومستوى الدلالة 7.58 % لا يتناولونها، أما نسبة 29.29 % منهم لا يبالون بهذه المكملات.

- **الاستنتاج:**معظم اللاعبين يقومون يتناولون المكملات الغذائية.

بلغت 0.000 عند sigيتضح من الجدول أن قيمة" كا^2" المحسوبة بلغت55.05 % وهي قيمة دالة إحصائيا إذ أن احتمال المعنوية من اللاعبين يراعون نسبة السكريات في الغذاء، غير أن نسبة 46,75. وبالتالي فأن نسبة 0.05%درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 16.16 % لا يراعون هذه النسبة ، أما نسبة 28.79 % منهم لا يبالون بهذه النسب.

- **الاستنتاج:**يقوم اللاعبين بمراعاة نسبة السكريات والمكونات الغذائية.

المناقشة:

ومن خلال العرض السابق للنتائج المتوصل إليها للتحقق من هذه الفرضية، وجد أن الفرضية تحققت وأنه توجد بالفعل سلوكات ايجابية لدى لاعبي كرة القدم متعلقة بالممارسات الغذائية التي تعتمد عليها كمية الطاقة اللازمة للقيام بالأداء الرياضي.

الخلاصة:

يعتبر الجانب الغذائي مهم جدا في حياة اللاعب الرياضي خاصة في المستوى العالي، لذا بات من الضروري تتبع الممارسات الغذائية التي يقوم بها اللاعبين ولعل من بين أهم الأسباب هو التنوع في الغذائي في الجزائر وكذا عدم انضباط اللاعبين خارج فترات التدريب سواء في البيت أو مع الأصدقاء.

المراجع:

1. Albert Bandura , Health Promotion by Social Cognitive Means, Society for Public Health Education, 2004.
2. C Ferron et al: l'activité sportive des jeunes en Suisse : pratique, motivation et liens avec la santé: Arch. pédiatr, Paris, 1997: 4
3. Charles B. Corbin et all, traduire par Paul Godbout, Marielle Tousignant: ACTIF&EN SANTE, 5eme édi, éditions Reynald Goulet inc, 2004.
4. Glanz K and others: health behavior and health eduction, theory, research and practice, 4ed, Jossey-Bass, San Francisco,2008

توجه المنافسة الرياضية في ظل مصادر ضغوط المنافسة لدى أواسط كرة القدم

المركز الجامعي بتيسمسيلت،الجزائر بن نعجة محمد - بن رابح خير الدين

جامعة الجزائر-3- الجزائر خروبي محمد فيصل

bennadjam067@gmail.com

الملخص

تختلف أهداف المنافسة الرياضية من منافسة لأخرى ومن مرحلة لأخرى ،ومن فرد رياضي لآخر ،ومن جماعة رياضية لأخرى ،هذا الاختلاف يكون مردة لعوامل متعددة كعوامل مدى الإجادة في التدريب الرياضي ،قدرات الفرد الخاصة ،سواء البدنية أو النفسية أو التقنية أوغيرها ،وكذا عوامل مرتبطة بالمنافس من حيث خبرته ،قدراته ،أو عوامل مرتبطة بالظروف المحيطة ،وكل هذه الظروف تجعل الفرد الرياضي يسطر أهدافا خاصة للمنافسة تتناسب مع الوضع الذي يكون فيه ،وبتأثير من العوامل السابقة المذكورة ،التي يمكن أن تشكل ما يسمى مصادر ضغوط المنافسة التي تجعل الرياضي يكافح لتحقيق أهداف تنافسية خاصة.

ولهذا يهدف بحثنا لمعرفة توعية التوجه التنافسي الذي يكافح من أجله أواسط كرة القدم في ظل تعدد مصادر ضغوط المنافسة المحيطة بهم ،وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي ،وعلى عينة قوامها 70لاعبا من أواسط كرة القدم ،واستخدم الباحثون مقياس للتوجه التنافسي واستبيان لمصادر ضغوط المنافسة،وأهم النتائجالمتوصل إليها وجود تباين في مصادر ضغوط المنافسة من منصب لعب لآخر ،وحسب الخبرة التنافسية ،وأن التوجه التنافسي يتأثر بالمصادر المختلفة لضغوط المنافسة .

الكلمات الدالة :توجه المنافسة الرياضية ،مصادر ضغوط المنافسة ،أواسط كرة القدم .

دراسة تأثير التدريب الفتري على هرمون النمو وبعض المتغيرات الفيزيولوجية لعدائي 800 متر

- **بن رابح خير الدين[1]،خروبي محمد فيصل[2]، بومدين قادة[3]، قاسم عبد الهادي[4]، حلوز هوارية[5]**
1- **أستاذ بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمركز الجامعي تيسمسيلت.**
2- **أستاذ بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجزائر3.**
3- **طالب باحث بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة مستغانم.**
4- **طالب باحث بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة.**
5- **طالبة باحثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجلفة.**

Email kheiredine9@live.fr
kadiro.staps@gmail.com

الكلمات المفتاح: الطريقة الفترية- هرمون النمو- المتغيرات الفيزيولوجية- عدائي **800**متر.

هرمون تكمن أهمية الدراسة في معرفة ومقارنة أثر الطريقة الفترية "القصيرة القصيرة" باستخدام طريقة 15/15 وطريقة 30/30على لعدائي 800متر، وقد تم إجراء هذا البحث على عدائي ""VMAالنمو ،تركيز حمض اللبن ،الكفاءة البدنية و السرعة الهوائية القصوى بعد تحقيق التجانس، وكانت مدة البرنامج التدريبي أمل تيارت والبالغ عددهم (14)عداء، حيث قسمنا العينة إلى مجموعتين متساويتين المقترح(12)أسبوع،ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها أن مجموعة البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الطريقة الفترية15/15حققت بـــ 15,73±2.1وهي دالة إحصائيا بالنسبة لمجموعة البرنامج التدريبي المقترح باستخدام "VMA"نتائج في السرعة الهوائية القصوى الطريقة الفترية30/30 التي حققت 14.67±1.8.ولم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في هرمون النمو و مؤشر حيث تحصلت مجموعة15/15على2,36±1.6و2.5±1.4على الترتيب وتحصلت مجموعة30/30على نسبة هرمون النمو روفيي و كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في حمض اللبن بعد اختبار 2,70±2.6ومؤشر روفيي على 2.7±0.8على الترتيب وتحصلت المجموعة التي استخدمت الطريقة الفترية15/15 على3.26±2.3 بينما تحصلت المجموعة التي استخدمت "Wingate " على 4.15 ±1.15.وعليه نستنتج أن الطريقة الفترية15/15 من أهم الطرق في تطوير السرعة الهوائية القصوى 30الطريقة الفترية30/ وأحسن من طريقة الفترية30/30 ولا يأثر كليهما على هرمون النمو مما يسمح لنا باستخدامها على عدائين 800 متر .

تقييم الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية من خلال نظام التكوين دراسة مقارنة بين حاملي شهادتي ليسانس كلاسيك ونظام جديد

الجزائر - جامعة الشلف - بن سعادة معمر بدر الدين
bensaadaieps@yahoo.fr

الملخص

تتناول الدراسة الحالية مشكلة تعدد أنماط أساتذة التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث ومصادر إعدادهم في الجزائر بعد الحقبة الاستعمارية، بالإضافة إلى عشوائية تبني المناهج وفقد القدرة على إدارة جودة التكوين من جهة وعدم الاختيار الأمثل لطلبة المعاهد من جهة أخرى، وكذا ارتفاع نصيب الأستاذ من التلاميذ وانخفاض العناية التربوية اللازمة للتلاميذ من طرف ذلك الأستاذ، وبذلك فهي تهدف الى التعرف على مدى جودة كل من النظامين التكوينيين "الكلاسيكي والجديد" لطلبة معاهد التربية البدنية والرياضية، فضلا عن تحديد مستوى الكفاءات التدريسية لاساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط، وذلك تبعا لبعض المتغيرات كنوعية التكوين والخبرة والجنس، ولقد قام الباحث باقتراح مجموعة من الفرضيات اشتملت على أنه:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في موقف الموجهين من جودة النظامين الكلاسيكي والجديد لصالح النظام الجديد.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى انجاز المسؤوليات التعليمية بين الاساتذة تبعا لمتغير التكوين لصالح الخريجين الجامعيين، وتبعا لمتغير الجنس لصالح الاساتذة الذكور، وتبعا لمتغير الخبرة لصالح ذوي الخبرة الطويلة.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى كفايات البعد الشخصي تبعا لمتغير التكوين لصالح الخريجين الجامعيين، وتبعا لمتغير الجنس لصالح الاساتذة الذكور.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى كفايات البعد العلائقي تبعا لمتغير التكوين، وتبعا لمتغير الجنس.

وتبنت الدراسة المنهج الوصفي، بالاعتماد على عينة مكونة من شريحتين، فالشريحة الاولى تضمنت 24 مفتشا للتكوين بالاضافة الى 26 أستاذ للتربية البدنية بمرحلة التعليم المتوسط، ولجمع البيانات تم استخدام أداتين فالاولى تمثلت في استمارة استبيانية موجهة للمفتشون، بينما الاداة الثانية شملت بطاقة ملاحظة لقياس الكفاءة التدريسية لاستاذ التربية البدنية، أما عن الاساليب الاحصائية فقد تضمنت حساب الصدق والثبات باستخدام معامل ارتباط بيرسون، النسبة المؤوية واختبار كا2 بالنسبة لمعالجة نتائج الاستبيان، واستخدام كل من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل "ف" بالاضافة الى "ت" ستودنت فيما يتعاق بنتائج البطاقة، واسفرت النتائج النهائية على أن جودة النظام الكلاسيكي كانت بدرجة متوسطة، بينما جودة النظام الجديد اتضحت بصورة منخفضة.

بينما أسفرت أداة الملاحظة على أن المستوى الجيد للكفاءات التدريسية، كان لصالح خريجي النظام الجديد على حساب خريجي النظام الكلاسيكي والقديم بالنسبة لمتغير التكوين، أما عن متغير الخبرة فلم توجد فروق دالة لصالح الاساتذة ذوي الخبرة الاكثر من 10 سنوات، أما بالنسبة لمتغير الجنس فأظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين الاساتذة الذكور والاناث، وبذلك لم تتحقق الفرضية الاولى والثالثة والسادسة والثامنة بنسبة 100%، وتحقق الفرضية الثانية والرابعة والخامسة والسابعة بنسبة 100%، وقد فسرت النتائج ونوقشت في ضوء مجموعة من الدراسات العربية السابقة والمشابهة المؤيدة للنتائج المتحصل عليها.

ABSTRACT

Dealing with the current study the problem of multiple patterns of teachers of physical education and sports in the modern era and the sources of their preparation in Algeria after the colonial era, in addition to the randomness of the adoption of the curriculum and have the ability to manage the quality of the configuration of the hand and not the ideal choice for students of institutes on the other hand, as well as high per professor of the students and the low care education for students by this professor, so it aims to identify how well each of the two systems Altkoinyin "classic and new" for students of institutes of physical education and sports, as well as determining the level of skills teaching for teachers of physical education and sports in the phase average, and depending on some variables Knuaip training and experience, gender, and the researcher has proposed a set of hypotheses included that:

- There are significant differences in the attitude of supervisors of quality classic and new systems for the benefit of the new system.
- There are significant differences in the level of educational achievement of responsibilities between teachers depending on the configuration variable for university graduates, and depending on the gender variable for male teachers, and variable depending on the experience for people with long experience.

- There are significant differences in the level of competencies depending on the personal dimension to the variable configuration for university graduates,
According to the gender variable in favor of male teachers.
- There are significant differences in the level of competencies according to the relational dimension of variable composition, depending on the gender variable.

The study adopted a descriptive approach, based on a sample consisting of two tranches, Vaharihp first included 24 inspectors of the composition in addition to 26, a professor of physical education phase of middle school, and to collect data was the use of tools The former was in the form questionnaire addressed to the inspectors, while the second tool included a note card to measure the efficiency of teaching a professor of physical education, and for the statistical methods have included the expense of validity and reliability using the Pearson correlation coefficient, percentage and test Ka 2 for processing the results of the questionnaire, and the use of each of the averages, standard deviations and coefficient "P" in addition to "T." Stodnt with Itaq the results of the card, and resulted in the final results that the quality of the classic was a medium degree, while the quality of the new system became apparent in low. While the resulting tool note that the good level of qualified teaching staff, was in favor of graduates of the new system at the expense of graduates of the classic and the old for the variable configuration, but for the experience variable did not exist significant differences in favor of teachers experienced more than 10 years, but for the sex variable results revealed no the existence of significant differences between teachers, male and female, and thus have not been achieved hypothesis first and third, sixth and eighth at 100%, check out the second hypothesis, fourth, fifth and seventh at 100%.

دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق بعض الحاجات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي

طيوب أبوبكر الصديق - بن ضياف مروان

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة قاصدي مرباح بورقلة / الجزائر

جامعة الجزائر 03/ الجزائر : بوساق بدر الدين
tayoubaboubakr@gmail.com

المقدمة :

من الكثير باهتمام حظيت وقد الطفولة والرشد مرحلة بين وسطية مرحلة وهي حياته في الفرد يعيشها حساسة مرحلة المراهقة تعتبر ،و هي النفسية الأزمات و والإحباط والصراع المعاناة تسودها عواصف فترة هي و الفرد حياة في مميزة مرحلة فهي ، السيكولوجيين يعود حيث. ينبغي كما يفهمونه لا الآخرين أن و الموجهة إليه الانتقادات بكثرة المرحلة هذه في المراهق يشعر حيث ، فائقة بحساسية تتميز إلى عدم تلبية الحاجات النفسية التي تميز الفرد في هذه المرحلة و نخص بالذكر في هذه الحالة مرحلة التعليم الثانوي، حيث التوتر سبب تعتبر هذه الأخيرة مرحلة مهمة و أساسية من مراحل فترة المراهقة (المراهقة الوسطى 15-18 سنة).

و إن لحاجات التلميذ المراهق النفسية بشكل عام دورا هاما وكبيرا في حياته ، لما لها من أثر كبير في سلوكه ، فإشباع هذه الحاجات يؤدي به إلى التوازن ، فمن خلال الحاجات النفسية يستطيع التلميذ تحقيق ذاته و السمو بها إلى أرقى المستويات مما يجعله كائنا فعالا و منتجا في مجتمعه يعمل دائما على النمو و التطور ، و تعتبر التربية البدنية من بين أنجع الوسائل لتحقيق الحاجات النفسية للتلميذ المراهق ،حيث لها أهمية كبيرة في توازن شخصيته و تنميتها من جميع النواحي ، فهي عملية تربوية تهدف لإحداث نمو وتغير وتكيف مستمر للفرد، من جميع جوانبه الجسمية والعقلية، والوجدانية من زوايا مكونات المجتمع، وإطار ثقافته، وأنشطته المختلفة: الاجتماعية، الاقتصادية والثقافية، والعلمية.

و نظرا لأهمية إشباع الحاجات النفسية لدى التلميذ المراهق و ما لها من فائدة في توازن شخصيته و نموها من جميع النواحي ، و كذا الدور الكبير الذي تلعبه حصة التربية البدنية و الرياضية في تنمية شخصية التلميذ في جميع الأطوار بما فيها المرحلة الثانوية و التي تقابل مرحلة المراهقة المتوسطة ، ارتأى الباحثون في هذه الدراسة التحري على الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية و الرياضية في إشباع بعض الحاجات النفسية و التي هي : الانتماء ، الاستقلالية ، الكفاءة ، و ذلك بدراسة الفروق بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية.

إجراءات البحث:

أ-المنهج المتبع في الدراسة : اتبع الباحثون في هذه الدراسة المنهج الوصفي و هذا لملائمته طبيعة مشكلة الدراسة ، باعتباره طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة.

ب-مجتمع و عينة الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع تلاميذ السنة أولى و الثانية ثانوي (ممارسين و غير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية) و البالغ عددهم الإجمالي (842) تلميذ(ة) ، في ثلاث ثانويات بوسط مدينة المسيلة ، أما عينة الدراسة فتمثلت في 160تلميذ ، 80 تلميذ منهم ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، و 80 تلميذ غير ممارس لحصة التربية البدنية و الرياضية تم أخذهم بأسلوب المسح الشامل .

ج-أداة جمع البيانات و المعلومات : وقد استخدم الباحثون في هذه الدراسة مقياس الحاجات النفسية ، و الذي أعده (Deci & Ryan. 1999) ، و تم تعريبه من طرف محمد عليان (2005).

النتائج:

من خلال هذه الدراسة الوصفية المقارنة بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق الحاجات النفسية ،و بعد التحليل و المناقشة و المعالجة الإحصائية لنتائج هذه الدراسة ، تم التوصل للعديد من الاستنتاجات ،من أهمها ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الانتماء لصالح الممارسين .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الاستقلالية و ذلك لصالح الممارسين .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الكفاءة و ذلك لصالح الممارسين .

المناقشة :

1.مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الأولى :

المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت المجدولة	مستوى الدلالة
الممارسين	80	23.01	8.56	2.144	1.96	0.05
غير الممارسين	80	20.40	6.73			

في الفرضية الأولى افترضنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الانتماء و ذلك لصالح الممارسين و بالنظر إلى الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للتلاميذ الممارسين قد بلغ قيمة (23.01) ، بينما بلغ المتوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين قيمة (20.40) ، كما نلاحظ أن ت المحسوبة أكبر من ت المجدولة و منه نستنتج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي الأكبر ، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الانتماء و ذلك لصالح الممارسين .

2.مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الثانية :

المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت المجدولة	مستوى الدلالة
الممارسين	80	24.43	9.43	2.172	1.96	0.05
غير الممارسين	80	21.53	7.32			

في الفرضية الثانية افترضنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الاستقلالية و ذلك لصالح الممارسين و بالنظر إلى الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للتلاميذ الممارسين قد بلغ قيمة (24.43) ، بينما بلغ المتوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين قيمة (21.53) ، كما نلاحظ أن ت المحسوبة أكبر من ت المجدولة و منه نستنتج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي الأكبر ، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الاستقلالية و ذلك لصالح الممارسين .

3.مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الثالثة :

المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت المجدولة	مستوى الدلالة
الممارسين	80	24.43	9.43	2.172	1.96	0.05
غير الممارسين	80	21.53	7.32			

في الفرضية الثالثة افترضنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الكفاءة و ذلك لصالح الممارسين و بالنظر إلى الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للتلاميذ الممارسين قد بلغ قيمة (24.43) ، بينما بلغ المتوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين قيمة (21.53) ، كما نلاحظ أن ت المحسوبة أكبر من ت المجدولة و منه نستنتج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي الأكبر ، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق حاجة الكفاءة و ذلك لصالح الممارسين .

4.4.مناقشة الفرضية العامة : في الفرضية العامة لهذه الدراسة ، افترض الباحثون أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين في تحقيق بعض الحاجات النفسية لصالح التلاميذ الممارسين ، و من خلال النتائج المتحصل عليها و الحكم على الفرضيات الجزئية ، الأولى و الثانية و الثالثة ، فإن الفرضية العامة محققة.

الخلاصة:

تعتبر مادة التربية البدنية و الرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف (قاسم حسن البصري ، 1997 ، ص 19) " أي أن التربية البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطنا صالحا يخدم وطنه.

وهذا ما ظهر جليا من خلال هذه الدراسة ، التي أراد الباحثون من خلالها معرفة تأثير حصة التربية البدنية و الرياضية على تحقيق بعض الحاجات النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، حيث خلصت الدراسة إلى أن التربية البدنية والرياضية تساهم بشكل فعال في تحقيق حاجة الانتماء للتلاميذ و ذلك عن طريق تنمية قدرتهم على الانسجام مع من يخالطونهم و يعاملونهم و يعيشون معهم ، و تساهم أيضا في بناء علاقات الود و المحبة بين التلاميذ الممارسين لها ، و التي تقوم على الروح المعنوية و الرياضية و على الاحترام المتبادل ، كما أنها تساهم بشكل فعال في تحقيق حاجة الاستقلالية للتلاميذ ، بحيث أنها التلميذ على اكتساب الدور الاجتماعي في بيئته و مجتمعه و عائلته و بين أقرانه ، مما يمنحه مكانة هامة في مجتمعه ، و تساهم التربية البدنية و الرياضية أيضا في تحقيق حاجة الكفاءة للتلاميذ بحيث تتيح للمراهق التلميذ قدر كبير من الفرص للتلاميذ لتقدير وتحقيق ذواتهم و تعزيز الثقة بأنفسهم .

و من خلال ما سبق فإنه وجب على المسؤولين و ولاة الأمر الاهتمام بهذه المادة التربوية و توفير الوسائل و المنشآت اللازمة للممارسة الفعالة، و زيادة حجمها الساعي داخل البرنامج التربوي التعليمي .

المراجع :

01- أمين أنور الخولي ،أصول التربية البدنية و الرياضية (التاريخ،المدخل،الفلسفة)،دار الفكر العربي،القاهرة،1992م.

02- حسن أحمد الشافعي، المسؤولية في المنافسات الرياضية، د ط، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1998م.

03- سهير أحمد ، سيكولوجية الشخصية ، مركز الإسكندرية للكتاب ، مصر 2003 م.

04- عنيات محمد أحمد فرج: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية(دط)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988م.

05- قاسم حسن البصري. نظرية التربية البدنية، مطبعة الجامعة، بغداد 1997م.

م.1964 مصرية، مكتبة الانجلو معوض، حسن ترجمة ، والرياضية أسس التربية البدنية بيكور، 06- شارلز

07- بلعيد عقيل سهام ، دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التفاعل الاجتماعي ،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة الجزائر "يوسف بن خدة "، معهد التربية البدنية والرياضية ،2009م.

08- معزوزي ميلود ، مساهمة حصة التربية البدنية و الرياضية في تنمية شخصية التلميذ في ظل المقاربة بالكفاءات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر 03 ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، 2010م.

09- علاء سمير موسى القطناني ، الحاجات النفسية و مفهوم الذات و علاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، جامعة الأزهر – غزة ، فلسطين ، 2011 م.

أثر استخدام التغذية الراجعة بين التكرارات وفق بعض المتغيرات البيوكينماتيكية على تعلم مهارة استقبال الإرسال لدى لاعبات الكرة الطائرة (12- 16 سنة) من الأسفل

بوحاج مزيان
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
جامعة البويرة، الجزائر
dr_b.mizou@yahoo.com

لـبـوخ تـوفـيـق
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
جامعة البويرة، الجزائر
Toufiklebboukh10@gmail.com

الكلمات المفتاحية: التغذية الراجعة، تكرار التمرين، المتغيرات البيوكينماتيكية، التعلم، استقبال الإرسال من الأسفل، الفئة العمرية 12 -16 سنة، الكرة الطائرة.

ملخص البحث:

يعد المستوى المهاري للفريق وللاعب الكرة الطائرة مؤشرا على مدى تقدم اللاعب والفريق، حيث أن مهارة استقبال الإرسال من الأسفل تعتبر من المهارات التي تعبر عن مقدار التطور لدى اللاعب والفريق. إنه لمن الضروري معرفة وتحليل العلاقة بين التغذية الراجعة وتعلم مهارة استقبال الإرسال من الأسفل حيث يؤدي التحكم والإستعمال المستمر للأول تغيرا وتطورا موازيا في أداء المهارة. وتتجلى أهمية البحث في التعرف على قيم المتغيرات البيوكينماتيكية التي ترافق أداء مهارة استقبال الإرسال من الأسفل والتغير الحاصل فيها وتطويرها تزامنا مع استعمال التغذية الراجعة بين تكرارات التمارين وفق بعض المتغيرات البيوكينماتيكية للمهارة.

لذلك ومن أجل الإلمام بجوانب البحث قام الباحث بدراسة تجريبية على عينة ممثلة بنادي مولودية البويرة (**MBB**) باستخدام اختبار مهارة استقبال الإرسال والتصوير بالفيديو وبعض البرامج المعلوماتية للتحليل الحركي وتطبيق التغذية الراجعة بين تكرارات التمارين التدريبية المبرمجة لتطوير مهارة استقبال الإرسال على المجموعة التجريبية للوقوف على الفروق بين الإختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين. وبعد الدراسة التطبيقية وتحليل النتائج توصل الباحث إلى تحقق الفرضيات الجزئية والفرضية العامة التي مفادها أن لاستخدام التغذية الراجعة بين التكرارات وفق بعض المتغيرات البيوكينماتيكية أثر إيجابي لتعلم مهارة استقبال الإرسال لدى لاعبات الكرة الطائرة (12-16 سنة) وهذا راجع إلى نجاح عملية التغذية الراجعة بين تكرارات التمارين وفق بعض المتغيرات البيوكينماتيكية للمجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: التغذية الراجعة، تكرار التمرين، المتغيرات البيوكينماتيكية، التعلم، استقبال الإرسال من الأسفل، الفئة العمرية 12 -16 سنة، الكرة الطائرة.

دور الالعاب شبه الرياضية في تنمية بعض القيم الاخلاقية لدى طلبة الطور الثانوي من وجهة نظر الاساتذة

بوعزيز عمر

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة قاصدي مرباح بورقلة ، الجزائر

issamislam2009@gmail.com

المقدمة :

الحمد لله القائل: }لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم{ (سورة التين, الآية4)و الصلاة و السلام على سيد المرسلين أفضل على أصحابه ربى الذي الأمة، . (سورة القلم, الآية4)قدوة} انك لعلى خلق عظيم {أحسن الخلق خلقا، زكاه ربه بقوله: عبيدة وأبا بالفاروق، بالصديق،وعمر بكر أبا وصف فقد أصحابه، أحد بها وصف إلا خلقية قيمة نجد نكاد فلا والفضائل، القيم الله رسول قال :قال عنه الله رضي هريرة أبي الأخلاق،فعن مكارم يتمم بدين جاء فقدوتهم ذلك في غلو ولا .الأمة هذه بأمين .وقيمه أخلاقه، مرتكزاته، في شيء؛ كل في فريد إسلامي مجتمع فتكون مكارم الأخلاق، لأتمم بعثت وسلم:إنما عليه الله صلى هذه توارث الإسلامي على المجتمع رأسها وعلى التاريخ عبر حرصت المجتمعات لقد.والرحمة العدل الدنيا ونشروا وسادوا بكتاب تمسكت ما بخير تزال لا الإسلامية شخصيتها والأمة تميز التي المعالم أهم من باعتبارها جيل إلى جيل من القيم ونقلها المختصة المؤسسة" فهي المدرسة، ومنها المختلفة، ومؤسساته أفراده وتضافرت جهود وسلم، عليه الله صلى رسوله وسنة الله ولمجتمعهم " .و لأنفسهم نافعين رجالا ويصبحوا سعيدة، طفولة ليعيشوا لهم المتكامل فرص النمو وإتاحة الأجيال، بتنشئة تعتمد المدرسة في ذلك على العديد من المواد الدراسية من بينها مادة التربية البدنية و الرياضية و التي تمثل فيها الالعاب لدى محبب أمر وممارستها المدرسي، النشاط مجالات أحد الشبه رياضية ركيزة اساسية لها ، و تعتبر الالعاب شبه الرياضية تلعب والنفسية فهي والعقلية الجسمية جوانبه جميع في الفرد على وتأثيرها دورها ولها الدراسية، المراحل التلاميذ في جميع شخصية الممارس لها. و من هنا اراد الباحث في دراسته معرفة الدور الذي بناء في وتعدل الخلقية، القيم تنمية في مهمًا دورًا تلعبه الالعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القيم الاخلاقية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

إجراءات البحث:

أ-المنهج المتبع في الدراسة : اتبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي و هذا لملائمته طبيعة مشكلة الدراسة ، باعتباره طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة.

ب-مجتمع الدراسة : تمثل مجتمع الدراسة في 155استاذ تربية بدنية بالطور الثانوي.

ج-عينة الدراسة: تمثلت عينة الدراسة في 30 استاذ.

د-أداة جمع البيانات و المعلومات : قام الباحث بتصميم استبانة متكونة من 25 عبارة مقسمة على 3 محاور

النتائج:

_ التربية البدنية و الرياضية من الوسائل المهمة لتنمية القيم الأخلاقية ، باعتبارها مجال تربوي و حيوي للتطبيق العملي .

_ تختلف درجة تنمية القيم الأخلاقية للتلاميذ من مؤسسة تربوية إلى أخرى و من أستاذ إلى آخر حسب الإهتمام و الوسائل البيداغوجية و الهياكل المتوفرة .

_ إن للألعاب شبه الرياضية دور فعال في تنمية القيم الأخلاقية خاصة الموجودة في الدراسة (الصدق ، التعاون ، الإحترام) .

_ ضرورة تركيز الأستاذ على الألعاب شبه الرياضية كوسيلة أساسية لإستعمالها في تنمية مختلف المجالات الثلاثة الحسية الحركية ، الوجدانية العاطفية ، المعرفية بالإضافة إلى المجال الأخلاقي .

دراسة ميدانية للاعبي أندية كرة القدم صنف أكابر بولاية - مـدى وعـي الرياضيين تجـاه سلامـة الغـذاء البويرة

بوغربي محمد

برجـم رضوان

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة البويرة – الجزائر

redouaneberrdjem@yahoo.fr

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى دراسة مدى وعي لاعبي أندية ولاية البويرة لكرة القدم تجاه سلامة الغذاء، وكذلك تحسين العادات الغذائية من خلال تعديل بعض السلوكيات السلبية لديه، وكذلك كيفية استغلال الوجبات الغذائية المتناولة في تحسين مردود اللاعبين، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته طبيعة المشكلة وقد ضم مجتمع الدراسة لاعبي أندية كرة القدم صنف أكابر لولاية البويرة، وقد تم اختيار عينة عشوائية من المجتمع الأصلي للدراسة قوامها 98 لاعب من أندية ولاية البويرة، ولقد استعمل الباحث وسيلة جمع البيانات (الاستبيان) الذي يحتوي على مجموعة من الأسئلة موزعة على ثلاثة محاور هي : المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية والبيئة المحيطة تم توزيعا على أفراد العينة، وقد استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لتفسير النتائج، وقد خلصت الدراسة باستنتاجات عدة تم في ضوئها إعلان عدد من التوصيات منها:

-وضع برامج من طرف مختصين في التغذية للاعبين من أجل تحسين مستوى وعيهم تجاه سلامة الغذاء.

-ضرورة الاهتمام بالدراسات التي تعنى بدراسة سلوك الرياضيين تجاه المواد الغذائية .

-ضرورة إشراك اللاعبين في برامج تكوين توضح أهمية الغذاء في حياة الرياضي.

-ضرورة الاهتمام باللاعب من جميع النواحي بما فيها الاجتماعية والتعليمية.

الدالة الكلمات : سلامة الغذاء، سلوك الرياضي، وعي الرياضي.

U18.تأثير البروفيل المورفولوجي على القوة الإنفجارية للأطراف السفلية عند لاعبي كرة القدم قسنطينة، الجزائرCSCدراسة ميدانية لفريق

بوناب شاكر[1،2]، حميدشي مولود[1]، بن محفوظ حمزة.[1،2]

، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية. 2. مخبر الدراسات و بحوث في 1جامعة قسنطينة2 علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

chakerhb@yahoo.fr

الملخص:

يشتمل هذا العمل وصفا لبعض المؤشرات المورفولوجية (قياسات أنتروبومترية وأخرى جسمية) لمهاجمي (نادي شباب قسنطينة)، أعمارهم أقل من 18سنة و عددهم 10 لاعبين، ووصف (بعد CSCلعبة كرة القدم لفريق ال احتساب) قوتهم الإنفجارية (صفة بدنية) والهدف من ذلك إيجاد معنوية وطبيعة العلاقة بين هاته الأخيرة وبعض القياسات المورفولوجية وقد قمنا بإجراء اختبار واعادة الاختبار على عينة مكونة من 05 مهاجمين لنفس الإختبارات والقياسات وتم ذلك بايجاد معامل ثبات قريب من الواحد في معظمهم، تمثلت المتغيرات الأنتروبومترية والمكونات الجسمية في:

الوزن، الطول، محيط الوركين، معدل محيط كلا الفخذين، معدل محيك كلا الساقين، ومجموع الثنيات الأربع الذي استنبطنا منه الكتلة الشحمية و من ثم الكتلة الخالية من الدهون.

أما المتغيرات البدنية فقد شملت: القوة الإنفجارية و تم قياسها باختبار القفز الطويل من الثبات وكانت الوحدة السنتيمتر.

وقد توصلنا الى ايجاد علاقة معنوية طردية بين بعض القياسات المورفولوجية والقوة الإنفجارية و علاقة مع القوة الإنفجارية و ذلك عند مستوى دلالة غير معنوية مع بعض القياسات الأخرى α=0,10.

U18.الكلمات المفتاح: **البروفيل المورفولوجي، القوة الإنفجارية، لاعبي كرة القدم**

لحركة الهبوط بقلبتين هوائيتين خلفيتين مكورتين على جهاز الحلق دراسة الطاقة الميكانيكية

ثائر غانم ملا علو داود سليمان سلمان غازي سالم محمد

thaeeralo@yahoo.com

ملخص البحث

تتبلور مشكلة البحثإن الأداء الحركي على جهاز الحلق لم يكن بمستوى عال لدى لاعبوا المنتخب الوطني العراقي إذ إن معظمهم لم يحصلوا على درجات جيدة بسبب كثرة الحسومات من درجة الاداء الفني والتي تشكل نسبة كبيرة من هذه الدرجة. ومن الصعب على المدرب في أثناء التدريب على الأداء الفني للحركات الرياضية وخاصة رياضة الجمناستك تشخيص الأخطاء الدقيقة بسبب سرعة أداء الحركة واحتواء الحركة على حركات متداخلة وخاصة إذا كان هناك صعوبة في ادائها. يهدف البحث الى التعرف على قيمالطاقة الميكانيكية (الحركية والكامنة) لحركة الهبوط بقلبتين هوائيتين خلفيتين مكورتين على جهاز الحلق والتعرف على مستوى الأداء الفني لحركة الهبوط بقلبتين هوائيتين خلفيتين مكورتين على جهاز الحلق.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعةالبحث. وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية للاعبين اثنين همعضوان في المنتخب الوطني العراقي ومنتخب محافظة كركوك في رياضة الجمناستك، واستخدم الباحث الملاحظة الذاتية العلمية من خلال التقويم الذاتي للحركة من قبل المحكمين والخبراء. والملاحظة العلمية التقنية من خلال التصوير الرقمي)، وقد تم استخدام آلتي تصوير. وأجري التصوير من الجهة CASIO صورة /ثا) بآلة تصوير من نوع (210بسرعة ( ) لتغطي كافة متغيرات الدراسة. وتم تصوير تجربة البحث في Right View) ومن الجهة اليمنى (Front Viewالامامية (القاعة الداخلية المغلقة للنشاط الرياضي الكشفي لمديرية تربية كركوك يوم (2015/8/17) الساعة الخامسة عصراً. إذ تم تثبيت آلتي التصوير على بعد (6م) وبارتفاع (1،75م) ومن اجل تقويم مستوى الاداء الفني (درجة للحكام)على وفق قواعد الاتحاد الدولي للجمباز. استنتج الباحث ان مسار الطاقة الحركية كان يتأثر بحركة اجزاء الجسم وتتاثر مستوى الطاقة الكامنة بالاوضاع المختلفة (ارتفاع مركز ثقل الجسم) في اثناء اداء الحركة.

أثر الممارسة الرياضية في تنمية الرضا الوظيفي لدى المرأة العاملة

جبــوري بن عمر – djebbouri@hotmail.fr

كحلي كمال - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - بمستغانم- الجزائر

- ملخص:

تهدف هذه الدراسة تحديد أهمية الممارسة الرياضية و مدى إسهامها في تنمية و رفع مستوى الرضا الوظيفي لدى المرأة وكما هو معلوم في الوقت الحالي نجد بأن المهام و المسؤوليات التي وضعت على عاتق المرأة العاملة لا تختلف عن .العاملة الرجل العامل، و كلا الطرفين تتطلب منهم صحة جيدة و حالة نفسية خالية من الاضطرابات حتى تسمح لهم بتأدية واجباتهم على أكمل وجه. وفيما يتعلق بقضايا المرأة العاملة فهي تمد جهود كبيرة مقارنة مع غيرها غير العاملة و كذا الرجل، فالمرأة العاملة عليها مراعاة مسؤولية واجبات البيت و وواجب العمل خرج البيت، و لذا وجب عليها الحفاظ على لياقتها البدنية و خاصة النفسية لما لها من تأثيرات سلبية تبدأ بالضغوط النفسية إلى الإحباط وعدم الرغبة في المواصلة لتحقيق أهدافها و مكانتها و سعادتها في الحياة.

وبصفتنا من العاملين في المجال الرياضي إرتأينا أنه يمكن للممارسة الرياضية لأي لون من ألوان النشاط الرياضي قد تفيد المرأة العاملة في تحسين لياقتها البدنية والنفسية وتسمح لها الممارسة بالتفريغ الإنفعالي الأمر الذي يساعدها على الإسترخاء وتجديد الطاقة بشكل مستمر، الأمر الذي يساعدها في تحقيق بعض التوافق بين متطلبات البيت والعمل مما يحقق رضاها الوظيفي من خلال إشباعها لحاجاتها و مشاعرها الايجابية نحو هذا العمل و شعورها بالارتياح و السعادة. وفي هذا الصدد يشير "بتلر" أن النشاط الرياضي و أنشطة الترويح يساهم في تحقيق السعادة للإنسان و يعمل على تطوير الصحة البدنية و العقلية و كذلك ترقية انفعاليته و أخلاقيته، كما يساهم في رفع الروح المعنوية و الشعور بالأمان، و لقد أثبتت الدراسات العلمية أن الشخص اللائق بدنيا يستطيع أن ينجز مهامه بجهد أقل و بكفاءة أكثر و الاستمرار في عمله بنفس الفعالية .لفترة طويلة دون الشعور بالملل أو التعب أو الإجهاد

ولإجراء هذه الدراسة استعان الباحثان بعينة مقدرة بـ 20 امرأة عاملة في قطاع التربية والتعليم تم توزعهن على مجموعتين منهن 10 تمارس بعض الأنشطة الرياضية و 10 لا تمارسن أي نشاط. واستخدمنا استبيان يحتوي أربعة أبعاد من خلالها تم تحديد مستوى الرضا الوظيفي (المهني). وبعد إجراءات التحليل الإحصائي تم التوصل إلى أن للممارسة الرياضية أثر إيجابي في تنمية و رفع مستوى الرضا الوظيفي لدى المرأة العاملة، كما أن عامل الخبرة والمتمثلة في الممارسة المنتظمة والمستمرة تسهم بشكل كبير في تنمية بعض الخصائص والمهارات النفسية لدى المرأة الأمر الذي يؤدي إلى رفع مستوى الرضا الوظيفي لديها.

- الكلمات المفتاحية: الممارسة الرياضية - الرضا الوظيفي - المرأة العاملة.

الرعاية الرياضية: بين الإستراتيجية التسويقية والصناعة الرياضية

حاج عيسى سيد أحمد **محمد بدراني**
أستاذ محاضر بكلية العلوم الاقتصادية والتجارية **أستاذ بالمركز الجامعي "أحمد زبانة "**
وعلوم التسيير بجامعة البليدة 2 - الجزائر **–غليزان- الجزائر**
عضو مخبر التنمية الاقتصادية والبشرية في الجزائر
عضو جمعية عموم شرق آسيا للتربية البدنية والرياضية

الملخص :

أخذت الرعاية الرياضية أهمية كبيرة في الاستراتيجيات التسويقية للمؤسسات خاصة الاقتصادية منها في عالم الأعمال، هذه الأهمية جاءت نتيجة للتطور الحاصل في عالم الاتصالات، بالإضافة إلى أن الرعاية الرياضية تعد آلية من آليات الاتصال التسويقي للمؤسسة مع بيئة الأعمال التي تنشط فيها، كما أنها تساهم في تحسين الصورة الذهنية سواء للعلامة التجارية أو للمؤسسة ككل، فقد أصبحت مجالا للإبداع و الابتكار في عالم التسويق نظرا لتعدد الوسائل والأنشطة الاتصالية المستخدمة في ممارستها.

والرعاية الرياضية أصبح لها تأثير كبير على الجمهور الذي تتعامل معه المؤسسة بمختلف فئاته، هذه السياسة الاتصالية تعتمد عليها اليوم أكبر المؤسسات العالميةفي الترويج لمنتجاتها، وهذا نتيجة للتأثير المباشر للرياضة في أفراد المجتمع، و الدليل على ذلك المبالغ المالية الكبيرة التي تستثمرها المؤسسات اليوم في مجال الرعاية الرياضية.

من خلال ما سبق أردنا في هذه الورقة البحثية أن نبرز الدور الذي تلعبه الرعاية الرياضية من جانبين : الأول هو الجانب التسويقي للمؤسسة و المتمثل في تحسين الصورة الذهنية للمؤسسة ككل وخاصة العلامة التجارية، وتدعيم عملية الاتصال التسويقية بين المؤسسة والجماهير التي تتعامل معها. والجانب الثاني هو تطوير الرياضة بحد ذاتها من خلال تمويل مختلف الأحداث الرياضية والفرق والمنتخبات، الذي بدوره سيساهم حتما في تطور المجتمعات و الرقي بها.

ومن أجل الإلمام بالموضوع سنقوم بتقسيمه إلى المحاور التالية :

4- مدخل مفاهيمي للرعاية الرياضية كنشاط اتصالي تسويقي.
5- الدور الذي تلعبه الرعاية الرياضية في تحسين صورة المؤسسة.
6- مساهمة الرعاية الرياضية في تطوير الرياضة و المجتمع ككل.

علاقة سرعة الاستجابة الحركية بدقة أداء الضرب الساحق المستقي بالكرة الطائرة

محمد حسين حميدي/جامعة ميسان-حازم موسى عبد حسون /جامعة القادسية

اشتمل البحث على خمس أبواب واحتوى الباب الاول على المقدمة وتطرق الباحثان الى تمثل لعبة الكره الطائرة مكانة متميزة في العالم وما تزال تنال شعبية والإعجاب الجماهيري عند متتبعي الرياضة , فقد أولى الباحثون في مجال التربية الرياضية هذه اللعبة اهتماماً كبيراً أدى إلى رفع مستواها وزيادة الإقبال على ممارستها وجعلها لعبة مثيرة ذات الانتشار الواسع .وتتميز لعبة الكرة الـــطائرة بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة ,اذ يتم الانتقال من الدفاع إلى الهجـــــوم وبالعكس بسرعة عاليه مما يتطلب اعداداً بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً تمكـــن ألاعبينمن السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الأمثل ((إن طبـيعة الأداء في لعبة الكرة الطائرة يتميز بالإيقاع السريع فضلاً عن مهاراتها المتتالية والمتسلسلة التي تتطلب مستوى عال من الدقة في الأداء, وعقلية تتناسب مـــع المتغيرات الـتي تشهدها المباريات لاسيما الحاسمة منها والمتقاربة النتائج)) 0وهدف البحث الى

التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية بأداء الضرب الساحق المستقيم بالكرة الطائرة 0اما فروض البحث

توجد علاقة ارتباط طردية عالية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة الضرب الساحق المستقيم بالكرة الطائرة 0 اما مجالات البحث

المجال البشري : لاعبوا فريق كلية التربية الرياضية ـ جامعة ميسان ـ المشاركون

في بطولة الجامعات للعام الدراسي 2013-2014.

ـ المجال المكاني :قاعة كلية التربية الرياضية ـ جامعة ميسان .

ـ المجال الزماني :الفترة من 2013/11/15ولغاية 20 / 4 /2014

الباب الثالث : اجراءات البحث

واحتوى على منهجية البحث إذ تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب وكان مجتمع البحث

يتكون من (12) لاعب من منتخب كلية التربية الرياضية جـــــــامعة ميسان ,وتم إعداد

استمارة خاصة تتضمن اختبار الضرب الساحق واختبار سرعة الاستجابة الحـركية وتم

عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال لعبة الكرة الطائرة,وبعد جـمع الاستمارات

وتفريغها حصلت الاختبارات التالية على أجماع الخبراء اختبار سرعة الاستجابة الحركية

(نيلسون) , اختبار الضرب الساحق ,أما الوسائل الإحصائية المستخدمة فهـــــي الوسط

الحسابي, النسبة المئوية,الانـــــحراف المعياري , معامل الارتباط البـــــسيط (بيرسون)

وحتوى الباب الرابع على عرض النتائج ومناقشتها

تناول هذا الباب عرض نتائج المعالجات الإحصائية وتبويبها في جدولي ,إذ تم عـــرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والارتباطات بين متغيرات البحث ,ومن ثم تم مناقشتها بأسلوب علمي دقيق المدعوم بالمصادر ذات العلاقة بموضوع الدراسة بغـية تحقيق أهداف البحث 0اما الباب الخامس احتوى على الاستنتاجات التي خرج بها الباحث من خلال دراسته وهي :

-وجود علاقة ارتباط طردية بين سرعة الاستجابة الحركية والضرب الســـــحق المـــستقيـــــم .

- وجـــــود تطـــــور فـــــي صـــفة السرعـــــة لـــدى إفـــــراد عينـة البحـث.

وقد وضع الباحثان مجموعة من التوصيات :

-التركيز على تطـوير المهارات الأساسية والقدرات البدنية والحركية لدى إفراد عينة البحـــــــــــــــث .

-دراســة العلاقــات بين صفات بدنية أخـرى والمهارات الأساسية وبعض المتغيرات الخـطـطيـــــة .

-أجراء دراسات وبحوث علميـــــة علـى مهـارات أخرى ومـتغيـرات جديــدة.

Relationship motor response speed accurately beating performance overwhelming Moustakfi Volleyball

Hazem Abdel Moussa Hassoun / Mohammad Hossein Hamidi / Maysan University

University of Qadisiyah O.m.d

A search on the five-door and contained the first door on the front and touched the researchers to represent the game of volleyball privileged position in the world and continues to gain popularity and public admiration when followers of the sport, the first researchers in the field of the physical education game attention considerable led to upgrading and increasing demand for exercise and make it an exciting game with the widespread .otaatmaz volleyball game positions and the many changing situations, as is the transition from defense to attack and vice versa at high speed, which requires preparation physically and Mharria and Khttia and psychologically able Olaabinmn control the pitch and act optimally ((the nature of the performance in a game of volleyball is characterized by the rapid rhythm as well as successive and sequential skills that require a high level of accuracy in the performance, and mental commensurate with variables that witnessed the games which are crucial for the converged results especially)) 0, and the goal of search

To identify the relationship between the kinetic response performance beating crushing the ball straight plane 0 speed either research hypotheses High is a positive correlation between the motor response speed and accuracy landslide hit the ball straight plane 0 no relationship with either the areas of research The human sphere: team players exert Faculty of Physical Education University Maysan Participants Starring in universities for the academic year 20,132,014.Spatial area: Faculty of Physical Education Maysan University HallTemporal area: from 15.11.2013 until 04.20.2014 Part III: research proceduresAnd contains the research methodology was used as a descriptive approach and style was the research community Consists of 12 players from the team Faculty of Physical Education University of Maysan, was prepared Special form includes test batting overwhelming and test motor response speed was Presentation to a group of experts in the field for a game of volleyball, and af er collecting the forms And discharged the following tests got unanimity experts test motor response speed) Nelson), beating the crushing test, the statistical methods used are the centerArithmetic, percentage, standard deviation, simple correlation coefficient (Pearson(nd Part IV Htoy to display the results and discussion

This door eating present the results of statistical treatments, compiled in tabular, as has been the media and standard deviations and correlations between research variables, and then discussed in a scientific manner accurate subsidized sources relevant to the subject of study in order to achieve the objectives of the research 0 Lama Part V contains the conclusions drawn by the researcher through his studies, namely:

-ugod A positive correlation between the motor and battery overwhelming response speed straight relationship.

-The presence of the evolution in the recipe speed with sample individuals.

The researchers have developed a set of recommendations:

-turkaz To develop basic skills and physical abilities and motor to the sample individuals.

A study of the relations between the other physical characteristics and basic skills and some tactical changes.

Conduct studies and scientific research on other skills and new variables.

تأثير برنامج رياضي ترويحي مقترح في خفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية

حسن أحمد صميدة
أستاذ مساعد. عضو هيئة تدريس بكلية التربية غريان ـ جامعة الجبل الغربي ـ ليبيا
As.tnt2012@yahoo.com

الملخص :

المشكلات السلوكية التي تواجه المجتمعات البشرية حالياً ، والمدرسة باعتبارها تجمع يعتبر السلوك العدواني من أكثر أنساني يقضي فيه الطالب فترة زمنية طويلة من حياته اليومية تعتبر بيئة لإصلاح الكثير من المشكلات السلوكية المرتبطة بالانحراف السلوكي الدي يعوق التلاميذ عن التوافق النفسي والاجتماعي داخل المدرسة وخارجها ، وتزداد حالات السلوك العدواني في المرحلة الثانوية نظراً لطبيعة هده المرحلة وما يصاحبها من اضطرابات نفسية .

وتؤكد نظرية " تعلم العدوان " أن الانسان يتعلم الانماط السلوكية عن طريق رؤيتها عند الغير، أي ان العدوان مكتسب من البيئة عن طريق ملاحظة نماذج العدوان عند الوالدين أو المدرسين أو الاصدقاء أو عن طريق مشاهدة أفلام العنف أو قراءة قصص العنف .

ويعد استثمار أوقات فراغ التلاميذ بالاشتراك في برامج ترويحية وخاصة الرياضية سبيلا هاما لتعديل السلوك العدواني لديهم " في هذا الصدد الى ان العملية الترويحية تستهدف تحقيق الحصائل المتوقعة , et– d, gray حيث يشير " جراى وأخرون وليس مجرد المشاركة في أنشطة وقت الفراغ " . (9– 266) .

ونظراً لأهمية الموضوع قام الباحث بهذه الدراسة للتعرف على تأثير برنامج رياضي ترويحي مقترح في خفض السلوك العدواني لدى طلبة التعليم الثانوي .

اجراءات البحث :

منهج البحث : أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث . (11–81).

مجتمع البحث : يمثل مجتمع البحث طلبة المرحلة الثانوية بالعزيزية بليبيا .

عينة البحث : تكونت عينة البحث من (40) طالبا بمدرسة اليرموك بالعزيزية للعام الدراسي 2015– 2016.

أدوات البحث : أستخدم الباحث في جمع بيانات البحث الادوات التالية : السجلات المدرسية لاختيار العينة من الطلبة الدين يتصفون بالعدوانية وفق رأي الاخصائي الاجتماعي بالمدرسة .

استمارة استطلاع رأي الطلبة نحو الانشطة الرياضية المفضلة . البرنامج الرياضي وتم تحديد زمن البرنامج بمدة (3 اشهر) . مقياس مظاهر واساليب العدوان من تصميم محمود اسماعيل طلبه ويحتوي على (54) عبارة موزعة على (6) أبعاد وهي : نحو الذات ، نحو الزملاء ، نحو المدرسين ، نحو الممتلكات العامة ، نحو النظام المدرسي والادارة ، نحو النشاط المدرسي . 9–282) .

وتم تطبيق البرنامج الرياضي المقترح في الفترة من 9.15 .2015 الى 12.15. 2015.

النتائج : تشير النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع ابعاد مقياس مظاهر واساليب العدوان وكذلك في المجموع الكلي للمقياس عند مستوى معنوي (0.05) لصالح القياس البعدي ، وكذلك في المجموع الكلي للمقياس لصالح المجموعة التجريبية .

المناقشة : من خلال النتائج التي توصل اليها الباحث يتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية

بين متوسطات الفروق للقياسين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في السلوك العدواني لصالح المجموعة التجريبية ، وهذا راجع الى فاعلية البرنامج الرياضي المقترح في تحقيق الهدف المعد لأجله وهو خفض السلوك العدواني لدى الطلاب وهو ما يحقق فروض البحث .

الاستنتاجات : لقد توصلت الدراسة الى ان البرنامج الرياضي ساهم في خفض السلوك

العدواني لدى عينة البحث الذين طبق عليهم البرنامج .

التوصيات :

▪ :يوصي الباحث بضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية بالمدارس لما لها من فوائد بدنية ، وعقلية ، ونفسية .

▪ ضرورة أجراء دراسات مشابهة لتشمل متغيرات أكثر .

المراجع :

1- أسامة كامل راتب ، تدريب المهارات النفسية ، تطبيقات في المجال الرياضي ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2004م .
2- أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية والرياضة ، المدخل – التاريخ – الفلسفة ، ط 3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001م .
3- العجيلي عصمان سركز ، عياد سعد امطير ، البحث العلمي أساليبه وتقنياته ، ط 1 ، طرابلس ، 2002م.
4- عدنان الدوري ، جناح الاحداث ، المشكلة والسبب ، ط 1 ، منشورات ذات السلاسل ، الكويت ، 1985م .
5- كمال درويش ، محمد الحماحمي ، رؤية عصرية للترويح واوقات الفراغ ، ط 3 ، القاهرة ، 2007م .
6- محمد حسن علاوي ،موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1989م .
7- محمد حسن علاوي ، مدخل في علم النفس الرياضي ، ط 7 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2009م .
8- محمد حسن علاوي محمد نصرالدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1988م .
9- محمود اسماعيل طلبة ، سيكولوجية الترويح واوقات الفراغ ، القاهرة ، 2010م .
10- محمود عبدالحليم منسي ، سهير كامل احمد ، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط 1 ، دار الزهراء ، الرياض ، 2008م .
11- مصطفى عمر التير ، مساهمات في أسس البحث الاجتماعي ، ط 1 ، معهد الانماء العربي ، 1989م .

تاثير منهج تدريبي مقترح وفق انواع القوة لتاهيل بعض إصابات مفصل الكتف

حسين علي عبيد الفرطوسي

ملخص البحث:

يهدف البحث الى:-

1- تصميم برنامج تأهيلي وفق بعض أنواع القوة لتأهيل بعض إصابات مفصل الكتف

2- التعرف على تأثير البرنامج التاهيلي في تطوير بعض أنواع القوة لعضلات مفصل الكتف

اما فروض البحث فكانت:-

1- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية في بعض أنواع القوة لعضلات مفصل الكتف

2- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض أنواع القوة لعضلات مفصل الكتف

استخدم الباحث المنهج التجريبي و بتصميم المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة البحث،

تم اختيار العينة بطريقة المعاينة المقصودة، حيث إن هذه الطريقة تضمن للباحث تحقيق الهدف من دراسته، وشملت العينة عدداً من اللاعبين المصابين بإصابة مفصل الكتف بلغ عددهم (10) لاعبينً اختيروا من مجتمع البحث البالغ عددهم (15) مصاباً، إذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين وفق متغيرات البحث وبواقع (5) لاعبين لكل مجموعة تقوم بتنفيذ برنامج يختلف عما تنفذه المجموعة الأخرى. مثلوا نسبة (66 %) من مجتمع البحث الأصلي وقد اختيرت العينة من اللاعبين الذين يمارسون فعاليات رمي الرمح والثقل والمطرقة والقرص من لاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بالعاب القوى ضمن فعاليات.

واستخرج الباحث معامل الالتواء في بعض المتغيرات الانثروبومترية قيد الدراسة وقام بتحديد مستوى أداء عينة البحث من خلال بعض المؤشرات ولغرض الحصول على نتائج دقيقة وموثوق بها ، هي إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة صغيرة تكونت من (3) مصابين قبل قيامه ببحثه والهدف منها اختيار أساليب البحث وأدواته"

قام الباحث بإيجاد الاسس العلمية للاختبارات و تمت صياغة البرنامج التاهيلي بالاستناد إلى نتائج المقابلات الشخصية التي أجراها الباحث مع ذوى الخبرة والاختصاص بعلم التدريب الرياضي والتأهيل العلاجي ، فضلاً عن المصادر المتخصصة بهذا الشأن.

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية من خلال الحقيبة الاحصائية spss :

وبعد عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها واستناداً إلى النتائج التي قام بتحليلها الباحث واعتماداً على المعالجات الإحصائية والفروقات في الاختبارات الخاصة لقوة العضلات العاملة على مفصل الكتف، ،توصل الباحث إلى الاستنتاجات الاتية:-

1- إن البرنامج التاهيلي المعد طور القوة العضلية للمجاميع العضلية العاملة على مفصل الكتف وبصورة أسرع من البرنامج الذي اعتمد ت عليه و المطبق من المجموعة الضابطة.
2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية للمؤشرات الخاصة بالقوة (القوة القصوى ،القوة النسبية،قوة القبضة)
3- ظهرت فروقات معنوية عند المجموعة الضابطة ايضا.
4- تفوق المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية للمؤشرات الخاصة بالقوة(القوة القصوى،القوة النسبية،قوة القبضة) على المجموعة الضابطة.

The impact of the proposed training approach according to the types of force, some rehabilitation of shoulder injuries

Hussein ali Abid fartusi

Search summary:

The research aims to:-

1. Design a rehabilitation program according to some types of force to rehabilitate some shoulder injuries

2. identify the influence of preparation in developing some types of strength to the muscles of the shoulder

Either the hypotheses were:-

1. There are significant differences between the tests in some types of fingerprinting force to shoulder muscles

2. There are significant differences between remote control groups tests, experimental in some types of strength to the muscles of the shoulder

The researcher used experimental method and design sets the equivalent lmlaemth research,

The sample was selected in a manner intended, since the preview this way guarantee for achieving the objective of the study, the sample included a number of players injured shoulder injury (10) numbered players drawn from the research community's (15) infected, were divided into two equal according to search variables and (5) players per group are implementing a program different from other group executed. Representing the proportion (66%) Society original research sample was selected from players who have events Javelin and hammer and disc players elected Mustansiriyah University in athletics events within.

Researcher and plants some sprains anthropometric variables under study and to determine the level of performance of sample search through some of the indicators for the purpose of obtaining accurate and reliable results are exploratory experiment on small sample consisted of (3) living before his research and intended to choose the research methods and tools "

The Finder to find a scientific basis for the tests and rehabilitation programme was formulated based on the results of interviews conducted by a researcher with experienced and competent in sports training and rehabilitation, as well as specialized sources in this regard.

The researcher used the following statistical means through spss statistical pouch:

After the search results are displayed, analysed and discussed on the basis of the results analysed by the researcher based on statistical treatments and differences in tests of muscle strength, working on the shoulder, reached the following conclusions: researcher.

1. the prepared preparation developed muscle strength to muscle totals working on the shoulder and faster than the program adopted in and applied the control group.

2. the existence of significant differences between the tests for fingerprinting experimental group of indicators for power (max power, relative strength, power fist)

3. moral differences emerged when the control group also.

4. the superiority of the experimental group in remote testing of indicators for power (max power, relative strength, power fist) on the control group.

الجزائرية معاينة ميدانية المشكلات المهنية التنظيمية لمدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة بمقاطعة ورقلة

حورية ترزولت عمروني، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة قاصدي مرباح – ورقلة الجزائر

يوسف لعجيلات، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة مصطفى اسطنبولي معسكر، الجزائر

حمامة عمار، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة حمه لخضر- الوادي، الجزائر

youceflad@yahoo.fr

الكلمات المفتاحية: المدرس، الرياضة، التربية، المشكلات المهنية، التنظيم المرسي.

مقدمة:

يعتمد تطور المجتمع على أساس قدرة أفراده ورغباتهم في التطور ومواكبة المجتمعات المتقدمة وفي حرصهم الدائم على إعلاء راية وطنهم ومكانته، وتحسين وتطوير مستوى أفراده في جميع المجالات الاقتصادية، الاجتماعية، العلمية، والثقافية، إضافة إلى المجالات الأخرى التي لها تأثير مباشر ومرتبط بكل المجالات كالتربية البدنية والرياضية حيث يقول في بل وثيقة، علاقة هي الاجتماعي والنمو الانفعالي والنمو الفكري والنمو البدنية بين الأنشطة العلاقة أوليفر أن جيميس بينها. (بن برنو، 2007) الفصل من المستحيل الواقع

غير أن واقع التعليم في البلاد العربية يشير إلى تدني مستوياته، فقد خلص التقرير الإقليمي الذي أعده مكتب اليونسكو الإقليمي ببيروت عن التعليم للجميع في الدول العربية سنة 2000، ابرز ما ورد فيه حسب حجازي (صيام، 2007) أن أنظمة التعليم في معظم الدول العربية مازالت تسودها مناهج مليئة بالحشو والتكرار وطرائق تعلم تقليدية لا تتناسب مع الحاجات الفعلية للمتعلمين مما أدى إلى عدد من المتسربين بلغ 5 ملاين و70 مليون أمي، إلى جانب الضعف العام لمستوى المتخرجين مما يزيد في أعداد أنصاف المتعلمين، كما ذكر تقرير مكتب اليونسكو انه في الآونة الأخيرة ظهر إجماع عربي لتسريع المسيرة باتجاه مواجهة التحديات التعليمية ومستوجبات الألفية الجديد.

والمدرس هو عنصر من عناصر العملية التربوية فهو بذلك عضو في التنظيم المدرسي ومنظمة التعليم بشكل عام، فالمعلم حسب ما يرى الهذلي (1995) يمثل المحور الأساسي للعملية التربوية، والرائد الذي يتعهد الأجيال وهو المنفذ الفعلي للسياسة التربوية في المجتمع، ويتوقف نجاحه في أداء رسالته على مقدار ما يواجهه من معوقات وصعوبات أثناء العملية التدريسية في مختلف المجالات، ومدى القدرة على التغلب عليها وتلاشيها.

من هذا المنطلق سوف نتناول في هذه الورقة المشكلات المهنية التنظيمية التي تواجهه والتي لا تخرج من نطاق مشكلات التنظيم المدرسي وان اختلفت مظاهرها فان أسبابها متشابهة إلى حد كبير.

إجراءات البحث:

عرفت الرياضة المدرسية الجزائرية تطور مستمر منذ الاستقلال إلى يومنا هذا، سواء في التكوين المستمر والمتزايد للمؤطرين، أو في سن القوانين المنظمة لها، كما عملت في العشرية الأخيرة على إنشاء عدد كبير من المنشئات والمرافق الرياضية في اغلب المدارس الجزائرية، ورغم كل الجهود المبذولة من الهيئة الوصية، إلا أن التطبيق الميداني لمادة التربية البدنية والرياضية اعترضه الكثير من المشكلات المهنية حالت دون الوصول إلى الأهداف المسطرة في البرامج والمحتويات، ونحاول في هذه الدراسة تناول بعض المشكلات المهنية التنظيمية لمدرسي مادة التربية البدنية والرياضية من خلال معرفة أهميتها ودرجة حدتها في سبيل الوصول إلى تشخيص الوضعية وفهم آليات تجاوز هذه الصعوبات، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة قام الباحثون بدراسة بيبليوغرافية نقب فيها على أهم المشكلات المهنية التنظيمية التي تعترض عمل مدرس التربية البدنية والرياضية انطلاقا مما توصلت إليه مجموعة من الدراسات السابقة التي كشفت حقيقة ما يواجهه مدرسي التربية البدنية والرياضية من مشكلات مهنية التنظيمية تحول دونهم ودون تحقيق الأهداف المسطرة لمهنتهم، وقد سمحت هذه الدراسة البيبليوغرافية من توزيع المشكلات إلى ثلاث مجالات تتمحور فيها اغلب مشكلات مدرسي التربية البدنية والرياضية المهنية التنظيمية هي المناهج (محتوى الحصص) ، وحصة التربية البدنية والرياضية، و الوقاية والأمن..

استخدم الباحثون المنهج الوصفي الاستكشافي نظرا لملائمته أغراض الدراسة، وقد اعتمد الباحثون على مجتمع في مقاطعة ورقلة، حسب يتكون من مدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية في الطورين الاكمالي والثانوي التقسيم المعتمد من طرف مفتشية التربية والتعليم للطور الاكمالي، فقد ضم الطور الاكمالي 86 مدرس، بينما ضم الطور

الثانوي 40 مدرس حسب الإحصائيات المقدمة من طرف مفتشي التربية البدنية والرياضية خلال الثلاثي الثاني من الموسم الدراسي 2012/2011، وهو ما يحدد عينة الدراسة بـ126 فرد، وقد أختار الباحثون استخدام أسلوب المسح الشامل لمجتمع الدراسة نظرا لصغر حجمه ولإمكانية الاتصال بجميع أفراده.

قام الباحثون بإعداد صورة مبدئية لأداة القياس، والتي يمكن من خلالها تحقيق أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها، وفق مقياس ليكارت الثلاثي ، وقد استند الباحثان في بناء الأداة إلى أسلوب كل من موريس أنجرس (2004)، وعمروني (1997) من خلال تفكيك المفهوم إلى أبعاد ثم تجزئة البعد إلى مؤشرات،وللتحقق من الصدق تم عرض الأداة على 07 محكمين، وقد أسفرت نتائج التحكيم على تعديل مجموعة من البنود تم تعديلها بما أشار به المحكمون، ولأن صدق المحكمين لا يمكن الاعتماد عليه كمؤشر وحيد للتحقق من صدق البناء، قام الباحث باستخدام صدق الاتساق الداخلي لأجل التأكد من صدق درجات المقياس، وقد أظهرت النتائج وجود فقرة معامل ارتباطها سالب وعدد آخر من الفقرات معامل ارتباطها غير دال إحصائيا، وقد تم استبعاد الفقرة السالبة والفقرات الأضعف من كل مجال بعد التحقق من الثبات حيث تمكن الباحثون من الحكم النهائي على صدق وثبات الأداة، ومن اجل معاينة ثبات درجات الاستبيان استخدم الباحثان طريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل α كرونباخ، وقد بلغ المعامل الكلي(0,70) وهي تعتبر درجة كافية لأغراض البحث، و بعد أن تم التأكد من صدق الأداة و ثباتها والتوصل إلى الصورة النهائية للأداة والتي أصبحت تظم 18 فقرة، توجه الباحثان إلى عينة الدراسة من أجل تطبيق الدراسة.

النتائج:

اتضح من نتائج معالجة البيانات أن قيم الوزن النسبي لمجموع الأداة كان أكبر من 2,34 وهي أدنى قيمة في المجال الذي يعبر عن الموافقة، فهذه النتائج تعبر عن رأي أفراد عينة الدراسة بأن المشكلات المهنية التنظيمية تعتبر مشكلات مهنية ذات أهمية كبيرة تواجه مدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية، فقد جاءت النتائج بنسبة موافقة في ، وهي نتيجة تدل على وجود نقائص وصعوبات مصدرها التنظيم 2,50 وبوزن نسبي قيمته %استجابات العينة بلغت 69,93 المدرسي، تأثر سلبا على الأداء المهني لمدرسي التربية البدنية والرياضية في حدود عينة الدراسة، وتتفق هذه النتيجة مع وتسجيل بعض النقائص في المدرسية للرياضة الإداري التسيير ملائمة نتائج دراسة بن قناب (2009) التي توصلت إلى عدم الجانب التنظيمي من خلال استجابات عينة من مدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية حيث بلغت على أن التسيير الإداري الحالي لا يخدم الحركة الرياضية الوطنية، كما تتفق كذلك %استجابات عينة الدراسة نسبة 85,82 نتائج الدراسة هذه مع دراسة ماك لغافلن و آخرون التي توصلت إلى وجود عوامل إدارية تؤثر سلبا على أداء المدرس (محمد عبد المحسن، 2006)، وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة صالح (2008) التي توصلت إلى أن المعوقات التنظيمية في معدلها العام ذات تأثير متوسط على تدريس التربية البدنية والرياضية، غير أن المعوقات التنظيمية في عينة هذه الدراسة الأخيرة ترتبط مباشرة بقدرات وكفاءة المدرسين على خلاف عينة دراستنا حيث تعتبر المشكلات التنظيمية خارجة عن نطاق مسؤوليات مدرسي التربية البدنية والرياضة.

ويتمثل الهدف الثاني من الدراسة في معرفة درجة حدة المشكلات المهنية التنظيمية التي تواجه مدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج التكرارات والنسب المئوية للتحديدات الإجرائية التي تتضمنها الأداة، وتم استخدام قيمة الوزن النسبي للحكم على درجة حدة المشكلات المهنية التنظيمية. فقد اتضح أن استجابات أفراد عينة الدراسة تظهر أن المشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بحصة التربية البدنية والرياضية والمشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بالوقاية والأمن والمشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بالمناهج (محتوى الحصص)، تعتبر مشكلات مهنية التنظيمية ذات درجة حدة مرتفعة. كما اتضح وجود تباين في هذه الدرجة المرتفعة من حيث الحدة في المشكلات المهنية التنظيمية حسب نتائج أفراد العينة وهو ما يظهر في ترتيب المؤشرات حسب نسبة الموافقة عليها وحسب ارتفاع قيمة وزنها النسبي.

المناقشة:

ووزن % احتلت المشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بالوقاية والأمن المرتبة الأولى بنسبة موافقة بلغت76,37 ، ويمكن تفسير ذلك بمدى إدراك أفراد عينة الدراسة لدرجة حدة المشكلات المهنية التنظيمية التي 2,62نسبي بلغت قيمته يواجهونها والتي تتسبب فيها نقائص على مستوى الشروط الوقائية والإجراءات الأمنية التي تتطلبها ممارسات التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي والتي تظهر على مستوى برامج الصحة المدرسية وأمن الأنشطة الرياضية ونظافة المحيط

والممارسين، وهو ما يجعل المدرسين والتلاميذ عرضة لأخطار قد تؤثر على صحتهم وعلى مسارهم المهني أو الدراسي، فمدرسو التربية البدنية والرياضية يعانون من أخطار مصدرها الوضعية المتدنية للملاعب والساحات والمنشآت التي تمارس أو من ناحية إجراءات الصيانة، ولا حتى توفر المرافق الهندسية الناحية من فيها التربية البدنية والرياضية المدرسية، سواء الضرورية فيها كغرف تبديل الملابس وغرف الاستحمام، فهي في أغلب المؤسسات التربوية ساحات لعب لا تتوفر على سواء، وهو ما حد على الممارسين والمشرفين سلامة الشروط الضروري للممارسات البدنية والرياضية الآمنة التي تضمن توصلت إليه دراسة معين وعبد الحكيم (2009).

كما تظهر عدة مشكلات في مواجهة مدرسي التربية البدنية والرياضية حين يتعلق الأمر باللباس الرياضي وخصوص الحذاء عند التلاميذ الممارسين رغم أنها من بين أهم الأسس الوقائية والصحية المرتبطة بممارسة التربية البدنية والرياضية، إضافة إلى ذلك غياب الكشف الطبي المتخصص الذي يشمل أجهزة الجسم المختلفة والذي الذي يأهل التلاميذ إلى ممارسة التربية البدنية والرياضية دون مضاعفات قد تنجم نتيجة النشاط البدني والرياضي، ويقوم المستوى البدني المحقق من ممارسة التربية البدنية والرياضية، ويتتبع النمو السليم للتلاميذ وهو ما أكدت عليه دراسة Marie.(2001)

أما المشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بحصة التربية البدنية فقد احتلت المرتبة الثانية بنسبة موافقة بلغت 68,83% ، فهذه النتيجة تظهر مدى تأثر أفراد عينة الدراسة بالمشكلات المهنية التي تسببها 2,47 ووزن نسبي بلغت قيمته العمليات التنظيمية لحصة التربية البدنية والرياضية فيما يتعلق بثلاث مؤشرات هي الحجم الساعي، خصائص التلاميذ وتوقيت حصة التربية البدنية والرياضية، ويمكن تفسير ذلك بأن مشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بحصة التربية البدنية والرياضية تظهر نتيجة عدم التوفيق بين هذه المؤشرات الثلاثة فالحجم الساعي المقرر على حصة التربية البدنية والرياضية يصبح لا يمكن احتماله من طرف المدرسين وغير كافي بالنسبة للتلاميذ إذا اقترن مع العدد الكبير للممارسين واختلاف أعمارهم وجنسهم وخصائصهم البدنية والفيزيولوجية حيث يتوزع الجهد الذي يبذله المدرس على عدد التلاميذ مما لا يترك له أثر يذكر، ولا يحقق الأهداف المسطرة له ولا يحقق رغبات التلاميذ خاصة إذا برمجة حصة التربية البدنية والرياضية في أوقات غير مناسبة كما هو الحل في أغلب الأحيان.

فهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات منها دراسة بن قناب (2009) التي توصلت إلى أن عينة الدراسة وبنسبة التلاميذ بإجماع حاجات لتلبية والرياضية غير كاف البدنية التربية لدرس المخصص الزمني الحجم ، وتتفق كذلك مع دراسة مطاوع (2003) ودراسة معين وعبد الحكيم (2009) ودراسة أخرى لـ بن قناب (جغدم، 2009) التي توصلت إلى أن طريقة تدريس مدرس التربية البدنية والرياضية تعوق مشاركة التلاميذ الحماسية خلال حصة التربية البدنية والرياضية

أما المشكلات المهنية التنظيمية المتعلقة بالمناهج (محتوى الحصص) فقد احتلت المرتبة الثالثة بنسبة موافقة بلغت 64,60% حسب نتائج استجابات أفراد العينة، فهذه النتائج تظهر عدم رضا أفراد العينة عن 2,42 ووزن نسبي بلغت قيمته المناهج المقررة لمادة التربية البدنية والرياضية في مختلف أطوار ومستويات التعليم من حيث الأهداف المسطرة لهذه المادة ومن حيث محتويات برامجها التعليمية أو من حيث أساليب التقويم المطلوب استخدامها للحكم على المستوى البدني والرياضي الذي يمكن أن يحققه التلاميذ من ممارسة التربية البدنية والرياضية في المدرسة.

وما يفسر هذه النتائج هو إدراك عينة الدراسة لما وصلت إليه وضعية الممارسات المهنية لمادة التربية البدنية والرياضية حيث انه أصبح من الواضح أن حصة التربية البدنية والرياضية هي حصة ترفيه بسبب عدم وضوح أهدافها، لأن وأهدافه، بل تحدده توجهات معينة بعيدة عن مدرس التربية البدنية وحاجاته المجتمع لا يتم من فلسفة هذه الأهداف اشتقاق والرياضية الذي لا يتم إشراكه في عمليات تخطيط وإعداد المنهج الذي يدرسه والذي يتفاعل مع موضوعاته أثناء التطبيقات اليومية للمادة التي يدرسها. فمن نتائج هذه الوضعية صعوبة تطبيق المنهج لما يحتويه من مفارقات، لا تراعي خصائص الممارسين ولا قدرات المدرسين، وهو ما يتعارض مع ما تراه فلشين(الخولي والشافعي، 2000) من أن اختيار محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية يجب أن يعتمد على طبيعة الأفراد المشتركين، ويجب تعديل هذا البرنامج على ضوء المتغيرات التي تستجد على مكونات وعناصر العملية التعليمية.

الخلاصة:

توصلت الدراسة إلى نتائج تبين أن المشكلات المهنية التنظيمية التي تواجه مدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية هي مشكلات لها أهمية كبيرة، كما اتضح أن المشكلات المهنية التنظيمية التي تواجه مدرس التربية البدنية

والرياضية بدرجة حدة مرتفعة هي على الترتيب حسب درجة حدتها الوقاية والأمن، حصة التربية البدنية والرياضية، المناهج (محتوى الحصص)، فهذه النتائج تعبر بوضوح عن عدم قدرة مدرسي التربية البدنية والرياضية عن تحقيق رغبات التلاميذ واحتياجاتهم وطموحاتهم من ممارسة مادة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي

وبناءا على النتائج الدراسة يوصي الباحثون بضرورة ترشيد النفقات والجهد والوقت نحو ممارسات مهنية تخضع للشروط العلمية بما يسهل مهام مدرسي التربية البدنية والرياضية من أجل تحقيق الأهداف التربوية والرياضية الوطنية، و تحرير دليل خاص يتوج كميثاق أخلاقي يحدد إجراءات الوقاية والأمن في ممارسة التربية البدنية والرياضية على أن تلتزم باحترامه جميع الأطراف الفاعلة، إضافة إلى ذلك التركيز أثناء برمجة الحصص على خصوصية مادة التربية البدنية والرياضية كونها مادة تطبيقية يتم خلالها اكتساب عادات حركية وصفات بدنية، وضرورة تعديل البرامج والمناهج على ضوء المتغيرات التي تستجد على مكونات وعناصر العملية التعليمية وبما يتوافق مع المتطلبات البدنية والرياضية حسب مراحل نمو التلاميذ و مع ما يتماشى مع تطلعات وأهداف المجتمع بشكل علم.

المراجع:

1. الخولي، أمين أنور وجمال الدين الشافعي(2000)، منهاج التربية البدنية المعاصرة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي.
2. الهذلي عبد الله (1995)، مدى توفر الكفايات التعليمية لمدرسي المواد الاجتماعية بالمرحلة الابتدائية، المجلة التربوية العدد 53، المجلد 14، الكويت.
3. بن برنو عثمان (2007)، تحديد درجات معيارية من خلال بطارية اختبارات لتقويم بعض المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر.
4. بن قناب الحاج(2009)، دور النشاط البدني الرياضي التربوي في بعث الحركة الرياضية الوطنية في الجزائر، مجلة علوم الرياضة العدد الأول، جامعة ديالى، العراق. http://sportmag.uodiyala.edu.iq
5. جغدم، (2009)، تقويم أداء مدرس التربية البدنية و الرياضية بالمرحلة الثانوية في ضوء المقاربة بالكفاءات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، الجزائر.
6. صالح خويتم ناجي(2008)، معوقات تدريس التربية البدنية في المدارس الابتدائية الحكومية المستأجرة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى. http://libback.uqu.edu.sa/hipres/ABSA/absa7005.pdf
7. صيام، محمد وحيد(2007)، تقرير علمي حول مؤتمر الإصلاح المدرسي بدبي، مجلة جامعة دمشق، المجلد23، العدد الثاني.
8. عمروني، ترزولت حورية(1997)، مشاريع التكوين المهني المتبعة من طرف المتربصين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.
9. محمد عبد المحسن(2006)، المناخ المدرسي ومعوقاته ودوره في أداء المعلمين، رسالة ماجستير منشورة في العلوم الاجتماعية، جامعة نايف للعلوم الأمنية. http://www.nauss.edu.sa/Ar/DigitalLibrary/ScientificTheses/Documents/Master_1427-1428_SS_m_ss_5_2007.pdf
10. http://www.umc.opac.mandumah.com
11. مطاوع، إبراهيم عصمت(2003)، الإدارة التعليمية في الوطن العربي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى.
12. معين أحمد عودات وعبد الحكيم خصاونه(2009)، المشكلات المهنية التي تواجه مدرس التربية الرياضية في المدارس الحكومية الأردنية، مجلة علوم إنسانية، السنة السادسة، العدد 41. WWW.ULUM.NL
13. موريس أنجرس(2004)، ترجمة بوزيد صحراوي وكمال بوشرف وسعيد سبعون، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، الطبعة الثانية، دار القصبة للنشر، الجزائر.
14. المراجع الأجنبية:
15. Marie (2001), Carol PARUIT, sport de haut niveau chez l'enfant, les cahiers de L'INSEP, numéro 31.

علاقة الرضا الوظيفي ومستوى الالتزام التنظيمي لعمال المركبات الرياضية

خالد جوادي جامعة المسيلة "الجزائر"

جامعة سوق أهراس " الجزائر" خليل بورنان

جامعة المسيلة " الجزائر" رابح برباخ

khb84@hotmail.fr

ملخص المداخلة

تناولنا في هذا البحث العلاقة بين الرضا الوظيفي ومستوى الالتزام التنظيمي لعمال المركبات الرياضية، بخلاف الدراسات السابقة التي درست هذه العلاقة في مجالات علم النفس الصناعي وعلوم التسيير والإدارة والعلوم الاقتصادية، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الرضا الوظيفي والالتزام التنظيمي لدى عمال المركبات الرياضية ،وكذلك التعرف على العلاقة بين الرضا الوظيفي والالتزام التنظيمي لعمال المركبات الرياضية ،و الوقوف على علاقة كل من الالتزام التنظيمي والرضا الوظيفي ببعض المتغيرات الشخصية مثل :(الجنس – المؤهل العلمي – الخبرة – المركز الوظيفي-الرتبة العلمية) ،كما تهدف الدراسة إلى قياس وفحص الواقع الحالي لمدى التزام العمال في المركبات الرياضية وكيفه استغلالها وتطويرها لتحقيق أهداف المركبات الرياضية .

وتكوّن مجتمع الدراسة من جميع الموظفين في المنشآت الرياضية في ولايتة (المسيلة)، البالغ عددهم 266 موظفا وموظفة، وطبقت الدراسة على عينة عشوائية بسيطة مكونة من 117 موظفا وموظفة، أي حوالي (44%) من مجتمع الدراسة الأصلي خلال العام الدراسي2013/2012، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي مع استخدام أداة الدراسة الرئيسية وهي الاستبيان، الذي اشتمل على (44) عبارة مقسمة على 05 محاور.

ومن أهم النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة :

- يوجد مستوى متوسط من الرضا الوظيفي لدى عمال المركبات الرياضية .
- يوجد مستوى متوسط للالتزام التنظيمي لدى عمال المركبات الرياضية .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لإجابات أفراد العينة حول درجة الرضا الوظيفي لدى عمال المركبات الرياضية تعزى لمتغير المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية و توجد فروق ذات دلالة إحصائية لإجابات أفراد العينة حول درجة الرضا الوظيفي لدى عمال المركبات الرياضية تعزى لمتغير الخبرة المهنية
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha \leq 0.05$ حول مستوى الالتزام التنظيمي لدى عمال المركبات الرياضية تعزى لمتغير المؤهل العلمي – الحالة الاجتماعية – الخبرة المهنية.
- توجد علاقة ارتباطيه ايجابية وقوية بين الرضا الوظيفي بجميع أبعاده ومستوى الالتزام التنظيمي.

هذه النتائج التي توصلنا إليها تحتم على إدارة المنشآت الرياضية تعزيز وتطوير وتحسين العلاقة بين الإدارة والعاملين حتى تكون رافعة جيدة تساهم في تطور الفرد والمؤسسة الرياضية وتكاملهما من خلال الاحترام والتقدير والتعاون ،المثمر من اجل تقديم أفضل الخدمات ، وذلك من خلال العمل بروح الفريق المتعاون ، ومن خلال التعليمات الإدارية الواضحة والواقعية المنطلقة من حاجة العمل ، والتأكيد على نشر ثقافة المحبة والمودة بين الموظفين ، وكذا التنسيق بين ديوان المركبات الرياضية وديوان مؤسسات الشباب ، وكل هذه العوامل ستسهم في تقوية والرفع من مستوى الالتزام التنظيمي للعاملين وزيادة شعورهم بالانتماء لعملهم وتمسكهم بوظائفهم ويحول دون تسربهم لوظائف أخرى .

Summary :

We dealt with in this research the relationship between job satisfaction and the level of organizational commitment to workers' vehicles sport , unlike previous studies that examined this relationship in the fields of industrial psychology and science governance, and economic sciences , The aim of this study was to identify the level of job satisfaction and organizational commitment to the workers vehicles sports , as well as identify the relationship between job satisfaction and organizational commitment to workers vehicles Sports, and stand on the relationship of each of the organizational commitment and job satisfaction of some personal variables such as: (sex - Qualification - experience - Career Center - Rank scientific) , and the

study aims to measure and examine the current reality to the extent of the commitment of the workers in the sports vehicles and Kiffa exploited and developed to achieve the goals of sports vehicles .

The population study of all staff in the sports facilities in his state (M'sila) , totaling 266 employees and an employee, and applied study on a simple random sample consisting of 117 employees and an employee, or about 44% of the study population original during the academic year 2012/2013 , has been the researcher used the descriptive analytical method with the use of the main study tool and questionnaire, which included (44) is divided into 05 themes .

Among the most important results obtained in this study :

- There is a moderate level of job satisfaction among workers, sports vehicles .
- There is an average level of organizational commitment to the workers, sports vehicles .
- No statistically significant differences for the answers respondents about the degree of job satisfaction among workers of vehicles due to the variable sports qualification and marital status and no statistically significant differences for the answers respondents about the degree of job satisfaction among workers of vehicles due to the variable sports professional experience
- There are statistically significant differences at the level of $0.05 \geq \alpha$ about the level of organizational commitment among workers of vehicles due to the variable sports Qualification - Marital Status - professional experience.
- There is a positive correlation between job satisfaction strong in all its dimensions and the level of organizational commitment .

This our findings necessitate the management of sports facilities, promote, develop and improve the relationship between management and workers in order to be crane good contribute to the development of the individual and the institution sports and their complementarity through respect, appreciation and cooperation, fruitful in order to provide better services, through teamwork collaborator , and through administrative instructions clear and realism emanating from the need for action, and the emphasis on spreading the culture of love and affection among employees , as well as coordination between the Office of vehicles sports and the Office of youth organizations , and all these factors will contribute to the strengthening and raising the level of organizational commitment of employees and increase their sense of belonging to their work and their commitment to their jobs and prevent dropping out for other jobs .

التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية في جامعة بير زيت

خالد ملوح — **جامعة بيرزيت**

رافي عصفور — **جامعة بيرزيت**

اسحاق عيد

جامعة بيرزيت

rasfour@birzeit.edu

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة بير زيت، إضافة إلى تحديد الفروق في التوافق الجامعي تبعا إلى متغيرات ممارسة الأنشطة الرياضية،و الجنس ، ونوع الكلية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة عينة قوامها (400) طالبٍ وطالبة، وطبق عليها مقياس الليل (1993) للتوافق الجامعي والمكون من (44) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي: (الاجتماعي، والانضباطي، والانفعالي، والدراسي).

وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق الجامعي الكلي لدى أفراد العينة ، كان متوسطا حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (74.50%). وفيما يتعلق في الإبعاد جاء البعد الدراسي في المرتبة الأولى بوزن نسبي (80%)، يليه البعد الانضباطي بوزن نسبي (75%)، يليه البعد الانفعالي بوزن نسبي (73.50%)، وأخيرا البعد الاجتماعي بوزن نسبي (71%).

وفيما يتعلق بالفروق في التوافق تبعا لمتغيرات الدراسة كانت دالة إحصائيا في الدرجة الكلية للتوافق بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين ولصالح الممارسين ، وبين الذكور والإناث ولصالح الذكور، بينما لم تكن الفروق دالة إحصائيا تبعا إلى متغير نوع الكلية.

وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحثان بعدة توصيات من أهمها، زيادة اهتمام برنامج التربية الرياضية في النشاط الرياضي لما لها من دور في صقل شخصية الطالب، وإكسابه الخبرات اللازمة لحسن تكيفه مع البيئة الجامعية.

الكلمات المفتاحية: التوافق الجامعي، جامعة بير زيت

ABSTRACT

University Adjustment among participants and non- participants in physical activities bachelor students in Bir Zeit University

The purpose of this study was to identify the level of University Adjustment among bachelor degree students at BirZeit University and to determine the adjustment difference according to variables in practicing the sport activities and gender and major study, Data was obtained from (400) male and female students, hail scale (1993) was used and formed from (44) questions distributed to four aspects: (social, self control, emotional, academic study).

Results indicated that the total University adjustment level was moderate inreaction (74.50%), regarding the four aspects, academic study got (80%), self control (75%), emotional (73.50%), social (71%).

In relation to adjustment differences according to study variables the statistical findings among participants and non – participants in sport activities showed in favour of participants and male , major study showed no differences .

Based on results of the study the researchers recommended that the physical education program should increase their importance and support on sport activities which will help students in enhancing their personality and gains them needed experience for better adjustment towards the university environment.

Key words: University Adjustment, **Bir Zeit**

دراسة مقارنة بين التدريب الفتري طويل المدى و التدريب الفتري قصير المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى للاعبي كرة القدم تحت 20 سنة

[2] سي العربي شارف -خروبي محمد فيصل[1] - واضح أحمد الأمين [2]

1 معهد التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر 3 الجزائر .

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي ولاية تسمسيلت 2 الجزائر.

silarbic@yahoo.fr

ملخص:

إن كرة القدم هي عبارة عن رياضة متقطعة أو فترية أي عبارة عن أداء مجهودات ذات شدات عالية تتخللها فترات ايجابية كانت أم سلبية ، لذلك يجب أن يكون محتوى التدريب في كرة القدم يتلاءم مع المجهودات التي يقوم بها اللاعب أثناء لذلك يعتبر التدريب الفتري من أنجع الطرق الحديثة المستعملة في تطوير القدرات الهوائية لملائمته لنوع المباراة ، المجهودات التي يقوم بها اللاعب في نشاط كرة القدم.

ينقسم هذا النوع من التدريب إلى طرق عديدة ، فمن خلال دراستنا هذه و التي أجريت على عينة تتكون **20** لاعب من فريق شبيبة تيارت لأقل من 20 سنة ينتمون إلى القسم الوطني الثاني، إرتأينا من خلالها البحث عن المقارنة بين كل من التدريب الفتري قصير المدى و التدريب الفتري طويل المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى ، و بعد القيام ببناء برنامجين تدريبيين مختلفين ومن خلال المعالجة الإحصائية بإستحدام (ت ستيودنت) بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين البرنامجين المختلفين مع تأثير كبير للتدريب الفتري قصير المدى مقارنة مع التدريب الطويل المدى في تحسين السرعة الهوائية القصوى عند اللاعبين .

تقديم مشروع للطرق المؤدية إلي تدريب المدربين

.

مختاري ايمان - الهادي عيسى -خلـــفاوي لزهاري

zohir17staps@gmail.com

hadiaissa-2000@yahoo.fr

mokhtariimane7@gmail.com

الملخص

تقليديا يقتصر على تنظيم الدورات التدريبية التقليدية ومنح شهادات الاجتياز، بل إن مفهوم التدريب لم يعد مفهوما يعد يطلق عليه اسم العامل أو الموظف، أصبح خيارا إستراتيجيا في منظومة استثمار وتنمية الموارد البشرية، وإن الإنسان لم يعتبر الإنسان من أهم الموارد التي تقوم عليها صروح التنمية والبناء. بل أصبح يطلق عليه اسم المورد البشري، ولذلك

أصبح له مفهوم التنمية التي تصممها الجهات الوصية. ورغم أن التدريب ولذلك يحتل التدريب مكانة بارزة في خطط يحتاج إلى كثير من الإيضاح والتحديد. فكلنا نتفق على واضح في الدول المتقدمة.. إلا أن مفهوم التدريب في دول العالم الثالث ما هو التدريب الذي نريده والذي نقصده. أن التدريب مهم، ولكن لم نقل،

الواقع، يتحـــــرك فوق المشـــــــــــــــــكلة ويجهز عليها، وهو ولكن عمليا فإننا نحتاج إلى مفهوم يتحرك في البحث عن حل لها. المشـــــــــــــــكلة الآن هي عدم توافر الكفاءة في المتدرب، الإشكالية التي مازالت تفرض علينا أن برامج الأول والأساس من التدريب لم يتحقق. ولقد أسفر غياب عدم وجود مفهوم عام للتدريب عن بمعنى أن الهدف عناوين التدريب في مراكز التدريب القائمة غير فعالة. ؟!! إن بعض مراكز التدريب تهتم بالمظهر ولا تهتم بالجوهر، فترصد الدورات التي تستغرق شهورا وليس مجرد كبيرة لدورات تستغرق ثلاثة أيام، علما بأن هذه العناوين تحتاج إلى سلسلة من أيام ثلاثة. فماهي التقنيات والوسائل التي يعتمد عليها أسلوب التدريب الحديث ؟

أثر طريقة التدريب بالمنافسة في تحسين السرعة الحركية (سرعة الأداء) لدى لاعبي كرة القدم" فئة أصاغر (12- 14) سنة

خوجة بــاسم

bassemkhoudja@gmail.com

معهد التربية البدنية و الرياضية سيدي عبد الله جامعة الجزائر 03 .

لعياضي عبد الحكيم

layadiabdelhakim@yahoo.fr

الكلمات المفتاحية :طريقة التدريب بالمنافسة ،السرعة الحركية (الأداء) ،لاعبي كرة القدم ، صنف الأصاغر(12-14)،كرة القدم

مقدمة:

مثل طريقة التدريب المستمر والتكراري الرياضي، الإنجاز مستوى لرفع التدريب وأساليب طرائق تنوعت على وجب والفتري والدائري وكذلك طريقة التّدريب بالمنافسة التي هي عبارة عن حافز يسمح للاعب كرة القدم بالتطور ،لذا للعب بالكرة، الشديد الطفل تعطش الاعتبار بعين الأخذ ومهاريا الناشئين وإعدادهم بدنيا تدريب لطرق اختياره عند المدرب ومن ناحية أخرى تعتبر المنافسات وسيلة فعالة لتطوير وتنمية مستوى اللاعب، وطريقة التدريب بالمنافسة إحدى الدوافع التي تسمح للاعب كرة القدم أن يصل إلى نتيجة مشرفة، وبذلك يتطور

العمل أداء المستمر لشدة بالتغيير تتصف التي القدم كرة لاعب حركة مراعاة يجب الحديث الرياضي التدريب وفي العالية، حيث اهتمت الكثير من بلدان العالم المتفوقة في كرة القدم بتنمية اللياقة البدنية خاصة صفة السرعة الشدة ذي العضلي المحلي المستوين على القدم كرة رياضة التي لطالما كانت العلامة الفارقة بين اللاعبين المتميزين وغيرهم. حيث يتطلب في كبيرًا قدرًا وكذلك للاعبين والجماعي الفردي للأداء المميزة الحركية الخصائص كثير من توافر الحاضر الوقت في والدولي تكون الآونة الأخيرة، بحيث في كبيرًا تطورًا تطورت والتي السائدة اللعب وأساليب خطط لمجاراة المهاري سرعة الأداء من تأدية ضرورة في اللاعب سرعة أهمية تتضح لذا إليه، يجب الوصول الذي النهائي الهدف هو بالكرة المهاري الأداء سرعة الفردية، والإمكانيات التكتيكية والمتطلبات المتاحة الظروف تحت ممكن وقت أسرع في اللعب حركات

إجراءات البحث :

الدراسة الاستطلاعية: -

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة " تجربة صغيرة استطلاعية لاختبار مدى صِّحة التّجربة الرّئيسية.

- المنهج المتبع في الدراسة:

اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج التجريبي.

- مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع بحثنا متمثل في لاعبي كرة القدم (أصاغر فريق شباب بيبان برج بوعريريج).

قمنا بتحديد عينة بحثنا عن طريق اختيار لاعبي فريق شباب البيبان لكرة القدم برج بوعريريج، وتم اختيار هذه العينة بطريقة عشوائية وهي تتمثل في 28 لاعب من أصل 38 لاعب، وقد قسمناها إلى مجموعتين بطريقة عشوائية كالأتي:

أ- العينة الاستطلاعية: 10 لاعبين. **ب- العينة التجريبية:** 14 لاعب **ج- العينة الضابطة (الشاهدة):** 14 لاعب.

المجال المكاني: الملعب البلدي لولاية برج بوعريريج "بوزيدي مسعود".

المجال **الزماني**: امتدت فترته على مرحلتين أساسيتين هما:

المرحلة الأولى: تمثلت في انجاز التجربة الاستطلاعية والتي كانت على النحو التالي: - الاختبار القبلي: يوم الأحد 2015/02/15.

- الاختبار البعدي: يوم الثلاثاء 2015/02/24.

المرحلة الثانية:

تمثلت هذه المرحلة في تطبيق التجربة الأساسية حيث امتدت من:

يوم الثلاثاء2015/03/03 إلى غاية يوم الخميس 2015/04/16.

وخلال هاته الفترة الزمنية تم انجاز:

- الاختبارات القبلية: يوم الثلاثاء 2015/03/03 بالنسبة لاختبار جري 30 متر بالكرة، واختبار الجري المتعرج بالكرة.

- الاختبارات البعدية: فقد أنجزت بعد قرابة شهر ونصف من العمل التدريبي أي يوم الخميس 2015/04/16.

- الاختبارات المستخدمة في الدراسة: قمنا باستخدام اختبارين

الاختبار الأول: اختبار جري 30 متر بالكرة.

- هدف الاختبار: قياس مستوى سرعة الانطلاق بالكرة.
الاختبار الثاني: اختبار الجري المتعرج بالكرة
. - هدف الاختبار: قياس السرعة الخاصة بالكرة
- إجراءات التطبيق الميداني:
بعد إجراء الاختبارات القبلية، تم إدماج الوحدات التدريبية المقترحة من أجل تطوير السرعة الحركية وذلك باستخدام طريقة التدريب بالمنافسة، فقمنا بتطبيق التجربة الأساسية طيلة الفترة الممتدّة من يوم الخميس 2015/03/05، إلى غاية يوم الثلاثاء 2015/04/14، وذلك بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع، أي حوالي خمسة عشر وحدة تدريبية، ولقرابة شهر ونصف من العمل التدريبي.

النتائج :

التجريبية: القبلي والبعدي لاختبار جري 30 متر بالكرة للمجموعة الاختبار نتائج 1-عرض

الاختبارات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت. المحسوبة	ت. الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الاختبار القبلي	التجريبية	5,53	0,34	5,13	1,77	0,05	دالة إحصائيا
الاختبار البعدي		5,07	0,26				

التجريبية. القبلي والبعدي لاختبار جري 30 متر بالكرة للمجموعة الاختبار جدول رقم (01) يبين نتائج

التجريبية: القبلي والبعدي لاختبار الجري المتعرج بالكرة للمجموعة الاختبار نتائج 2-عرض

الاختبارات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت. المحسوبة	ت. الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الاختبار القبلي	التجريبية	19.63	0.70	8.65	1,77	0,05	دالة إحصائيا
الاختبار البعدي		17.83	0.42				

التجريبية. القبلي والبعدي لاختبار الجري المتعرج بالكرة للمجموعة الاختبار نتائج جدول رقم (02): يبين

والتجريبية: البعديين لاختبار جري 30 متر بالكرة للمجموعتين الضابطة الاختبارين نتائج 3-عرض

الاختبارات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت. المحسوبة	ت. الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الاختبار القبلي	الضابطة	5.55	0.44	2.93	1,70	0,05	دالة إحصائيا
الاختبار البعدي	التجريبية	5,07	0,26				

والتجريبية. البعديين لاختبار جري 03 متر بالكرة للمجموعتين الضابطة الاختبارين جدول رقم (03): يبين نتائج

والتجريبية: البعديين لاختبار الجري المتعرج بالكرة للمجموعتين الضابطة الاختبارين نتائج 4-عرض

الاختبارات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت. المحسوبة	ت. الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الاختبار القبلي	الضابطة	18.61	1.43	5.43	1,70	0,05	دالة إحصائيا
الاختبار البعدي	التجريبية	17.83	0.42				

والتجريبية. البعديين لاختبار الجري المتعرج بالكرة للمجموعتين الضابطة الاختبارين جدول رقم (04): يبين نتائج

المناقشة :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

دلالة ذات فروق معنوية وجود أظهرت حيث الإحصائية، المعالجة بعد **الفرضية الثانية هذه صحة** النتائج أثبتت وقد البعدي الاختبار والبعدي للمجموعة التجريبية التي تتدرب بطريقة التدريب بالمنافسة ولصالح القبلي الاختبارين بين إحصائية في اختبار جري **30** متر بالكرة، وهذا ما تبينه نتائج الجدول رقم **(06)** الذي بلغت فيه قيمة **(ت)** المحسوبة **(5,13)**، وقيمة **(ت)** الجدولية **(1,77)** عند درجة حرية **(13)** بمستوى دلالة **(0,05)**، وبما أن **(ت)** المحسوبة **أكبر** من **(ت)** الجدولية فهذا للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار والبعدي القبلي الاختبارين نتائج بين معنوية ذات دلالة إحصائية فروق وجود على يدل البعدي.

وبالتالي فإن البرنامج التدريبي المطبق على المجموعة التجريبية قد أثر تأثيرا إيجابيا على مستوى سرعة الانطلاق بالكرة في اختبار جري 30 متر بالكرة.

(07) الذي بلغت فيه قيمة **(ت)** المحسوبة **(8,65)**، وقيمة **(ت)** المحسوبة **(1,77)** عند درجة رقم الجدول نتائج ومن خلال معنوية ذات فروق وجود على يدل حرية **(13)** بمستوى دلالة **(0,05)**، وبما أن **(ت)** المحسوبة **أكبر** من **(ت)** الجدولية فهذا للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي. والبعدي القبلي الاختبارين نتائج بين دلالة إحصائية

وبالتالي فإن البرنامج التدريبي المطبق على المجموعة التجريبية قد أثر إيجابا على مستوى سرعة التحكم في الكرة وسرعة أداء الجري المتعرج بالكرة.

ومنه فمن خلال نتائج الجدول رقم **(06)** والجدول رقم **(07)** فإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي بطريقة التدريب بالمنافسة ولصالح الاختبار البعدي لاختباري جري **30** متر بالكرة تتدرّب والبعدي للمجموعة التجريبية التي والجري المتعرج بالكرة.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

دلالة ذات فروق معنوية وجود أظهرت حيث الإحصائية، المعالجة بعد **الفرضية الثالثة هذه صحة** النتائج أثبتت قد في اختبار جري **30** متر المجموعة التجريبية البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارين بين إحصائية واختبار الجري المتعرج بالكرة.

وهذا ما تبينه نتائج الجدول رقم **(08)** الذي بلغت فيه قيمة **(ت)** المحسوبة **(2,93)**، وقيمة **(ت)** الجدولية **(1,70)** عند معنوية فروق وجود على يدل درجة حرية **(26)** بمستوى دلالة **(0,05)**، وبما أن **(ت)** المحسوبة **أكبر** من **(ت)** الجدولية فهذا للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية التي تدربت البعديين الاختبارين نتائج بين ذات دلالة إحصائية بطريقة التدريب بالمنافسة في اختبار جري 30 متر بالكرة.

(09)، الذي بلغت فيه قيمة (ت) المحسوبة**(5,43)**، وقيمة **(ت)** الجدولية **(1,70)** عند درجة رقم الجدول نتائج خلال ومن معنوية ذات فروق وجود على يدل حرية **(26)** بمستوى دلالة **(0,05)**، وبما أن **(ت)** المحسوبة **أكبر** من **(ت)** الجدولية فهذا للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية التي تتدرب البعديين الاختبارين نتائج بين دلالة إحصائية بطريقة التدريب بالمنافسة في اختبار الجري المتعرج بالكرة.

ومنه فمن خلال نتائج الجدول رقم **(08)** والجدول رقم **(09)** فإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعديين عادية والمجموعة التجريبية التي تتدرب بطريقة التدريب بالمنافسة ولصالح بصفة تتدرّب للمجموعة الضابطة التي المجموعة التجريبية لاختباري جري **30** متر بالكرة والجري المتعرج بالكرة.

وهذا ما يتوافق مع الفرضية الثالثة التي وضعناها لدراستنا حيث افترضنا بأن التدرب بطريقة التدريب بالمنافسة سيؤدي إلى تحسين السرعة الحركية (سرعة الأداء) أفضل من طريقة التدريب العادية.

من خلال تحقق الفرضيات الجزئية نستنتج بأن الفرضية العامة القائلة:

- لطريقة التدريب بالمنافسة أثر في تحسين السرعة الحركية (سرعة الأداء) لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصاغر (12-14)سنة. **قد تحققت.**

خلاصة:

والتّطبيقي ومن النّظري جانبيها في ومجالاتها طبيعة الدراسة حدود في الدراسة، هذه نتائج إليه توصلت ما ضوء على المطروحة والنهج المتبع ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات والنتائج المحققة من خلال تطبيق الفرضيات وفي ضوء طريقة التدريب المقترحة تمكن الباحث من التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

في مجال التدريب، وخاصّة الباحثين بين في التباين تكمن البدنية اللياقة عناصر تطوير مختلف على القدرة إشكالية - إن أيضا أنتجته الدراسات الغربية، واختلاف طرق التدريب ما على بناء آرائهم تكوين في غالبا يعتمدون الذّين العرب الباحثين الحقيقة أن هناك و هي المثلى، استخدمها التي الطريقة أن يرى منهم فكلّ واحدٍ الاختصاص أهل بين الحاصل التباين في يزيد محددة. عمرية مرحلة وفي معيّنة بدنية خاصية اختيار الطريقة المثلى لتطوير تؤثر في كثيرة عوامل

الاختبارات إجراء مستوى الأداء المنجز أثناء في والتجريبية الضابطة العينتين بين - تقارب وتجانس كبير .القبلية (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية)

الضابطة التي تدربت وفق العينة لدى بحثنا في المستهدفة السرعة الحركية (سرعة الأداء) مستوى في تغير طفيف - ظهور للتدريب (هناك فروق ذات دلالة إحصائية راجع وذلك الفترة هذه خلال تحسن وتحقق الاختبارات البعدية أثناء برنامج عادي عادية عند مستوى الدلالة (0,05) ولصالح الاختبار بصفة تدربت بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي

" الذي تمكن من إثبات أنه يمكن تنمية السرعة **Korbokof**البعدي)، وهذه النتيجة ما **تتوافق** مع قول "**كوربوكوف** الحركية (سرعة الأداء) من خلال التدريب سواء لمدة قصيرة أو لمدة طويلة".
في التجريبية التي تدربت بطريقة التدريب بالمنافسة العينة لدى السرعة الحركية (سرعة الأداء) مستوى في - تحسن كبير القبلية (هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة بالنسبة للاختبارات البعدية الاختبارات تدربت بطريقة التدريب بالمنافسة عند مستوى الدلالة (0,05) ولصالح الاختبار البعدي)، وهذا ما يتوافق مع التجريبية التي " بأن مرحلة المنافسة تسمح بتطوير اللياقة الفردية العالية للاعب كرة القدم". **WEINECK**قول "**وينك**
خلال (سرعة الأداء) المستهدفة الاختبارات الخاصة بالسرعة الحركية مستوى في تقدم كبير التجريبية العينة - حققت الضابطة (هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعديين بين المجموعة الضابطة عن العينة منه البعدية الاختبارات عادية والمجموعة التجريبية التي تدربت بطريقة التدريب بالمنافسة عند مستوى الدلالة (0,05) ولصالح بصفة تدربت التي المجموعة التجريبية)، وهذا ما يتوافق مع قول **حنفي محمود** الذي يؤكد بأن تمرينات المنافسة تؤثِّر تأثيرا قوِّيا على تطوير مكوِّنات الحالة التّدريبية للّاعب مقارنة بالتّمرينات الأخرى، وتربط بينها بطريقة منظمّة ومنسّقة...

المراجع:

1-أبو المجد وأبو العلا عبد الفتاح: الطريق نحو العالمية في كرة القدم، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2011.
2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، أحمد نصر الدين السيد: فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2003.
3- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 1997.
4- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: التّدريب الرِّياضي - الأسس الفسيولوجية- ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1997.
5- أبو العلا عبد القادر وإبراهيم شعلان: فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، 1994.
6- أمين الخولي: الرِّياضة والحضارة الإسلامية، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، مصر، 1995.
7- أمر الله البساطي: الإعداد القدم (تخطيط-تدريب-قياس)، دار الجامعة الجديدة بالإسكندرية، كرة في الوظيفي البدني القاهرة، مصر، 2001.
8- بسطويسي أحمد، أسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1999.
9- هارا: أسس التدريب الرياضي، ترجمة قاسم حسن حسين، دار النشر، 1992.
10- هاشم حسن: تحمّل الأداء للاّعبي كرة القدم، مكتبة المجتمع العربي، ط1، عمان، الأردن، 2011.
11-- حسن السيِّد أبو عبدة: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مطبعة الإشعاع الفنِّية، ط1، الإسكندرية، مصر،2001.
12- يحي السيد العلاوى: المدرب الرياضي، المركز العربي للنشر، ط1، القاهرة، مصر، 2002.
13- كمال الدين عبد الرحمان درويش، وآخران: القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، مصر، 1999.
14- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين: اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي،ط3، 1997.
15- كمال الرّبضي: التّدريب الرِّياضي في القرن 21 ، دار وائل، ب ط، عمان، الأردن، 2004.
16- كاربوف، فيشمين: نماذج محددات إعداد الصفات البدنية للناشئين بكرة القدم، ترجمة محمد عبده صالح، موسكو، 1988.
17- محمد البشتاوي وأحمد إبراهيم الخواجا: مبادئ التدريب الرياضي، دار وائل للنشر، ط1، عمان، الأردن، 2005.

التكيف الاجتماعي وعلاقته بالأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية

دحماني سمراء جامعة محمد خيضر ـ بسكرة ـ الجزائر

faied28@gmail.com

فايد عبد الرزاق ـ جامعة محمد بوضياف ـ معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ـ المسيلة ـ الجزائر

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التكيف الاجتماعي والأداء الحركي في الألعاب الفردية (لعبة رمي الجلة) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية ،دراسة ميدانية بثانويات بلدية المسيلة ،وقد اعتمد الباحث على مقياس التكيف الاجتماعي ذو الابعاد المختلفة (بعد علاقة المراهق بالأسرة ،وبعد اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية)وبالنسبة للأداء الحركي في لعبة رمي الجلة تم اعتماد شبكة تقويم للألعاب الفردية معتمدة من طرف وزارة التربية والتعليم في الجزائر، ،ونظرا لطبيعة الموضوع اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي الذي يتلاءم وطبيعة الموضوع ،وقد طبقت الدراسة على عينة قوامها 270 تلميذ ،وكانت النتائج المتوصل إليها إلى انه هناك علاقة ارتباطية ايجابية قوية بين اكتساب التلميذ للمهارات الاجتماعية والأداء الحركي ،كما توصل الباحث الى وجود علاقة ايجابية قوية بين علاقة المراهق في الأسرة والأداء الحركي في الألعاب الفردية لاسيما لعبة رمي الجلة .

الكلمات المفتاحية : التكيف الاجتماعي ، الألعاب الفردية ، رمي الجلة ، ،حصة التربية البدنية والرياضية ،المرحلة الثانوية ،المراهقة المتوسطة .

1 ـ مقدمة وإشكالية البحث :

يسعى الفرد دائما خلال مراحل حياته إلى محاولة إحداث نوع من التوازن بينه وبين بيئته المادية أو الاجتماعية وبعبارة أخرى في علاقاته التي يستطيع من خلالها إشباع حاجاته في حدود ثقافة المجتمع، والتوازن يكون إما عن طريق الامتثال للبيئة أو التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه وبينها، فإذا استطاع الفرد تحقيق هذا فنقول أنه شخص سوي متكيف مع مجتمعه، بيئته، أسرته، مدرسته، والعكس. لأن التكيف يقوم أساسا على مسايرة الفرد لمعايير المجتمع، فالتلميذ مثلا في المدرسة يخضع لقوانين المؤسسة التي وضعت برامج مختلفة للوصول إلى أهداف تعليمية وتربوية، فإن استطاع احترام هذه القوانين تحقق ذلك، فالمدرسة في الحقيقة هي امتداد لوظيفة الأسرة في تنشئة التلاميذ، وبما أن الأسرة أصبحت تعتمد في تربية وتعليم أولادها على المدارس لابد أن تعتبر انتقال التلميذ من مرحلة إلى أخرى كانتقاله في المنزل من حجرة إلى أخرى، وهذا مايزيد من ضرورة الاهتمام بتكيفه داخل الوسط المدرسي تكيفا اجتماعيا سليما، فالتكيف الإجتماعي مع الجو المدرسي يتوقف عليه تحقيق الأهداف التعليمية(رجاء أحمد الساخن:2008، ص5).

من جهة أخرى فالمؤسسات التربوية جاءت من أجل مواكبة التغيرات في حياة التلميذ وبما يتلاءم وطبيعة المرحلة التي يمر بها، من خلال مناهج ذات أهداف تربوية تعليمية، نجد من بينها مناهج تعويضية للبناء الحركي واكتساب وتحسين المعارف والمهارات الحركية، فمن فروع العملية التعلمية نجد التعلم الحركي الذي هو سلسلة من التغيرات التي تحدث خلال اكتساب خبرات لتعديل السلوك، وتتفق عملية التعلم الحركي عامة مع التدريب الرياضي، مثلما نجده في حصة التربية البدنية والرياضية التي تعتمد على انتقال المعلومات من الأستاذ إلى التلميذ.

وكثيرا ما يلاحظ عند التلاميذ في بداية كل مرحلة جديدة من مراحل التعليم ظهور سلوكات جديدة نتيجة التغير الذي طرأ عليه وهو الانتقال من مؤسسة إلى مؤسسة ومن بيئة إلى بيئة ومن جماعة الزملاء إلى السعي وراء الإنظمام إلى جماعة أخرى لتحقيق نوع من التكيف.

فالحديث عن التكيف داخل الوسط المدرسي وعن الأداء الحركي من خلال حصة التربية البدنية والرياضية يقودنا إلى محاولة معرفة علاقة التكيف الاجتماعي بالأداء الحركي في الألعاب الفردية ولاسيما لعبة رمي الجلة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في هذه الحصة.

ومن خلال كل ما تقدم جاءت إشكالية البحث على النحو التالي:

- هل هناك علاقة ارتباطية بين التكيف الاجتماعي والأداء الحركي في الالعاب الفردية (رمي الجلة) لدى تلاميذ المرحلة الثانوي من خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

ويتفرع عن ذلك مجموعة التساؤلات الفرعية التالية:

- هل هناك علاقة ارتباطية بين اكتساب التلميذ للمهارات الاجتماعية والأداء الحركي في الالعاب الفردية (رمي الجلة) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية؟

- هل هناك علاقة ارتباطية بين علاقة التلميذ في المدرسة والأداء الحركي في الالعاب الفردية (رمي الجلة) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية؟

2 - فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة:

هناك علاقة إرتباطية إيجابية بين التكيف الاجتماعي والأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في حصة التربية البدنية والرياضية.

الفرضيات الفرعية:

- هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين اكتساب التلميذ للمهارات الاجتماعية والأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

- هناك علاقة ارتباطية بين علاقة التلميذ في المدرسة والأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

3 - أهداف البحث :

من الطبيعي أن لكل دراسة غايات تجرى من ورائها، وأهداف تسعى إلى الوصول إليها، من أجل تقديم البديل، أو تعديل ما يجب تعديله، وتبقى الإجابة عن الأسئلة التي تطرحها المشكلة هدف كل دراسة.

ويمكن تلخيص أهداف هذه الدراسة في:

- فهم أبعاد التكيف الاجتماعي على السلوك الحركي، وإبراز أهميته، وتفسير هذا السلوك اعتمادا على مدى التكيف بين التلاميذ.

- التعرف على العلاقة بين اكتساب التلميذ للمهارات الاجتماعية والأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

- التعرف على العلاقة بين علاقة التلميذ في المدرسة والأداء الحركي في الألعاب الفردية (رمي الجلة) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

استراتيجية تسويق خدمات نادي رياضي محترف - دراسة حالة نادي برج بوعريريج -

دحماني نعيمة – بلبار السعيد

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة المسيلة -الجزائر-

إن الرياضة أصبحت اليوم نشاطا إقتصاديا شأنه في ذلك شأن بقية قطاعات أخرى، الشيئ الذي يفسر التخلي عن المبادئ الألمبية وإعادة تنظيم هذا المجال حول قيم تجارية جديدة، ومن بين تلك القيم كيفية تسويق الرياضة، وبما أن هذه الأخيرة اختلفت أوجه ممارستها، لذلك ارتأينا إثارة الإشكال التالي:

- هل هناك خدمات يمكن أن يسوقها نادي رياضي وهل هناك استراتيجية لتسويق خدمات نادي رياضي محترف -

وبما أن نادي برج بوعريريج كغيره من الأندية الجزائرية المحترفة يعتبر مؤسسة تجارية أردنا من خلالها معرفة استراتيجيته الخاصة لتسويق خدماته وهل سقوطه إلى القسم الثاني أثر على نوعية خدماته.

علاقة بعض المتغيرات الوظيفية ببعض القدرات البدنية لدى لاعبي فريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالكرة الطائرة

فاتن محمد رشيد - رافع صالح فتحي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

هدفت الدراسة إلى :

- التعرف على بعض المتغيرات الوظيفية والقدرات البدنية لدى لاعبي فريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالكرة الطائرة.

- التعرف على العلاقة بين بعض المتغيرات الوظيفية ببعض القدرات البدنية لدى لاعبي فريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالكرة الطائرة.

تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمته تحقيق أهداف البحث ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وشملت فريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وبلغ عددهم (9) لاعبين وبنسبة (100%) من مجتمع البحث ، واستخدمت الوسائل الاحصائية (الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ارتباط بيرسون).

وتوصلت الدراسة إلى اهم الاستنتاجات :

- أن للضغط الدموي الانقباضي والانبساطي تأثير في القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى.

-. هناك علاقة ارتباط معنوية بين القوة الانفجارية لعضلات الأطراف العليا والضغط الدموي الانقباضي والانبساطي

وأوصت الدراسة :

- ضرورة الاهتمام بالقدرات البدنية والمتغيرات الوظيفية التي لها القدرة على التمييز بين اللاعبين في الكرة الطائرة.

- مراعاة القدرات البدنية المميزة والمتغيرات الوظيفية في الكرة الطائرة عند اختيار اللاعبين بالكرة الطائرة.

الثقافة الغذائية في المجال الرياضي

زاوي علي Zaoui Ali (جامعة عنابة)
مجرالو احلام Majralo Ahllem (جامعة عنابة)
زاوي عقيلة Zaoui Akila(3 جامعة الجزائر)
Z.28@hotmail.fr

الملـــخـــص

تعد عملية التغذية مثالا للاتصال بين البيئة الخارجية والجسم البشري، اذ تحتوي المواد الغذائية على المواد الكيميائية الحيوية اللازمة لحياة الإنسان التي لها تأثير على مظهره وطابع شخصيته.

وبما أن الممارسة الرياضية في العصر الحديث اصبحت من بين الاستراتيجيات الهادفة بالنسبة للمجتمعات على المستوى الاكاديمي او على المستوى الفردي اين اصبح هنالك فكر متطلع الى تقديم ادوار في جميع المجالات الحياتية من شغل العديد من المناصب والكثير من المهام التي باتت تتطلب مهارات ذات البعد المادي الاجتماعي مثل المشاركة في المنافسات الرياضية او القيام باعمال تتطلب القوة والتحمل او ذات بعد معنوي مثل التفكير العقلي كالتعليم والتربية، كل هذا التنوع في الوضائف والواجبات يتطلب من الفرد ان كانت رياضياً تحقيق افضل النتائج وان كان على المستوى الاكاديمي او الاجتماعي التروبوي فإنه الرمز للكفاءة والنجاح، وعلى المستوى الصحي في الوقاية في العديد من الامراض وتجنب الوقوع في الاصابة، فمع كل هذه العوامل التي يتفاعل بها الفرد مع محيطه فانه يتطلب نوعاً غذائياً بأسلوب علميي وصحي.

لذى ومن خلال عمليات الاستطلاع تبين ان هنالك العديد من الاشخاص لجئوا الى ممارسة الرياضة كوسيلة للحفاظ على صحتهم و اللياقة، غير ان جهل الكثيرين بعلوم التغذية و علوم الممارسة الرياضية أدي الى نتائج عكسية قد تؤثر على الصحة لكونها العامل الرئيسي للاستقرار الداخلي لدى الفرد من خلال الرضى عن الذات او على المستوى الاجتماعي كعنصر فعال يساهم في الفعل الايجابي من خلال القدرات والمكتسبات الجسمية والعقلية.

وعلى هذا الاساس تم طرح التساؤل حول النوع الصحيح للممارسة الرياضية والنظام الغذائي الصحيحين ليتمكن من خلالهما الفرد ان تكون عنصرا يافعا لذاته ولمجتمعه دون الوقوع في اخطاء لها تأثير سلبي على الصحة.

الكلمات المفتاحية:

الثقافة الغذائية، الممارسة الرياضية، المكتسبات الجسمية والعقلية، الظام الغذائي الصحيح.

دراسة مقارنة لبعض الانحرافات القوامية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين

زبشي نور ادين - دليمي عمر –جلاط بلقاسم جامعة عبد الجميد بن باديس – مستغانم- الجزائر

يهدف هذا البحث إلى دراسة بعض التشوهات والانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة من 11-13 سنة في بعض المتوسطات الكائنة بولاية سعيدة للوقوف على مدى انتشارها وما هي العوامل المؤدية إليها بالإضافة إلى ابراز دور النشاط البدني و الرياضي في اكتساب عادات وأساليب صحية سليمة تساعد التلاميذ على تفادي الإصابات بالانحرافات والتشوهات القوامية و شملت عينة البحث 184 تلميذ يزاولون حصة التربية البدنية والرياضية بالمتوسطة فقط و48 تلميذ يزاولون نشاط رياضي منتظم زيادة على حصة التربية البدنية النظامية، وأجريت عليهم مجموعة من الاختبارات للكشف عن أهم الانحرافات القوامية . وبينت النتائج أن هناك انتشار كبير للانحرافات القوامية المدروسة لدى العينتين وكانت عند التلاميذ الممارسين بنسب أقل . وأن للممارسة الرياضية في أهمية دور في تحقيق وضع قوامي مثالي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة. هذا الأمر دفعنا إلى القيام بهذه الدراسة بغرض التعرف على معدل انتشار الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الاكمالية بولاية سعيدة للوقوف على نوعية هذه الانحرافات ومعدل انتشارها و بعض العوامل المؤدية إليها لنتمكن في المستقبل الاستفادة من هذه النتائج في إعداد برامج صحية من خلال تمارين رياضية علاجية ضكم درس التربية البدنية و الرياضية بالمدرسة . وكذا رفع الوعي الصحي لدى مدرسي التربية البدنية و الرياضية بالمرحلة الاكمالية .

الكلمات المفتاحية: الانحرافات القوامية- التلاميذ الرياضيين - التلاميذ غير الرياضيين

الإشكالية :

تهتم الدول المتقدمة اقتصاديا و اجتماعيا و سياسيا بجميع فئات شعبها أطفالا و شبابا كهولا و تعمل جاهدة على توفير الرعاية الصحية للإبقاء على مظهر الإنسان بقوام جيد و متناسق و متزن ، لا معتل و غير متناسق فالقوام السليم من علامات الصحة الجيدة و أن العقل السليم في الجسم السليم . و في ضوء الإسهام في قضايا الطفولة توجه هذه الدراسة إلى إحدى المشكلات الصحية التي تواجه المجتمع الجزائري و هي مشكلة القوام الذي يعتبر دعامة من دعامات اللياقة البدنية العامة و ذلك للتعرف على مدى انتشار الانحرافات القوامية . وبما أن مجال التربية البدنية الرياضية من المجالات الهامة في بناء جيل المستقبل حيث يشير محمد صبحي حسانين و عبد السلام راغب (2003) على أن القوام السليم مطلبا ضروريا للحياة اليومية التي يعيشها الانسان فهو يعزز القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم الحيوية ويخفض من معدلات الإجهاد البدني على العضلات و المفاصل و الأربطة .

إن الانحراف القوامي هو انحراف في عضلات الجسم وعلاقتها مع بعضها البعض مما يؤدي إلى عدم حفظ التوازن.. كما أن الانحرافات القوامية تؤثر على الوظائف الحيوية لأجهزة الجسم ، فالقوام غير السليم يحدث ضغطا في الأجهزة الحيوية نتيجة لضيق الحيز وتحركها من مكانها الطبيعي مما يعوق من كفاءتها على العمل ، كما يؤدي إلى تناقص السعة الحيوية و ضعف الدورة الدموية (ناهد عبد الرحيم ، 2007). وعلى ضوء هذا نرى أن القوام السيئ عند الأطفال يصاحب القلق و التوتر و انخفاض الوزن و الإجهاد السريع وانخفاض سعة الرئتين وضعف عمل الدورة الدموية واضطراب في التمثيل الغذائي إلى جانب تأثيره على ميكانيكية الجسم عند أدائه للمعارات المختلفة . و يتفق كل من إدوارد ستجلتز و كاثرين ويلز أن كثير من الأمراض العصبية المرتبطة بالجهاز الدوري أو العضلي أو مفاصل الجسم هي نتيجة للعيوب القوامية . كما أن الحالة القوامية للشخص تؤثر في تصوره لجسمه واتجاهه نحو نفسه (Edouard STIGLITZ, Kathrin WILLS , 2005) . كما أن المسؤولية الكبرى في حفظ قوام التلميذ في المدرسة و غرس الوعي القوامي تقع على كاهل أستاذ التربية الرياضية بالمدرسة حيث يستطيع ملاحظة حركة كل تلميذ و يتبع وقفته وجلسته و سيره (إقبال رسمى،2007). وتثير مشكلات النمو في مرحلة الاكمالية اهتمام كثير من العلماء و المختصين فو الباحثين في مختلف المجالات و في مجال التربية الرياضية بشكل خاص باعتبار هذه الفترة من حياة الطفل مرحلة انتقالية هامة لصقل القدرات الحركية الأساسية في مرحلة تأسيس المهارات الحركية الانتقالية التمهيدية للألعاب و المهارات الرياضية(أسامة كامل راتب،1999) . وتعد عملية ملاحظة و قياس النواحي القوامية للتلميذ في المدرسة في مختلف مراحل نموه خطوة هي غاية الأهمية لاكتمال مراحل نموه بشكل صحيح .و بما أن المدرسة هي المكان الذي يقضي فيه التلميذ معظم اليوم ، ونظرا للنمو السريع للطفل في هذه المرحلة يمكن أن يكتسب نتيجة لحركاته السريعة و المفاجئة اتخاذ أوضاع قوامية غير سليمة يصبح التلميذ معتادا عليها إذا لم يلقى اهتمام

سريع لتصحيحها . ولذلك يجب إخضاع التلميذ في هذه المرحلة للمتابعة وبعض القياسات الموضوعية مستخدما في ذلك الأجهزة العلمية الحديثة .وقد اهتمت العديد من المراجع العلمية المتخصصة و الدراسات السابقة العربية و الأجنبية بالقوام السليم الذي يحمي الجسم من الانحراف مما يؤدي إلى الإصابات و التشوهات القوامية في المراحل الأولى من عمره (Thierry MARQUE , Rachid ZIANE, 2010) . وبهذا تظهر أهمية الجانب القوامي و الكشف عن الانحرافات لعلاجها و العمل على الوقاية من التشوهات القوامية ، وهذا يعتبر هدفا ساميا تسعى التربية الرياضية لتحقيقه من خلال التمرينات الوقائية و التأهيلية لا سيما إذا كانت هذه التمرينات حلال المراحل السنية المبكرة و التأكيد على الوعي القوامي باعتباره ضرورة ملحة للتعرف على العادات السليمة في الوقوف و الجلوس و الرقود و التقاط الأشياء و المشي و الجري و التسلق و غيرها من المهارات الحياتية اليومية . هذا الأمر دفعنا إلى القيام بهذه الدراسة بغرض التعرف على معدل انتشار الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الاكمالية بولاية سعيدة للوقوف على نوعية هذه الانحرافات ومعدل انتشارها و بعض العوامل المؤدية إليها لنتمكن في المستقبل الاستفادة من هذه النتائج في إعداد برامج صحية من خلال تمارين رياضية علاجية ضكم درس التربية البدنية و الرياضية بالمدرسة . وكذا رفع الوعي الصحي لدى مدرسي التربية البدنية و الرياضية بالمرحلة الاكمالية .

وعلى ضوء هذا حصرنا مشكلة بحثنا في السؤالين تاليين:

- ما هي أنواع الانحرافات القوامية المنتشرة بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين ؟
- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين في درجة الانحرافات القوامية؟.
- هل توجد اختلاف في النسب المئوية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين في الانحرافات القوامية المنتشرة بينهم

الأهداف:

يهدف البحث إلى ما يلي:

- الكشف عن وجود بعض أنواع الانحرافات القوامية لدى التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين.
- تحديد الفرق في النسب المئوية لمعدل انتشار الانحرافات القوامية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين
- تحديد درجة الفروق بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين في الانحرافات القوامية .

الفرضيات:

للإجابة على الأسئلة المطروحة في بحثنا حاولنا اقتراح بعض الفرضيات والتي كانت كما يلي:

- هناك انتشار لبعض أنواع الانحرافات القوامية لدى التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين.
- يوجد فروق في نسب المئوية لمعدل انتشار الانحرافات القوامية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للرياضة وغير الممارسين في درجة الانحرافات القوامية.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في أنه يجئ استجابة لمتطلبات الواقع الذي يعيشه مجتمعنا والذي يتطلب العمل لتلاشي كافة العقبات التي تقف في طريق العمل البناء، ومن بينها مشكلة القوام وانحرافاته لأن ترك هذه انحرافات بدون الحد منها أو علاجها يؤدي إلى سلوكيات سيئة تعطل طاقات المجتمع، حيث يعتبر القوام السليم في ظل الحياة اليومية والعادات القوامية الخاطئة من أبرز العوامل المؤدية إلى انتشار بعض الانحرافات القوامية التي تقلل من كفاءة الجسم البدنية والوظيفية.

إن ممارسة النشاط الرياضي هو الوسيلة التي يتعلم من خلالها التلميذ بعض العادات الصحية السليمة التي تساعد على الحد من بعض الانحرافات القوامية، ومن هنا حاولنا البحث في هذا المجال قصد إبراز أهمية ممارسة النشاط الرياضي بصفة منتظمة وكذا أهمية تفادي العادات الخاطئة للحد من هذه الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

مصطلحات البحث:

حتى لا نقع في اللبس من ناحية المفاهيم، أو الخلط بين التعاريف، حاولنا التطرق إلى تعريف مصطلحات بحثنا حتى يتسنى للقارئ القدرة على فهم الموضوع، وتمثلت مصطلحات البحث في ما يلي:

القوام: يعتبر القوام الإنساني مفتاح الجمال لكل فرد، بحيث هو عملية تنظيمية صحيحة لأجزاء الجسم ودلك التنظيم الذي يسمح باتزان الأجزاء على قاعدة ارتكازها ليعطي جسما لائقا في أداء وظائفه (إقبال رسمي، 2007، ص 12).

الانحراف القوامي: الانحراف القوامي هو شذوذ في شكل عضو من أعضاء الجسم أو جزء وانحرافه عن الوضع الطبيعي المسلم به تشريحيا مما ينتج عنه تغيير في علاقة هدا العضو بسائر الأعضاء الأخرى بحيث يمكن تقسيم الانحرافات القوامية إلى قسمين هما: (هشام لوح، 2011، ص44)

الممارسين للرياضة : هم التلاميذ الذين يمارسون نشاط رياضي بصفة منتظمة (5 حصص في الأسبوع) زيادة على حصة التربية البدنية والرياضية.

غير الممارسين للرياضة : هم التلاميذ الذين يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية فقط.

دراسة ميدانية لمديرية الشباب - الرياضية المناخ التنظيمي وعلاقته بالأداء الوظيفي لموظفي الإدارة والرياضة لولاية البويرة

زحاف محمد + بوعزيز الساسي
معهد علوم النشاطات البدنية و الرياضة
جامعة – المسيلة–الجزائر Alegria
Zahaf21@yahoo.fr

ملخص

الذي في المنظمات العامة والخاصة الأمر التنظيمي المناخ أهمية التقدم الحضاري والتطور التكنولوجي تزداد ضوء وفي الوصف هو التنظيمي المناخ الركب الحضاري، ولكون ومواكبة المستمرين الإبداع والتطوير ضرورة عليها يفرض للموظفين، ومن هنا فان علاقة بالسلوك الوظيفي له يكون أن بد لا فإنه ، للمنظمة الداخلية العمل بيئة الموضوعي لخصائص تصميم هذه الدراسة كان بهدف معرفة العلاقة بين المناخ التنظيمي و مستوى الأداء الوظيفي لموظفي مديرية الشباب والرياضة لولاية البويرة وللوقوف على ماهية وطبيعة مناخها التنظيمي بأبعاده المختلفة، من أجل تبني سياسات من شأنها تعزز النواحي الايجابية وتصحح النواحي السلبية، و ترفع الروح المعنوية للعاملين و تحافظ على صحتهم النفسية، و كذا إشباع رغباتهم الفردية والجماعية مما ينعكس إيجابا على تحقيق أهداف المنظمة. ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لهذه الدراسة على عينة عشوائية،فبلغ عددها 27 موظف وموظفة ،طبق عليهم استبيان وهدا بعد التأكد من صدقه وثباته. وبناء على نتائج التحليلات الإحصائية ، تم التوصل إلى النتائج التـــالية: توجد علاقة طردية موجبة بين عناصر المناخ التنظيمي ومستوى الأداء الوظيفي لدى موظفي مديرية الشباب والرياضة لولاية البويرة و ان هناك توجه سلبي نحو الهيكل التنظيمي السائد .

وفى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصى الباحث بما يلي:

على - الوقوف - الاهتمام بعناصر المناخ التنظيمي باعتباره متغيرا هاما له علاقة بتحسين الأداء الوظيفي للموظفين.

.عليها والتغلب مواجهتها ومحاولة السائد التنظيمي المناخ نحو سلبية خلق توجهات على تعمل أن شأنها من التي العوامل

التنظيمي ، الأداء الوظيفي الكلمات المفتاحية: المناخ

Le climat organisationnel et sa relation à la performance fonctionnel au personnel de l’administration sportive

Une étude empirique Direction de la Jeunesse et des Sports de wilaya Bouira

Résumé:

En vue des progrès de la civilisation et de développement technologique est de plus en plus important climat organisationnel dans les organisations publiques et privées qui impose la nécessité pour la créativité et le développement continu et à maintenir la diversité culturelle, et le fait que le climat réglementaire est la description objective des caractéristiques de l'environnement de travail interne de l'organisation, elle doit être liée à comportement fonctionnel du personnel, et ici, la conception de cette étude était afin de connaître la relation entre le climat organisationnel et le niveau de fonctionnalité pour le personnel de la Direction de la Jeunesse et des Sports de wilaya de Bouira et de déterminer la nature et des différentes dimensions réglementaires du climat, afin d'adopter des politiques qui permettront d'améliorer respecte les aspects positifs et corriger les négatifs, et augmenter le moral des employés et maintenir leur santé mentale, et ainsi que la satisfaction des désirs individuels et collectifs, qui reflète positivement sur la réalisation des objectifs de l'organisation. Pour ce la, le chercheur a utilisé approche descriptive aptitude à cette étude sur un échantillon aléatoire, pour atteindre 27 employés, qui sont appliquées un questionnaire . Sur la base des résultats de l'analyse statistique, on a conclu les résultats suivants: Il existe une corrélation positives entre un des éléments du climat organisationnel et le niveau de fonctionnalité à la Direction personnel

Jeunesse et des Sports du wilaya de Bouira et qu'il ya une tendance négative à l'égard de la structure organisationnelle en vigueur.

À la lumière des résultats le recherche recommande ce qui suit:

- Attention aux éléments du climat organisationnel comme une variable importante qui a à voir avec l'amélioration de la fonctionnalité du personnel.
- Tenez-vous sur les facteurs qui vont travailler pour créer des attitudes négatives envers le climat organisationnel et d'essayer d'affronter et de surmonter.

Mots-clés: climat organisationnel, la performance fonctionnel

إنعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة صنف أواسط من 17 إلى 19 سنة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة-ساسي عبد العزيز

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة - بن عبد الرحمان سيد علي

dr.sacistaps@yahoo.fr

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الى معرفة الضغط الجماهيري وانعكاسه على اداء لاعبي كرة اليد اثناء المقابلة. ولتحقيق ذالك تم تطبيق المقابلة للمدربين وكذى بناء استمارة استبيان على عينة من 36 لاعبا صنف اواسط لكرة اليد وكذا 09 مدربين واستعمال (المتوسط الحسابي-الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون،النسبة SPSSالحقيبة الاحصائية للعلوم الاحصائية المئوية) وبعد المعالجة الاحصائية توصلت النتائج الى:

- إن الضغط الجماهيري الإيجابي يلعب دورا أساسيا لدى اللاعب ويساعده ذلك على تطوير أداءه فقد أجمعوا بذلك على ضرورة وجوده وانتقاله معهم سواء داخل الديار أو خارجها.
- غير أنهم تجدهم مترددين بشأن إنقلاب الجمهور عليهم ويحيد عن مساره، فيحدث ذلك لديهم نرفزة وقلقا يؤثران سلبا ويقيدان عملية تطوير ويعكس ذلك يشكل سلبي على مردود الفريق.
- ولكي يتجنب اللاعبون هذا التأثير السلبي توضح لي أنهم يأخذون دروسا وحصصا في التحضير النفسي الذي يعتبرونه الحل الأمثل لمثل هذه الحالات المؤرقة.

وفي ضوء النتائج اوصى الباحث ب:

أن يكون تأطير الجمهور في لجان خاصة بكل فريق تحت تصرف القانون ومن يخالف ذلك يقصى منها.
فتح مدارس خاصة بتعليم أبجديات التشجيع خاصة بالمناصرين قصد الحد من سلبياتهم.
انتقاء نوعية الجمهور الضروري وعدم السماح للمتعصبين بالدخول الى الملعب.

الكلمات الدالة: الإعداد النفسي- قلق المنافسة- المدرب- صنف أواسط- كرة اليد

دراسة ميدانية للاعبي القسم الجهوي - تقويم مستوى التفكير الخططي المميز لدى اللاعبين في كرة القدم

ساسي عبد العزيز: معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية –جامعة البويرة

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية –جامعة البويرة:بن عبد الرحمان سيد علي

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية الى معرفة مستوى التفكير الخططي الذي يمتاز به النوادي الجزائرية السفلى ، ولتحيق ذلك تم تطبيق مقياس التفكير الخططي المعد من طرف الباحثان من خلال مجموعة من المهارات الخططية على ثلاثة نوادي في القسم الجهوي من 66 لاعبا توصلت النتائج الى:

-مستوى التفكير الخططي متوسط على العموم .

-توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التفكير الخططي تعزي لمراكز اللعب

الكلمات الدالة: التقويم- التفكير الخططي –المهارات الخططية-كرة القدم

العنف الرياضي في المجتمع الجزائري

سامية فرفار

جامعة البويرة- الجزائر-

الملخص:

أصبح العنف في السنوات الأخيرة يثير جدلا فكريا و موضوعا متداولا من خلال الملتقيات و المحاضرات في المدارس و الجامعات و مراكز البحث، فالعنف يعد مسألة إنسانية شائكة ممتدة الأبعاد و مشكلة من المشكلات التي يعاني منها المجتمع بصفة عامة.

حيث لا يمكن تفسير ظاهرة العنف إلا من خلال علاقتها الترابطية بجملة من العوامل المتداخلة التي تجعل الفرد يسلك سلوكا معاديا لقيم و معايير المجتمع، مما ينعكس عليه سلبا ويعيق عملية التنمية فيه. متخذا في ذلك عدة أشكال، من أهمها العنف الرياضي الذي عرف نسبة متزايدة في الفترة الأخيرة لا سيما في المجتمع الجزائري.

و هو ما أردنا مناقشته في هذه الورقة البحثية انطلاقا من التساؤلات التالية:

ما هي العوامل المؤدية إلى انتشار العنف الرياضي في المجتمع الجزائري؟

و ما هي انعكاساته على الفرد و المجتمع؟

فاعلية تمارين خاصة في تحسين مستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم باعمار 10-12 سنة

سرمد احمد موسى – جامعة تكريت عبدالمنعم احمد جاسم - جامعة تكريت

sarmad20092001@gmail.com

1-1 المقدمة و أهمية البحث :

يعد التوازن احد أهم عناصر اعداد اللاعب, و ان تطور التوازن يساعد في اداء المهارات الاساسية لكرة القدم باتقان و خاصة عند تنفيذ خطط اللعب الهجومية و الدفاعية و التحركات الصعبة للاعبين , و كرة القدم الحديثة مرتبطة بالزمن في معظم مراحل اللعب و طبيعة ارض الملعب و كبر المساحات في بعض الاحيان اثناء اللعب و تحرك اللاعبين باتجاهات مختلفة بالكرة او بدونها يجعل عوامل الاحتكاك و المكاتفة بين اللاعبين كثيرة خاصة عند دحرجة الكرة بمساحات كبيرة و بسرعة عالية و ارتفاع معدلات اللعب السريع و التوقف المفاجئ و تغيير الاتجاه و حركات المراوغة في مساحات ضيقة بالاضافة الى المزاحمة بين لاعبي الفريقين اثناء تنفيذ الكرات الثابتة و منها الضربة الركنية كل ذلك يحتاج من اللاعب عنصر التوازن و بكلتا نوعيه الثابت و المتحرك بالاضافة الى انه يساعد اللاعب على حسن التصرف بالكرة او بدونها و يقلل من حالات الاصابات الرياضية التي تحدث للاعبين اثناء اداء المهارات الحركية و الاساسية بكرة القدم , من هنا تأتي أهمية البحث الحالي في اعداد تمارين خاصة و استخدام ادوات مختلفة لمحاولة تحسين مستوى التوازن المتحرك و الثابت و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم بأعمار (10-12) سنة . ان الغاية الاساسية من ممارسة لعبة كرة القدم هو اتقان الاداء الذي يأتي من خلال تكامل الجوانب المختلفة (المهارية ,البدنية ,الخططية ,الوظيفية , النفسية) التي تشكل جميعها العامل الحاسم في تسجيل الاهداف الذي يسعى الفريق لتحقيقه و من خلال متابعة تدريبات أغلب الفرق في محافظة صلاح الدين حيث يوجد قصورا واضحا في استخدام تمارين تحمل في محتواها تمارين للتوازن بنوعيه الثابت و المتحرك و بما يلائم اللاعب خلال المباراة و من هنا يحاول الباحثان حل مشكلة البحث التي تحدد بالسؤال الاتي , هل هناك فاعلية للتمارين الخاصة في التوازن و بعض المهارات الاساسية للاعب كرة القدم باعمار (10-12) سنة . و يهدف البحث الى الكشف عن فاعلية التمرينات الخاصة في تحسين مستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم باعمار (10-12) سنة بالاضافة الى الكشف عن دلالة الفروق الاحصائية في مستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم باعمار (10-12) سنة في الاختبار البعدي .

منهج البحث و عينتة

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته و طبيعة البحث . تم أختيار عينة البحث بالطريقة العمدية و المتمثلة بلاعبي نادي صلاح الدين الرياضي بكرة القدم باعمار 10-12 سنة للموسم الرياضي (2013-2014) و البالغ عددهم 46 لاعب بعد ان تم (أستبعاد حراس المرمى و اربعة لاعبين لاشتراكهم في التجربة الاستطلاعية) يمثلون ما نسبته(87%)من مجتمع البحث و تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة و بواقع (20) لاعبا لكل مجموعة) حيث قامت المجموعة التجريبية بتطبيق التمارين المقترحة *[15] الخاصة بتحسين مستوى التوازن اما المجموعة الضابطة فقد قامت بتطبيق المنهج المعد من قبل المدرب و لمدة 12 اسبوع لكلا المجموعتين .

الاختبارات و المقايس المستخدمة 1-القياسات الجسمية (الطول , الوزن , الكتلة) 2-اختبارات التوازن و المهارات الاساسية بكرة القدم : قام الباحثان بتصميم استمارة استبيان ملحق (2) وزعت على مجموعة من الخبراء و المختصين ملحق (3) لتحديد اهم الاختبارات لمتغيرات الدراسة وتم تحديدها و كما يلي: -

-أختبار التوازن الثابت([16].) -أختبار التوازن المتحرك (أختبار باس المعدل) ([17]) -الاختبارات المهارية ([18]) -اختبار الاخماد داخل مربع ل5 محاولات من مسافة 6م -الدحرجة حول أربعة شواخص.6-السيطرة على الكرة بالرجل.7-السيطرة على الكرة بالرأس.

عرض ومناقشة النتائج

عرض و مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي لمستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم .

عرض و مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي لمستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للمجموعة الضابطة.

17) сармад муса; ПРОГРАМИРАНО ПСИХОМОТОРНО ОБУЧЕНИЕ НА ДВИГАТЕЛНИ НАВИЦИ ПРИ МЛАДИ 12-14 ГОДИШНИ ФУТБОЛИСТИ . Дисертация . 2012 .

[17]) ريسان خريبط :موسوعة القياسات و الاختبارات في التربية البدنية و الرياضية ,ج1 ,دار الكتب و الوثائق ,بغداد ,1989م ,ص210-211.

[18])مكي محمود حسين علي الراوي :بناء بطارية اختبار المهارات الاساسية بكرة القدم للاعبي شباب محافظة نينوى (دراسة عاملية),اطروحة دكتوراه ,جامعة الموصل ,كلية التربية الرياضية ,2001م.

جدول (2).

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى المعنوية	df	الدلالة
		س-	±ع	س-	±ع				
التوازن الثابت	ثا	**14.400**	**7,673**	**15,400**	**7,308**	**1,780**	**0,019**	**19**	**غيرمعنوي**
التوازن المتحرك	درجة	**31,500**	**6,708**	**33,250**	**6,544**	**1,962**	**0,069**	**19**	**غير معنوي**
الدحرجة	ثا	**72,050**	**3,926**	**68,150**	**3,731**	**7,610**	**0,00**	**19**	**معنوي**
الاخماد	عدد	**3,600**	**1,231**	**4,500**	**0,945**	**4,723**	**0,00**	**19**	**معنوي**
سيطرة على الكرة بالقدم	عدد	**4,600**	**1,187**	**6,750**	**1,292**	**10,302**	**0,00**	**19**	**معنوي**
سيطرة على الكرة بالراس	عدد	**4,0500**	**1,050**	**5,550**	**0,887**	**6,381**	**0,00**	**19**	**معنوي**

) اصغر من نسبة خطأ (0.05) sig *معنوي اذا كان مستوى المعنوية (

أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (2) للمتغيرات قيد الدراسة للمجموعة الضابطة في اختبارات (التوازن الثابت , التوازن المتحرك, الدحرجة ,الاخماد , السيطرة على الكرة بالقدم ,السيطرة على الكرة بالراس) وجود تطور قليل في اختبارات (التوازن الثابت و المتحرك) لدى المجموعة الضابطة و يعزو الباحثان ذلك للتمرينات المستخدمة في منهاج المدرب . و يظهر لنا الجدول (2) ان نتائج الاختبارات (الدحرجة ,الاخماد , السيطرة على الكرة بالقدم , السيطرة على الكرة بالرأس) عدم وجود تطور لدى المجموعة الضابطة .

4-1-2عرض و مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية و البعدية لمستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للمجموعة التجريبية . جدول (3).

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت المحسوبة	مستوى المعنوية	df	الدلالة
		س-	±ع	س-	±ع				
التوازن الثابت	ثا	**13,950**	**8,049**	**75,750**	**7,025**	**34,405**	**0,00**	**19**	معنوي
التوازن المتحرك	درجة	**31**	**6,609**	**61**	**6,176**	**12,838**	**0,00**	**19**	معنوي
الدحرجة	ثا	**71,950**	**4,285**	**52,950**	**2,523**	**20,389**	**0,00**	**19**	معنوي
الاخماد	عدد	**3,750**	**1,208**	**7,700**	**1,031**	**18,703**	**0,00**	**19**	معنوي
السيطرة على الكرة بالقدم	عدد	**4,600**	**1,635**	**11,700**	**1,380**	**12,862**	**0,00**	**19**	معنوي
السيطرة على الكرة بالراس	عدد	**4,100**	**1,020**	**9,850**	**1,089**	**19,892**	**0,00**	**19**	معنوي

) أصغر من نسبة خطأ (0.05) sig*معنوي اذا كان مستوى المعنوية (

أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (3) عن وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي و لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات قيد الدراسة و يعزو الباحثان سبب التطور الحاصل الى التمارين المقترحة و التي نفذتها المجموعة التجريبية (تمارين التوازن الثابت ,التوازن المتحرك و تمارين الدحرجة ,الاخماد ,السيطرة على الكرة بالقدم و السيطرة على الكرة بالرأس) و المعدة من قبل الباحثان و لمدة (8) اسابيع والتي أثرت و بشكل فعال على تنمية التوازن بنوعيه بالاضافة الى بعض مهارات كرة القدم , و يرى الباحثان ان عملية التكيف يؤثر و يحدث اثر في الجهاز العصبي تبعا لانوع التمارين المستخدمة و طبيعتها .

عرض و مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية لمستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للمجموعتين التجريبية و الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البعدي تجريبية		الاختبار البعدي ضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى المعنوية sig	df	الدلالة
		س-	±ع	س-	±ع				
التوازن الثابت	ثا	**75,750**	**7,025**	**15,400**	**7,308**	**26,624**	**0,00**	**38**	**معنوي**
التوازن المتحرك	درجة	**61**	**6,176**	**33,250**	**6,544**	**13,930**	**0,00**	**38**	**معنوي**
الدحرجة	ثا	**52,950**	**2,523**	**68,150**	**3,731**	**15,091**	**0,00**	**38**	**معنوي**
الاخماد	عدد	**7,700**	**1,031**	**4,500**	**0,945**	**10,228**	**0,00**	**38**	**معنوي**
لسيطرة على الكرة بالقدم	عدد	**11,700**	**1,380**	**6,750**	**1,292**	**11,706**	**0,00**	**38**	**معنوي**
سيطرة على الكرة بالراس	عدد	**9,850**	**1,089**	**5,550**	**0,887**	**13,688**	**0,00**	**38**	**معنوي**

) أصغر من نسبة الخطأ (0.05) sig*معنوي اذا كان مستوى المعنوية (

أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (4) وجود تطور بشكل أفضل لدى المجموعة التجريبية أكثر من المجموعة الضابطة في الاختبارات قيد الدراسة و يعزو الباحثان أسباب التطور الى ان المجموعة التجريبية أستخدمت التمارين المقترحة و الادوات مما ادى الى تحسن مستوى التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم و بالتالي يستطيع اللاعب أن يتحكم في حركاته و يعدل و ضعه حتى يحقق التميز في الاداء حيث يشير خاطر الى " أن المستوى المتقدم في نمو التوازن يتيح للفرد أمكانية سرعة أتقان النواحي الفنية لانواع الحركات الرياضية و تأديتها بسهولة و على مستوى عالي من الاداء الفني "[19] و يؤكد (علاوي) " بأن تميز الفرد الرياضي بالتوازن الجيد يسهم في قدرته على تحسين و ترقية مستوى أداءه للعديد من

الحركات او الاوضاع في معظم الانشطة الرياضية "[20] . و أهمية تمارين التوازن في لعبة كرة القدم تأتي عند عدم وجود مساحات كبيرة في الملعب حيث " ان الاتزان الحركي مهم و ضروري خاصة للرياضات التي تتطلب الحركة في حيز ضيق مع تغير في مسار الحركة و التي قد يفقد اللاعب فيها توازنه و يكون هناك ضرورة ان يستعيد هذا التوازن بسرعة ليبدأ حركة جديدة "[21] و التوازن " سواء كان داخليا او خارجيا هو قدرة الفرد على تغيير اوضاع جسمه حسب طبيعة و متطلبات اللعبة " [22] .

5-الاستنتاجات و التوصيات / استنتج الباحثان 1-ظهور نسبة تطور للمجموعة التجريبية التي استخدمت تمارين التوازن و بعض المهارات الاساسية بكرة القدم .

2-كانت نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية التي استخدمت تمارين التوازن و تمارين لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم أفضل من المجموعة الضابطة .

3-هناك أثر ايجابي لتمارين التوازن في تنمية و تحسين بعض المهارات الاساسية بكرة القدم مما ادى الى ظهور فروق معنوية و لصالح الاختبار البعدي للمتغيرات المستخدمة في البحث .

و يوصي الباحثان ب -استخدام تمارين التوازن مع الادوات لتحسين التوازن للاعبين و لكافة الاعمار .و-ضرورة ادخال مدربي الفئات العمرية (الاشبال, ناشئين ,شباب) في دورات مكثفة من أجل تعريف اهمية التوازن في كرة القدم .

المصادر العربية و الاجنبية

[1] - ألين وديع : خبرات في الالعاب للصغار و الكبار : الاسكندرية , منشأة المعارف , 2003 م .
[2] - أسامة كامل راتب : النمو الحركي (مدخل للنمو المتكامل للطفل و المراهق) : دار الفكر العربي , القاهرة ,1999م ,ص267.
[3] - احمد عبدالرزاق السرميد و فريدة أبراهيم : أسس علمية للتربية الحركية و تنظيمها الرياضي لاطفال المرحلة الابتدائية : بغداد ,دار الحكمة ,1971,ص122 .

[4]- احمد خاطر : القياس في المجال الرياضي : ط3 ,القاهرة ,دار المعارف ,1979م .
[5]- وجيه محجوب و احمد بدري : أصول التعلم الحركي : الدار الجامعية للطباعة و النشر والترجمة , فرع الموصل و2002م ,ص133.
[7]- يوسف لازم كماش :المهارات الاساسية بكرة القدم . تعليم – تدريب : عمان ,دار الخليج, 1999,ص20.
[8]- موفق اسعد محمود : التعليم و المهارات الاساسية في كرة القدم : عمان ,دار دجلة ,2007م .
[9]- مكي محمود حسين علي الراوي :بناء بطارية اختبار المهارات الاساسية بكرة القدم للاعبي شباب محافظة نينوى (دراسة عاملية),اطروحة دكتوراه ,جامعة الموصل ,كلية التربية الرياضية ,2001م.

[10]- محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب و المنافسات الرياضية : ط3,دار المعارف ,1991م

[11]- محمد حسن علاوي و نصر الدين رضوان : أختبارات الاداء الحركي , دار الفكر العربي و القاهرة ,1989م .
[12]- محمد خالد محمد داوّد و اخرون : الاتزان الحركي و علاقته ببعض المتغيرات البدنية و المهارية للاعبي كرة القدم للصالات : بحث منشور ,كلية التربية الرياضية ,جامعة الموصل ,2012م .
[13]- سرمد احمد موسى و اسعد لازم : القابليات الحركية و علاقتها بالتغيرات الانية (الظرفية) لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم للشباب : بحث منشور ,مجلة الثقافة الرياضية ,المجلد الخامس, العدد الثاني , كلية التربية الرياضية –جامعة تكريت ,2013, ص.235.
[14]- فرات جبار سعدالله و حسام سعيد المؤمن : تاثير المنهج التعليمي لكرة القدم على تطوير بعض المهارات الاساسية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية : مجلة علوم التربية الرياضية – جامعة بابل ,العدد 2,المجلد الرابع,2005,ص67.

[15]- صريح عبدالكريم الفضلي : علاقة التوازن الحركي و الانفعالي ببعض الصفات البدنية و مستوى اداء ركض الموانع ,بحث منشور ,مجلة التربية الرياضية ,المجلد العاشر ,العدد الرابع ,2001 م.
[16]- ريسان خريبط :موسوعة القياسات و الاختبارات في التربية البدنية و الرياضية ,ج1 ,دار الكتب و الوثائق ,بغداد ,1989م ,ص210-211.

17) сармад муса; ПРОГРАМИРАНО ПСИХОМОТОРНО ОБУЧЕНИЕ НА ДВИГАТЕЛНИ НАВИЦИ ПРИ МЛАДИ 12-14 ГОДИШНИ ФУТБОЛИСТИ . Дисертация . 2012 .

دراسة تحليلية مقارنة بين القلبة الهوائية الخلفية المفتوحة والمنحنية على بساط الحركات الارضية لبعض المتغيرات البايوميكانيكية لشباب اربيل

سعد الله عباس ممتاز احمد امين

كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين فآكلتي التربية الرياضية / جامعة سوران

ملخص البحث :

ان التطورات العلمية والتقنية التي شهدها العالم في وقتنا الحاضر كانت بسبب تطبيق الأسس العلمية والتكنولوجية الحديثة التي ساهمت في تطوير ورفع المستوى العلمي بشكل عام والمستوى الرياضي بشكل خاص . ومما لاشك فيه ان المستوى العالي والمتطور للانجازات الرياضية في وقتنا الحاضر مرتبط بشكل كبير مع منجزات العلم والتطور التكنولوجي ، ومن هذه المنجزات والتطورات ما شمل علم البيوميكانيك الذي يمكن الاستفادة منه في تحليل الحركات الرياضية للكشف عن أهم الأخطاء الفنية المؤثرة والمصاحبة للأداء الفني التي لا يتمكن المدرب من تحديدها بدقة وتكمن اهمية البحث في التعرف على امكانية عينة البحث في الاداء الفني الذي يعكس التدريب الواقعي لهم كونهم يمثلون ابطال اربيل في فعالية الجمناستك وخصوصا في حركة القلبة الهوائية الخلفية المكورة والمنحنية .

مشكلة البحث :

بعدما شاهد الباحثان ضعف مستوى الاداء الفني للاعبي منتخب اربيل للجمناستك في القلبة الهوائية الخلفية المكورة والمنحنية على جهاز بساط الحركات الارضية وبعد الاستفسار من قبل مدرب الفريق , وهم جيدون في باقي الحركات على الاجهزة الاخرى . عليه ارتئ الباحثان دراسة هذه المشكلة ومما اثار فضوله في اجراء هذه الدراسة لكي يكونان على بيان في بعض المتغيرات البايوميكانيكية كدراسة مقارنة بين هاتين الحركتين للاطلاع على الاسس الفنية لهذه الحركتين من وجهة نظر قيم المتغيرات البايوميكانيكية والنتائج الاحصائية وايا من الحركتين يتطلب فيها اللاعب بذل سرعة وقوة اكبر لكي يخرج بعد ذلك الباحثين باستنتاجات وتوصيات تخدم هذه الفعالية .

هدف البحث إلى التعرف على ما يأتي .

1- بعض المتغيرات البايوميكانيكية على بساط الحركات الأرضية للقلبة الهوائية الخلفية المكورة والمنحنية.

2- الفروق في بعض المتغيرات البايوميكانيكية على بساط الحركات الأرضية للقلبة الهوائية الخلفية المكورة والمنحنية .

فرض البحث :

1- يوجد فروق ذات دلالة معنوية في بعض المتغيرات البايوميكانيكية على بساط الحركات الأرضية للقلبة الهوائية الخلفية المكورة والمنحنية .

مجالات البحث

منتخب اربيل في فعالية الجمناستك , قاعة الجمناستك (شةهيد شاخةوان) في كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين / أربيل , للفترة من 2015/4/1 ولغاية 2015/4/8.

وتم عرض نتائج البحث بعد تحليلها في جدول خاص من اجل تعليل النتائج واستنتج الباحث ما ياتي , جود فروق ذات دلالة معنوية بين حركة القلبة الهوائية الخلفية المكورة والمنحنية . اتضح ان عينة البحث ترتقي الى مستوى عالي في الاداء الفني لهاتين الحركتين المختارة للبحث . ان عينة البحث تتميز بتقارب المستوى الفني بالاداء الحركي من خلال قلة الانحراف المعياري بعد اجراء الاحصاء على متغيرات البحث . واوصى الباحثان على مدربي الاندية في اقليم كوردستان ان يخضعو لاعبيهم بين فترة واخرى الى التقويم التقني باستخدام التحليل الحركي لبيان التطور للاداء المهاري لمختلف الحركات الجمناستيكية .

تأثير تمرينات مركبه باستخدام الاعشاب الطبيعية في تحسين بعض القدرات المهاريه وخفض مستوى التوتر النفسي للاعبي الكرة الطائرة

سعد عباس الجنابي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت

يهدف البحث الى:

1 - اعداد تمرينات مركبه باستخدام الاعشاب الطبيعية في تحسين بعض القدرات المهاريه وخفض مستوى التوتر النفسي للاعبي الكرة الطائرة.

2 - التعرف على تأثيرالتمرينات المركبه باستخدام الاعشاب الطبيعية في تحسين بعض القدرات المهاريه وخفض مستوى التوتر النفسي للاعبي الكرة الطائرة.

اما فروض البحث فكانت:

1 - للتمرينات المركبه واستخدام بعض باستخدام الاعشاب الطبيعية لها تأثير ايجابي في تحسين بعض القدرات المهاريه وخفض مستوى التوتر النفسي للاعبي الكرة الطائرة.

2 - هناك فروق ذات دلاله احصائيه بين الاختبارات القبليه والبعديه لدى مجموعتي عينه البحث في تحسين بعض القدرات المهاريه وخفض مستوى التوتر النفسي للاعبي الكرة الطائرة.

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأستخدام تصميم المجموعتين المتكافئتين, كونها ملائمة لحل مشكله البحث وتحقيق اهدافه وفرضياته واختار الباحث العينه بطريقه عمديه من لاعبي منتخبات / الجامعة المستنصرية بكرة الطائرة والبالغ عددها (72) لاعب وتم استبعاد (10) لاعبين لاداء التجربه الاستطلاعيه عليهن, وتم اختيار (20) لاعب ليمثلو عينة الدراسة

ومن اجل تحقيق التجانس بين افراد عينه البحث ولتجنب تأثير العوامل التي تؤثر في نتائج التجربه من حيث الفروق الفرديه الموجوده لدى العينه استخدم الباحث (معامل الالتواء) بين متوسطات الطول والعمر الوزن

وتم تحديد اهم المتغيرات المهاريه بالكرة الطائرة, وأجرى الباحث عمليه مسح وجمع للمراجع العلمية, من اجل التعرف على بعض القدرات المهاريه, التي يحتاجها لاعبي الكرة الطائرة,إذ تم تصميم استمارة استبانه وعرضها على عدد من الخبراء والمختصين

استخدم الباحث مقياس التوتر النفسي الذي يهدف الى التعرف على مستوى التوتر النفسي لعينة البحث في موقف المنافسة الرياضية استعمل الباحث مجموعة من الأعشاب الطبية متكونة من (الحبة السوداء، حبة البركة، بابونج، نعناع) وأجرى تجربة استطلاعية وتمثلت إجراءات البحث في الاختبارات القبلية والمنهج التجريبي المستخدم على مجموعة البحث فضلا عن الاختبارات البعدية لعينة البحث .

استخدم الباحث البرنامج الإحصائي الجاهز (SPSS) لمعالجة النتائج إحصائيا وبعد عرض نتائج اختبارات القدرات المهارية والنفسية وفي ضوء المعالجات الإحصائية لنتائج الاختبارات التي أجريت على المجموعتين التجريبية والضابطة, خرج الباحث بالاستنتاجات الآتية:

1- التمرينات المركبة المستخدمة لها دور فعال على تطوير القدرات المهاريه لدى إفراد ألمجموعه التجريبية .

2- المنهاج التدريبي المعد باستخدام تمرينات مركبه له أثار ايجابيه في تحسين المجموعه التجريبية في كافه المتغيرات المهاريه .

3- أن التدريب مع استخدام الاعشاب الطبيعية أسهم بشكل كبير في تطوير القدرات النفسية والمهاريه من خلال انخفاض نسبة التوتر للمجموعة التجريبية.

Effect of compound exercises using natural herbs to improve some skill capacity and reduce the stress level of volleyball players

Saad Abbas al-Janabi/College of physical education and Sport Science/University of Tikrit

Summary of the study

The research aims to:

1. preparation of compound exercises using natural herbs to improve some skill capacity and reduce the stress level of volleyball players.
2. tathiraltmarinat vehicle recognition using natural herbs to improve some skill capacity and reduce the stress level of volleyball players.

Either the hypotheses were:

1. to exercise the vehicle and use some using natural herbs have a positive impact on improving the skills and capacities to reduce the level of stress for volleyball players.
2. There are significant differences between the tests in fingerprinting research sample groups to improve some skill capacity and reduce the stress level of volleyball players.

The researcher used experimental method using design sets the equivalent, being appropriate to resolve the problem and achieve its objectives and its researcher opted to sample a deliberate way of teams/players Mustansiriyah University volleyball (72) player was excluded (10) players to perform exploratory experience for them, and choose (20) player sample limthlo

In order to achieve harmony between members of the sample in order to avoid the impact of the factors affecting the results of an experiment where individual differences in sample use Finder (torsion coefficient) between averages of length and age weight

The most important variables were identified skills in volleyball, and the researcher survey and collection of scientific references, to learn some skills, abilities needed by volleyball, identify and form Design view to a number of experts and specialists

The researcher used a measure of stress, which aims to identify the level of stress a sample search position of athletic competition researcher used a collection of medicinal herbs of (black cumin, Nigella sativa, Chamomile, mint) and conducted an exploratory experience consisted of research procedures in tribal tests and experimental method of user research group as well as remote search sample tests.

The researcher used statistical software (SPSS) for processing the results statistically and after viewing the results of tests of mental skills and capabilities in the light of the results of statistical tests treatments made to the experimental and control groups, a researcher with the following conclusions emerged:

1. compound exercises used instrumental skill capacity development of members of the experimental group.
2. curriculum prepared by using compound exercises have a positive impact on the improvement of the experimental group in all the soccers.
3. training with the use of natural herbs has contributed significantly to the development of mental capacities and skills through the low tension of the experimental group.

التشريع الرياضي في الجزائر

رشتيوي عبد المالك / بوعروري جعفر / زموري بلقاسم

جامعة محمدخيضر ـ بسكرة ـ الجزائر

souhil.malek@yahoo.com

تعد التربية البدنية مظهر من مظاهر التربية العامة ، تعمل على تحقيق أغراضها عن طريق النشاط الحركي و الرياضي المختار من أجل خلق المواطن الصالح الذي يتمتع بالنمو المتزن من النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية حتى يمكنه التكيف مع مجتمعه بحيث يكون ذلك تحت إشراف قيادة واعية ، تعمل وفقا لقوانين وتشريعات منظمة و فعالة .

يعد تحديد المعالم الأساسية للتربية البدنية و الرياضية من أهم المبادئ العامة التي يجب التقيد بها من أجل نمو متكامل ومتوازن للفرد و هذا ما تهدف التربية البدنية لتحقيقه.

ان تحديد مفهوم واهداف التربية البدنية و الرياضية وممارستها من اهم عناصر التشريع الرياضي وتحديد المبادئ العامة لهذه التربية هو صميم هذا التشريع الذي يوضح صورة العلاقة الارتباطية بين الرياضة والقانون و السياسة من خلال مضامين النصوص التشريعية التي تنظم النشاط الرياضي في الجزائر و التي هي على التوالي: الأمر 76/81 و القانون 03/89 و الأمر 09/95 و أخيرا القانون 04/10 هذه الجملة التي تعكس الصلة الوثيقة بين التربية الرياضية و القانون و على اثرها نطرح التساؤل التالي : **كيف يضمن التشريع الرياضي تكوين رياضي ناجح ؟ وهل القانون 04/10 أليةداعمة لتطوير الممارسة الرياضية في الجزائر ؟**

أثر استخدام طريقة التدريب التكراري على تنمية السرعة الانتقالية عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17سنة

شريط حسام الدين

الجزائر2علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بباتنة جامعة باتنة

houssemb12.bio@hotmail.com

ملخص المداخلة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية استخدام طريقة التدريب التكراري على تنمية السرعة الانتقالية عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17سنة، ولدراسة مدى الفعالية أجرى الباحث دراسة ميدانية بفريق مولودية باتنة المنتمي إلى حظيرة القسم الوطني الثاني، حيث شملت عينة الدراسة على 24 لاعب مقسمة على عينتين بالتساوي(12لاعب بالعينة التجريبية و12لاعب بالعينة الضابطة)، وتم اختيارها بالطريقة العمدية الهادفة بنسبة 75% من مجتمع البحث، كما اتبع الباحث في هذه الدراسة على المنهج التجريبي وذلك بإجراء اختبار قبلي في 2013/12/25 تلى ذلك تطبيق البرنامج التدريبي الرياضي المصمم من طرف الباحث حيث يحتوي على 16 حصة تدريبية، ثم أنهى ذلك بإجراء تطبيق بعدي في 2014/02/23، كما اعتمد الباحث على اختبار 50م عدو من انطلاق 10م(اختبار السرعة الانتقالية) كأداة لقياس متغيرات البحث.

بينت النتائج التي توصل إليها الباحث إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين التطبيق القبلي والبعدي في اختبار السرعة الانتقالية وذلك لصالح التطبيق البعدي، كما بينت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 في التطبيق البعدي بين العينتين التجريبية والضابطة في اختبار السرعة الانتقالية وذلك لصالح العينة التجريبية. يوصي الباحث بضرورة استخدام هذا النمط من التدريب الرياضي من قبل المدربين وكذلك الاعتماد على البرنامج المصمم من طرف الباحث لغرض تحسين السرعة لدى لاعبي كرة القدم.

الكلمات الدالة: التدريب التكراري ، السرعة الانتقالية ، كرة القدم .

دراسة مسحية على ممارسي -دور الالتزام الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين بعض الأنشطة الجماعية والفردية 15-17 سنة

معهد التربية البدنية والرياضية جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف وهران- صغير نورالدين

معهد التربية البدنية والرياضية جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف -وهران- لـوح هشام

ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور الالتزام الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية (المهارات البدنية والمهارية ، المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي ، مهارة الاتصال والتواصل ، المهارات النفسية والأخلاقية و مهارة التفكير والاكتشاف) عند الناشئين وذلك حسب متغير نوع الرياضة (رياضات جماعية ورياضات فردية) وحسب متغير العمر التدريبي(عدد سنوات الممارسة الرياضية)،كما هدفت الدراسة إلى معرفة ما مدى علاقة أبعاد الالتزام الرياضي بمحاور المهارات الحياتية .ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي المقارن ، وقد شملت العينة على 244 رياضي لبعض الأنشطة الجماعية (كرة القدم ، الكرة الطائرة) ورياضيي بعض الأنشطة الفردية (الجيدو ، ألعاب القوى) صنف أشبال الذين تتراوح أعمارهم بين 15-17 سنة المنتمين إلى القسم الأول ما بين الرابطات للغرب الجزائري. لهذا فقد استعملنا مقياس المهارات الحياتية من اعداد "الحايك والبطاينة " (2007) والذي يحتوي على أهم المهارات الحياتية لدى الفرد ، حيث يتكون من 75 عبارة توزعت عباراته بالتساوي على المحاور الخمسة كما استعملنا أيضا مقياس الالتزام الرياضي الذي أعده "صدقي نوالدين" (2004) ، وذلك لقياس خمسة أبعاد ، الالتزام الرياضي ، الاستمتاع الرياضي ، الاستثمارات الشخصية ، الإلزام الاجتماعي و استخدام الفرص.

وانطلاقا من تحليل النتائج المتحصل عليها توصل الباحث إلى أن للرياضات الجماعية والرياضات الفردية دور إيجابي في تنمية المهارات الحياتية لدى الناشئين ويساهم في ذلك عامل الخبرة الرياضية والالتزام الرياضي، كما ان هناك علاقة موجبة بين ابعاد الالتزام الرياضي ومحاور المهارات الحياتية .

الكلمات المفتاحية : الالتزام الرياضي ، المهارات الحياتية، الناشئ الرياضي .

الأثر البدني والصحي والنفسي لمادة التربية البدنية الرياضية على تلاميذ الطور الابتدائي
ـ دراسة ميدانية على بعض مقاطعات ولاية الجلفة ـ

Éducation physique et sportive et son impact sur la santé et le côté psychologique et le côté physique pour les élèves de phase primaire -Une étude de terrain à l'école primaire - Djelfa–

طه العطري

معهد التربية البدنية والرياضية
جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف-الجزائر
tahaottri@gmail.com

مقدمة:

تشير النتائج الأولية لدراسة أجرتها منظمة الصحة العالمية حول عوامل الخطر للعديد من الأمراض، إلى نمط الحياة المتسم بقلة الحركة يمثل أحد الأسباب العشرة الرئيسية للوفاة والعجز في العالم، فانعدام النشاط البدني يزيد من احتمالات التعرض لخطر الإصابة بأمراض سرطان القولون وسرطان الثدي وضغط الدم المرتفع وخاصة أمراض القلب الوعائية والسكري والسمنة واضطرابات دهون الدم وهشاشة العظام والاكتئاب والقلق.

من هذا المنطلق كان هدف الرياضة المدرسية يتمثل في إعداد التلاميذ للحياة وللمجتمع ليكونوا أعضاء عاملين منتجين، يتمتعوا بنشاط بدني وصحة جيدة، وذلك لن يتحقق إلا بالتعرف على مستوى اللياقة البدنية لديهم حيث إنها اللبنة الأساسية التي يستطيع التلاميذ من خلالها مواجهة أعباء الحياة بكفاءة عالية، وتعتبر اللياقة البدنية أحد مكونات اللياقة الشاملة التي يجب أن يتصف بها التلاميذ، وهي تعني سلامة البدن وكفاءته في مواجهة التحديات التي تواجه الإنسان من خلال تعامله في الحياة، فإذا كان هناك ضعف في أحد مكونات اللياقة البدنية فسيؤدي بالتأكيد إلى ضعف العملية التعليمية وضعف في التحصيل الدراسي وفي ممارسة أنشطة الحياة المختلفة، ولذلك أكدت المؤسسات والمنظمات الصحية والطبية والرياضة العالمية في الآونة الأخيرة على أهمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، مع العلم لوجود دلائل علمية كثيرة تؤكد ارتباط تلك العناصر بصحة الفرد، فقد أثبتت الدراسات أن ممارسة أنشطة بدنية مرتبطة بالصحة كالمشي وركوب الدراجات والهرولة بمعدل 03 إلى 05 مرات أسبوعيا لمدة ساعة، تساعد على تجنب الإصابة بالأمراض القلبية وأمراض الشرايين مع اكتساب الصحة الجيدة والقدرة على ممارسة الأعمال اليومية بكفاءة، وتجنب الأمراض النفسية كالكآبة والأرق وغيرهما.

هذا البحث هو امتداد لمشروع محو الأمية البدنية بالمدارس أساسًا وتكريس مبدأ اللياقة البدنية والتربية البدنية الرياضية إجبارية بالمدارس لأنها ضرورة كباقي المواد التعليمية الأخرى بل وأهمها، لذا كان موضوع دراستنا تجسيد العمل الميداني لبرنامج رياضي حركي يناسب مع هذه الشريحة، مع تطبيق اختبار اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عليها، قصد قياس المؤشرات البدنية والصحية ومنه النفسية، وتحديد الأثر الناتج عن النشاط المبرمج أولاً والتربية البدنية الرياضية عمومًا، وهنا كان لب الإشكال الرامي إلى مدى فاعلية هذا البرنامج في تحسين هذه المؤشرات.

هدف البحث:

- التعرف على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لطلاب مدارس مرحلة التعليم الأساسي في البيئة الجزائرية.
- تحليل ونقد وتشخيص دقيق لأثر التربية البدنية والرياضية على الجوانب الصحية البدنية والنفسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- معرفة أثر النشاط البدني (المطبق في فترة محددة)، على الجوانب الصحية البدنية للتلميذ من خلال زياد الوزن، والسمنة، والقدرة البدنية، واللياقة البدنية بصفة عامة.
- معرفة الأثر النفسي الناتج، من تحسن الجوانب الصحية والبدنية للتلميذ، بعد إنهاء مد ة النشاط المبرمج.
- التعرف على الفروق في مستوى اللياقة لنفس التلاميذ.
- وضع جداول معيارية تحدد لكل طالب مستواه البدني والصحي وما يجب عليه القيام به لتحسين مستواه في تلك الحالتين.

فروض البحث:

1. توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين القياس البعدي والقبلي في عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي لصالح القياس البعدي.
2. هناك تحسن في الحالة النفسية للتلاميذ مصاحبة لتطور اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي .

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

منهج البحث: تم استخدام المنهج التجريبي ذي المجموعة الواحدة من جهة، ومن جهة أخرى تم استخدام المنهج الوصفي من خلال استخدام أسلوب الملاحظة العلمية في جمع البيانات المتعلقة بالجانب النفسي للتلميذ.

المجال الزماني: من2014/10/01 لغاية 2015/02/10

المجتمع الأصلي للبحث:

، كالآتي: 2014 أكتوبر 30 مقاطعة تشمل جميع إبتدائيات ولاية الجلفة، حسب آخر تقسيم إداري الذي تم يوم :**17**هناك (مديرية التربية لولاية الجلفة)

الرقم	اسم المقاطعات	عدد التلاميذ	الرقم	اسم المقاطعات	عدد التلاميذ
01	الجلفة 01	7253	10	عين الإبل	3706
02	الجلفة 02	6371	11	مسعد 01	4501
03	الجلفة 03	7118	12	مسعد 02	3725
04	حاسي بحبح 01	2944	13	دار الشيوخ	3819
05	حاسي بحبح 02	5226	14	الشارف	2617
06	الإدريسية	1483	15	فيض البطمة	2158
07	عين وسارة 01	3453	16	سيدي العجال	2421
08	عين وسارة 02	3995	17	حد الصحاري	4276
09	البرين	3112		**المجموع**	**68178**

الجدول (01) يمثل أسماء المقاطعات وعدد تلاميذ كل مقاطعة لولاية الجلفة

- عدد المؤسسات التربوية التعليمية ككل : 504 ابتدائية بما فيها الإبتدائيات الريفية .
- عدد التلاميذ ككل :68178 تلميذ.

عينة البحث:

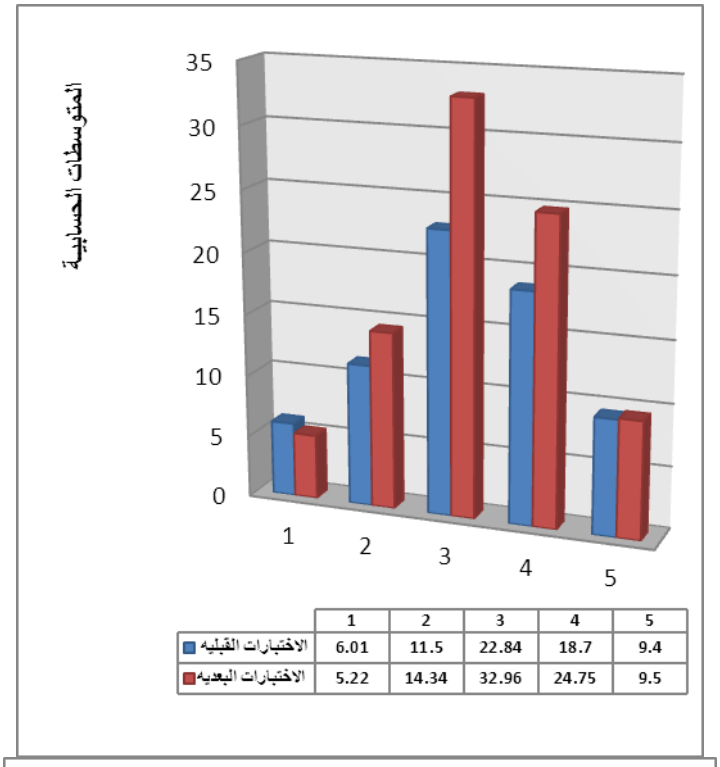
تم اختيار عينة صغيرة نسبيًا (عينة مقصودة)، ابتداءً من اختيار أوّلي تمثل في 7% من المجتمع الإحصائي، تم هذا الاختيار بطريقة مقصودة، لتسهيل ظروف إجراء التجربة الميدانية والقياسات البدنية من جهة، ومن جهة أخرى الاقتصاد في الجهد والوقت هذا مع توفير كل الشروط العلمية لاختيار العينة، فانحصر هذا الاختيار على المقاطعة رقم 05 (حاسي بحبح 02)، التي تمثل 31 مؤسسة تربوية تعليمية كلها تابعة لبلدية حاسي بحبح وتحديدًا في القسم الجنوبي للبلاد، بمجموع 5226 تلميذ وتلميذة، ثم تم الاختيار الثاني على مؤسستين تربويتين فقط هما (ابتدائية القدس، وابتدائية الأمير عبد القادر)، فكانت الحصيلة الأخيرة (العينة البحثية) بمجموع 100 تلميذ وتلميذة، التي تمت عليها قياسات اللياقة البدنية المرتبط بالصحة (القياسات القبلية والبعدية) والتي عرّضناها لنشاط بدني رياضي يتواءم ومتطلّبات هذه الفئة لفترة تزيد عن ثلاث أشهر متتالية، بواقع حصتين في الأسبوع، لمدة ساعة ونصف في كل حصة.

النتائج المتوصل إليها:

الشكل رقم (01) و(02) يوضّح لنا قيمة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج اختبار اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، بين القياس القبلي وبين القياس البعدي للمجموعة التجريبية، ومن خلال المقارنة بين قيمة (t) المحسوبة وقيمة (t) المجدولة للعينتين المترابطتين، أي بين القياسين الأول والثاني، نجد أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (7.420) وهي أكبر من قيمة (t) المجدولة التي بلغت (1.972)، عند مستوى الدلالة (α=0.05) ودرجة حرية (n-1)=df أي (df=99) في اختبار التحمل الدوري التنفسي(اللياقة القلبية التنفسية) وبالتالي فإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين أي هناك فروق جوهرية لصالح القياس البعدي للعينة في هذا الاختبار، حسب قيمتي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، فكانتا على التوالي (06.01) دقيقة بالنسبة للقياس القبلي و(05.22) دقيقة بالنسبة للقياس البعدي، و(1.3) بالنسبة للقياس القبلي و(1.1) للقياس البعدي، ونجد أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (9.320) وهي أكبر من قيمة (t) المجدولة التي بلغت (1.972)، عند مستوى الدلالة (α=0.05) ودرجة حرية (n-1)=df أي (df=99) في اختبار القوة العضلية (قوة القبضة) وبالتالي فإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين أي أن هناك فروق جوهرية لصالح القياس البعدي للعينة في هذا الاختبار، حسب قيمتي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، فكانتا على التوالي (11.5) كلغ بالنسبة للقياس القبلي و(14.34) كلغ بالنسبة للقياس البعدي، و(2.66) بالنسبة للقياس القبلي و(2.64) للقياس البعدي، ونجد أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (9.984) وهي أكبر من قيمة (t) المجدولة التي بلغت (1.972)، عند مستوى الدلالة (α=0.05) ودرجة حرية (n-1)=df أي (df=99) في اختبار قوة عضلات البطن وتحملها وبالتالي فإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين أي أن هناك فروق جوهرية لصالح القياس البعدي للعينة في هذا الاختبار، حسب قيمتي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، فكانتا على التوالي (22.84) مرة بالنسبة للقياس القبلي و(32.96) مرة بالنسبة للقياس البعدي، و(7.93) بالنسبة للقياس القبلي و(7.1) للقياس البعدي، ونجد أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (2.757) وهي أكبر من قيمة (t) المجدولة التي بلغت (1.972)، عند مستوى الدلالة (α=0.05) ودرجة حرية (n-1)=df أي (df=99) في اختبار قوة مرونة عضلات الفخذين الخلفية وأسفل الظهر وبالتالي فإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين أي هناك فروق جوهرية لصالح القياس البعدي للعينة في هذا الاختبار، حسب قيمتي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، فكانتا على التوالي (18.7) سم بالنسبة للقياس القبلي و(24.75) سم بالنسبة للقياس البعدي، و(3.84) بالنسبة للقياس القبلي و(3.3) للقياس البعدي، ونجد أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (1.573) وهي أقل من قيمة (t) المجدولة التي بلغت (1.972)، عند مستوى الدلالة (α=0.05) ودرجة حرية (n-1)=df أي (df=99) في اختبار شحوم الجسم (التركيب الجسمي) اقتصرنا فقط على (منطقة العضلة العضدية الثلاثية الرؤوس) وبالتالي فإنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين في هذا الاختبار، حسب قيمتي

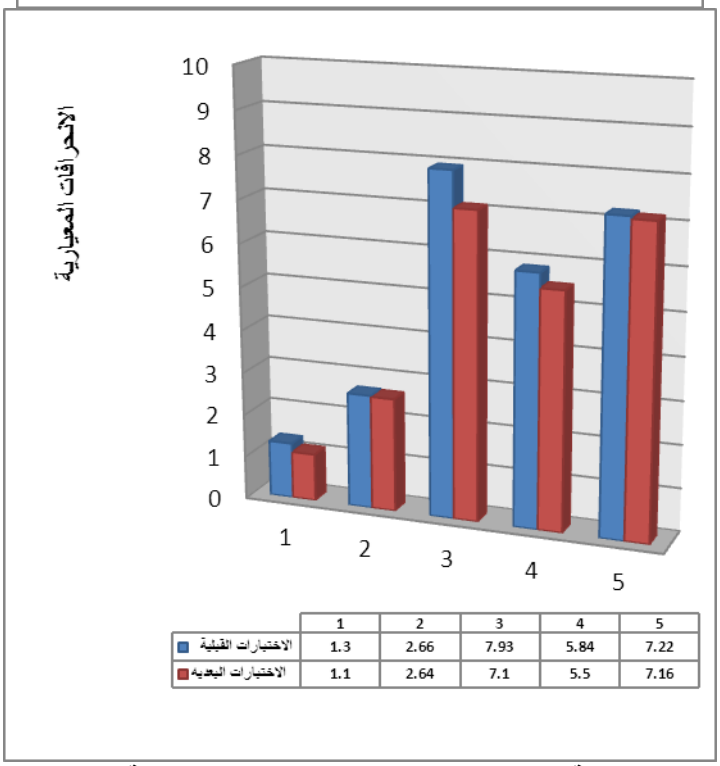
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، فكانتا على التوالي (9.4) مم بالنسبة للقياس القبلي و(9.5) مم بالنسبة للقياس البعدي، و(7.22) بالنسبة للقياس القبلي و(7.16) للقياس البعدي.

والتمثيل البياني يوضح لنا أيضاً وجلياً مدى تباين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج القياس القبلي والبعدي للعينة في اختبار اللياقة البدنية تحديداً .



	1	2	3	4	5
الاختبارات القبلية	6.01	11.5	22.84	18.7	9.4
الاختبارات البعدية	5.22	14.34	32.96	24.75	9.5

الشكل رقم (01)



	1	2	3	4	5
الاختبارات القبلية	1.3	2.66	7.93	5.84	7.22
الاختبارات البعدية	1.1	2.64	7.1	5.5	7.16

الشكل رقم (02)

المناقشة:

1- لقد تبين لنا وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين القياس البعدي والقياس القبلي في عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي لصالح القياس البعدي، ففي اختبار التحمل الدوري التنفسي(اللياقة القلبية التنفسية) هناك تغير ملحوظ للتلاميذ من خلال تحسين رقمهم في اجتياز المسافة وهذا يخولنا أن نقول بأن البرنامج الرياضي المعتمد قد نجح في تحسين هذه الصفة البدنية، وهناك أيضًا تغير ملحوظ آخر للتلاميذ من خلال تحسين قوتهم العضلية استنادًا على اختبار قوة القبضة الذي عكس لنا تطور هذه الخاصية البدنية، وهناك تغير ملحوظ آخر للتلاميذ من خلال تحسين قدراتهم وقابليتهم الحركية في اختبار المرونة، كما أن هناك تغير ملحوظ آخر للتلاميذ من خلال تحسين قدراتهم في تحمل القوه العضلية، إلّا أنه

لا يوجد فرق يذكر في قياس ثنايا الجلد ويرجع الباحث هذا لعامل التغذية والذي له دور مهم، ونستطيع القول بأن الفرضية قد تحققت.

2- هناك تحسن في الحالة النفسية للتلاميذ المصاحبة لتطور اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى تلاميذ الطور الابتدائي، وهذا ما لاحظه الباحث عندما سلط الضوء على بعض المؤشرات الخاصة بنفسية التلاميذ.

تكمن أهمية النشاطات البدنية والرياضية في أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا يقتصر على الجانب البدني والصحي فقط بل يتعرض كذلك إلى الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية المعرفية، ومختلف المهارات الحركية، هذا ما يجعل التلميذ بشكل شخصية متكاملة ومنسجمة، نجعله يندمج في الحياة اليومية، ويدفع به للتعايش مع محيطه المألوف، تكمن أهمية النشاطات البدنية والرياضية فيما يلي:

- تساهم في تنمية قدرات التلميذ الحركية التي تستدعي إمكانيات التنفيذ الحركي (السرعة، القوة، المداومة، المرونة، التوازن.....)
- تساهم في تنمية قدرات الإدراك التي تسمح له بالتعرف على المعلومات، الضرورية، واستعمالها، لأخذ القرار المناسب، أثناء تأدية مهمة أو عمل من جهة أو التحكم في مواجهة المحيط المادي البشري من جهة أخرى. (34:08)
- تساعد في تنمية المهارات التي يمكن توظيفها في مختلف النشاطات الرياضية لتمتد إلى النشاطات المدرسية والمهنية بعد ذلك.
- تعلم التلميذ كيفية مواجهة الموقف وتقييم المشاكل المطروحة التي تعترض حياته اليومية، ومدى فعالية وتأثير أفعاله وتصرفاته من أجل تحسينها وتطويرها في المواقف الجديدة يمكن التلميذ من اكتساب كفاءات جديدة ناتجة من تعلم مفيد وصالح، وكذا الوعي بإمكانياته حيث تدفع به إلى التعلم الذاتي والإبداع
- تساهم في تنمية التوازن وتحسن الصحة وتوفير أحسن الظروف للنجاح.
- تعلم التلميذ كيفية تذوق الجهد والتعبير الحركي وتنمي روح المسؤولية، والتضامن والانضباط.
- تمكن التلميذ من إثبات ذاته في محيطه الاجتماعي، الثقافي والمدرسي (81:06).

الاستنتاجات:

رغم أننا كثيرًا ما نهمل التربية البدنية ونضعها خارج إطار عاداتنا وممارساتنا اليومية إلّا أن التربية البدنية تعتبر من العناصر الأساسية في جميع مراحل حياة الإنسان إذ أنها مفيدة لكل الفئات، والتربية البدنية فوائدها كثيرة ولعل أهمها: الحفاظ على الوزن والوقاية من السمنة والوقاية من والإصابة بالسكري وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب وتقوية عضلات الجسم والتخفيف من مشاكل أمراض المفاصل والروماتيزم وهشاشة العظام.(21:04)

كما أن ممارسة التربية البدنية تحسّن الحالة النفسية والمعنوية حيث أنها تساعد على التخفيف من القلق والاكتئاب والمشاكل النفسية بإحراق الدهون المختزنة في الجسم، من هنا نجد أن التربية البدنية تعتبر من ضمن أساسيات الوقاية من الكثير من الأمراض المزمنة، وينصح الأطباء في مرحلة الطفولة المبكرة بتدريب الجهاز العصبي لدى الطفل وذلك بممارسة مجموعة من الرياضات كالتنسيق والوثب والحركات التي تتطلب الرشاقة والتوازن وحركات تكور الجسم (195:02)

أما في مرحلة النمو فينبغي التركيز على لياقة الجهاز الدموي والتنفسي بداية، وكذلك أنشطة التحمل مثل الجري والسباحة ومع نهاية مرحلة النمو وبداية مرحلة البلوغ لابد من التركيز على القوى العضلية وأنشطة التحمل العالية.

ويؤكد الأطباء على ممارسة التربية البدنية بجميع أنواعها في الهواء الطلق، حيث الهواء النقي من أكبر الأسباب في تكوين العظام والعضلات تكوينًا صحيحًا ذكر هذا في بحوث سعاد هشام. (16:05)

كما ثبت أن السباحة والتجديف هي أحسن أنواع الرياضة، وأن اللعب بالسيف يكسب الإنسان اليقظة وسرعة الحركة مع ضبط وإحكام والاتزان، وأنشطة التحمل العالية.

وللتربية البدنية والرياضية فوائد أخرى هامة كإصلاح التشوهات الجسمية إذ تكسب الجسم المرونة أي قدرة المفاصل على الحركة كما أن المرونة علامة من علامات جمال الجسم وصحته ورشاقته وشبابه وتصلح قوام الجسم من تشوهات كاستدارة الظهر وتجويفه أو انحناء العمود الفقري، كما تكسب الجسم الرشاقة أي القدرة على ضبط الجسم أو القدرة على استثارة عضلات معينة بسرعة ودرجة ووقت معين، وتزيد التمرينات الرياضية من قوة الجسم والقدرة على التحمل كما تزيد من سرعة الجسم.

تهتم التربية البدنية والرياضية بالصدمات الخلقية والإرادية للتلميذ، وكذلك بمختلف المعطيات الانفعالية والوجدانية قصد تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج، وخلق نوع من التكيف النفسي، ومن بين هذه القيم النفسية السلوكية تحسين مفهوم الذات النفسية، والذات الجسمية، الثقة بالنفس وإشباع الميول والاحتياجات النفسية.(23:01)

من خلال التربية البدنية والرياضية يعبر التلميذ عن شعوره ويحاول تحقيق حاجته ورغباته التي يبحث عنها وبالتالي خلق نوع من الاتزان النفسي، والأهم من ذلك تربية التربية الطفل على حب التربية البدنية والرياضية.

قائمة المصادر والمراجع:

1- أمين أنور الخولي وآخرون (1998)، التربية الرياضية دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة.

2- الهزاع هزاع محمد، (1998)، فسيولوجيا الجهد البدني لدى الأطفال والناشئين - الأسس الفسيولوجية لاستجابة الأطفال وتكيفهم للجهد البدني والتدريب، ط1، الأمانة العامة لدول مجلس التعاون الخليجي.

3- الهزاع هزاع محمد، (1998)، الدليل الإرشادي لاختبار اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للفئات العمرية من 7 إلى 18 سنة، ط 1، قسم التربية البدنية وعلوم الحركة بكلية التربية جامعة الملك سعود، السعودية

4- روز نيفلد لو، مجلة الثقافة العالمية - فوائد الرياضية، العدد 72 النمو

5- سعاد هشام (2000)، علم النفس النمو، دار معدته، ليبيا.
6- مديرية التعليم الأساسي (2003)، مناهج السنة الأولى متوسط، التربية الرياضية، دوريات، الجزائر.
7- محمد بن ماجد أحمد البلهيشي (2005/2004)، تحديد مستويات محكية المرجع لأهداف اللياقة البدنية في المرحلة الابتدائية، رسالة ماجيستير، قسم التربية البدنية وعلوم الحركة بكلية التربية جامعة الملك سعود، السعودية.
8- Freedson, P.S., Cureton, K.J., Hrath, G.W. (2000). Status of Field-based fitness testing in children and youth. ***Preventive medicine,***

الاغتراب النفسي وعلاقته بالانجاز لدى لاعبي الاحتياجات الخاصةً لبعض العاب القوى في منطقه الفرات الاوسط

عامر سعيد الخيكاني

عقيل يحيى هاشم الاعرجي **علي حسين هاشم الزاملي**

1-ألتعريف بالبحث

1-1مقدمة ألبحث وأهميته:

شهدت ألعاب ألقوى للمعاقين تطوراً ملحوظاً في مختلف ألميادين ويبدو ذالك واضحاً من خلال ألمستويات ألمها ريه وألبدنيه التي يتمتع بها الرياضيون لأجل تحقيق مستويات رياضيه عاليه إذ أن ألتطور الذي شهدته ألعاب ألقوى للمعاقين لم يحدث صدفه إنما جاء نتيجة لتطور جميع ألأدوات المستخدمة في أداء ألمهارات فضلاً عن أتباع ألمدربين أفضل ألطرق ألعلميه ألصحيحه وألتي تصاحبها دراسه وخبره عاليه من قبل ألمدربين لأجدل تفاعل ألمتعلم مع ألمدرب.

ويعد الأغتراب ألنفسي من ألأنفعالات التي ترتبط بشخصيه الرياضي فتؤثر على علاقته بالرياضيين وعلى استمراره بالتدريب وقد يكون للاغتراب النفسي آثارا واضحة والتي تتمثل بغرابه أفكاره وانفعالاته وشعوره بالعجز في أداء المهارات فتؤثر ايجابياً وسلبياً على الأداء الحركي وهذا مأأكده (محمد صالح العقيلي)(1) بأن (ألاغتراب النفسي من المفاهيم النفسية المتصلة بشخصيه الرياضيين في جميع الألعاب الرياضية ويؤثر في مدى استمراره بالتدريب والمنافسة وقد اهتم علماء النفس والاجتماع والباحثين بهذا المفهوم واكدو على وجوده كظاهرة نفسيه واجتماعيه لهل تأثيراتها السلبية على الرياضيين في جميع الألعاب الفردية والفر قيه).

ولقد نشأة رياضه المعاقين لكي يساعد هؤلاء المعاقين على استعادة معنوياتهم وتوازنهم النفسي والجسمي وحتى يمكن دمجهم في المجتمع من جديد من خلال ألوان من النشاط الرياضي يتناسب مع قدراتهم البدنية والحركية التي أوصلتهم الاصابه اليها ولقد اقتصرت الألعاب في بدايتها على الرماية والقوس والسهم من فوق الكرسي ذي العجلات ومنها تطورت رياضه المعاقين حتى أصبحت اولمبيه.

ولقد تغيرت المجتمعات واتجاهاتها نحو المعاقين بتوفير أساليب العلاج الطبيعي والطب الرياضي والنهوض بحركة التأهيل البدني وتطور أجهزه التعويض قد ساعدت كثيرا من الارتقاء برياضه المعاقين .

ومن هنا تتجلى أهميه البحث في معرفه ظاهره الاغتراب النفسي وعلاقته بالانجاز لدى ألاعبين المعاقين بدن

---

(1)محمد بن صالح العقيلي؛الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي.رسالة ماجستير،جامعه الرياض\كليه التربية الاسلاميه،204م،ص27.

1-2مشكله البحث:

يعد الاغتراب النفسي من المشاكل المشاكل النفسية والاجتماعية والاقتصادية المؤلمة والمعقدة التي يتعرض لها الرياضيين بدنيا في فعاليات العاب القوى نتيجة لعدم شعورهم بالوحدة والعزلة مما يؤدي إلى قله توجههم نحو التدريب وقله اتصالهم بالرياضيين وهذا مايؤدي إلى الإحباط في تحقيق الانجاز الرياضي الجيد .

ولقد لاحظ الباحثون من خلال مشاهدتهم للتدريب إن هناك ضعف في الانجاز كذلك عدم الاهتمام بالناحية النفسية للاعبين لذا ارتأى الباحث معرفه ضعف التوجه نحو تدريب المهارات لدى الرياضيين ، وهل إن الاغتراب الذي يشعر به الرياضيين له تأثير على ذلك.

1-3اهداف البحث:

1-التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى اللاعبين المعاقين.

2-التعرف على الانجاز في فعاليه رمي الرمح والقرص والثقل.

3-التعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي والانجاز.

1-4فروض البحث:

يفترض الباحثون بوجود علاقة ارتباط ذات دلاله احصائيه بين الاغتراب النفسي والانجاز لدى الرياضيين المعاقين بدنياً في فعاليه رمي الرمح والقرص والثقل.

1-5مجالات البحث:

1-5-1المجال البشري: ألاعبين المعاقين بدنياً في منطقه الفرات الأوسط لألعاب القوى.

1-5-2المجال المكاني:ملاعب الانديه التي تجرى عليهم السباقات.

1-5-3المجال ألزماني:الفترة من 15-10-2014 ولغاية 15-1-2015

إضطرابات الأحداث الصدمية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية

عامر سعيد الخيكاني

ملخص البحث : تشكل الحروب مصدراً سلبياً للمجتمع ككل من تلاميذ وغيرهم يعانون وطئتها ونتائجها السلبية من توترات وقلق قد يساعدهم وهم يؤدون أعمالهم . ومن هنا كان عمل الباحث في كلية التربية الرياضية بجامعة بابل للتعرف عما قد يعانينه زميلاتها من الطالبات خصوصاً من يسكن تلك المناطق الساخنة التي تعاني هذه المعارك والحروب المستمرة .ولمحاولة التعرف على ظلال هذه المعارك على سمة مميزة لدى الطالبات وهي التوافق النفسي الاجتماعي تم تحديد أهداف البحث حيث يهدف البحث إلى التعرف على الآتي :

1- إضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية لطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة بابل .
2- التوافق النفسي الاجتماعي لطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة بابل .
3- العلاقة بين إضرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطلبة كلية التربية الرياضية .

وبعد تحديد المنهج الملائم للبحث وتهيئة المقاييس المطلوبة وتدقيق صلاحيتها في الوصول إلى النتائج المرجوة ومن ثم إستخدامها على (15) طالبة تم الوصول إلى عدة إستنتاجات هي الآتي :

- تميزت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة باضطرابات الأحداث الصدمية .
- كانت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة بحدود وسط في سمة التوافق النفسي الاجتماعي .
- كلما إرتفعت إضطرابات الأحداث الصدمية يقابلها ضعف في التوافق النفسي الإجتماعي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية بجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة .

ليتم وضع التوصيات التي أسفر عنها البحث الحالي .

الكلمات المفتاحية : (الأحداث الصدمية ـ التوافق النفسي الاجتماعي)

التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (الإعدادية) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية

عبد الرزاق فايد جامعة محمد بوضياف ـ المسيلة

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي وتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (الإعدادية) من خلال حصة التربية البدنية والرياضية ،دراسة ميدانية بمتوسطات بلدية حمام الضلعة ولاية المسيلة ،ولتحقيق هذا الهدف اتخذ الباحث بعدين للتوافق النفسي والتي تتمثل في شعور المراهق بالانتماء ،تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد ، ،ونظرا لطبيعة الموضوع اعتمد الباحث المنهج الوصفي الذي يتلاءم وطبيعة الموضوع ،كما استخدم الجزء الثاني من اختبار الشخصية لمحمود عطية هناء والذي يتمثل في التوافق النفسي ،أما بالنسبة للمهارات الحركية الأساسية في كرة السلة اعتمد الباحث شبكة تقييم معتمدة من طرف وزارة التربية الوطنية ،وقد طبقت الدراسة على كل مشاهدات المجتمع الأصلي أي أسلوب المسح الشامل 440 تلميذ متمدرسين بمتوسطات بلدية حمام الضلعة ولاية المسيلة ،وكانت النتائج المتوصل إليها إلى انه هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين شعور المراهق بالانتماء وتحرر المراهق من الميل إلى الانفراد، من جهة وتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة من جهة ثانية ،أي انه هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين التوافق النفسي وتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة السلة .

الدرجة الأولى على مستوى دراسة لمستوى القلق النفسي لدى بعض لاعبي كرة السلة لإحراز بطولة ليبيا

إبراهيم محمد الجدي فرج على العتود عبد السلام محمد ساسي

هدفت الدراسة لتعرف على مستوى القلق النفسي لدى بعض لاعبي كرة السلة بليبيا .

وتم استخدام المنهج الوصفي وتكونت العينة من 60 لاعبا من الفرق المشاركة في البطولة.

وتوصلت الدراسة للنتائج التالية درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) كانت وسط وفوق الوسط بقليل وهي مستويات طبيعية لدى الفرق واختلاف درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) بين الفرق حسب مستوى الإعداد النفسي لكل فريق وكان تأثير القلق الرياضي الميسر ايجابياً وذو علاقة معنوية مع ترتيب إنجازات الفرق في البطولة وكان مستوى حالة القلق النفسي لدى لاعبي الدرجة الأولى بكرة السلة ترتفع إلى المتوسط وتختلف درجة حالة القلق بالنسبة للاعبين حسب مراكزهم في الفريق وتؤثر حالة القلق النفسي على لاعبي كرة السلة في أدائهم أثناء المباريات والمنافسات وإن حالة القلق النفسي قبل المنافسة يمكن أن يكون لها أثر سلبي على المنافسة أو المباراة وعلى صحة اللاعبين .

يوصى الباحثون ضرورة الاهتمام والعناية ببرامج الإعداد النفسي المختلفة التي تؤثر على أداء اللاعبين ويجب التركيز على تهيئة وإعداد البرامج التدريبية التي تخدم الإعداد النفسي للاعبين وخاصة لاعبي الفرق المشاركة في بطولة ليبيا لكرة السلة ويجب أن ينصب اهتمام المدربين بشكل متواصل إلى مستويات القلق الرياضي التي ترافق اللاعبين خلال المباريات وتوجيهها بالشكل الذي يخدم اللاعب والفريق في تحقيق الإنجاز الرياضي وأن يقوم المدرب باستخدام كافة الوسائل التي تسهم في معايشة اللاعبين لظروف المنافسة الفعلية ويجب الاهتمام والتأكيد على البحوث الخاصة بلعبة كرة السلة وبكافة الجوانب النفسية والمهارية البدنية وذلك نشر اللعبة وتوسيع قاعدتها وعلي المدربين إعداد البر وفيل النفسي (الصحة النفسية) والذي يضم عددا من المتغيرات النفسية والبيانات الأساسية للاستجابة الانفعالية للاعبين في مواجهة المنافسة والمتابعة المستمرة لملاحظة سلوك اللاعبين والمستندة من الاختبارات النفسية والانفعالية ويجب على المدربين والمهتمين من الجهاز الفني للتدريب على استخدام بعض الاختبارات النفسية التي تشير إلى قلق الحالة التنافسية وتحليل النتائج وتفسيرها وفق نظريات القلق والاستشارة وإقناع اللاعبين بإمكانه السيطرة على المظاهر الفسيولوجية وتدريب اللاعبين على مهارات التصور الذهني للمهارات قبل المنافسة.

التحفيز وعلاقته بدافعية الانجاز لدي لاعبي كرة القدم صنف اكابر
دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي لفرق قسم الجهوي الثاني البويرة(من وجهة نظر اللاعبين)

عزالدين رامي - عبد السلام زاوي
محند اكلي ولحاج البويرة الجزائر

ملخص البحث

تكمن أهمية بحثنا هذا في الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الحوافز ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم لفرق ولاية البويرة القسم الجهوي الثاني و الوقوف على مدى تقديم الحوافز من قبل هذه النوادي للاعبيها وتوضيح العلاقة بينها وبين دافعية الإنجاز لديهم .

الفرضة العمة:

* توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

*** الفرضيات الجزئية:**

1- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المادي والرفع من دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم .
2- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المعنوي والرفع من دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم.
3- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المادي والرفع من دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم .
4- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المعنوي والرفع من دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم.

المنهج المستخدم:المهج الوصفي

مجتمع البحث: نوادي القسم الجهوي الثاني لولاية البويرة (6 نوادي) كل نادي فيه 22لاعب
المجموع الكلي للمجتمع البحث 132لاعب

العينة:مقصودة بسيطة(40لاعب)

وسائل جمع المعلومات:

1- المصادر والمراجع بجميع انواعها2 - الدارسات المرتبطة 3- الشبكة الدولية الانترنيت

وسائل جمع البينات: الاستبيان والاختبارات والمقاييس

الوسائل الاحصائية:استخدمنا برامج الحقيبة الاحصائية(spss) لحساب المتوسط الحسابي؛ الانحراف المعياري؛ معامل الارتباط بيرسون؛ النسبة المئوية.

اهم النتائج المتوصل اليها:

1- الأجور الشهرية تقدم غالبا في وقتها وعلاوات الفوز داخل الديار وخارجه وتوفير النقل والأكل في التدريبات ومتابعة اللاعب عند الإصابة والتكفل به نفسيا واجتماعيا تعتبر حافز مادي يساعد اللاعبين على العمل لتحقيق النتائج الجيّدة .
2-استعمال عبارات الشكر والتشجيع والتعاون مع الزملاء والعلاقة الحسنة مع كل الطاقم الفني والإداري تعتبر حافز معنوي كبير يمكن أن يجعل اللاعب يخرج كل طاقاته من أجل الفريق .
3- توجد علاقة ارتباطيه طردية في اتجاه موجب بين التحفيز ودافعية الإنجاز .

وفي الأخير أوصت الدراسة بتطبيق الحوافز بكثرة ونظام لاستثارة دافعية الإنجاز عند جميع الرياضيين.

النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو في المراكز الطبية شرق الوطن

(9 الى 12سنة) دراسة ميدانية على الأطفال ذوي مرض الربو

عقبة دغنوش- ميمون عيسى

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة الحاج لخضر باتنة

deghnoucheokba@gmail.com

aissa_2m8@yahoo.fr

الكلمات المفتاح: مرض الربو ، النشاط الحركي المكيف.

ا-. مشكلة الدراسة :

ترتكز الرعاية البدنية لمرضى الربو على النظرة التي تتزايد بشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة نحو أهمية الرفع من الرعاية البدنية التي يجب أن توليها المجتمعات العربية لأطفالها ذوي مرض الربو بهدف الرفع من مستوى الكفاءة البد نية ,والعمل على الاستفادة من الطاقة الكامنة لديهم وإعدادهم للحياة في مجتمع يستطيعون أن يستغلوا فيه قدراتهم وإمكانياتهم ,ليصبحوا أطفال قادرين على الاستمرار في أداء مجهود بدني دون الشعور بالتعب .

وإذا كان توفير الرعاية البدنية لمرضى الربو يعد واجبا من واجبات الدولة والمجتمع على مجموعة من أبنائهم ,فان هذا البحث يمثل خطوة في هذا الاتجاه ,باعتبار النشاط البدني الرياضي المكيف يمثل فضاء واسعا في العناية بهذه الفئة من الأطفال, خصوصا وان هذه الفئة يشكون من وجود التهاب في المسالك الهوائية وفرط استجابتها (تشنج قصبي) مما يؤدي إلى انسدادها والربو يصيب الذكور والإناث في جميع مراحل العمر.

ازداد اهتمام العالم المتقدم بمرض الربو نظرا لازدياد انتشار هذا المرض بشكل سريع في الآون الأخيرة، حيث يؤثر المرض على حياة واحد من كل أربع أطفال من أطفال المدن..

لا يتطور الربو إلى انسداد الشعب الهوائية المزمن عادة، ولكن المصابون بالربو ألذين يدخنون لديهم خطورة مرتفعة لتطوير تغييرات مُزمنة في الشعب الهوائية

وان كان الطفل ذوي مرض الربو لا يستطيع اكتساب المهارة التنفسية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء ,لكن ينبغي التأكيد على زيادة السعة

الهوائية :- من المعروف أن معدل التنفس في الدقيقة حوالي من 15-16 مرة /د , ويزيد هذا المعدل في حالة أداء مجهود بدني حتى يمكن إمداد الجسم بكمية اكبر من الأكسجين إلا أن الزيادة في المعدل عند الممارسين تكون اقل من الزيادة عند غير الممارسين في حالة بذل مجهود بدني مضاعف .

وبالرغم من إن الأطفال ذوي مرض الربو في الجزائر في أمس الحاجة إلى مثل هذا النشاط الرياضي الذي يقوم على الأسس العلمية والمنهجية التي تلائم قدراتهم واستعداداتهم وخصائصهم , إلا أن التربية البدنية التي تتم في المراكز الطبية ما زالت تقوم على أساس الاجتهادات الشخصية للقائمين على هذه الفئة من الأطفال لأن المربين معظمهم ذو مستوى تقني سامي في الصحة الرياضية الذين يفتقرون إلى أنجع الطرق والوسائل المتبعة في هذا المجال .

إن إيماننا القوي بضرورة برمجة النشاط الحركي المكيف لهذه الفئة لما تعانيه من معوقات تنفسية وبدنية ,اجتماعية ,نفسية , ,دفعنا لتسليط الضوء على هذه الفئة من خلال اقتراح برنامج في النشاط الحركي المكيف يتلاءم مع

إمكانياتهم وقدراتهم يعمل على تقوية عضلات التنفس وأهمها عضلة الحجاب الحاجز وعضلات ما بين الضلوع التي ترفع من كفاءة وظائف الرئتين والجهاز التنفسي .

وانطلاقا مما سبق فان دراستنا تبحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية :

- هل أن النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسين المتغيرات الفسيولوجية المتمثلة في الجهاز الدوري متمثل في النبض وضغط الدم الإنقباضى وضغط الدم الإنبساطى ؟
- هل أن النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسين المتغيرات الفسيولوجية المتمثلة فى الجهاز التنفسي فى كلا من السعه الحيوية المطلقه و السعه الحيوية النسبية ؟
- هل أن النشاط الحركي المكيف لها اثر في تحسين عضلة الحجاب الحاجز وعضلات ما بين الضلوع التي ترفع من كفاءة وظائف الرئتين والجهاز التنفسي ؟

ب- **ماهية البحث:**

إن موضوع بحثنا هذا يدور حول محور أساسي هو بيان أهمية النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو بالمراكز الطبية في نمو و تنمية كفاءة استخدام الرئتين ولتحقيق ذلك رأينا أن نتطرق إلى نقاط أساسية والتي لها علاقة مباشرة ببحثنا هذا .

لكي نظهر بوضوح هذه الأهمية يبدو لنا أولا أن نعرف الخصائص التكوينية للطفل ذوي مرض الربو من جميع النواحي , والفسيولوجية ,التشريحية ,الحركية والعوامل المسببة لمرض الربو, قبل, أثناء وبعد الولادة ,للوقوف على مدى استعداده لتقبل هذا النشاط والحمل البدني المطبق فيه مما يتماشى مع قدراته البدنية والوظيفية وميوله ورغباته .

وبناءا على هذا يمكننا إظهار بوضوح أهمية النشاط الحركي المكيف لهذه الفئة لتلبية الحاجيات الضرورية اليومية , والمهارات التنفسية ,والعناية بالصحة الجسمية والنفسية لهؤلاء الأطفال .

ومن جهة ثانية نتوجه ببحثنا هذا إلى كل العاملين في حقل تربية ورعاية هذه الفئة وإعطائهم بعض الاقتراحات التي من شأنها أن ترفع اللبس عنها وذلك كونها من الفئات المحرومة من حقها في العيش حياة هادئة كريمة ضمن النسيج الاجتماعي ككل .

ج- أهداف البحث :

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة اثر النشاط الحركي المكيف على نمو وتنمية كفاءة استخدام الرئتين من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو في المراكز الطبية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم التنفسية والبدنية لرفع من أداء المهارات التنفسية والحركية

,وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى مايلي :
- زيادة التهوية الرئوية مما يساعد على إزالة ثاني أكسيد الكربون
- زيادة حجم الشهيق والزفير وبالتالي زيادة كفاءة الرئتين .
- معدل التنفس أبطأ وأكثر عمقا وسهولة
- سرعة عودة معدل التنفس للحالة الطبيعية بعد التمرين الرياضي
- زيادة القدرة على استهلاك الاوكسيجين
- زيادة حجم الشعيرات في الرئة وزيادة في عدد الحويصلات الهوائية
- زيادة مقاومة الجهاز التنفسي ضد الأمراض الخاصة به

تأثير استخدام أساليب التدريس بالنية الراجعة في تعليم المهارات الأساسية في كرة اليد في الطور الثانوي الجزائري (15-18) سنة.

أسماء الباحثين:- بن يوب عبد العالي- حجاب عصام- سهايلية شكري.

* **بن يوب عبد العالي** معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية / جامعة محمد الشريف مساعدية ، سوق أهراس / الجزائر / الإيميل BENYOUB.ABDELALI@YAHOO.FR

* **سهايلية شكري** : معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية / جامعة محمد الشريف مساعدية ، سوق أهراس / الجزائر / الإيميل chokrinho09@hotmail.com

* **حجاب عصام** :بجامعة الجزائر03/ issamhadjab@gmail.com

المقدمـــة:

يمر العصر الحاليبثورة علميةضخمةوتغيراتوتحولاتعديدةفيكافةمجالات الحياةالأمر الذييستدعيمواكبةوملاحقةهذاالتقدم،ومواجهةمختلفالتغيراتالمصاحبة له،ولقدانتقلمفهومالاستثمارلدىالدولمنالجانبالصناعيالماديواتجهنحواستثمار وتنميةالموارد البشرية،ممانعكسإيجابياعلىالأنظمةالتربوية،فتوليمختلفالدولحاليا اهتماماممتازيدالجودةالتعليموجودةنتائجالتعلم.ونظرالأنمجتمعنايسعىإلىالتقدممنخلالالمؤسساتالتربويةكإحدىوسائلالتقدم،فقد أصبحتالمدرسةالجزائريةمطالبةأكثرمنأيوقتمضىأنتبذلكلجهدممكنلتربية الإنسانالعصريالقادر علىالتفكير السليمالبناء،والمزودبالمعارفوالمهارات الأساسيةالتي تمكنهمنالملائمةالذكية،والتكيفمعطبيعةعصر هوخصائصه،ويقعالعبء الأكبر على عاتقالمعلمباعتبار هركيزةنشاطالمدرسةوالمحركالأساسيلجهودها،فلميعدالتدريسمجرد نقلالمعرفة،وإنمايتطلبمعرفةأصولهوقواعده،والعملعلىالتوظيفالميدانيلتلكالمعارف فيمايخدمالأهدافالعامةللمجتمع.

إجـــراءات البحـــــث:

لقد ظهرت أساليب التدريس في السبعينات وذلك لما لها من أهمية بالغة في تحقيق الأهداف التربوية القريبة والبعيدة، والتي تتناسب وفلسفة المجتمع ،ومن المعروف أن العملية التربوية تخضع إلى الأهداف العامة للمجتمع، ولم يبق دور المدرس هو إعطاء المعلومات وتلقينها ،وبهذا يكون واضحا أن الوصول إلى هذه الأهداف يفرض علينا أن نتبع أساليب مناسبة لتحقيق الغرض المطلوب ولكن في المدارس الجزائرية اغلب المدرسين لا ينوعون في أساليب التدريس، ويعتمدون على أسلوب واحد في عمل التدريس وهذا مايؤكده الباحثون بشان الأساليب العامة للتدريس «إن الأساليب المستعملة في أساليب التدريس يتغلب عليها تحكم المدرس في هذه العملية فيكون اتجاه المعلومات من الأعلى إلى الأسفل، أي إن الأسلوب السائد هو الأسلوب التقليدي».

وعلى الرغم من تعدد الطرائق وتنوعها، وأساليب التعلم إلا أنه لا يزال القائمون على العملية التعليمية في مجال التربية البدنية والرياضية بصفة عامة وكرة اليد بصفة خاصة يستخدمون أساليب التدريس التي تعتمد على أسلوب الأوامر(الشرح والعرض) وهذا ما أظهرته المعاينة الميدانية لدروس التربية البدنية والرياضية وعملنا المستمر في التدريس، حيث أن المدرسون يعتمدون في عملهم على خبرتهم العملية وعلى الأسلوب التقليدي.

لا يقف الأمر عند هذا الحد بل يتعداه في توظيف المعلومات التي تعطى إلى المتعلم والتي يصطلح على تسميتها بالتغذية الراجعة، وهنا يؤكد (محمد يوسف الشيخ)« قد قام مدرسوا التربية البدنية والرياضية باستخدام التغذية الراجعة في التعلم ربما منذ بدؤوا تعليم المهارات الحركية،ولكن ذلك لم يكن عن دراسة علمية للتغذية الراجعة بل عن خبرة علمية»، وهي تعتبر من أهم الوسائل التي تسهل عملية التعلم.

ولذا فان الاتجاه المعاصر في طرائق التدريس هو اتجاه أسلوب التعليم الذاتي ،فالتقدم بعمليات التعليم والتعلم في التربية البدنية والرياضية يحتم علينا تركيز اهتمامنا على المستفيد الأول من هذه العملية وكذلك تنمية دوره الحيوي الفعال وتطويره باعتباره محور العملية التعليمية والتربوية.

من خلال استعراض أهم العوامل المؤثرة في انخفاض مستوى الأداء في لعبة كرة اليد، وكذلك عدم التنويع في استخدام أساليب التدريس في تعليمها واستخدام التغذية الراجعة المناسبة و قصور وعدم الوضوح في اختيار أفضل أساليب التعلم التي تتناسب وطبيعة الظروف المختلفة، فإننا نرى أنها تعتبر المشكلة الأساسية في انخفاض المستوى، فالهدف الاساسي من هذه الدراسة من هذه هو محاولة الاجابة عن التساؤل التالي:

هل يوجدتأثير لاستخدام أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة في كرة اليد؟.وللاجابة على التساؤل العام التالي نقترح الفرضية التالية:

استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية يؤثر ايجابيا على تعلم مهارة التمرير والاستقبال والتنطيط والتسديد، وان هذا التأثير يختلف بحسب نوع الأسلوب ونوع المهارة وصعوبتها عند الذكور والإناث.

تتجلى أهمية أي دراسة من أهمية الموضوع الذي تتناوله ،وانطلاقا من أن موضوع "*إستخدام أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية في تعليم المهارات الأساسية في كرة اليد في الطور الثانوي الجزائري (15-18) سنة*" يمثل صلب عملية تدريس مادة التربية البدنية والرياضية ،كونه يربط بين متغيرين هامين يمثلان حجر الزاوية في العملية التعليمية وهما تفاعل الأستاذ مع التلاميذ.فعملية التدريس تحتوي على كم هائل من التعقيدات حيث تتعامل مع عناصر بشرية غير متجانسة ميزتها الفروق الفردية والاتجاهات والميول والنفسيات المتباينة التي تجعل من توليها وضبطها أمرا صعبا ومعقدا.

أما المنهج المعتمد في هذه الدراسة فكان المنهج التجريبي لاعتبارات خاصة بطبيعة الدراسة ومتطلباتها، أما مجتمع الدراسة تكون من تلاميذ ثانوية الشهيد مقيدش عمار بولاية سوق أهراس الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والبالغ عددهم 420 تلميذ.أما فيما يخص العينة فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية حيث بلغ حجمها 20% في حين اعتمدنا على أداة الاستبيان والاختبارات المهارية لكرة اليد، وانحصر المجال الزمني لهذا البحث في الفترة الممتدة من شهر سبتمبر 2013 الى غاية مارس 2014، أي أن البحث دام قرابة 07 أشهر. واجري البحث في ولاية سوق أهراس وعليه فقد استخدمنا في الدراسة الحالية من اجل تحليل البيانات على البرنامج الإحصائي (SPSS) باستخدام الأساليبالإحصائية المعتمدة.

النتائـــــــج:

في ضوء خطة البحث وإجراءاته الميدانية واستنادا على التجربة أمكننا التوصل إلى عدد من النتائج الهامة والتي تتمثل في الدور الفعال الذي لاستعمال أساليب التدريس بالتغذية الراجعة في تعليم المهارات الأساسية في كرة اليد عند تلاميذ الطور الثانوي وهذه النتائج تتمثل في الأتي:

- إن استخدام أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية واستخدام الأسلوب التقليدي قد اثر ايجابيا في تعلم مهارة التمرير والاستقبال عند أفراد العينة ذكور وإناث في كافة المجموعات الأربعة.
- استخدام أساليب التدريس (الأمري – التدريبي – التبادلي) بالتغذية الراجعة الفورية، واستخدام الأستاذ للأسلوب التقليدي اثر ايجابيا في تعلم مهارة (التنطيط) عند أفراد عينة الذكور والإناث.
- استخدام أساليب التدريس بكافة أنواعها والمقترحة في البحث بالتغذية الراجعة الفورية، واستخدام الأستاذ للأسلوب التقليدي قد اثر بشكل ايجابي على تعلم مهارة التسديد عند مختلف الجنسين ذكورا وإناثا في جميع المجموعات.
- إستنتجنا انه يجب التنويع في أساليب التدريس ولا نقتصر على أسلوب واحد فقط في تعليم المهارات بالكرة في لعبة كرة اليد، وهذا ما يوضحه الاختلاف الموجود في استخدام أساليب التدريس من مهارة إلى أخرى.
- كلما كانت المهارة صعبة ومعقدة يجب أن نتجه في الشكل العكسي لاستعمال أساليب التدريس أي انه إذا كانت المهارة سهلة نستعمل أساليب متقدمة إذا كانت صعبة في التعلم ومعقدة الأداء نستعمل الأساليب الأولى، أي نتجه في اتجاه الأسلوب الأمري.
- كلما كانت المهارة سهلة نعطي أكثر حرية للمتعلم، وكلما كانت المهارة صعبة نقيد المتعلم، وهذا راجع إلى الدقة في التعلم وصعوبة المهارة.
- يجب دراسة الخصائص العمرية عند الذكور والإناث حيث انه يعتبر ضروريا من اجل تطبيق أساليب التدريس وهذا ما أفضت إليه الدراسة في اختلاف تعلم لمهارة حركية واحدة في لعبة كرة اليد بين الذكور والإناث.
- ضرورة التفريق في استخدام أساليب التدريس بين الذكور والإناث.

المناقشـــــــــة:

- أسفرت النتائج على أن*"إن استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية يؤثر ايجابيا على تعلم مهارة التمرير والاستقبال والتنطيط والتسديد عند الذكور والإناث"*

ويعزوا الباحث ذلك إلى الاستخدام الأمثل لأساليب التدريس بما يتلاءم مع درجة صعوبة المهارة والمستوى العمري للطلاب واستخدام التغذية الراجعة الفورية، أما فيما يخص المجوعة الضابطةفان الباحث يعزو تحسن تعلمها بالطريقة التي كان المدرس يستخدمها في تعليمه للطلاب ومراعاته للأسس العلمية في التعلم والتدرج في تعليمه للمهارات قيد البحث وحسن استخدامه للتكررات ومراقبة الأداء والتوجية المستمر، وهذا ما أكده عبد الفتاح لطفي « إن التكييف الصحيح للطريقة والأسلوب تعتمد على التفهم السليم للعوامل والمبادئ »التي لها صلة بالموضوع لكي تثبت أثرها وقيمتها في مواقف تعليمية معينة.

حيث أننا إذا رجعنا إلى الدراسات السابقة والمشابهة التي تناولت موضوع البحث وخاصة أساليب التدريس لموسكا موستن تؤكد التأثير الايجابي لاستخدام هذه الأساليب في التعلم وفي مختلف الرياضات وعند الفئات المختلفة. وهذا ما يؤكد على نجاعة استخدام أساليب التدريس الحديثة لموسكا موستن في عملية التعلم وخاصة في مجال التربية البدنية والرياضية، إن إثبات الدور الايجابي لأساليب التدريس يجعلنا نفكر في خلق جو جديد لعمل التدريس وخاصة أن معظم عينة البحث التي استجوبناها لا تعرف أساليب التدريس لموسكا موستن، بالإضافة إلى انه يجب أن تكون هناك ندوات تكوينية وكذلك إعادة النظر في البرامج ومناهج التربية البدنية والرياضية لان (الأساليب الحديثة في التدريس تدعو إلى تهيئة فرص الحرية للتلاميذ في التعبير عن أرائهم واتخاذ المبادرة والمشاركة في التخطيط لأنشطتهم التعليمية وتعديل خططهم خلال التغيير الذي يقومون به تحقيقا لأهدافهم المرتبطة بتلك الأنشطة) وتقول عفاف عبد الكريم « يجب أن يتعلم التلاميذ كيفية اتخاذ القرارات بأنفسهم لمواصلة نشاطات التمرين الشخصي والجماعي في الدرس».

- أن حسن التدخل لإعطاء التلاميذ التغذية الراجعة الفورية يعني حسن التصرف ودقة التوجيه للوصول إلى الهدف (إذا كان عمل التلميذ يتصف بالسلبية فما على المعلم إلا أن يكون دقيقا في إعطاء المعلومات المرغوب فيها والتي يكون مردودها على عمل التلاميذ، فالزيادة تعني الدقة في التوجيه)،إذ يشير أسامة كامل راتب « كلما أمكن تقديم المعلومات وتصحيح الأخطاء مبكراً كلما أمكن سرعة التعلم وإن تأخير ذلك يؤدي إلى صعوبة التخلص من الأخطاء ».

- والتأثير الايجابي لأساليب التدريس يستدعي بالضرورة استخدامها بديلا للعمل مع التلاميذ في المدارس، ذلك لأنها تؤدي إلى جلب انتباه التلاميذ، وحضورهم الفعلي لا فقط حضورهم الجسدي، كما أنها تؤدي إلى إشباع الحاجات وتقوي العلاقات بين الأستاذ و المتعلم ، ويرجع سبب كل هذا إلى استخدام هذه الأساليب يسمح بتكوين نظرة ايجابية نحو الأستاذ، والتي من شانها أن تدفع التلميذ إلى الاهتمام والانتباه أثناء العمل والتركيز عليه، ومضاعفة الجهد المبذول للوصول إلى الهدف، وهذه العوامل كفيلة إذا تضافرت أن تحدث اثر طيبا، وتضمن جزءا من النجاح عند التلاميذ، حيث أنها تكون بمثابة حافز إضافي يحث على العمل.

- أسفرت النتائج على أن*"إن أفضل أنواع أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية وأحسنها يتبع نوع المهارة وصعوبتها عند الذكور والإناث*أن نتيجة الدراسة قد أثبتت صحة هذه الفرضية، حيث أن مهارة التنطيط حققت نتائج في المتوسطات الحسابية عند المجموعة التي تلقت الأسلوب التبادلي أحسن من المجموعات الأخرى وان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين نتائج المجموعات، والأسلوب التبادلي هو الأسلوب الذي يكون فيه المتعلم محور العملية التعليمية مما يزيد من دافعيته نحو التعلم و يتميز أيضا بأنه يوفر زمن كاف لتطبيق و تقديم المعلومات و تصحيح الأخطاء مما يتيح فرصة اكبر للمتعلم و التدريب على المهارات وبالتالي زيادة فاعلية المجموعة التجريبية.

- من خلال النتائج تبين لنا أن استخدام الأسلوب التدريبي بالتغذية الراجعة الفورية قد اثر ايجابيا أحسن من الأساليب الأخرى في تعلم مهارة التمرير والاستقبال عند الإناث، أما فيما يخص الذكور فان استخدام الأسلوب التبادلي بالتغذية الراجعة الفورية هو الأحسن في تعلم هذه المهارة، وان التكوين الثقافي هو السبب في اختلاف النتائج، لان أساليب التدريس لها ارتباط كبير بالثقافة والمجتمع لأنها تعتبر على أنها نظرية في العلاقات.

خلاصـــــــــة:

من خلا هذا الطرح والمتناول العملية التعليمية وما تتضمنه من أساليب التدريس وكيفية استخدامها ومن ثم دور المدرس وقدرته على التفاعل وقيادته هذه العملية بشكل ناجح عاملا مهما لنجاح المتعلم في أداء الواجب المطلوب منه، وان استخدام التغذية الراجعة الفورية بوصها وسيلة لتقديم المعلومات يساعد على تطوير الأداء المهاري في الألعاب والفعاليات ولعبة كرة اليد واحدة من هذه الألعاب التي تحتاج بشكل كبير إلى توجيه المتعلمين نحو الأهداف الايجابية وتعزيز الاستنتاجات الحركية الصحيحة ، كما يعتبر استعمال أساليب التدريس المباشرة بكافة أنواعها باستعمال التغذية الراجعة الفورية ضروري لتعلم المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد كما انه يساعد المتعلمين على التركيز على الأداء ولا يشوش عملية تعلم الأداء المهاري، وان استقبال المعلومات أثناء الأداء يعطي الفرصة للمدرس بالتركيز على الأخطاء وإعطاء الملاحظات المهمة التي ينبغي مراعاتها لتصحيح الأخطاء، فضلا عن لن التغذية الراجعة الفورية أثناء الأداء ضروري للمهارات التي تشترك فيها مجاميع عضلية كثيرة ومتزامنة في عملها.

المراجـــــــــــــع:

- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 152.
- بوفلجة غياث: التربية ومتطلباتها ،ب ط، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، 1993، ص22.
- محمد يوسف الشيخ: محاضرات التعلم الحركي للمرحلة الثالثة للدارستين الصباحية والمسائية، جامعة ديالي، بغداد، 2010،2011 ، ص 39.
- عباس احمد صالح السامرائي ،عبد الكريم السامرائي:كفاءات تدريسية في طرائق تدريس التربية البدنية ، ب ط ،دار الحكمة، بغداد، 1991.
- عبد الفتاح لطفي: طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي،دار الكتب، جامعة بغداد،1990.
- عبد القادر كراجة: سيكولوجية التعلم، ط1، دار اليازوري العلمية، عمان،1997
- عطا الله احمد: "استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية في تعلم المهارات الأساسية بالكرة في كرة اليد (9-12) سنة"، أطروحة دكتوراه، مستغانم، الجزائر، 2004.
- عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية الرياضية، ط1، دار عالم الكتب، القاهرة، 1994.
-فكري حسن الريان: التدريس، ب ط، دار عالم الكتب، القاهرة، 1995،

استراتيجية تسويق خدمات نادي رياضي محترف - دراسة حالة نادي برج بوعريريج –

د/ دحماني نعيمة –د بلبار السعيد

قسم الإدارة والتسيير الرياضي ,معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
جامعة المسيلة -الجزائر-

إن الرياضة أصبحت اليوم نشاطا إقتصاديا شأنه في ذلك شأن بقية قطاعات أخرى، الشيئ الذي يفسر التخلي عن المبادئ الألمبية وإعادة تنظيم هذا المجال حول قيم تجارية جديدة، ومن بين تلك القيم كيفية تسويق الرياضة، وبما أن هذه الأخيرة اختلفت أوجه ممارستها، لذلك ارتأينا إثارة الإشكال التالي:

- هل هناك خدمات يمكن أن يسوقها نادي رياضي وهل هناك استراتيجية لتسويق خدمات نادي رياضي محترف -

وبما أن نادي برج بوعريريج كغيره من الأندية الجزائرية المحترفة يعتبر مؤسسة تجارية أردنا من خلالها معرفة استراتيجيته الخاصة لتسويق خدماته وهل سقوطه إلى القسم الثاني أثر على نوعية خدماته.

اثر برنامج تدريبي في المرتفعات (1300م) في زيادة الكفاءة الوظيفية ومستوى الانجاز لدى عدائي1500م

- دراسة ميدانية نادي نجوم حاسي بحبح لألعاب القوى ولاية الجلفة-

قدراوي براهيم

معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية - جامعة الجلفة
مخبر المنظومة الرياضية الجزائر
kadraoui17@gmail.com

ملخص المداخلة: هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير التدريب فى المرتفعات على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى عدائي1500م من خلال تصميم برنامج تدريبي مقترح,والتعرف على تأثير برنامج التدريب في المرتفعات على مستوى الإنجاز لدى عدائي1500م

استخدمنا المنهج التجريبي باستخدام أسلوب تدوير المجموعات المتكافئةلاستخدامالمتغيراتالمستقلةالتيأدخلناها (البرنامج التدريبي), وهذايعنيبأنالمجموعاتسوفتتبادلفيالتدريب في مستوى سطح البحر وفي المرتفعات عند تطبيق البرنامج للمرة الأولىوعندإعادته مرة ثانية, ويتكون مجتمع بحثنا من مجموعة العدائين صنف أواسط ينشطون ضمن نادي نجوم حاسي بحبح لألعاب القوى ولاية الجلفة ،وكان عددهم (09) عدائين، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة عمدية قدر عددهم بـ(06) عداءا ، قسمو الى مجموعتين ، اذ تتكون كل مجموعة من (03) عدائين ,إحداهما تتدرب على مستوى سطح البحر والأخرى تتدرب في المرتفعات(مضمار غابة سن اللباء 1300م)

وأظهرت النتائج تأثير البرنامج التدريبي المقترح فوق مستوى سطح البحر(1300م) للمجموعة التجريبية الأولى عند تطبيق البرنامج للمرة الأولى , والمجموعة الثانية عند تطبيق نفس البرنامج للمرة الثانية تأثيرا إيجابياً في جميع قياسات الكفاءة الوظيفية أي أن تأثير التدريب في المرتفعات يؤدى إلى تحسن في بعض المتغيرات الفسيولوجية بصورة أفضل من التدريب عند مستوى سطح البحر لمتسابقي المسافات النصف طويلة مما يحسن لديهم عنصر التحمل بصفه عامة وتحمل السرعة بصفه خاصة و انعكاس ذلك على مستوى الإنجاز, وأوصتالدراسة بضرورة التعرف على طبيعة هذه الأماكن ومستوى الارتفاع و فترة الإقامة وقواعد التدريب و فترة العودة قبل المسابقة الرئيسية و التغيرات الفسيولوجية والبيوكيميائية.

الكلمات الدالة: البرنامج التدريبي ، المرتفعات ,الكفاءة الوظيفية ، مستوى الانجاز, عدائي1500م .

Abstract

The study aimed to identify the effect of training in the highlands on some physiological variables with runners in 1500 by the design of the proposed training program, and to identify the impact of the training program in the highlands on the level of achievement among runners in 1500

We used the experimental method using recycled equal groups method to use independent variables we have made (TSC), and this means that the groups will share in training in sea level in the highlands when implementing the program for the first time and when you return again, and consists community've runners group class mid operating within the Club Star Hassi Bahbah Athletics Djelfa, and their number was (09) runners, either sample has been selected deliberate manner as the number at (06) runners, Ksmo into two groups, as each group consisting of (03) runners, one train at sea level and the other trained in the highlands (track forest age colostrum 1300)

The results showed the impact of the proposed training program above sea level (1300 m)

the first experimental group when implementing the program for the first time, and the second group when applying the same program for the second time a positive impact in all functional efficiency measurements means that the effect of altitude training lead to an improvement in some physiological variables better training at sea level racers long distances half which improves their endurance element generally carry speed a private basis and its impact on the level of achievement, the study recommended the need to identify the nature of these places and the level of height and length of stay and the rules of training and the return period before the competition Home and physiological and biochemical changes.

Key words: training program, highlands, Functionality, level of achievement, hostile 1500

تكنولوجيـات الإعلام والاتصـال في المجال الرياضي

العيداني فؤاد جامعة سوق أهراس **الجزائر**

laindani_fouad@yahoo.fr

الملخص

الإشكالية :

لقد زاد الاهتمام بالقاعدة العلمية والوسائل التكنولوجية في العملية التدريبية كلما ارتفعت النتائج المرجوة وتحقق الهدف المطلوب وما حدث في السنين الأخيرة في المجال الرياضي من الأرقام والمقاييس الخيالية وما تحقق في الأولمبياد وبطولات العالم الأخيرة ما هو إلا نتيجة الاعتماد على وسائل العلوم والأجهزة الحديثة التي ألحقت تغييرا جذريا وكبيرا في شتى المجالات أيضا ، وبصفة خاصة المجال الرياضي والذي يعتبر مجالا خصبا لممارسة أحدث التكنولوجيات الرقمية وهذا ما يسهل الوصول إلى الأهداف المرجوة والأساسية لأنه بدون هذه الأرقام والتكنولوجيا لا وجود للتعلم أو التطور. حيث يمكن عن طريقها تجسيد وتطبيق كل المعارف والنظريات الحديثة والتي تساهم في إثراء المجال التعلمي والتدريبي الرياضي خاصة ما يتعلق بما هو معرفي وعلمي يساعد على تحقيق الانجازات والاكتشافات وهذا في ظل العولمة والحداثة التي يتميز بها العالم الآن حتى انه تساعد هذه الوسائل التكنولوجيا الجديدة على تبادل المعارف والخبرات العلمية الجديدة بين الدول والشعوب وأيضا بين الباحثين والأخصائيين في المجال العلمي وخاصة أن المعرفة تعد معيارا لقياس تقدم وتأخر الأمم مع حدوث ثورة رقمية ساعدت في تغيير مفهوم العلم والمعرفة الجديدة حتى تصبح تنشر الكترونيا وبالأرقام وجعلت من جمهور القراء والمهتمين السهولة في اكتشاف كل ما هو جديد في العلم وهذا عن طريق الشبكة العنكبوتية ومجانا أيضا وبأقل جهد وبهذا أدت بالفرد إلا أن يكون أكثر نشاطا وفعالية وإنتاجا .

و أصبحت الممارسة الرياضية مطلب أساسي وخصوصا على أجهزة التدريب الحديثة والتمرينات الرياضية ضرورية للإنسان حيث يمكن عن طريقها أن يتطور التعلم أو تحسين المكتسبات في المجال الرياضي وبصفة أكثر رياضية تساعد الأجهزة والوسائل الحديثة على زيادة القوة وتحسين القوام الجسمي هذا بخلاف المظهر الجمالي للجسم مع الاحتفاظ بالصحة والرشاقة الدائمة والبعد عن المرض وتأخر الشيخوخة والقدرة على التكيف لبذل الجهد والكفاءة في العمل .

الكلمات الدالة :

التكنولوجية الحديثة – الإعلام والاتصال في المجال الرياضي .

Résumé

l’importance des moyens scientifiques et technologiques dans le processus de formation ont augmenté est élevées a cause des résultats escomptés et pour atteindre l'objectif souhaité , et ce qui est arrivé au cours des dernières années dans le domaine de sportif et des recors obtenus par les sportifs dans les Jeux olympiques et championnats du monde grâce au développement des moyens de la science moderne et les appareils qui a provoqué un changement radical et grand dans divers domaines aussi bien, en particulier le domaine du sport, qui est un terrain fertile pour l'exercice des dernières technologies numériques, ce qui

rend plus facile d'atteindre les objectifs souhaités et fondamentale car sans ces chiffres la technologie n'existe pas pour l'apprentissage ou de développement. Où il peut être sur la façon dont le mode de réalisation et l'application de toutes les connaissances et les théories modernes qui contribuent à enrichir le domaine de l'apprentissage et de coaching sportif en particulier à l'égard de ce qui est fondée sur la connaissance et l'aide scientifique pour atteindre les réalisations et les découvertes et ce à la lumière de la mondialisation et de la modernité, qui se caractérise par le monde actuel , Cela signifie une nouvelle technologie permet le partage des connaissances nouvelle et l'expertise scientifique entre les États et les peuples et entre les chercheurs et les spécialistes dans le domaine scientifique, en particulier que la connaissance est un point de référence pour mesurer les progrès et retardé des Nations avec l'apparition d'une révolution numérique a contribué à changer la perception de la science et de nouvelles connaissances pour devenir publié électroniquement et en nombre et a fait le public et les personnes intéressées par la facilité de découverte de tout ce qui est nouveau dans la science, et ce à travers le World Wide Web gratuitement, et aussi avec un minimum d'effort et cela a conduit seulement à l'individu d'être plus actif et efficace et productive.

Et la pratique sportive est devenue une exigence essentielle, en particulier sur le matériel de formation moderne et l'exercice sont essentiels pour une personne où il peut être tout le chemin à développer l'apprentissage ou l'amélioration des gains dans le domaine du sport et dans plus de sports aide d'instruments modernes et des moyens pour augmenter la force et d'améliorer la force de physique Ce qui est différent de l'aspect esthétique du corps avec une santé et de fitness pour garder Debout loin de la maladie et de retarder le vieillissement et l'adaptabilité de faire l'effort et de l'efficacité au travail.

Mots clés:

La technologie moderne - l'information et la communication dans le domaine du sport.

النضج الإنفعالي وفقاً لصعوبات الأداء الحركي وعلاقته بأداء مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة

أ.م.د بسمة نعيم محسن م.د سوسن جدوع كاظم م.د سعد خميس راضي

dr.basmanaeem@gmail.comd.saad7@yahoo.com

جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وزارة التربية – المديرية العامة للتربية الرياضية

ملخص البحث

الكلمات المفتاحية: النضجالإنفعالي، الأداءالحركي، الضرب الساحق، حائط الصد، الكرة الطائرة

يعد النضج الانفعالي في الحياة إلى حد كبير على العوامل الانفعالية فاضطراب الحياة الإنسانية مرتبطة باضطراب الحياة الانفعالية, وتعد صعوبات الأداء الحركي من المشكلات الأساسية التي تواجه المتعلمين وتؤدي إلى صعوبة في التمكن من أداء المهارات الرياضية بكفاءة وبأعلى درجات الدقة والأولية التي تسمح بها قدراتهم لتحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد بالجهد, وتمتاز لعبة الكرة الطائرة بتعدد مهارتها الدفاعية والهجومية ولاسيما مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد وتعد هاتان المهارتان من المهارات الصعبة والمعقدة، إذ يحتاج أداء هذه المهارات إلى أعلى درجات الدقة والتوافق العصبي العضلي, لذلك فأن صعوبة وتعقد هذه المهارات يجعل من الصعوبة على بعض الطلاب المتعلمين أداء هذه المهارات بإتقان, مما يؤدي إلى وقوعهم بالحرج والذي يعد حالة انفعالية سلبية تؤدي إلى خلل في الأداء الحركي لهذه المهارات نتيجة اضطراب التفكير .

وبذلك تنبثق مشكلة البحث في ضعف بعض الطلاب في أداء مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة والذي يمكن إن يكون خصوصية هذه المهارات من ناحية الصعوبة والتعقيد فضلا عن تداخل العامل النفسي والمتمثل في النضج الانفعالي، وإنطلاقاً من هذه الحقائق وفي محاولة علمية جادة تم التحقق من ظاهرة النضج الانفعالي السلبي وعلاقتهما في تشكيل صعوبات الأداء الحركي لمهارتي الضرب الساحق وحائط الصدد, من اجل المساهمة في علاج هذه الظاهرة وصولاً لتحقيق الأهداف التي تسعى إليها الكلية وهو التعلم المؤثر الفعال .

وهدف البحث التعرف على النضج الانفعالي وفقا لصعوبات الأداء الحركي لدى عينة البحث، وكذلك التعرف على أداء مهاراتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وفقاً لصعوبات الأداء الحركي لدى عينة البحث،

وايضاً التعرف على علاقة الارتباط بين النهج الانفعالي وفقا لصعوبات الأداء الحركي وأداء مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة لدى عينة البحث .

وافترض الباحثون وجود علاقات ارتباط متباينة بين النضج الانفعالي وفقا لصعوبات الأداء الحركي وأداء مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة .

Abstract

Key words: emotional maturity, loco motor performance

Longer maturity and emotional life to a large extent on the emotional factors Disorder human life linked disorder emotional life, and longer motor performance difficulties of the basic problems faced by learners and lead to difficulty in being able to perform mathematical skills efficiently and with the highest degree of accuracy and initial allowed by their abilities to achieve the best results with the economy the effort, and features a game of volleyball multiple defensive and offensive skill, especially my skills beating overwhelming and bulwark the two Almhartan of difficult and complex skills, as the performance of these skills require a higher degree of accuracy and compatibility neuromuscular, so the difficulty and complexity of these skills makes it difficult for some educated students perform these skills perfectly, leading to falling embarrassed, which is a negative emotional state leads to a defect in the motor performance of these skills as a result of thinking disorder. Thus emerges the research problem in the weakness of some of the students in the performance of my skills beating overwhelming and bulwark plane of the ball, which can be a specificity of these skills in terms of difficulty and complexity as well as the overlap of the psychological factor of maturity and emotional, on the basis of these facts and in the scientific serious attempt has been verified phenomenon emotional maturity and the negative relationship in the formation of loco motor performance difficulties for my skills and beating the overwhelming wall connection, in order to contribute to the treatment of this phenomenon in order to achieve the goals of the college and is learning the influential and effective. The research aims to identify the maturity of emotional and according to the difficulties of loco motor performance of the sample, as well as to identify the performance of my skills beating overwhelming and bulwark plane of the ball according to the difficulties of loco motor performance of the research sample, and also to identify the correlation between emotional approach in accordance with the difficulties of loco motor performance and the performance of my skills beating overwhelming Clocks Repelling the plane of the ball in a sample search. The researchers postulated the existence of different correlations between maturity and emotional difficulties, according to the motor performance and the performance of my skills beating overwhelming and bulwark volleyball.

أثر عملية تسيير المنشآت والهياكل الرياضية على مستوى أداء الفرق الرياضية النخبوية في بعض ولايات الغرب الجزائري

د. مناد فوضيل ، أ.د بن سي قدور حبيب ، أ.د احمد بن قلاوز تواتي

معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم – الجزائر

fodil_menad@yahoo.fr
bensikaddourh@yahoo.fr

الملخص:

تعتبر الرياضة ميدان تجريبي هدفه الإعداد اللائق للاعب من الناحية البدنية العقلية الاجتماعية و النفسية و الانفعالية و ذلك عن طريق ألوان من التدريبات البدنية اختيرت على ضوء المنشآت والهياكل الرياضية المتوفرة بغرض تحقيق المهام لذا أصبح تطورها ضرورة من ضروريات الحياة و واجبا اجتماعيا يجب أن نعمل على تحقيقه.و الدولة الجزائرية و سعيا منها لتنمية مستوى الممارسة الرياضية أنشأت و تعلقت بضرورة توفير و تهيئة المنشآت والهياكل الرياضية و هذا ما تفرزه بعض النصوص القانونية المتعلقة بهذا الشأن حيث ورد في مضمونها أن الدولة تصهر بمشاركة الجماعات المحلية على ترقية ممارسة الرياضة من خلال توفير المنشآت والهياكل الرياضية المتنوعة ، و خاصة في ظل الإصلاحات التي مست المنظومة الرياضة ،و مما لا شك فيه أن سوء التسيير أو ضعف استخدام المنشآت الرياضية ينعكس على مردود الممارسة الرياضية دون تحقيق الأهداف المنشودة. وحتى يكون لهذه المنشآت و الهياكل الرياضية جدوى وفاعلية فلا بد أن تستعمل استعمالا صحيحا وتستغل استغلالا سليما فتكون ذات أثر إيجابي للرياضة وإحدى مصادر القوى فيها.وعليه فهي تحتاج إلى حسن التسيير و الأداة الراشدة لتحقيق أهدافها على كل المستويات. و عليه فان تسيير المنشآت والهياكل الرياضية إنما نعني بها الخطة المنتهجة و الأسلوب المتبع في تسيير هذه المنشآت وتلك الهياكل بطريقة تسهل وتساعد على تحقيق أهداف الرياضة وتضمن سير العمل في المؤسسة الرياضية بصورة فعالة. ولكن بالنظر إلى الواقع المعاش ومن خلال بعض الزيارات الميدانية للباحثين لبعض هذه الفرق والنوادي بالغرب الجزائري لاحظ بوضوح الإهمال و اللامبالاة لإدارة وتسيير المنشآت والهياكل وعدم إعطاء الموضوع الأهمية التي يستحق رغم الإيشاد ومن قبل الكل (المدراء، المدربين، الرياضيين) بأهمية المنشآت والهياكل الرياضية ومساهمتها في تحقيق الأهداف المنشودة . و في المرحلة الأخيرة حدث تقهقر وتراجع لمستوى الإنجازات الرياضية بمختلف اختصاصاتها سواء الرياضات الجماعية أو الفردية علي مستوي الوطن بالرغم من أن وطننا الغالي يملك ثروة مادية و بشرية تجعله في مصاف الدول المتقدمة و الأثر انجازا علي المستوي العالمي الأمر الذي جعلنا نطرح التساؤلات التالية:

- هل هذا الضعف يرجع إلى نقص الهياكل والمنشآت الرياضية ؟

- هل تراجع المستوى الرياضي راجع إلى سوء تسيير المنشآت الرياضية الموجودة بالجزائر؟

الكلمات الأساسية: المنشآت و الهياكل الرياضية،الفرق الرياضية النخبوية.

دراسة مقارنة لتطور المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المدرسة الابتدائية(9-10 سنوات)

مرزوقي سمير- أستاذ مساعد – جامعة سوق أهراس(الجزائر)
حويش علي- أستاذ مؤقت- جامعة المسيلة(الجزائر)

حويش زكريا- طالب دكتوراه- جامعة قسنطينة(الجزائر)

MERZSAMIR4@GMAIL.COM

مجال المداخلة: علوم التربية والبيداغوجيا في مجال الانشطة البدنية/ **نوعية المداخلة:** معلقة حائطية.

مقدمة:إن فهم أسس وقواعد النمو بصفة عامة والنمو الحركي بصفة خاصة تجعلنا نبحث في أحسن السبل وأفضلها للعمل بها مع أولادنا ودراستنا هذه" دراسة مقارنة لتطور المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المدرسة الابتدائية "، نهدف من خلالها إلى التعرف على مستوى المهارات الحركية الأساسية(المهارات الانتقالية/ مهارات التحكم والسيطرة) لتلاميذ المرحلة الابتدائية وللجنسين كلاهما إذ إن معرفة خصائص هذه المهارات وأهميتها تعطي لنا إمكانية العمل المنظم وتمكن المعلمين والمعلماتمن فهم الحقائق التي لها دور مهم في عملية الوصول إلى النمو المتكاملمن النواحي المختلفة لشخصية أطفالنا.

إجراءات البحث:

المشاركين: جميع تلاميذ المدارس الابتدائية الذين تنحصر أعمارهم ما بين (9–10سنوات) والذين يمثلونالسنة الرابعة ابتدائي والسنة الخامسة ابتدائي، والبالغ عددهم (1342تلميذ)، أما عن عينة الدراسة فبلغت 412 تلميذا(الذكور228) و(الاناث 184) ، وهذا بحسب سجلات مفتشي التربية للمقاطعتين التعليميتين، والذين هم على مقاعد الدراسة في المؤسسات التعليمية والبالغ عددها 24 مدرسة ابتدائية.

الإجراءات والمهام: بعد الاطلاع على مجموعة من اختبارات قياس المهارات الحركية الأساسية الممثلة للنمو الحركي والذي يناسب المرحلة موضوع الدراسة الحالية كما قمنا بالاطلاع على مجموعة من الكتب والدراسات التي تتعلق بموضوع دراستنا، فقد تم استخدام عشرة اختبارات تقيس المهارات الحركية والتي توزعت على:

* المهارات الانتقالية:(الجري، الحجل، القفز، القفز برجلين مضمومتين، الوثب أماما من الثبات)

* مهارات التحكم والسيطرة: (رمي الكرة، لقف الكرة، تنطيط الكرة، ركل الكرة، رمي الكرة فوق مستوى الكتف).

النتائج:

* توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية بحسب متغير السن عند مستوى الدلالة (0.05).

* توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية بحسب متغير الجنس عند مستوى الدلالة (0.05).

*هناك فروقات بين نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية كانت ذات دلالة إحصائية بحسب متغير موقع المدرسة(المناطق الحضرية/ المناطق الريفية)، عند مستوى الدلالة(0.05)،

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية بحسب متغير ممارسة التربية البدنية (التلاميذ الممارسين للتربية البدنية/ التلاميذ الغير ممارسين للتربية البدنية) عند مستوى الدلالة(0.05).

المناقشة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة وبعد مناقشتها يمكن القول أن:

1- تقدم مستوى أداء التلاميذ مقترن بالتقدم في السن(المستوى الدراسي) في المهارات الحركية الأساسية (الحركات الانتقالية، حركات التحكم والسيطرة)، وهذا ما أكدته الباحثة" منى عبد الرؤوف عفانة" حيث توصلت في دراستها التي كانت تحت عنوان" بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى بمحافظة نابلس"، حيث أن متوسطات النتائج التي تحصلت عليها كانت تصاعدية من الصف الأول إلى الصف الرابع، وأن الفروق كانت لصالح تلاميذ الصف الأعلى على حساب الصفوف الدنيا.

2- أداء التلاميذ للمهارات الحركية الأساسية (الحركات الانتقالية، حركات التحكم والسيطرة) يختلف بين الذكور والإناث، يرى محمد حسن علاوي أن البنين في هذه المرحلة يتميزون بقدرتهم على سرعة الموائمة الحركية لمختلف الظروف، كما يرى صالح محمد أبو جادو في كتابه علم النفس التطوري(ص358)

يتساوى الذكور والاناث في هذه المرحلة من حيث القدرات البدنية، غير أن الأطفال الذكور يتفوقون على الاناث في قوة الذراعين في حين تتمتع الاناث بمرونة كلية تفوق تلك المتوفرة لدى الذكور

3- هناك اختلاف في أداء المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المناطق الريفية وتلاميذ المناطق الحضرية، فكان التفوق لتلاميذ الريف في القفز برجلين مضمومتين ، الحجل، رمي الكرة فوق مستوى الكتف وكذلك في رمي الكرة، أما تلاميذ المناطق الحضرية فكان في صالحهم مهارة تنطيط الكرة وركل الكرة.

4- مستوى المهارات الحركية الأساسية في مدارس المدينة التي أجريت بها الدراسة كان بدرجة متوسطة بالمقارنة مع نتائج الدراسات السابقة.

5- وجود ضعف في أداء المهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ عينة الدراسة بسبب عدم الاهتمام ببرنامج التربية البدنية والرياضية من طرف الإدارة والتلاميذ في نفس الوقت.

الخلاصة:

مع وجود هذهالفروق التي كانت ذات دلالة احصائية بين نتائج التلاميذ عند أداء اختبارات المهارات الحركية الأساسية إلا أن هناك العديد من جوانب القصور لاسيما التي يعاني منها معلمي المرحلة الابتدائية وفي إدراكهم لأهمية هذه العملية وكذلك في إخراجهم لحصص التربية البدنية والرياضية لهذه المرحلة و يرجع ذلك إلى افتقار المدارس الابتدائية لأساتذة مختصين في التربية البدنية والرياضية وكذلك نقص الدراسات والأبحاث في هذا المجال.

المراجع:

- أمين أنور الخولي. (1998). التربية الرياضية المدرسية (الطبعة الرابعة). القاهرة: دارالفكر العربي.

- أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب. (1982). التربية الحركية. القاهرة: دار الفكر العربي.

- أسامة كامل راتب. (1999). النمو الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.

-- خيرية ابراهيم السكري. (2005). المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال. الاسكندرية: دار الوفاء.

- بن قناب الحاج. (2006). تقويم تدريس مدرسي التربية البدنية والرياضية بالتعليم المتوسط . رسالة دكتوراة. جامعة الجزائر.

- بن ميصرة عبد الرحمن. (2009). دور الألعاب التربوية الموجهة في تنمية الكفاءات الحركيةلأطفال التعليم التحضيري. ماجيستير. جامعة الجزائر.

- لحمر عبدالحق. (1993). دور ومكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية. رسالة ماجيستير. الجزائر.

- منى " محمد ممدوح"عبد الرؤوف عفانة. (2012). بناء مستويات معيارية لبعضمظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى في محافظة نابلس. ماجيستير، نابلس.

رفع مستوى الاداء في رياضة الجيدو

زاوي علي Zaoui Ali (جامعة عنابة)
زاوي عقيلة Akila (جامعة الجزائر)

الملخــص

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على اهمية تأثير التدريب في مناطق تصعب فيها التهوية الرئوية على الاداء لرياضيي الجيدو من خلال التأثير المباشر على فسيولوجيا الجسم في الرياضات التي تعتمد على النظامين الهوائي والاهوائي والتي مدة انجازها 5 دقائق مثل منافسات الجيدو.

ولتحقيقذلكفقدتماستخداممالمنهجالوصفي – التجريبي لملائمته لطبيعةالدراسة، وإختيار العيينة ليس عشوائيا فهو اختيار مقصود باعتبارها تمثل المجتمع الأصلى للفريق الوطني الجزائري لرياضة الجيدو عددهم 19 مصارعا منالنادي تتراوح أعمارهم مابين 19 و30 سنةً، وكانوا ملتزمون ببرنامج تدريبي منتظم خلال الموسم الرياضي وهذا من اجل إعطاء نتائج واقعية ومعبرة عن الحالة الفسيولوجية للاعبين.

حيث ادت المجموعة تربص مدته 21 يوماً تم من خلاله اخضاع الجسم الى اجهاد تحت ظروف نقص وصعوبة وصول الاكسجين الى الانسجة، وبعد الانتهاء من فترة التربص والعودة الى الراحة اي بعد عملية الاسترجاع ومن خلال استعمال اختباري بريكسي ودوكار اختبار 5 دقائق بهدف قياس VMA و VO_2max، كمؤشر للحكم على مدى كفاءة الجهاز التنفسي واختبار مؤشر باراش للطاقة IE، كمؤشر للحكم على مدى كفاءة الجهاز الدوري الدموي من خلال كمية الدم المدفوعة أي الطاقة التي يبذلها القلب في تحريك دورة الدم في الجسم.

خلصت الدراسة من خلال النتائج القياسات البعدية اي بعد عملية الاسترجاع ومقارنتها مع القياسات القبلية وجد ان التربص في الظروف البيئية التي يصعب فيها وصول الاكسجين الى الخلايا العاملة نتج عنه انخفاض في الضغط الانقباضي والانبساطي بدرجات متفاوتة حسب الخصوصية الفردية، هو ظاهرة فسيولوجية لدي الرياضيين كدليل علي ارتفاع مستوي الحالة البدنية للرياضيين، و كذلك وجد أنه فيه انخفاض في معدل نبض القلب وهو مؤشر صحي يدل على أن هناك زيادة في حجم الضربة القلبية ما ينتج عنه زيادة في الحجم القلبي، ومن خلال هذه النتائج نقول فوائد هذه الدراسة تجلت بالسماح لنا بالوقوف و بصورة واضحة على اهمية الاستعداد والاهداف المرجوة من مثل هذه التربصات بان المصارعين أصبح لديهم تحسن نسبي في الكفاءة الفسيولوجية والوظيفية للجهاز الدوري الدموي والتنفسي.

الكلمات المفتاحية:

المتغيرات الفيزيائية البيئية. النظام الاهوائي والهوائي. صعوبة التنفس. السرعة الهوائية القصوى.

تأثير النشاط الرياضي على الاطفال (دراسة ميدانية في المجمع الرياضي لسوناطراك الجزائر)

كواش دليلة :أستادة محاصرة قسم ب ، قسم علم الاجتماع تخصص ديمغرافيا جامعة الجزائر 2

dalilakouache@yahoo.frdalilakouache@yahoo.com

ملخص: لقد اهتمت الدول المتطورة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا نظرا للاثار الايجابية التي تساعد على إعداد شخصية الفرد ، من الناحية المؤشرات العملية أو البدنية ، أو النفسية ، أو الاجتماعية ، حتى أنها أصبحت من المؤشرات التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع ، على عكس ما يعتقده الكثير من الناس ، و تلعب الاسس الاجتماعية للتربية البدنية و الرياضة دورا مهما في تحسين أسلوب حياة الانسان ، حيث تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة ، فتغرس في الفرد روح الرياضة و تبعده عن ممارسة العنف و الضرب بأشكاله ، فالرياضي يبذل جهد ليهزم منافسه لكن بطريقة اجتماعية مقبولة ، و تكمن أهداف النشاط الرياضي في تنمية القوة الجسمية و صفات المرونة و الرشاقة و سرعة التلبية و الشجاعة ، العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ من خلال ممارسة كافة البرامج و الانشطة الخاصة بالتدريب الرياضي .

الإصابات الرياضية و البدنية عند لاعبي كرة القدم ذوي المستوى العالي و انعكاساتها النفسية على مستواه الرياضي خلال المنافسة.

من إعداد الأستاذ: ناصري جمال

البروفسور بوعجناق كمال

جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة.

معهد العلوم و الأنشطة البدنية و الرياضية.

ملخص البحث:

يهدف موضوع بحثنا إلى دراسة الإصابات الرياضية و البدنية عند لاعبي كرة القدم ذوي المستوى العالي و انعكاساتها النفسية على مستواه الرياضي خلال المنافسة و تتجلى أهميته في إبراز دور المتابعة الطبية النفسية، و ذلك قصد التخفيف من عواقب الإصابة البدنية على البعد النفسي، حيث يرمي هذا البحث إلى دراسة العلاقة بين الحالة البدنية و الحالة النفسية التي يعيشها الرياضي الجزائري المصاب (لاعب كرة القدم)، و أيضا محاولة إظهار واقع الإصابة الرياضية على البعد الرياضي ثم البعد النفسي من خلال التعرض لتصرفات و سلوكات الرياضي المصاب، و كذا الاقتراب من حالة الصدمة النفسية من خلال التعرض للأعراض و محاولة إثبات نظرية ما بعد الإصابة من ميدان الرياضة، كذلك محاولة الخروج بمجموعة من الاقتراحات التي يمكن لها أن تساعد المدرب بصفة خاصة و المحيط الرياضي بصفة عامة في تكييف تعاملهم مع حالة الرياضي المصاب.

حيث استعانة الباحث بالمنهج الوصفي التحليلي الذي يتناسب مع طبيعة الموضوع المدروس قصد التعمق في تناول الإصابة البدنية و الرياضية.

و جرت الدراسة على عينة قدرت بـ 100 فرد تضمنت لاعبين، مدربين و أخصائيين نفسانيين، و المحضر البدني، و قد تم اختيار العينة بطريقة مقصودة.

و من أهم النتائج المتوصل غليها:

- وعي الرياضي المصاب بخطورة الإصابة مما أدى إلى قلقه و توتره الدائم خوفا من فقدان مستقبله الرياضي و المهني.
- نقص و تراجع مستوى لاعب كرة القدم المصاب فنيا، بدنيا و تقنيا مع عدم تقبله للإصابة.
- الانطواء و عزلة اللاعب المصاب مع عدم استقرار حالته النفسية نتيجة الحركات العشوائية.
- الأرق الدائم و مشاهدة الكوابيس خلال كل فترات النوم.

الكلمات الدالة : الرياضي المصاب، الإصابة البدنية الرياضية، الصدمة النفسية.

Résumé:

L'objet de notre recherche à l'étude des blessures sportives

Physiques et psychologiques. chez les joueurs de football professionnelles et son impact sur le niveau du sport au cours de la compétition et de son importance pour mettre en évidence le rôle du suivi médical psychologique, et il est conçu pour atténuer les conséquences des dommages corporels à la dimension psychologique, où le but de cette recherche pour étudier la relation entre la condition physique et la situation psychologique de l'athlète algérien blessé (joueur de football), et aussi essayer de montrer la réalité de blessures sportives sur la dimension sportive alors la dimension psychologique à travers l'exposition aux actions et aux comportements athlète blessé, et ainsi que l'approche du cas de traumatisme par l'exposition aux symptômes et essayer de prouver la théorie de la post-traumatique sur le terrain de sport, ainsi que essayer une série de propositions qui pourraient aider l'entraîneur en particulier et du sport dans l'océan général conditionné dans leurs rapports avec l'état de l'athlète blessé. Lorsque le chercheur a utilisé l'approche descriptive et analytique qui est en rapport avec la nature de l'objet étudié en profondeur afin de répondre à la blessure physique et sportive.

Et a mené l'échantillon de l'étude a été estimée à 100 individus inclus joueurs, entraîneurs et spécialistes, des psychologues et enregistrement physique, et a été sélectionné échantillon manière involontaire.

Les résultats les plus importants obtenus bouillir:

- Conscience de la gravité de la blessure de l'athlète blessé résultant en tension permanente et le souci de peur de perdre les sports futurs et professionnels.
- Et l'absence de baisse du niveau de joueur de football blessé techniquement, physiquement et techniquement acceptable sans blessure.
- Introversion et l'isolement joueur blessé avec l'état mental instable en raison des mouvements aléatoires.
- Insomnie permanente et cauchemars Afficher toutes les périodes de sommeil.

Mots clés: l'athlète blessé, sports blessures physiques, un traumatisme psychologique.

معوقات تدريب العاملين في الإدارات الرياضية الجزائرية

'' دراسة ميدانية بمدرية الشباب والرياضة بالمسيلة''

خليل بورنان; خالد جوادي ;أعشب عادل

khb84@hotmail.fr

ملخص المداخلة

خلال هذا البحث تم التسليط الضوء على جانب مهم في تسيير الموارد البشرية داخل الإدارات الرياضية، ألا وهو تدريب "تكوين" العاملين في الإدارات الرياضية الجزائرية، هذا الأخير – تدريب الموارد البشرية- له دور هام في تثمين وتنمية المورد البشري الذي أضحى الركيزة الأساسية في العملية الإدارية.

حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أهم المعوقات التي تعترض عملية تدريب العاملين في الإدارات الرياضية، واقتصرت الدراسة على جميع العاملين في مديرية الشباب والرياضة بالمسيلة والمقدر عددهم بـ45 فرد، وتم إتباع المنهج الوصفي التحليلي في علاج إشكالية البحث، وهذا بالإعتماد على إستبانة مصممة وفق مقياس لكارت، قسمة الإستبانة إلى بعدين، البعد الأول يتعلق بالمعوقات التنظيمية التي تعرتض البرامج التكوينية، أما البعد الثاني يتعلق بالمعوقات الشخصية، وبعد القيام بجمع وتحليل البيانات تم التوصل إلى النتائج التالية:

قلة عدد الدورات التكوينية التي يشارك فيها الموظفين حيث بلغة نسبة الذين لم يتحصلوا على أي دورة تدريبي إداري 73.3%من أفراد العينة.

تأثير العوامل التنظيمية سلبا على فعالية البرامج التدريبية بمتوسط حسابي قدر ب16.83. ومن أبرزها وأكثرها تأثيرا:

1. قلة المخصصات المالية لتنظيم دوارات تدريب إداري
2. صعوبات تتعلق بتنظيم دورات تدريب إداري على مستوى المنظمة.
3. عدم اقتناع المسؤولين بالتكوين الإداري .

وكذالك راجع إلى عوامل ذاتية تتعلق بالأفراد من بينها:

1. غياب التحفيزات اللازمة لدورات التدريبية.
2. بعد مكان التكوين على مقر الإقامة والعمل.

العنف الرياضي في المجتمع الجزائري

د سامية فرفار

جامعة البويرة– الجزائر–

الملخص:

أصبح العنف في السنوات الأخيرة يثير جدلا فكريا و موضوعا متداولا من خلال الملتقيات و المحاضرات في المدارس و الجامعات و مراكز البحث، فالعنف يعد مسألة إنسانية شائكة ممتدة الأبعاد و مشكلة من المشكلات التي يعاني منها المجتمع بصفة عامة.

حيث لا يمكن تفسير ظاهرة العنف إلا من خلال علاقتها الترابطية بجملة من العوامل المتداخلة التي تجعل الفرد يسلك سلوكا معاديا لقيم و معايير المجتمع، مما ينعكس عليه سلبا ويعيق عملية التنمية فيه. متخذا في ذلك عدة أشكال، من أهمهاالعنف الرياضي الذي عرف نسبة متزايدة في الفترة الأخيرة لا سيما في المجتمع الجزائري.

و هو ما أردنا مناقشته في هذه الورقة البحثية انطلاقا من التساؤلات التالية:

ما هي العوامل المؤدية إلى انتشار العنف الرياضي في المجتمع الجزائري؟

و ما هي انعكاساته على الفرد و المجتمع؟

دراسة تأثير التدريب الفتري على هرمون النمو وبعض المتغيرات الفيزيولوجية لعدائي 800 متر

- **بن رابح خير الدين[1]،خروبي محمد فيصل[2]، بومدين قادة[3]، قاسم عبد الهادي[4]، حلوز هوارية[5]**
6- أستاذ بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمركز الجامعي تيسمسيلت.
7- أستاذ بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجزائر3.
8- طالب باحث بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة مستغانم.
9- طالب باحث بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة.
10- طالبة باحثة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجلفة.

Tel 213 660 84 51 01/Emailkheiredine9@live.fr

الكلمات المفتاح: الطريقة الفترية- هرمون النمو- المتغيرات الفيزيولوجية- عدائي **800**متر.

تكمن أهمية الدراسة في معرفة ومقارنة أثر الطريقة الفترية "القصيرة القصيرة" باستخدام طريقة 15/15 وطريقة 30/30علىهرمون النمو ،تركيز حمض اللبن ،الكفاءة البدنية و السرعة الهوائية القصوى"VMA" لعدائي 800متر، وقد تم إجراء هذا البحث على عدائيأمل تيارت والبالغ عددهم (14)عداء، حيث قسمنا العينة إلى مجموعتين متساويتينبعد تحقيق التجانس، وكانت مدة البرنامج التدريبي المقترح(12)أسبوع،ومن أهم النتائج التي تم التوصلإليها أن مجموعة البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الطريقة الفترية15/15حققت نتائج في السرعة الهوائية القصوى "VMA"بـ 15,73±2.1وهي دالة إحصائيا بالنسبة لمجموعة البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الطريقة الفترية30/30 التي حققت 14.67±1.8.ولم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بينالمجموعتين في هرمون النمو و مؤشر روفييحيث تحصلت مجموعة15/15على2,36±1.6و2.5±1.4على الترتيب وتحصلت مجموعة30/30على نسبة هرمون النمو 2,70±2.6ومؤشر روفي على 2.7±0.8على الترتيبو كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في حمض اللبن بعد اختبار "Wingate"وتحصلت المجموعة التي استخدمت الطريقة الفترية15/15 على3.26±2.3 بينما تحصلت المجموعة التي استخدمت الطريقة الفترية30/30 على 4.15 ±1.15.وعليه نستنتج أن الطريقة الفترية15/15 من أهم الطرق في تطوير السرعة الهوائية القصوى وأحسن من طريقة الفترية30/30 ولا يأثر كلهما على هرمون النمو مما يسمح لنا باستخدامها على عدائين 800 متر.

علاقةالاتصالبتحسيننتائجالفريقالرياضي- أكابركرةالسلةنموذجا-

د. فندوشي حمزة، المدرسة العليا لعلوم الرياضية وتكنولوجياتها، دالي ابراهيم، الجزائر.

مقدمة:

لقدأصبحتعمليةالاتصالمسألةيتمتداولهاكثيرافيالدراساتالنظريةوالممارساتالعملية،بحيثيتموأظهرتالعديدمنالأبحاثأنعمليةالاتصالواليوميعدموضوع**الاتصالداخلالفريقالرياضي**منالمواضيعالهامهفيمجالالتربيةالبدنيةوالرياضيةبصورةعامةوفيالالعابالجماعيةبصورةخاصةومنهالعبةكرةالقدمحيثيؤديالاتصالسواءكانتلفظياوحركي / ايجابياوسلبيويعملعلىالتقارباوالتفاعلفينقلالمعلوماتبينالاعبيناثناءاللعبللوصولالىاهدافمعينةوبالتاليالحصولعلىافضلالنتائج.

أهدافالدراسة:

-التعرفعلىمدىتوافرمهاراتالاتصالمنخلال(الطريقة – التفاعل – المواظبة – المكان – الزمان)لدىالمدرب.

-التعرفعلىمعنويةالفروقفيمستوىمهاراتالاتصالللمدربعلىوفقمتغيرات (المستوى – النتائج – المواصلة).

-معرفةالفروقفيالنتائجمنخلالاختلافطرقالاتصال.

-تعريفالمدربواللاعبينبضرورةالاتصالللتقديمالنتائجالأفضلللفريق.

-اكتشافالعيوبفيعمليةالاتصاللتجنبهاوتحسينمهاراتالاتصالوتنميتها.

مشكلةالدراسة :صيغتعلىشكلمجموعةمنالأسئلةتمثلتفي:

-هلالعلاقةبينالمدربواللاعبلهاأهميةفيتحسينالنتائجداخلالفريقالرياضي(كرةالسلة - اكابر)؟

-هللشخصيةالمدربدورعلىنتائجالفريقالرياضيمنخلالالدورالذييلعبهفيالعمليةالاتصالية؟.

-هلالاتصالالجمعيداخلالفريقالرياضي(مدرب– لاعب)أهميةفيرفعنتائجالفريقالرياضي(كرةالسلة –أكابر)؟.

فرضياتالدراسة:

-للعلاقةبينالمدربواللاعبأهميةفيتحسينالنتائجالفريقالرياضي) كرةالسلة - أكابر.(

-لشخصيةالمدربدورعلىنتائجالفريقالرياضيمنخلالالدورالذييلعبهفيالعمليةالاتصالية.

-للاتصالالجمعيداخلالفريقالرياضي(مدرب – لاعب)أهميةفيرفعنتائجالفريقالرياضي) كرةالسلة-أكابر).

إجراءاتالدراسة :العينة :وتماختيارالعينةبشكلمقصودوتمثلتفي 20لاعبا.

المجالالزمانيوالمكاني:أجريتالدراسةالميدانيةعلىمستوىفريقمنالقسمالوطنيالثاني" ب "لكرةالسلةوهو : (أولمبيالمدية)فيالفترةالممتدةمن 01إلى 25ماي2012

المنهج :اعتمدناعلىالمنهجالوصفيوذلكلملائمةطبيعةالبحثالمرادعملهأوالقيامبه.

النتائجالمتوصلإليها:

-
الاتصالالسليمبينالمدربواللاعبمهموفعاللرفعمننتائجالفريقالرياضي،وهذاماأكدتهنتائجالدراسةعلىالفريقالمتعاونمعنا.
-العلاقةالجيدةبينالمدربواللاعبأساسيةلتحقيقالاتصالالسليموبالتاليتحسيننتائجالفريق.
-
المزاوجةبينطريقتيالاتصالالجمعيوالشخصيبشكلحكيمهوالكفيلبتوصيلالافكارونجاحعمليةالاتصالبينالمدربواللاعب.
-شخصيةالمدربلهاتأثيركبيرعلىالعمليةالاتصالية.

اقتراحات:

-
ضرورةالاهتمامبالاتصالمنطرفمدربيولاعبيفريقكرةاليدلمالهأهميةبالغةفيالتأثيرعلىنتائجالفريقالرياضي.
-حثالمدربواللاعبعلىضمانالعلاقةالحسنةبينهماومراعاةأساليبالتعامل.
-حثالمدربعلىالاهتمامبشخصيتهلدورهاالكبيرفينجاحالاتصال.
-الدعوةإلىالإستعمالالجيدوالمزاوجةبينطريقتيالاتصالالجمعيوالفرديوالتحكمبمهاراتالاتصال.
-إقامةدوراتوتربصاتودراساتلبحثوتطويرالعمليةالاتصاليةلدىالمدربوأفرادالفريق.

خاتمة :

نخلصفيالأخيرأنالدورالفعاللاتصاليظهرسلباأوإيجاباعندالنظرإلىالنتائجالمحققةونستطيعالقولبأنالعمليةالاتصاليةحجرأساسبناءالفريقباعتبارأنالهيكلالأساسيللفريقهوالعلاقةبينالمدربواللاعبوإنالمدربالكفءالماهرفيالاتصالبأنواعهالواعيبعواقبههوالقادرعلىتركبصمتهالجيدةلماتفرضهشخصيتهمنالتحكمفيالأمورتحفيزاللاعبينلتقديمأفضلالنتائج__

دور الإدارة الرياضية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية

- دراسةميدانية أجريت في بعض المركبات الرياضية لولاية البويرة –

*** الدكتور: بـوحــاج مـزيان. جامعة البويرة "الجزائر"**

*** الطالب الباحث: بـعـوش خــالد.جامعة البويرة "الجزائر"**

baouche.khaled@yahoo.com

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى إبراز دور الإدارة الرياضية في تحسين تسيير المنشآت الرياضية، لاسيما وأن مردود المنشآت الرياضية وتسييرها بشكل أفضل يتوقف على نوع الإدارة الرياضية ووظائفها، حيث أجرى الباحث دراسته على عينة قوامها **(30)** إداريا موزعين على ثلاث **(03)** منشآت رياضية (مركبات رياضية) تم اختيارها بطريقة عشوائية من المجتمع الأصلي والبالغ **(14)** مركبا رياضيا أي ما يقارب نسبة **(20%)**، وقد انتهج الباحث المنهج الوصفي من خلال توزيع استمارات استبيان على الإداريين، لأخذ آرائهم ووجهات نظرهم حول الموضوع والاستفادة من إجاباتهم في أغراض علمية بحتة، وتم التأكد من صدق الأداة المستخدمة (الاستبيان) بالاعتماد على الصدق الظاهري (المحكمين)، واستخدام النسب المئوية **(%)** واختبار **كا^2**، كوسائل إحصائية لتحليل نتائج الدراسة.

وفي الأخير أسفرت نتائج الدراسة عن صحة الفرضيات المقترحة وكشفت الدور المهم والمميز للإدارة الرياضية وجميع وظائفها بما في ذلك التخطيط والتنظيم والرقابة في تحسين تسيير المنشآت الرياضية، وعليه أوصى الباحث بتكوين الإطارات في مجال التسيير والإدارة، وتشجيع الأفكار الجديدة النابعة في الأفراد العاملين والمفيدة لتحسين التسيير في المنشآت الرياضية وعلى كافة المستويات، كذلك تسطير برامج عمل تضمن وضع آليات واضحة المعالم تستند إلى منهجية علمية بحتة تأخذ بعين الاعتبار جميع العوائق والمسببات التي تعيق تسيير المنشآت، بالإضافة إلى زيادة الاهتمام بالعنصر البشري داخل المنشآت الرياضية.

* **الكلمات الدالة:**الإدارة الرياضية، التسيير الإداري، المنشآت الرياضية.

المناخ التنظيمي وعلاقته بالأداء الوظيفي لموظفي الإدارةالرياضية
دراسة ميدانية لمديرية الشباب والرياضة لولاية البويرة.

زحاف محمد ; ا. بوعزيز الساسي
معهد علوم النشاطات البدنية و الرياضة
جامعة – المسيلة–الجزائرAlegria
Zahaf21@yahoo.fr

Le climat organisationnel et sa relation à la performance fonctionnelle au personnel de l'administration sportive
Une étude empirique Direction de la Jeunesse et des Sports de wilaya Bouira

Résumé:

En vue des progrès de la civilisation et de développement technologique est de plus en plus important climat organisationnel dans les organisations publiques et privées qui impose la nécessité pour la créativité et le développement continu et à maintenir la diversité culturelle, et le fait que le climat réglementaire est la description objective des caractéristiques de l'environnement de travail interne de l'organisation, elle doit être liée à comportement fonctionnel du personnel, et ici, la conception de cette étude était afin de connaître la relation entre le climat organisationnel et le niveau de fonctionnalité pour le personnel de la Direction de la Jeunesse et des Sports de wilaya de Bouira et de déterminer la nature et des différentes dimensions réglementaires du climat, afin d'adopter des politiques qui permettront d'améliorer respecte les aspects positifs et corriger les négatifs, et augmenter le moral des employés et maintenir leur santé mentale, et ainsi que la satisfaction des désirs individuels et collectifs, qui reflète positivement sur la réalisation des objectifs de l'organisation. Pour ce la, le chercheur a utilisé approche descriptive aptitude à cette étude sur un échantillon aléatoire, pour atteindre 27 employés, qui sont appliquées un questionnaire .Sur la base des résultats de l'analyse statistique, on a conclu les résultats suivants: Il existe une corrélation positives entre un des éléments du climat organisationnel et le niveau de fonctionnalité à la Direction personnel Jeunesse et des Sports du wilaya de Bouira et qu'il ya une tendance négative à l'égard de la structure organisationnelle en vigueur.
À la lumière des résultats le recherche recommande ce qui suit:
- Attention aux éléments du climat organisationnel comme une variable importante qui a à voir avec l'amélioration de la fonctionnalité du personnel.
- Tenez-vous sur les facteurs qui vont travailler pour créer des attitudes négatives envers le climat organisationnel et d'essayer d'affronter et de surmonter.

Mots-clés: climat organisationnel, la performance fonctionnelle

علاقة التدريس بالمقاربة بالكفاءات بالثقة بالنفس لدى تلاميذ التعليمالمتوسط

خيري جمالKHIRI DJAMAL
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية / جامعة محند أكلي أولحاج / البويرة**:الجزائر.**
khiridjamel@yahoo.Fr

الملخص

اهتمت الدولة الجزائرية بتطوير مناهج التعليم ويظهر ذلك من خلال الإصلاحات المتوالية كان آخرها الانتقال من التدريس بالأهداف إلى التدريس بالكافيات، والتي أصبح فيها التدريس حاليا يشمل جميع المستويات في مدارسنا، إذ يهدف من خلالها إلى إكساب المعارف والمهارات والقدرات المطلوبة لتجعل التلميذ ذا كفاءة عالية في أداء مهامه الحالية والمستقبلية وأكثر تكيفا في الحياة المدرسية والاجتماعية.

الثِّقةبالنَّفسعبارة عن قول، وعمل،واعتقاد جَنان، مثل الإيمان، فهو عبارة عن قناعات تستقر في القلب (الجَنان) وكلماتينطق بها اللسان، وحركات تأتي بها الأركان.

القناعات يمكن تلخيصها من خلالمعادله مجموعة في كلمة واحدة هي(لقطات) وهي قناعات مهمة لابدَّلكلِّ شخص واثق منفسه أنْ يتبناها.

تعد الثقة بالنفس من المهارات النفسية الهامة التي كثيرا ما تؤثر على أداء ومستوى التلاميذ خاصة إثناء أداءهم للنشاط البدني في حصص التربية البدنية و الرياضية، وإن اختلفت عوامل ومصادر تنمية هده المهارة النفسيةبتأثير نمط التدريس المعتمد في المناهج التربوية الذي يعتمد على بيداغوجية الفروقات أو ما يسمى بالتدريس بالمقاربة بالكفاءات وذلك من خلال الإلحاح على تحقيق الأهداف وبلوغ كفاءات التي قد تؤدي إلى تنمية أو نقصان للثقة بالنفس.

كيف تبني الثقة بالنفس؟

من أهم الأسس التي تبنى بها الثِّقة بالنَّفس هو الاعتماد على الله في كلِّ صغيرة وكبيرة، ومن دون ذلك فلا ثقة للإنسان بنفسه، أو بالآخرين، أو بالإمكانيات.

ومن أخطر الأشياء التي تهدم الثِّقة بالنَّفس هي كثرة النَّقد السَّلبي وعمقه، فكلَّما أكثر الإنسان من نقده لنفسه، وأنتقده الآخرون، فإنَّ هذا الأمر مع الوقت قد يحطم الشَّخصية ويفقدها ثقتها بنفسها، ومن أخطر الأمور التي تؤدي إلى تحطيم الإنسان لثقته بنفسه، النَّظر إلى السَّلبيات وتضخيمها، وعدم النَّظر إلى الإيجابيات.

الهدف الرئيسي للدراسة:

التعرف على مستوى الثقة بالنفس باستخدام المقاربة بالكفاءات لدى تلاميذالتعليم المتوسط.

الفرض الرئيسي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قياس مهارة الثقة بالنفس بين تلاميذ المراحل الاربعة (الأولى– الثانية– الثالثة–الثالثة) للذكور فيما بينهم عند ممارستهم للتربية البدنية و الرياضية بنمط المقاربة بالكفاءات.

اتبعنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي بالطريقة المسحية، حيث طبقنا مقاييس البحث بعد التأكد من المعاملات العلمية على عينة عشوائية قوامها 80تلميذامن جنس الذكور(11–14سنة) الذين يمارسون التربية البدنية و الرياضية بالجزائر .

ABSTRACT

Self-confidence is to say, the work, and believe Jinan, such as faith, it is a settled convictions of the heart and the words spoken by the tongue. Convictions can be summarized by equalizing set up in one word, a task convictions must Everyone is confident of himself that he espoused.The confidence with self-important mental skills that often affect the performance and the level of private pupils during the performance of physical activity in physical education classes and sports. Although different factors and sources of development this topic psychological skill to effect now in the educational curriculum teaching, which relies on pedagogical differences or the so-called teaching b approach to competencies pattern through the urgency to achieve the goals and attain efficiencies that may lead to the development or decrease self-confidence.How to build self-confidence in?

Of the most important foundations of confidence to build your self is to rely on God in every nook and cranny, and without it there is no confidence in the man himself, or others, or possibilities.It is the most dangerous things that destroy confidence in the self is the large number of negative criticism and depth, the more more human than his criticism of himself and criticized by others, this is the time may destroy the personality and lose their self-confidence, and the most dangerous things that lead to human smashing of self-confidence, to look at the negatives and amplified, and not to look at the positives.

The main objective of the study:To identify the level of self-confidence in using the approach competencies among students of middle school education.

The main hypothesis:No statistically significant differences in the measurement of skill to self confidence among the students of the four stages (Alawly- II-III-IV) for males among them in the exercise of physical education and sports-style approach competencies.

Follow us in this study descriptive approach the way the survey, where we apply the standards of research after the confirmation of scientific transactions on a random sample of 80 students of the male sex (11-14 years old) who engage in physical education and sports in Algeria.

التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياض في جامعة بير زيت

الدكتور خالد ملوح
جامعة بيرزيت

رافي عصفور
جامعة بيرزيت

اسحاق عيد
مدرس جامعة بيرزيت

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة بير زيت، إضافة إلى تحديد الفروق في التوافق الجامعي تبعا إلى متغيرات ممارسة الأنشطة الرياضية،و الجنس ، ونوع الكلية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة عينة قوامها (400) طالبٍ وطالبة، وطبق عليها مقياس الليل (1993) للتوافق الجامعي والمكون من (44) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي: (الاجتماعي، والانضباطي، والانفعالي، والدراسي).

وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق الجامعي الكلي لدى أفراد العينة ، كان متوسطا حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (74.50%). وفيما يتعلق في الإبعاد جاء البعد الدراسي في المرتبة الأولى بوزن نسبي (80%)، يليه البعد الانضباطي بوزن نسبي (75%)، يليه البعد الانفعالي بوزن نسبي (73.50%)، وأخيرا البعد الاجتماعي بوزن نسبي (71%).

وفيما يتعلق بالفروق في التوافق تبعا لمتغيرات الدراسة كانت دالة إحصائيا في الدرجة الكلية للتوافق بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين ولصالح الممارسين ، وبين الذكور والإناث ولصالح الذكور، بينما لم تكن الفروق دالة إحصائيا تبعا إلى متغير نوع الكلية.

وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحثان بعدة توصيات من أهمها، زيادة اهتمام برنامج التربية الرياضية في النشاط الرياضي لما لها من دور في صقل شخصية الطالب، وإكسابه الخبرات اللازمة لحسن تكيفه مع البيئة الجامعية.

الكلمات المفتاحية: التوافق الجامعي، جامعة بير زيت

ABSTRACT

University Adjustment among participants and non- participants in physical activities bachelor students in Bir Zeit University

The purpose of this study was to identify the level of University Adjustment among bachelor degree students at BirZeit University and to determine the adjustment difference according to variables in practicing the sport activities and gender and major study, Data was obtained from (400) male and female students, hail scale (1993) was used and formed from (44) questions distributed to four aspects: (social, self control, emotional, academic study).

Results indicated that the total University adjustment level was moderate in reaction (74.50%), regarding the four aspects, academic study got (80%), self control (75%), emotional (73.50%), social (71%). In relation to adjustment differences according to study variables the statistical findings among participants and non – participants in sport activities showed in favour of participants and male , major study showed no differences . Based on results of the study the researchers recommended that the physical education program should increase their importance and support on sport activities which will help students in enhancing their personality and gains them needed experience for better adjustment towards the university environment.

Key words: University Adjustment, **Bir Zeit**

تأثير حصة التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية والاجتماعية على العلاقة بين الأستاذ والتلميذ

لزهاري خلفاويجامعة الجلفة /الجزائر

zohir17staps@gmail.com

محمد خالدي جامعة الجلفة / الجزائر
mohellayali44@gmail.com

ملخص:

إن النشاط البدني الرياضي بتعدد ألوانه ، يعد احد الإشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان ، و أكثر فعالية و تنظيما لما يعيه من ادوار هامة و مميزة في حياة الفرد عبر حضاراته المتعاقبة

فهو الوسيلة المثلى لخلق علاقة ايجابية بين الإطراف المشاركة فيه ، الأستاذوالتلاميذ وقد تطرقنا في دراستنا المتواضعة هذه إلى احد أهم العلاقة الموجودة بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ و فيما بينهم .

من الناحية النفسية الاجتماعية ، و باعتبار الأستاذ احد أهم الركائز للعملية التربوية و الذي ينفرد عن غيره في انه لا يهدف فقط إلى تلقين المعارف فحسب ، بل يتعدى ذلك لتطور المهارات الحركية ، وكيفية الحفاظ على الصحة و توجيه التلاميذ نفسيا و اجتماعيا و ذلك بمراعاة مراحل نمو التلاميذ وتطورهم ، لكون أن أول أداة أو جهاز يوظفه الأستاذ من الدرس هو التلميذ ، إن صح التعبير ، و من ثم وجب على الأستاذ معرفة الخصائص النفسية و الاجتماعية لهذا الجهاز الحساس و إمكانية تحقيق الاندماج الاجتماعي و التوافق النفسي له.

فبينت لنا النتائج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية بالغة في حياة المراهق لأنه يكسبه الجسم السليم و المزاج المتميز و الشخصية السوية و الخصال الحميدة و الأخلاق السامية كالصبر ، الشجاعة ، التعاون ، و الاعتماد على النفس ، التنافس النبيل ، استغلال أوقات الفراغ و التنظيم ... الخ و التخلص من العقد النفسية و العادات السيئة كالأنانية و الانطواء ، الخجل ، القلق و تبعده عن المشاكل الاجتماعية كالانحراف ،و العزلة .

و يبقى الوصول إلى هذه الغايات النبيلة مرهون بعدة عوامل هي : المؤسسة ، الأسرة ، الإمكانيات اللازمة ، المربي الكفء .

تأثير التدريب البدني على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى الممارسين وغير الممارسين من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم

د: فتحي انطاط صالح معتوق. د.عادل عبدالسلام قشوط / جامعة الجبل الغربي كلية التربية . غريان / ليبيا
fathimatog@yahoo.com

المقدمة :يعتبر التدريب البدني والألعاب الرياضية التي تحظى بالاهتمام الأول عند أغلب دول العالم لمالها من دور واضح في تنمية اللياقة البدنية وتأثير دورها الإيجابي في المتغيرات الفسيولوجية إلي حدوث تغيرات في الدم كما يحدث لأي جهاز من أجهزة الجسم الأخرى.

هدف البحث :التعرف على تأثير التدريب البدني على بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى الممارسين وغير الممارسين لتدريب البدني من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم.

فرض البحث :توجد فروق دالة إحصائياً في الاختبارات البعدية بين الممارسين و غير الممارسين من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم و لصالح الممارسين لتدريب البدني .

اجراءات البحث:منهج البحث:أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

عينة البحث:ثم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بلغ عددها (12) من ذوي الإعاقة فئة الصم والبكم توزعت على مجموعتين بالتساوي (6) ممارسين لتدريب البدني و (6) غير ممارسي لتدريب البدني

يوضح المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و معامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	18.16	18.02	0.4	1.050
الطول	189	188	6.51	0.461
الوزن	68.16	67.9	7.62	0.102
معدل النبض قبل الجهد	71	70.5	7.01	0.210

الاستنتاجات:1. التدريب البدني المقترح له أثر إيجابياً على المتغيرات الفسيولوجية ، حيث ظهرت فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الممارسين و غيرالممارسين.

2 . وحدات التدريب البدني المقننة التي استخدمها الباحث في الحمل البدني يؤدي الي التأثير الإيجابي على المتغيرات الفسيولوجية للممارسين .

3. وجود علاقة طردي بين كرات الدم البيضاء و الحمراء و الهيموجلوبين والصفائح الدموية، حيث أن تحسن لأي واحد منها يؤثر إيجابياً على الآخر و العكس صحيح.

التوصيات

. الاهتمام بتقنين الطاقة أثناء التدريب البدني لفئة الصم والبكم بمايتناسب مع قدراتهم .

. الاهتمام بتتبع تغير مكونات الدم كمؤثر للحالة الصحية و التدريبية للمماسين أثناء التدريب البدني .

. إجراء دراسات أخرى بحيث تتناول متغيرات فسيولوجية مختلفة المتغيرات لذوي الإعاقة .

المراجع:العربية والأجنبية.

1. ابو العلا أحمد عبد الفتاح: تأثير فترة الاعداد المنافسة على بعض مكونات الدم لدى لاعبي المنتخب القومي ،مؤتمر الرياضة للجميع كلية التربية البدنية للبنين، جامعة حلوان ، 1985.

2. بهاء الدين ابراهيم سلامة: الكيمياء الحيوية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي ،القاهرة،1990.

3. عبدالكريم ضوء: تأثير الأحمال التدريبية متدرجة الشدة على بعض مكونات الدم لبعض لاعبي الأنشطة الرياضية ،رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طرابلس ، كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة،1997.

4.فاروق عبدالوهاب: مبادئ فسيولوجيا الرياضة، دار الكتاب ،القاهرة،1983.

5. فتحي يوسف : تأثير برنامج مقترح لشدة التدريب الهوائي على بعض المتغيرات الفسيولوجية و البدنية للمسافات القصيرة والمسافات الطويلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، طرابلس ،1997.

6.كمال عبد الحميد :تغيرات بعض مكونات الدم بين الرياضيين غير الرياضيين بعد أداء حمل بدني مقنن ،مجلة بحوث التربية الرياضية ،العدد الرابع،1984.

7.ليلي صلاح الدين : أثر النشاط الرياضي على بعض مكونات الدم وبروتينات المناعة خلال المستوى التدريبي، رسالة دكتورا غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات ، جيزة، جامعة خلوان ،1985.

8.محمد حسن علاوي :فسيولوجيا تدريب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة،1984.

9.مروان عبد المجيد ابراهيم: الملتقى العلمي الثاني لرعاية ذوي الاعاقة ،دبي ،2012.

10 ---------- : الالعاب الرياضية لذوي الإعاقة ,دار الفكر,عمان,1997.

11.----------: الرعاية اللأجتماعية لذوي الإعاقة ,مؤسسة الوراق للنشر, ,عمان,2007

12.يوسف ذاهب علي :الفسيولوجيا العامة و فسيولوجيا الرياضة ،مكتبة الحرية ،1994.

المراجع الأجنبية:

13.FOX, F , (1979) :Sport physiology , W B .saunde , philadephis. Patham book , U.S.A.

14 .Lamb , D ,(1978) : Physi ology of exercise , Macmillan , publishing , co , London. Philadelphia.

دراسة مقارنة بين التدريب الفتري طويل المدى و التدريب الفتري قصير المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى للاعبي كرة القدم تحت 20 سنة

بحث مقدم من طرف : **د.خروبي محمد فيصل[1] -د.واضح أحمد الأمين [2] -أ.سي العربي شارف [3]**

1 **د.خروبي محمد فيصل:**معهد التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر 3 الجزائر .

2 **د.واضح أحمد الأمين :** معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي ولاية تسمسيلت الجزائر.

3 **أ.سي العربي شارف :** معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي ولاية تسمسيلت الجزائر.

ملخص:

إن كرة القدم هي عبارة عن رياضة متقطعة أو فترية أي عبارة عن أداء مجهودات ذات شدات عالية تتخللها فترات ايجابية كانت أم سلبية ، لذلك يجب أن يكون محتوى التدريب في كرة القدم يتلاءم مع المجهودات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة ،لذلك يعتبر التدريب الفتري من أنجع الطرق الحديثة المستعملة في تطوير القدرات الهوائية لملائمته لنوع المجهودات التي يقوم بها اللاعب في نشاط كرة القدم.

ينقسم هذا النوع من التدريب إلى طرق عديدة ، فمن خلال دراستنا هذهو التي أجريت على عينة تتكون **20** لاعب من فريق شبيبة تيارت لأقل من 20 سنة ينتمون إلى القسم الوطني الثاني، إرتأينا من خلالها البحث عن المقارنة بين كل من التدريب الفتري قصير المدى و التدريب الفتري طويل المدى في تطوير السرعة الهوائية القصوى ، و بعد القيام ببناء برنامجين تدريبيين مختلفين ومن خلال المعالجة الإحصائية بإستحدام (ت ستيودنت) بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين البرنامجين المختلفين مع تأثير كبير للتدريب الفتري قصير المدى مقارنة مع التدريب الطويل المدى في تحسين السرعة الهوائية القصوى عند اللاعبين .

رياضةالجيدوواثرهافيالتقليلمنالسلوكالعدوانيلدىالمراهقين (15-18سنة)

- دراسة ميدانية بعض أندية رياضة الجيدوا لولاية البويرة-

- الباحث : رميلي عمر . الرابطة الولائية للجيدو لولاية البويرة الجزائر

- **ملخص البحث :**

- إنها صور واضحة جدا و مظاهر الشكوى الشائعة لدى المراهقين **"السلوك العدواني"**، و العجيب فعلا أن المراهقين العدوانيين يشعرون من داخل أعماقهم بأنهم مظلومون و بأن مواهبهم و قدراتهم غير مقدرة ممن يحيطون بهم و هو الشيء الحقيقي و الفعلي الذي يسبب لهؤلاء اضطرابا في الحياة الانفعالية و ما يجعلهم يلجأون للعدوانية كوسيلة لتأكيد ذاتهم.
- إن المراهق العدواني لم يولد عدوانيا أبدا، بل هناك عوامل أثرت في تكوينه النفسي و جعلته يتصرف و يسلك مثل هذا السلوك.
- لذا ارتأينا أنه من الجدير معرفة هذه العوامل حتى يتسنى للآباء و الأمهات و المهتمين برعاية الشباب من فهم شخصية المراهق العدواني و الاقتراب منه و معرفة ما يدور داخل عقله، لتجنب و لو بنسبة قليلة ظهور مثل هذه السلوكيات العدوانية.

- **abstract**

- It isveryclear photos and manifestations of a common complaint among adolescents, "aggressivebehavior", and strangeindeedthat teenagers aggressivefeelinsidetheirheartsthatthey are oppressed and thattheir talents and abilitiesis the ability of thosewhosurroundthem and itis the real thing and the actual cause of these turbulent life of emotional and whatmakesthemresort to aggression as a means to assertthemselves.

  The teenager was not bornaggressiveneveraggressive, but there are factorsthat have influenced the psychologicalconfigured and made himact and exhibitssuchbehavior. So wedecidedthatitisworthknowingthesefactorssothat the fathers and mothers and young people who are interestedsponsoredpersonalunderstanding of adolescent aggressive and approachhim and find out whatisgoing on insidehismind, and to avoid the emergence of a few percent if suchaggressivebehaviors.

"تأثير استخدام أسلوبي التّطبيق بتوجيه (المدرس, والأقران) في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي

اسم المشارك الأول : مجاهد مصطفى الرتبة العلمية : أستاذ مساعد قسم – أ –
الجامعة : المركز الجامعي – تيسمسيلت - البلد : الجزائر
اسم المشارك الثاني : بومعزة محمد الأمين الرتبة العلمية : أستاذ مساعد قسم – أ –
الجامعة : المركز الجامعي – تيسمسيلت - البلد : الجزائر
الهاتف : 0670001574
البريد الإلكتروني : moustafaloula@gmail.com

إن عملية التعلم لم تعد معتمدة على إعطاء الطالب كما من المعلومات والخبرات فحسب وإنما تعدت ذلك ليصبح دور المعلم موجها نحو دفع الطالب وتحفيزه وتشجيعه لكي يتمكن من الوصول إلى المعلومات والخبرات واكتساب الحقائق المراد تعلمها بنفسه مما يؤدي إلى ازدياد ايجابية الطالب وتوسع دوره ليشمل التخطيط والمشاركة في التقويم والأنشطة ليصبح بذلك محورا مهما في العملية التعليمية, وعلى ذلك يجب تحديد المهارات التدريسية الحديثة التي على المعلم الإلمام بها لتكون لديه القدرة على حث الطالب على المشاركة والتحرك من المواقف السلبية إلى المواقف الإيجابية وبالتالي تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة المتزنة والمتكاملة لطاقات المتعلم وكذى تنمية جوانب عديدة ولعل أبرزها التوافق النفسي الإجتماعيوذلك من خلال ممارسة موجهة ومنظمةللأنشطة البدنية والرياضية المختلفة من خلال اساليب التدريس الحديثة لما لها من دور هام في العملية التدريسية وعلى تحقيق قدر معين من الأهداف التربويةتماشيا مع المواقف التدريسية التي تتطلبها وكذى إشباع الحاجات النفسية والإجتماعية للمراهق بصفة خاصة

ولهذا يهدف البحث لمعرفةتاثير تطبيقاسلوبي التدريس (التدريبي والتبادلي) في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي ,تم استخدام المنهج التجريبي ,واشتملت عينة الدراسة على (40) تلميذا من تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية شبايكي عبد القادر–ولاية تيارت– مقسمين إلى مجموعتين (20) تلميذ تدرس بالأسلوب التدريبي و(20)تلميذا تدرس بالأسلوب التبادلي, وكأداة لجمع البيانات، استخدم الطالب الباحث مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والذي قامت بتصميمه الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود والي "بالإضافة إلى (16) وحدة تعليمية تم اعتمادها للأسلوبين (التدريبي،والتبادلي) في لعبة الكرة الطائرة .

وقد أظهرت النتائج :– تأثير كل من الأسلوب التدريبي والتبادلي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي – وأن أفضل أسلوب تدريسي تأثيرا على التوافق النفسي الإجتماعي هو الأسلوب التبادلي .

الكلمات الدالة : اساليب التدريس, التوافق النفسي الإجتماعي, المرحلة الثانوية .

تأثير النضج البيولوجي على عملية تشخيص و إنتقاء المواهب

الشابة في كرة القدم

دراسة مقارنة بين فريق إتحاد بسكرة (محترف) و فريق شبيبة بسكرة (هاوي)

بزيو سليم.

Beziousalim@hotmail.com

أ/ حمداوي سفيان: طالب دكتوراه.

Coachmou87@hotmail.com

أ/زيدان فاطمة الزهراء: طالبة دكتوراه

drzidane07@gmail .com

أ/ حشاني رابح: طالب دكتوراه.

Rabah.hachani@yahoo.fr

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين وهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة.

بالإضافة إلى أنها تتميز بحيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير لذا مارستها الشعوب بشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزءا من منهاج التدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة والنضال .

حتى نتمكن من بناء قاعدة رياضية(فرق) صلبة تضمن السيرورة والديمقراطية لها (لهذه الفرق) لابد من الاهتمام بالأصناف الصغرى بحيث تمرّ بمراحل متعددة من التكوين طويل المدى ،تكوين شامل ومتكامل يخضع فيها المتكون في مرحلة من مراحله إلى الانتقاء وحتى تكون هذه الأخيرة فعالة وناجحة من الضرورة أن تخضع إلى منهج علمي وموضوعي يضعه الأخصائيون في مجال التربية والتدريب وعلم النفس وعلم الاجتماع وفي مجال الصحة بحيث يختص جانب من هذا المنهج بدراسة وتحديد أهم الخصائص التي من خلالها يتم انتقاء واختيار هذه الكفاءات .

التساؤل العام:

ماهو النضج البيولوجي على عملية تشخيص و إنتقاء المواهب الشابة في كرة القدم؟.

الفرضية العامة:

- النضج البيولوجي يؤثرعلى عملية تشخيص و إنتقاء المواهب الشابة في كرة القدم؟.

الفرضيات الجزئية:

4. النضج البيولوجي يؤثر على نتائج القياسات الأنتروبومترية.
5. النضج البيولوجي يؤثر على نتائج الإختبارات البدنية.
6. النضج البيولوجي يؤثر على نتائج الإختبارت التقنية

المنهج المتبع:

المنهج الوصفي.

العينة:

- فريق إتحاد بسكرة لفئتي أقل من 17 سنة و 15 سنة.
- فريق شيبة بسكرة لفئتي أقل من 17 سنة و 15 سنة.

بعض النتائج:

هناك علاقة طردية بين:

- لنضج البيولوجي و القياسات الأنتروبومترية.
- النضج البيولوجي و الإختبارات البدنية.
- النضج البيولوجي و الإختبارت التقنية .

أهم النظريات التربوية المستخدمة لتعليم الأنشطة البدنية الرياضية التربوية

دراسة ميدانية على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

– جامعة سوق اهراس–

شرابشة رفيقة: أستاذ مساعد قسم (ب)

قميني عبد الحفيظ: أستاذ محاضر (أ)

الجامعة: جامعة محمد الشريف مساعدية – سوق اهراس– البلد: الجزائر

cherabcharafika@ymail.com

ملخص الدراسة:

تمثل النظرية التربوية النموذج الذي يرغب المجتمع القائم لأطفاله وناشئته أن يكونوا عليه، والمؤسسات التي تعدُّ هذا النشء، والمناهج التي تستعمل في إعدادهم، ومجتمع المستقبل الذي سيعيشون فيه، والنظرية التربوية تشمل كذلك شبكة العلاقات الاجتماعية التي يُرَغّب بها المجتمع لتنظيم سلوك البالغين فيه، والمؤسسات التي يعملون بها، بحيث يؤدي هذا التنظيم إلى تأهيلهم وتنسيق جهودهم ليقوموا متعاونين متكاملين بتلبية الحاجات ومواجهة التحديات؛ لذلك يختلف مفهوم النظرية التربوية من مجتمع إلى مجتمع، ومن حضارة إلى حضارة، ومن عصر إلى عصر.

لقد ظهرت العديد من النظريات التربوية متأثرة بالمدارس الفلسفية المثالية والوجودية والواقعية والنفعية والطبيعية وأخذت مبادئها منها، ومن بين هذه النظريات النظريات السلوكية (نظرية الاشتراط البسيط لبافلوف، نظرية المحاولة والخطأ لثورندايك ونظرية التعلم بالاشتراط الإجرائي لبافلوف) هذه النظريات التي فسرت التعلم على أنه ارتباط بين مثير واستجابة إضافة إلى نظرية التربية الإسلامية التي استمدت مبادءها من القرآن والسنة والنظرية التكنولوجية ونظرية التعلم بالنمذجة والنظرية النفسية المعرفية ونظرية الذكاءات المتعددة التي تعتبر أحدث وأهم النظريات والتي كان أثرها واضح وكبير في ميدان التعلم والتربية، وفي بحثنا هذا نسعى إلى التعرف على أهم النظريات التربوية المطبقة في تعليم الأنشطة البدنية الرياضية التربوية.

الكلمات المفتاحية: النظريات التربوية، الأنشطة البدنية الرياضية التربوية

أثر استخدام الوسائط فائقة التداخل في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية

الدكتور: أحسن أحمد. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة مستغانم. الجزائر ahceneahmed@hotmail.fr

الأستاذ: دواح البشير. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة مستغانم. الجزائر bachireps@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الوسائط فائقة التداخل- التعليم- الحركات الأرضية- الجمباز- المرحلة الثانوية.

المقدمة:

إن استخدام تكنولوجيا التعليم يساعد في تحقيق الأهداف التعليمية، ويدعم عمل المعلم بدرجة كبيرة نحو الإبداع والتعليم.حيث يقول الخياط والعجمي(2001) أن استخدام تكنولوجيا التعليم يساعد في تحقيق الأهداف التعليمية، وتشويق الطلاب، وجذب انتباههم نحو الدرس، وتقريب موضوع الدرس إلى مستوى إدراكهم، وتحسين اتجاههم نحو موضوع الدرس. وقد اكتسبت هذه المستحدثات التقنية أهمية متزايدة من أجل زيادة معطيات العملية التعليمية وتطويرها وذلك على أثر التطور المستمر في المعرفة والزيادة المطردة في الخبرات الإنسانية. ورفع مستوى وكفاءة وفعالية العملية التعليمية التربوية بصفة عامة، وحصص التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، مما اوجب على الباحثين في مجال الرياضة الاستفادة من هذه المنتجات الحديثة وتوظيفها في العملية التعليمية. ويقول مصطفى عبد السميع محمد(1999) أن تعليم مختلف مهارات الأنشطة المدرسية عن طريق استخدام الحاسوب يساهم من زوايا عديدة في تطوير الكثير من جوانب العملية التعليمية وتسهيل العديد من مهامها. وبالتالي توضيح المواقف التعليمية للتلاميذ. وتقول عفاف عبد الكريم (1994) بأن طرق التدريس طرأ عليها تقدما كبيرا إلا أنها مازالت تعتمد على الأسلوب التقليدي هو الشرح وعرض النموذج عن طريق المدرس الذي يفتقر بعض الأحيان إلى مواقف تعليمية أكثر فاعلية مثل الصور المتحركة أو الثابتة التي تدعم الموقف التعليمي لدى الطالب. الأمر الذي دفع الباحث إلى محاولة استخدام الوسائط فائقة التداخل وتوظيفها في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية.

إجراءات البحث:

بعد الإطلاع على العديد من المصادر العربية والأجنبية، والتطرق لبعض الدراسات المشابهة حول موضوع البحث، قام الباحث بإعداد مجموعة من الوحدات التعليمية لبعض الحركات الأرضية في الجمباز، باستخدام الوسائط فائقة التداخل، حيث تتضمن كل وحدة تعليمية شرح للمهارة المعلمة، وتحديد مختلف النواحي الفنية لها، عن طريق أشرطة فيديو بالعرض العادي والبطيء، وعرض صور توضيحية، كما احتوت كل وحدة تعليمية على مجموعة من المواقف التعليمية المتسلسلة والمتدرجة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب، وكل موقف تعليمي يوضح بواسطة صور أو أشرطة فيديو، مما يتيح للتلميذ تقليد الموقف المشاهد مباشرة، وتكرار الأداء. كما اعتمد الباحث في عملية التعليم على إمكانية مشاهدة التلميذ لأداءه الكامل في نهاية الحصة عن طريق وضع كاميرا على المباشر، وتأخير العرض بوقت يفصل أداء التلميذ الأول عن الثاني حتى يتسنى له المشاهدة.

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث مجموعة من تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية وهران. وكان عددهم 41 تلميذا (23ذكور+ 18إناث). من مستوى السنة الأولى ثانوي، للسنة الدراسية 2014-2015. وتم تطبيق اختبارات قياس الأداء المهاري والجمالي للحركات الأرضية المقرر في منهاج مرحلة التعليم الثانوي.

تم إجراء الاختبارات القبلية يوم 2015/01/04. بعدها بأسبوع تم تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة لمجموعة من الحركات الأرضية لمدة ستة أسابيع. عن طريق العرض باستخدام الحاسوب ووحدة العرض المرئي. وبعدها تم إجراء الاختبارات البعدية يوم 2015/02/22.

النتائج:

جدول رقم (01) يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث:

العينات / المقاييس الإحصائية	ذكور		إناث	
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
ن	23		18	
س	7.08	14.91	4.77	13
ع	2.17	1.64	1.30	1.23
ت المحسوبة	24.11		19.13	
مستوى الدلالة	دال		دال	

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ بالنسبة للذكور أن المتوسط الحسابي القبلي قد بلغ 7.08 أما البعدي فبلغ 14.91. وكانت قيمة ت المحسوبة 24.11 وهي دالة إحصائيا، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي. أما بالنسبة للإناث فبلغ المتوسط الحسابي القبلي 4.77 أما البعدي فبلغ 13 وبلغت قيمة ت المحسوبة 19.13 وهي دالة إحصائيا، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي.مما يدل على أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الوسائط فائقة التداخل قد أثرت إيجابا في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز لكل من الذكور والإناث.

ومنه نستنتج أن استخدام الوسائط فائقة التداخل له أثر إيجابي في تعليم الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية.

مناقشة النتائج:

استنادا على ما أظهرته نتائج البحث، وفي ضوء أهداف وفروض البحث، توصل الباحث إلى أن استخدام الوسائط فائقة التداخل له أثر إيجابي في تعليم الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية. ويعزي الباحث هذه النتائج إلى احتواء الوحدات التعليمية على العديد من المواقف التعليمية المتسلسلة والمتدرجة في عملية التعلم، والتي تم عرضها بواسطة جهاز العرض المرئي.

كما يرى الباحث أن استخدام المواقف التعليمية الموضحة بالنصوص المكتوبة والصور المتتابعة ومقاطع الفيديو لعبت دورا هاما في إيصال المعلومات والمعارف للمتعلمين، وتسهيل العملية التعليمية، إذ أن استعمالها يؤدي إلى توضيح شكل الأداء ويساعد المتعلم في إدراك الحركة أو الموقف المطلوب في الوقت المناسب. حيث يقول أمين الخولي وعدلي بيومي (1991) أنه يجب الاستعانة بالوسائل التعليمية الملائمة وفي التوقيتات الملائمة من الدرس.

وهذا مايتفق مع نتائجدراسة عبد السلام جابر حسين(2006) والتي أثبتت أن عرض النموذج عن طريق الصور المتسلسلة يساعد كثيرا في تعلم المهارات، ويتفق مع ماجاء في دراسة يوسف لازم كماش وكاظم عيسى كاظم (2011) حول أهمية استخدام أسلوبي الشرح والنموذج الحي في تعليم المهارات الحركية على البساط.

ويقول موفق أسعد محمود (2008) أنه يجب على المعلم أن يقوم بوصف كامل للمهارة وشرح أجزائها لغرض تعلمها وإتقانها، فعندما يشرع المعلم بتعليم مهارة جديدة فإن اللاعبين لاتتبلور لديهم الصورة الواضحة عن تلك المهارة، ولأجل أن يكون التصرف الحركي صحيحا يجب أن يكون التصور عن الحركة واضحا ويتم ذلك عن طريق عرض نموذج أمام اللاعبين أو عرض صور وأفلام عن المهارة، وتقديم نموذج مع الشرح للمهارة أو عرض فيلم مع الشرح.ويقول مفتي إبراهيم حماد (2002) أن أفضل أسلوب يمكن اللاعبين من تكوين فكرة عامة وتفصيلية حول المهارة الجديدة المطلوب تعلمها هو ربط الشرح بأداء وتنفيذ نموذج لهذه المهارة.

ويقول محمد محمود عبد السلام (2002) أنه على المدرس أن يتمكن من تقديم نموذج مقنع للمهارة المراد تعلمها، وأن يتمكن من الشرح الوافي لها، واستخدام الوسائل المعينة في الشرح والنموذج.ويقول الكندي (2005) بأن استخدام إمكانيات التقنية الحديثة لخدمة التعليم العام واستخدام التقنية يعتبر مساعد تعليمي في العملية التعليمية لتدريس المواد المختلفة في التعليم العام سواء كانت نظرية أو عملية من خلال الممارسة والتمرين والمحاكاة.

الخلاصة:

يهدف البحث إلى معرفة أثر استخدام الوسائط فائقة التداخل في تعليم بعض الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية. وذلك من أجل الارتقاءبالعمليةالتعليمية وتوظيف وسائلالعرضفي تقديم الحصص التعليميةوتعليم المهارات الرياضية في المؤسسات التربوية، والتي تساعد على حل الكثير من مشكلات التعلم بشكل عام، ويحقق للتعليم عائدا كبيرا، ويمكن أن يوفر الجهد والوقت للمدرس، كما أنه يساهم في رفع مستوى التعليم ونوعيته، ويساعد التلميذ من خلال شد تركيزه في العناصر المعلوماتية والربط بين عناصر المعلومات،كما يساعد الطالب على استرجاع وتذكر المعلومات من خلال تذكره لاستخدام الوسائط فائقة التداخل والتعرف على عناصر معلوماتها.

حيث طبق الباحث وحدات تعليمية مقترحة عن طريق الحاسوب. وأوضحت النتائج أن استخدام الوسائط فائقة التداخل لها أثر إيجابي في تعليم الحركات الأرضية في الجمباز بالمرحلة الثانوية. وأوصى الباحث بضرورة توجيه اهتمام مدرسي مادة التربية البدنية والرياضية إلى استخدام الوسائط فائقة التداخل في حصص التربية البدنية والرياضية عامة، وفي تعليم الحركات الأرضية في الجمباز خاصة.

المراجع:

- أمين الخولي وعدلي بيومي. الجمباز التربوي للأطفال والناشئين. دار الفكر العربي. القاهرة.1991.
- سالم بن مسلم الكندي. واقع استخدام تقنيات التعليم الحديثة والصعوبات التي تواجهها بمدارس التعليم العام بسلطنة عمان. دراسة مقدمة إلى المديرية العامة للتربية والتعليم بمنطقة الشرقية شمال. 2005.
- عبد السلام جابر حسين. أثر الرسوم التوضيحية المتسلسلة على تعلم بعض المهارات ومفهوم الذات المهارية في الكرة الطائرة. 2006
- عفاف عبد الكريم. طرق تدريس التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف. الإسكندرية. 1994.
- علي محمد الخياط واحمد كامل العجمي. اثر استخدام تكنولوجيا التعليم على تنمية مهارات التحصيل لدى طلاب المدرسة الابتدائية. كلية التربية. جامعة أسيوط. 2001.
- محمد محمود عبد السلام. الجمباز للمبتدئين. دار الفكر العربي. القاهرة. 2002.
- مصطفى عبد السميع محمد. تكنولوجيا التعليم. دراسات عربية. مركز الكتاب للنشر. ط1. القاهرة. 1999.
- مفتي إبراهيم حماد. المهارات الرياضية. مركز الكتاب للنشر. ط1. القاهرة. 2002.
- موفق أسعد محمود. التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. ط1. دار دجلة. عمان. 2008.
- يوسف لازم كماش وكاظم عيسى كاظم. أثر استخدام أسلوبي الشرح والنموذج الحي (صور الفيديو) على مستوى أداء بعض المهارات المركبة بالجمل الحركية على بساط الحركات الأرضية للاعبي الجمناستيك. 9-10 سنوات. 2011

أثر استخدام الألعاب الصغيرة في دروس التربية البدنية والرياضية على بعض القدرات الإدراكية – الحركية لدى التلاميذ (6–8) سنوات

***د. مقراني جمال *د. بن زيدان حسين د.حرباش إبراهيم د.جغدم بن ذهبية**

الهاتف:00213775441898

البريد الإلكتروني:djameleps@yahoo.fr

معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم الجزائر

The summary o f the study :

The preparatory stage is one of the important educative stage because it is the principal basis of Education . The physical and sportive education lesson is generally the principal of the training of the human being. So that, the objective of the research is to know the influence of the use of small games to develop the perspective and the dynamiste capacities at pupils in the preparatory stage of (06-08years) during the physical and sportive education lesson. This is why, the two researchers have positive results in the perspective and the dynamiste development .They have done an experience with a group of 40 pupils aged of (06-08years) divided into samples ; witness and experimental. They have applied the educative unities using the small games to obtain positive jugements concerning the progress of experts.

They have done tests of perspective and dynamiste capacities with supervisor teachers.The result is to work using the small games that have a positive influence to develop some perspective and dynamiste capacities.They have proposed the necessity of using them during the physical and sportive education lesson in the preparation stage for its efficiency and its power.

The key words :

-The small games. - the perspective and dynamiste capacities - the preparatory stage.

ملخص الدراسة :تعتبر المرحلة الابتدائية من أهم مراحل التعليم نظرا لأنها القاعدة الأساسية العملية التعليمية، وتعتبر التربية البدنية و الرياضية عامة ودرسها حجر الأساس في تكوين النشء من جميع الجوانب، و في هذا السياق هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من 6–8 سنوات خلال درس التربية البدنية و الرياضية و عليه افترض الباحثون أن الألعاب الصغيرة المقترحة تؤثر إيجابيا في تنمية بعض القدرات الإدراكية

الحركية ، وقصد الأخذ بصحة التفسير المقترح تم العمل على عينة من التلاميذ 6-8 سنوات من المرحلة الابتدائية قدر حجمها ب 40 تلميذا مقسمة إلى مجموعتين ضابطة و أخرى تجريبية تحت إشراف الباحثين، حيث طبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة ، و بغية إصدار أحكام موضوعية حول مستوي التقدم المختبرين استخدمنا بعض الاختبارات القدرات الإدراكية الحركية المنتقاة من قبل الأساتذة المحكمين، و عليه تم استخلاص أن العمل وفق استخدام الألعاب الصغيرة أثر إيجابيا في تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية و عليه يقترح الباحثون ، بضرورة استخدام الألعاب الصغيرة خلال جرس التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الابتدائية لما تكتسبه من فعالية .

الكلمات المفتاحية : الألعاب الصغيرة، القدرات الإدراكية الحركية ، درس التربية البدنية والرياضية، المرحلة الابتدائية.

***أساتذة محاضرون معهد التربية البدنية والرياضية – جامعة مستغانم – الجزائر**

مـدى وعـي الرياضيين تجـاه سلامـة الغذاء

دراسة ميدانية للاعبي أندية كرة القدم صنف أكابر بولاية البويرة

الدكتور: بوغربي محمد

الأستاذ: برجم رضوان

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة البويرة – الجزائر

الهاتف: 213561794552 البريد الإلكتروني: redouaneberrdjem@yahoo.fr

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى دراسة مدى وعيلاعبي أندية ولاية البويرة لكرة القدمتجاهسلامةالغذاء، وكذلك تحسين العادات الغذائية من خلال تعديل بعض السلوكيات السلبية لديه، وكذلك كيفية استغلال الوجبات الغذائية المتناولة في تحسين مردود اللاعبين، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته طبيعة المشكلة وقد ضم مجتمع الدراسة لاعبي أندية كرة القدم صنف أكابر لولاية البويرة، وقد تم اختيار عينة عشوائية من المجتمع الأصلي للدراسة قوامها 98 لاعب من أندية ولاية البويرة، ولقد استعمل الباحث وسيلة جمع البيانات (الاستبيان) الذي يحتوي على مجموعة من الأسئلة موزعة على ثلاثة محاور هي : المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية والبيئة المحيطة تم توزيعا على أفراد العينة، وقد استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لتفسير النتائج، وقد خلصت الدراسة باستنتاجات عدة تم في ضوئها إعلان عدد من التوصيات منها:

-وضع برامج من طرف مختصين في التغذية للاعبين من أجل تحسين مستوى وعيهم تجاه سلامة الغذاء.

-ضرورةالاهتمامبالدراساتالتيتعنىبدراسةسلوكالرياضيينتجاهالموادالغذائية.

-ضرورة إشراك اللاعبين في برامج تكوين توضح أهمية الغذاء في حياة الرياضي.

-ضرورة الاهتمام باللاعب من جميع النواحي بما فيها الاجتماعية والتعليمية.

الكلماتالدالة :سلامةالغذاء،سلوكالرياضي،وعيالرياضي.

تاريخ الألعاب الرياضية عند الشعوب القديمة ودورها في بناء المجتمع وترسيخ القيم اليونان أنموذجا.

عبد الحميد عمران المهنةالحالية أستاذ محاضر أ
الدرجةالعلميةدكتوراه المؤسسةالتابعلهاجامعة محمد بوضياف المسيلة

الملخص:

تعد الألعاب الرياضية الاولمبية عند اليونان النموذج المثالي لتكوين الفرد المواطن الصالح الذي يعول عليه في بناء المجتمع وترسيخ القيم الإنسانية التي آمن بها المجتمع الهليني.. وذلك من خلال تربية الفرد و تنشئته سلوكيا وجسمانيا و عقليا حتى يكون الفرد القوي المتسامح المتعاون, والمفكر القادر على التأثير الايجابي في مجتمعه,, سأتطرق لبناء المجتمع الاسبرطي خصوصا ودور الألعاب الاولمبية في بناء المواطن المقتدر والمتسامح المفكر والمساهم في تطوير الوطن.

Azaizia Nassima

azaizianassima@yahoo.fr

ملخص

من منطلق أن عملية التدريس هي عملية تفاعل متبادل بين المدرسة و الطالب المادة المتعلمة (المادة الدراسية) و التي تعتبر مادة الوصول بين المدرسة و الطالب . وبما أن المدرسة أهم محور في عملية التدريس و الذي يقع على عاتقه تنفيذ هذه العملية .فإن نجاحها يتوقف على معرفة المدرس التامة بالأهداف التي يريد تحقيقها . وبالمتعلمين الذين سوف يقوم بتعليمهم و المادة الدراسية و أساليب تدريسها، و بطرق التقويم التي عن طريقها يمكن قياس مدى تحقيق الأهداف المطلوبة .

وهنا تلعب عملية الاتصال بين المعلم و المتعلمين دورا هاما ومحوريا حتى يتمكن المدرس من الوصول إلى الغايات التربوية المنشودة .

و نظرا لأهمية الموضوع فلقد أرادت الباحثة أن تعطي مفهوما شاملا للاتصال ، رموز، أساسيات وطبيعة عملية الاتصال، لتتطرق بعدها إلى أشكال و أساليب الاتصال و التفاعل الصفي ، مبادئ الاتصال الجيد و كيفية إثرائه، وفي الأخير نتعرف على بعض التوجيهات لتنمية مهارات الاتصال

وقياسها للقائد الرياضي على أساس أن مدرس التربية البدنية الرياضية يتولى عملية قيادة تلاميذه.

الكلمات المفتاحية:

الاتصال التربوي، المعلم، المتعلم، عملية التدريس ،المادة الدراسية.

التغطية الإعلامية لظاهرة التعصب الـريـاضي من خلال الصحافة المكتوبة الجزائرية

جريدة الشروق اليومي نموذجا

موفق صالح

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية / جامعة محمد الشريف مساعدية ، سوق اهراس / الجزائر /

mouffokeps@hotmail.fr

المقدمة:

تلعب وسائل الإعلام دورًا فعالا داخل هذا المجتمع في نقل المعلومات والأخبار والآراء، يزداد إهتمام الأفراد والجماعات بهذه الوسائل كلما طرأت على المجتمع تغيرات وصاحبتها ظواهر وأحداث تجلب إهتمام المواطن وتجعله أحيانا أسير وسائل الإعلام لكونها مرجعه الوحيد للحصول على الأخبار والمعلومات. ولقد تزايد في السنوات الأخيرة إهتمام مختلف وسائل الإعلام سواءا كانت سمعية أو بصرية أو مكتوبة بمختلف الظواهر التي طرأت في المجتمع،ويعد التطور التكنولوجي الكبير الذي يشهده العالم حاليا والثورة المعلوماتية التي تحدث فيها قفزات بل نقلات خطيرة مع إشراق كل صباح وبما يؤثر سلبا أو إيجابا على مليارات المشاهدين والمتتبعين حول العالم لمختلف وسائله المسموعة والمقروءة والمرئية

إجراءات البحث:

هناك تصورات عديدة لعلماء النفس الاجتماعي تم وضعها خلال السنوات السابقة في تحديد الأسس النفسية والاجتماعية المسؤولة عن حدوث التعصب فيحاول البعض تحديد مجموعة من العوامل الفردية أو عوامل الشخصية التي يعتبرها مسئولة عن حدوث التعصب، ويبذل آخرون جهدا لوضع تصور لمراحل نمو وارتقاء التعصب شيئا فشيئا منذ سنوات العمر المبكرة قبل دخول المدرسة وما بعدها حتى تمارس تأثيرًا موجهًا للسلوك وتحديد أدوار كل من يساهم في هذه العمليات من القائمين على التنشئة الاجتماعيةمضامينها، فالهدف الأساسي من هذه الدراسة هو محاولة الإجابة عن التساؤل التالية:

كيف غطت الصحافة المكتوبة ظاهرة التعصب الرياضي وهل أثرت على الجماهير أثناء المنافسات الرياضية لكرة القدم الجزائرية؟وللإجابة على التساؤل العام التالي نقترح الفرضية التالية:

غطت الصحافة المكتوبة ظاهرة التعصب الرياضي بطريقة سلبية مما أثرت على الجماهير أثناء المنافسات الرياضية لكرة القدم الجزائرية.

من بين العوامل التي تجعل هذه الدراسة ذات أهمية تظهر في اكتشاف ومعرفة أهمية الصحافة في نقل وتغطية المناسبات والأحداث والمنافسات الرياضية وبالتالي فهي تشكل أهمية لأية دراسة ميدانية، في حين تظهر اهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على حجم التغطية الإعلامية لموضوع التعصب الرياضي من خلال الجرائد محل الدراسة، أما المنهج المعتمد في هذه الدراسة فكان المنهج الوصفيلاعتباراتخاصة بطبيعة الدراسة ومتطلباتها،أما مجتمع الدراسة تكون من بعض الجماهير الرياضية الجزائرية الذين يتابعون الأنشطة الرياضية في الملاعب أو عبر وسائل الإعلام المختلفة فيولاية سوق أهراس.تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وقد استطعنا جمع (981 مشجع) من الجماهير الرياضية في حين اعتمدنا على أداة الإستبيان، وانحصر المجال الزمني لهذا البحث في الفترة الممتدة من شهر أكتوبر 2013 إلى غاية فيفري 2014، أي أن البحث دام قرابة 04 أشهر. وأجري البحث في ولايتي الجزائر وتيزي وزو وعليه فقد استخدمنا في الدراسة الحالية من أجل تحليل البيانات على البرنامج الإحصائي (SPSS) باستخدام الأساليب الإحصائية المتعددة.

النتائج:

في ضوء خطة البحث وإجراءاته أمكننا التوصل إلى عدد النتائج الهامة والتي تتمثل في الدور السلب الذي تلعبه الصحافة الرياضية تجاه التعصبالرياضي كظاهرة رياضية اجتماعية ونفسية، وهذه النتائج تتمثل في الآتي:

1 – تعتمد معظم الصحفالرياضية على بعض قدامى الرياضيين أياً كان تخصصهم وخاصة لاعبي كرة القدم المعتزلين في العمل كإعلاميين رياضيين وأعطت لهم مساحات كبيرة من الحرية والوقت، وكذلك اعتمدت هذه الصحف على صحفيين ليس لديهم خبرة في المجال الرياضي بمعنى أنهم غير متخصصين، وهذا ما كون اتجاهات متعصبة لفكر أو ناد أو حتىلهيئة، وهم أقرب إلى الموظفين عنه إلى المحللين حتى وصل الأمر في بعض الأحيان إلى الفتوى في كل أنواع الرياضة وعلومها وفروعها وألعابها وقوانينها فيالعصر الحالي والذي سميبعصر التخصص الدقيق.

2 – احدث أسلوب تناول الموضوعات الرياضية نوع من الإثارة للجماهير من خلال تركيز الصحفالرياضية على إبراز المشكلات وتسليط الضوء عليها وإعادتها وتضخيمها بصورة مستمرة وتقديم التفسيرات الشخصية التي لا تبنى على دليل علمي صادق،وناتجة عن أفراد غير مسئولين وغير محاسبين وغير متخصصين وبدون حيادية في عرض الموضوعات والتي لا غرض منها سوى السبق الإعلامي

المناقشة:

5- يتضح وجود اتفاق كبير بين الخبراء حول عبارات الاستمارة الاستبيانية من حيث نوعية ومحتوى طرق تناول الموضوعات وأسلوب التقديم والعرض وكذلك الآثار السلبية التي تسبب فيها هذه الصحف الرياضية والتي لا تتفق مع نظام الإعلامالرياضي كنظام تربوياجتماعي بنائيأخلاقي له أسس وقواعد، ويعتمد على عقيدة، إذ كانت النسبة المئوية للعبارات عالية تجاوزت الـ60%.

6- 2 – اتضح من خلال النتائج وجود قصور في دور الصحفالرياضية تمثل في التركيز على رياضة كرة القدم والشق التنافسي منها بل والتركز على مشكلات الأندية واللاعبين والحكام والمسيرين والاتحادية على حساب الرياضات الأخرى، واقتصر دور تلك الصحف على الإثارة وتضخيم المشكلات وإبراز الأخطاء، وخلى محتوى جميع كتابات تلك الصحف الرياضية من التثقيف الرياضي والتعليم والترفيه والتدريب وحتى الترويح الرياضي.

7- أسفرت نتائج البحث عن تقديم برنامج أو دليل يومي مقترح لجريدة رياضية يحتوى على (7) أنواع من الكتابات كل نوع يتضمن عدد كبير من المقالات ذات المحتوى العلمي المفيد والتي يمكن من خلالها تحقيق دور وأهداف الإعلام الرياضيفي جميع النواحي حيث يخدم الرياضة والقارئ والأندية، ويدر دخل مادي كبير على أصحاب هذه الجرائد، ويلبى احتياجات ورغبات جميع الأعمار والمستويات، ويزيد من عدد فئات القراء لها، والتي تعود في النهاية بعظيم الفائدة على نظام التربية البدنية والرياضة كنظام تربوي اجتماعي له أسسه ومبادئه، وعلى الرياضة ونهضتها، وعلى الصحف ماديا وأدبيا وأخلاقيا حتى تحقق أهداف الإعلام الرياضي الصحيح.

8- تستخدم الصحف الرياضية الوسائل التكنولوجية العالية الجودة في تقنيات التصوير لإقناع المشاهد بمدى فاعلية المنتج وتأثيره بشكل غير صادق.

الخلاصة:

من خلا هذا الطرح والتناول نرى بأنه لابد من العمل على تأسيس ونشر ثقافة التغطية الإعلامية الرياضية المبنية على المصداقية والموضوعية في التناول الإعلامي للمنافسات والتظاهرات الرياضية من قبل الصحافة الرياضية المتخصصة، والمبنية كذلك على الإستراتيجية الإعلامية والاتصالية بين كل القطاعات الفاعلة والتي من شأنها أن تساهم في نجاح مختلف هذه التظاهرات الرياضية.إضافة إلى ذلك الاستفادة من الإعلام في محاصرة الظاهرة (التعصب الرياضي) وتضييق الخناق عليها من خلال حملات التوعية والأيام الدراسية والإعلامية التي يمكن أن تشارك فيها الصحافة الوطنية بكل أنواعها ويكون فيها الشباب هو المحور الرئيسي والهدف المنشود، فرض رقابة على الإعلام سواء كان المتخصص في المجال الرياضي أو غير المتخصص، تمنع الصحفيين من التمادي في الظاهرة ومحاولة السيطرة على ما يكتب من خلال التقليل من المقالات التي تنقل أخبار مختلف الأحداث الجارية على أرض الواقع (بالنسبة للصحافة المكتوبة).

المراجع:

- جودة محفوظ، ظاهر الكلالدة، منهجية البحث العلمي في علوم التربية، دار الآفاق الجديدة، بيروت، 2004.
- صفوان عصام حسيني، أطروحة دكتوراه دولة، تأثير الصحافة المكتوبة على ظاهرة العنف في الجزائر خلال سنة 1999، قسم علوم الإعلام والاتصال، جامعة الجزائر، أكتوبر 2005.
- صلاح الدين شروخ، منهجية البحث العلمي للجامعيين، دار العلوم للنشر والتوزيع، عنابة، 2003.
- طلعت همام، سيم وقيم المنهج العلمي، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1994.
- لاوسين سليمان، رسالة ماجستير، الإعلام الرياضي المرئي وتفشي ظاهرة العنف الرياضي في ملاعب كرة القدم الجزائرية في الموسم الرياضي 2007/2006، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، ماي 2008.
- محمد سيد محمد، الإعلام و التنمية، الطبعة 04، دار الفكر العربي، مصر، 1988.
- محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف، مركز الكتاب للنشر،القاهرة، 2004.
- مزار أمين، منهجية البحوث العلمية في الدراسات الاجتماعية، دار الكتاب القصبة، الجزائر، 2001.
- وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتاب للطبع و النشر، الموصل، 1988.

علوم التربية والبيداغوجيا في مجال الأنشطة البدنية والرياضية

خلـــــفاوي لزهاري : ثانية دكتوراه

zohir17staps@gmail.com

الهادي عيسى:أستاذ محاضر أ

hadiaissa-2000@yahoo.fr

: **مختاري ايمان** : طالبة

mokhtariimane7@gmail.com

الملخص

إن مفهوم التدريب لم يعد مفهوماتقليديا يقتصر على تنظيم الدورات التدريبية التقليدية ومنح شهادات الاجتياز، بلأصبح خيارا إستراتيجيا في منظومة استثمار وتنمية الموارد البشرية، وإن الإنسان لميعد يطلق عليه اسم العامل أو الموظف، بل أصبح يطلق عليه اسم المورد البشري، ولذلكيعتبر الإنسان من أهم الموارد التي تقوم عليها صروح التنمية والبناء.

ولذلك يحتل التدريب مكانة بارزة في خططالتنمية التي تصممها الجهات الوصية. ورغم أن التدريبأصبح له مفهوم واضح في الدول المتقدمة.. إلا أن مفهوم التدريب في دول العالم الثالثيحتاج إلى كثير من الإيضاح والتحديد. فكلنا نتفق على أن التدريب مهم، ولكن لم نقل،ما هو التدريب الذي نريده والذي نقصده.

ولكن عمليا فإننا نحتاج إلى مفهوم يتحرك فيالواقع، يتحـــــرك فوق المشـــــــــــــــــكلة ويجهز عليها، وهو الإشكالية التي مازالت تفرض علينالبحث عن حل لها. المشـــــــــــــــــكلة الآن هي عدم توافر الكفاءة في المتدرب، بمعنى أن الهدفالأول والأساس من التدريب لم يتحقق. ولقد أسفر غياب عدم وجود مفهوم عام للتدريب عنأن برامج التدريب في مراكز التدريب القائمة غير فعالة. ؟!! إن بعض مراكز التدريب تهتم بالمظهر ولا تهتم بالجوهر، فترصدعناوين كبيرة لدورات تستغرق ثلاثة أيام، علما بأن هذه العناوين تحتاج إلى سلسلة منالدورات التي تستغرق شهورا وليس مجرد أيام ثلاثة. فماهي التقنيات والوسائل التي يعتمد عليها أسلوب التدريب الحديث ؟

الرؤى المستقبلية للاحتراف في المجال الرياضي بين الإستراتيجية والتجسيد

لاوسين سليمان
أستاذ محاضر
جامعة البويرة/الجزائر

الملخص:

عرفت الرياضة وممارستها تطورًا واسعًا وقفزات نوعية بالموازاة مع تطور الإنسان عبر مراحل حياته، إلى أن تحولت إلى ظاهرة اجتماعية ذات تأثير واسع، وبمرور الوقت أصبحت تحتل حيزا هامًا من حياته، فتطورت من مجرد الممارسة كهواية لتصل إلى أبعد من ذلك لحد الاحتراف، بحيث أن المقصود من هذا الأخير هو الاستثمار في المجال الرياضي وجعل الرياضي الممارس والمدرب والحكم مثله مثل الموظف الذي يتقاضى أجرة مقابل التزامه بمطالب تلك الوظيفة، حيث عرف الاحتراف الرياضي تطورًا عبر مختلف العصور، فقد أسهم كل من الفراعنة واليونان ومختلف الحضارات القديمة في تطويره، وكل هذا من أجل الانتقال من الهواية نحو الاحتراف، هذا ما أدى إلى سيطرة الاحتراف الرياضي على كامل الأصعدة الرياضية، فالرياضة أصبحت أحد المجالات الأكثر جاذبية لرؤوس الأموال واهتمام القوى الاقتصادية،حيث تحولت من مجرد نشاط يمارسه الهواة وتستمتع به جماهير المتفرجين إلى صناعة تقوم على أسسعلمية متخصصة في الترويج الإعلامي والاحتراف الرياضي الذي يدّر مئات المليارات منالدولارات على الأندية المحترفة، بل أنه كأسلوب يمثل قوة دفع لتطويرمهارات اللاعبين وتحسين وضعية الأندية واللاعبين.

وعليه ومن خلال هذه الدراسة سنحاول التطرق إلى أهم المفاهيم والمصطلحات التي لها صلة بالاحتراف الرياضي إضافة إلى الرؤى المستقبلية التي توجه مجال الاحتراف الرياضي للتطور والازدهار انطلاقا من المراجعات النظرية ونتائج مختلف التظاهرات العلمية في المجال الرياضي المعروضة مؤخرًا وكذا التجارب الرائدة فيه لنستخلص أخيرًا مجموعة اقتراحات من أجل تطبيقها مستقبلا.

مدى مساهمة الانشطة الرياضية الجوارية في تكوين اتجاهات سلبية نحو تعاطي المراهقين والشبابللمخدرات

دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

الدكتور : تيايبية فوزي

جامعة محمد الشريف مساعدية - سوق أهراس- الجزائر-

البريد الالكتروني: ftiaibia@yahoo.fr

الدكتور : سعيدي زروقي يوسف

جامعة حسيبة بن بوعلي - شلف - الجزائر

الملخص:

تسعى هذه الدراسة لمعرفة مدى مساهمة ممارسةالأنشطة الرياضية في تكوين الاتجاهات نحو تعاطي المخدرات تبعا للمتغيرات التالية :الخبرة الرياضية، التخصص الرياضي ،الجنس، المستوى الدراسي وقد تم اختيار عينة البحث عشوائيا من المجتمع الأصلي والمتمثل في المراهقين والشباب و بلغ عددها :169كما تمثلت أداة القياس في مقياس الاتجاه نحو تعاطي المخدرات من إعداد أبو بكر مرسي (1998م) ولقد استعان الباحث ببرنامج spss في المعالجة الإحصائية لحساب تحليل التباين الأحادي، وكذا اختبار توكي tuky test، و واختبار أقل فرق معنوي lsd ،و تtستيودنت وغيرها ،أما النتائج التي تم التوصل إليها فهي كالتالي:

1. وجود فروق في الاتجاهات نحو تعاطي المخدرات بين الممارسين للأنشطة الرياضية الجوارية بصفة منتظمة وغير الممارسين لها. لصالح غير الممارسين
2. هناك فروق في الاتجاهات نحو تعاطيالمخدرات ،ترجع لمتغير العمر.
3. لا توجد فروق في الاتجاهات نحو تعاطي المخدرات ،ترجع لمتغير الخبرة الرياضية.
4. هناك فروق في الاتجاهات نحو تعاطيالمخدرات ،ترجع لمتغير الجنس لصالح الذكور.
5. هناك فروق في الاتجاهات نحو تعاطيالمخدرات ،ترجع لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الثانوي.
6. هناك فروق بين المدخنين وغير المدخنين في الاتجاهات نحو تعاطي المخدرات لصالح المدخنين.

المشاركة الرياضية للمرأة الجزائرية (رياضية، مدربة، و مسيرة)

الدكتورة: كواش منيرة

الجامعة: البويرة الجزائر

الهاتف:00213555156668

البريد الالكتروني: kouache.mouni@yahoo.fr

نوع المداخلة: معلقة

مجال البحث : العلوم الانسانية و الاجتماعية في ميدان الانشطة البدنية و الرياضية

الكلمات المفتاحية: ـ المشاركة الرياضية ـ الحركة الرياضية ـ الحركة الأولمبية

الملخص:

جعلت اللجنة الأولمبية الدولية من مشاركة المرأة في النشاطات البدنية و الرياضية، الألعاب الأولمبية و تسيير الرياضة من أولوياتها. فممارسة المرأة للرياضة يعد حق من حقوق الإنسان حسب الميثاق الأولمبي، نظرا لما تساهم به في تعلم احترام القواعد، التسامح، التضامن و تساهم في تكامل الروح و الجسد وتجلب الراحة النفسية. كما تعتبرها اللجنة الأولمبية الدولية وسيلة مهمة في الاتصال و التحرر، و التي تسمح بتطوير الإنسان من الناحية البدنية و الروحية.

ومن خلال الرياضة يمكن للمرأة أن تشعر بدورها في المجتمع، و حسب القاعدة 2 من الميثاق الأولمبي الفقرة7 فإن:" دور اللجنة الأولمبية الدولية هو تشجيع ومساندة وتطوير مشاركة المرأة في الرياضة على كل المستويات و في الهيئات بهدف تجسيد مبدأ المساواة " و على هذا الأساس سنحاول في هذا المقال أن نوضح واقع المشاركة الرياضية للمرأة في الحركة الرياضية المحلية سواء كمسيرة أو كلاعبة.

تأثير استخدام الملاعب المصغرة على تحسين الجانب المهاري للاعبي كرة القدم المشاركين في الفرق الرياضية المدرسية

جغدم بن ذهيبة أستاذ محاضر قسم "ب" معهد التربية البدنية والرياضيمستغانم " الجزائر"

حرباش براهيمأستاذ محاضر قسم "ب" معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم" الجزائر"

بن زيدان حوسينأستاذ محاضر قسم "أ" معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم" الجزائر"

مقراني جمال أستاذ محاضر قسم "أ" معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم" الجزائر"

الايميل:Bdjourdem@yahoo.com

ملخص:

لقد أصبح اليوم التخطيط في مجال التدريب الرياضي الحديث ضروريا وهاما في إعداد اللاعبين إعدادا متزنا ومتكاملا في جميع النواحي البدنية والمهارية، الخططية والنفسية وبالتالي الحصول على أعلى مستوى ممكن وبالتالي تحقيق النتائج المرجوةوالقدرة على الانتصار.

وإن النقص الفادح على التخطيط وعدم استعمال الأسلوب العلمي الدقيق في التدريب في مجال كرة القدم هو الذي جعل كرة القدم تؤول إلى الحال الذي هي عليه الآن، حيث هي أقل مستوى إذا ما قورنت بالدول المتقدمة وأصبحت تنظر إلى التأهل إلى الأولمبياد أو كأس العالم حلم يصعب تحقيقه.

وقد هدفت الدراسة إلى معرفة تأثيرالتدريبات على الملاعب المصغرة التي هي إحدى وسائل تثبيت وتطوير المهارات الأساسية فمثل هذه التدريبات تضمن مواقف لعب كثيرة مثل ما يحدث في المباريات من وجود زملاء ومساعدين ومنافسين ومواقف متغيرة ومتباينة و عبء بدني ومنافسة حقيقية، وعند أداء المهارات في زمن يسير في مثل هذه الملاعب المصغرة يعتبر كبيرا جدا مما يتيح تكرارات مؤثرة.واللعب على الملاعب المصغرة يكسب اللاعب العديد من الصفات البدنية، حيث هي أساس سرعة إحساس اللاعب على الانتقال لأخذ الأماكن المناسبة وكذا كيفية المحافظة على الكرة وتغيير الأماكن، وتساعد الملاعب المصغرة كذلك على تثبيت خطط اللعب الهجومية والدفاعية، وإتقان الجانب المهاري نظرا لظروف التحول السريع والمستمر من خلال الأداء الجماعي

الكلمات الأساسية:الملاعب المصغرة –المهارات الأساسية- الفرق الرياضية المدرسية.

التحفيز وعلاقته بدافعية الانجاز لدي لاعبي كرة القدم صنف اكابر

دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي لفرق قسم الجهوي الثاني البويرة(من وجهة نظر اللاعبين)

الاسم: عزالدين **الاسم: عبد السلام**
اللقب: رامي **اللقب: زاوي**
التخصص: علم النفس الاجتماعي الرياضي **التخصص: تدريب الرياضي**
الدرجة العلمية: دكتور محاضر ب **الدرجة العلمية: محاضر أ**
الجامعة: محند اكلي ولحاج البويرة الجزائر **الجامعة: البويرة**

ملخص البحث

تكمن أهمية بحثنا هذا في الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الحوافز ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم لفرق ولاية البويرة القسم الجهوي الثاني و الوقوف على مدى تقديم الحوافز من قبل هذه النوادي للاعبيها وتوضيح العلاقة بينها وبين دافعية الإنجاز لديهم .

الفرضة العمة:

* توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

*** الفرضيات الجزئية:**

1- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المادي والرفع من دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم .

2- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المعنوي والرفع من دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم.

3- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المادي والرفع من دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم .

4- توجد علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين التحفيز المعنوي والرفع من دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم.

المنهج المستخدم: المهج الوصفي

مجتمع البحث: نوادي القسم الجهوي الثاني لولاية البويرة (6 نوادي) كل نادي فيه 22لاعب

المجموع الكلي للمجتمع البحث 132لاعب

العينة: مقصودة بسيطة(40لاعب)

وسائل جمع المعلومات:

2- المصادر والمراجع بجميع انواعها2 – الدارسات المرتبطة 3- الشبكة الدولية الانترنيت

وسائل جمع البينات: الاستبيان والاختبارات والمقاييس

الوسائل الاحصائية: استخدمنا برامج الحقيبة الاحصائية(spss) لحساب المتوسط الحسابي؛ الانحراف المعياري؛ معامل الارتباط بيرسون؛ النسبة المئوية.

اهم النتائج المتوصل اليها:

1- الأجور الشهرية تقدم غالبا في وقتها و علاوات الفوز داخل الديار وخارجه و توفير النقل والأكل في التدريبات ومتابعة اللاعب عند الإصابة والتكفل به نفسيا واجتماعيا تعتبر حافز مادي يساعد اللاعبين على العمل لتحقيق النتائج الجيّدة .

2- استعمال عبارات الشكر والتشجيع والتعاون مع الزملاء والعلاقة الحسنة مع كل الطاقم الفني والإداري تعتبر حافز معنوي كبير يمكن أن يجعل اللاعب يخرج كل طاقاته من أجل الفريق .

3- توجد علاقة ارتباطيه طردية في اتجاه موجب بين التحفيز ودافعية الإنجاز .

وفي الأخير أوصت الدراسة بتطبيق الحوافز بكثرة ونظام لاستثارة دافعية الإنجاز عند جميع الرياضيين.

1- د. لطفيــة علـي الكـيب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة طرابلس

2- د. عواطف منصور أبوجناح كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة طرابلس

3- د. ليلى عبدالقادر أبوشكيوة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة طرابلس

ملخص البحث:

هدفت هذه الدارسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لتطوير الوعي الغذائي وممارسة النشاط البدني ومردودهم الايجابي على الصحة والحالة الوظيفية للسيدات عينة الدراسة.

ولتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها والتحقق من فروضها قامت الباحثات ببناء أدوات الدراسة و التي هي عبارة عن (استبيان) تكون منستة محاور في مجالين هما التغذية والنشاط البدني (ومطوية) ارشادية للوعي الغذائي والحاجة الملحة لممارسة النشاط البدني وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث و تم تحليل البيانات و النتائج باستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، وقد أشارت أهم النتائج إلى أن البرنامج الارشادي له فاعلية في رفع مستوى الوعي بأهمية وايجابية الغذاء المتوازن مصحوب بممارسة النشاط البدني على الصحة.

وذهبت التوصيات الى أن يكون الاهتمام بنشر الوعي الثقافي الغذائي بكافة وسائل الاعلام وضرورة إصدار نشرات بصفة دورية وتوزيعها من أجل النهوض بمستوى التثقيف الغذائي لكافة الفئات العمرية وأهمية الحركة وضرورة التعريف بأهمية وفاعلية النشاط البدني في مواجهة أمراض قلة الحركة والخمول البدني.

المصطلحات المستخدمة : برنامج إرشادي – الصحة – التغذية - الوعي الغذائي - النشاط البدني.

الدكتور **شتيوي عبد المالك**

الدكتور **بوعروري جعفر**

الدكتور **زموري بلقاسم**

جامعة محمدخيضر ـ بسكرة ـ الجزائر.

souhil.malek@yahoo.com

ملخص الدراسة

تعد التربية البدنية مظهر من مظاهر التربية العامة ، تعمل على تحقيق أغراضها عن طريق النشاط الحركي و الرياضي المختار من أجل خلق المواطن الصالح الذي يتمتع بالنمو المتزن من النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية حتى يمكنه التكيف مع مجتمعه بحيث يكون ذلك تحت إشراف قيادة واعية ، تعمل وفقا لقوانين وتشريعات منظمة و فعالة .

يعد تحديد المعالم الأساسية للتربية البدنية و الرياضية من أهم المبادئ العامة التي يجب التقيد بها من أجل نمو متكامل ومتوازن للفرد و هذا ما تهدف التربية البدنية لتحقيقه.

ان تحديد مفهوم واهداف التربية البدنية و الرياضية وممارستها من اهم عناصر التشريع الرياضي وتحديد المبادئ العامة لهذه التربية هو صميم هذا التشريع الذي يوضح صورة العلاقة الارتباطية بين الرياضة والقانون و السياسة من خلال مضامين النصوص التشريعية التي تنظم النشاط الرياضي في الجزائر و التي هي على التوالي: الأمر 76/81 و القانون 03/89 و الأمر 09/95 و أخيرا القانون 04/10 هذه الجملة التي تعكس الصلة الوثيقة بين التربية الرياضية و القانون و على اثرها نطرح التساؤل التالي : **كيف يضمن التشريع الرياضي تكوين رياضي ناجح ؟ وهل القانون 04/10 ألية داعمة لتطوير الممارسة الرياضية في الجزائر ؟**

نظرة تحليلية لمؤشرات المنافسة (البدنية والتقنية) في كرة القدم الجزائرية

قمينـــي حفيـــظ: **أستاذ محاضر** أ معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

جامعة محمد الشريف مساعدية – سوق أهراس- الجزائر.

المقدمة :

إن الهدف الأساسي من الدراسة يتمثل في محاولة دراسة وتحليل المؤشرات البدنية والتقنية لبطولة كرة القدم الجزائرية بالقسم المحترف الأول للموسم الرياضي (2015/2014) ومقارنتها بالدراسات الأجنبية، كون أن تحليل المنافسة الرياضية هو السبيل الوحيد لمعرفة المستوى الفني والرياضي للكرة الوطنية.

إجراءاتالبحث :

لقد تم اعتمادالمنهج **الوصفي التحليلي**من خلال انجاز بطاقة ملاحظة بيداغوجية للمنافسات وأجهزة تسجيل وتحليل المباريات، لأجل الوصول إلى تحديد وتحليل المؤشرات البدنية والتقنية لمباريات البطولة الوطنية المحترفة لكرة القدم بالقسم الأول.

حيث شكلت عينة البحث من 30 مقابلة بثت عبر القنوات التلفزيونية الوطنية بمعدل مقابلتين عن كل جولة بمرحلة الذهاب.

الكلمات المفتاحية :مؤشرات، المنافسة، البدنية، التقنية، كرة القدم الجزائرية.

النتائج :

أوضحت نتائج الدراسة قيما متوسطة إلى ضعيفة في المؤشرات البدنية للمنافسة كمؤشر اللعب الحقيقي الذي سجل معدل 48.31% من إجمالي زمن المباراة، وهذا قياسا بمعدله في دراسات أخرى والذي يصل إلى 69% (**فريديريك لومبارتان، 2002).**

من جانب قيمة المؤشرات الفنية للمنافسة الكروية في البطولة الوطنية المحترفة الأولى فهي الأخرى لم ترقى إلى قيم المؤشرات الفنية لبطولات الاحتراف العالمية، فبالعودة إلى نتائج الدراسة سنجد أن مجمل المؤشرات الفنية المعنية بالبحث (عدد الأهداف وأساليبها، فعالية الكرات الثابتة والهجمات المنظمة والمعاكسة، التسديد على المرمى) قد سجلت قيم ضعيفة من حيث الكم والكيف.**G. Cazorla**(2006)

المناقشة :

المسجل خلال الدراسة هو أن قيمة المؤشرات البدنية للمنافسة الكروية في البطولة الوطنية المحترفة الأولى لم ترقى إلى قيم المؤشرات البدنية لبطولات الاحتراف العالمية، ففي كل الدراسات النظرية التي اعتمدنا عليها (**أكرموف(1975)، لوكوتشيوف(1981)، إيريك مومبيارتس (1991)، فريديريك لومبارتان (2002)، جورج كازورلا (2006)**) وجد أن اللعب الحقيقي أو الفعلي يشكل غالبية وقت المباراة.

عكس واقع بطولتنا والتي عوض أن يتفوق اللعب الفعلي للمقابلة بها، سجلنا تفوق اللعب السلبي بفارق حتى ولو كان طفيفا إلا أنه يدل على الضعف البدني للاعبي الكرة الجزائريين

الخلاصة:

في ضوء النتائج المتوصل إليها يمكن القول بأن هذه الدراسة أثبتت صحة فرضيتا البحث، وبالتالي فسياق الفرضية العامة كان صائبا في نهجه كون أن قيم مؤشرات المنافسة الكروية البدنية والفنية لبطولة الاحتراف الوطنية الأولى لم ترقى إلى مستوى قيم مؤشرات البطولات العالمية.

ولهذا السبب علينا إعادة النظر في كثير من الأمور والتفكير العميق في كيفيات تصحيح الوضع الراهن من خلال تبني أسلوب عمل منهجي للجميع (مدربين، مسيرين)، والاعتماد على تصحيح مسار وطرق التكوين في الفئات الصغرى كونها تعد بمثابة خزان بالنسبة للفئات الكبرى حتى نتمكن من مواكبة التطور الحاصل في كرة القدم الحديثة والاستفادة الفعلية من مزايا الاحتراف الرياضي.

المراجع:

- **أمر الله أحمد البساطي**: قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته، دار النشر منشأة المعارف- القاهرة- 1998.
- **علي البيك :** أسس إعداد لاعبي كرة القدم، ،منشأة المعارف، ط1-الإسكندرية،، 2008.
- **محمد نصرالدين رضوان** : الإحصاء الوصفي في علوم التربية البدنية والرياضية، الطبعة الأولى- دار الفكر العربي- القاهرة، 2002.
- **Akramov. R. A** (1990) : Sélection et préparation des jeunes footballeurs. OPU, Alger.
- **G. Cazorla** (2006) : Evaluation physique et physiologique du footballeur et orientations de sa préparation physique ;4éme journées Internationales des sciences du sport ; 26-28 Novembre 2006, Actes Edition INSEP.
- **Lambertin .F** (2002) : Football : Préparation Physique Intégrée , ed : Amphora – Paris, Nov 2002.
- **Luchinov. N. M** (1981) : Etat et tendances de développement du football moderne , Revue Annuelle – Football – MCP.
- **Mombaerts. E** (1991) : Football : de l'analyse du jeu à la formation du joueur. Ed Actio – France.
- **Weineck. J** (1997) : Manuel d'entrainement ; traduit de l'allemand par R. Handchuh ; éditions vigot, 4éme édition, Paris, 1997.

تأثير استخدام تمرينات البلايومترك في تطوير بيوميكانيكية الأداء مهارة الإسقاط بالريشة الطائرة للشباب

أ.م.د محمد حسين حميدي جامعة ميسان /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

كريمه حسين عليوي/كلية التربوية المفتوحة

م.ب سارة خالد راضي

Summary

The impact of the use of exercises in the development of Byumkanikih Albulaaometruc performance skill paintbrush projection plane for youth

Mohammad Hossein Hamidi Maysan University / Faculty of Physical Education and Sports Science

Karima Hussein Silverline Mustansiriya University / College Open wild

MB Sarah Khaled Radi

Find the Introduction We have included touched researcher where that overlap between the possible mathematical sciences of things affecting flowing in raising performance levels including Albayumkanak science, which contributed to the scientific progress of the Lada motor for humans in general and sports in particular and the main content of this science in the field of physical education is in the study of the causes of the movement occurs, any interested internal and external forces that cause it provides the most appropriate solutions using kinetic analysis, which constitutes the initial hypotheses and introductions of scientific learning to rationalize the relationship of the various sporting events including badminton. Researchers have touched the door in the third to research procedures were the following Alnhawwa. The researchers used the experimental method and design of the two groups equal to the suitability of the nature of the problem to be resolved have been identified research community (8) players who are players elected Maysan province paintbrush plane to the category of young people, and then knead was selected sample Find the way intentional totaling (6) players have accounted for (75%) as was the exclusion of players to Ajraihma exploratory experiment. Sample was divided into two groups a control group and the experimental group and randomly brought together each group (3) player Part IV has been present and discuss the findings of its researchers during the search process and the containment of Title V on the conclusions and recommendations of researchers have concluded a set of conclusions, including
Shall Albulaaometruc exercises that are similar in track motor with motor skill course

of working on the technical functioning of that skill development
-zaor A positive influence in the development of distinctive force as soon as the arms and legs using Albulaaometruc experimental group exercises and all of the tests. The

Recommendations

- It must be trained on the foundations of knowledge of the rules and Albyumkanak and kinetic analysis in addition to other sciences in order for them proper training in accordance with the scientific basis and the correct information

لقد تضمن البحث على المقدمة وتطرق الباحث فيها الى ان التداخل بين العلوم الرياضية الممكنة من الأمور المؤثرة التي تصب في رفع مستويات الاداء ومنها علم البايوميكانيك الذي أسهم في التقدم العلمي للادا الحركيللإنسان بشكل عام والرياضي بشكل خاص وان المحتوى الرئيس لهذا العلم في مجال التربية الرياضية يتمثل في دراسة أسباب حدوث الحركة ، أي يهتم بالقوى الداخلية والخارجية المسببة لها ويقدم انسب الحلول باستخدامه التحليل الحركي الذي يشكل الفروض والمقدمات الاولية ذات العلاقة العلمية لترشيد التعلم لمختلف الفعاليات الرياضية ومنها الريشة الطائرة . وقد تطرق الباحثون في الباب الثالث الى إجراءات البحث وكانت على النحوا التالي. استخدمت الباحثون المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئة لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها وقد تم تحديد مجتمع البحث من (8) لاعبين وهم لاعبي منتخب محافظة ميسان بالريشة الطائرة لفئة الشباب ,وبعد دلك تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (6) لاعبين وقد شكلت نسبه (75%) اذ تم استبعاد لاعبين لإجرائهما التجربة الاستطلاعية. وتم تقسيم العينة الى مجموعتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية وبشكل عشوائي وقد ضمت كل مجموعة (3)لاعباما الباب الرابع فقد تم عرض ومناقشة النتائج التي توصل لها الباحثون خلال عملية البحث واحتواء الباب الخامس على الاستنتاجات والتوصيات وقد استنتج الباحثون مجموعة من الاستنتاجات منها

-أن تمارين البلايومترك التي تتشابه في مسارها الحركي مع المسار الحركي للمهارة تعمل على تطوير الأداء الفني لتلك المهارة

–ظهور تأثير إيجابي في تطور القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين باستخدام تمارين البلايومترك للمجموعة التجريبية ولكافة الاختبارات. وكانت التوصيات

- يجب على المدربين الإلمام بأسس وقواعد البيوميكإنيك والتحليل الحركي بالإضافة الى العلوم الأخرى لكي يتسنى لهم التدريب الصحيح وفق الأسس العلمية والمعلومات الصحيحة.

علاقة سرعة الاستجابة الحركية بدقة أداء الضرب الساحق المستقي بالكرة الطائرة

أ.د حازم موسى عبد حسون /جامعة القادسية أ.م.د محمد حسين حميدي/جامعة ميسان

اشتمل البحث على خمس أبواب واحتوى الباب الاول على المقدمة وتطرق الباحثان الى تمثل لعبة الكره الطائرة مكانة متميزة في العالم وما تزال تنال شعبية والإعجاب الجماهيري عند متتبعي الرياضة , فقد أولى الباحثون في مجال التربية الرياضية هذه اللعبة اهتماماً كبيراً أدى إلى رفع مستواها وزيادة الإقبال على ممارستها وجعلها لعبة مثيرة ذات الانتشار الواسع .وتتميز لعبة الكرة الـــطائرة بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة ,اذ يتم الانتقال من الدفاع إلى الهجـــــوم وبالعكس بسرعة عاليه مما يتطلب اعداداً بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً تمكـــن ألاعبينمن السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الأمثل ((إن طبـيعة الأداء في لعبة الكرة الطائرة يتميز بالإيقاع السريع فضلاً عن مهاراتها المتتالية والمتسلسلة التي تتطلب مستوى عال من الدقة في الأداء, وعقلية تتناسب مـــع المتغيرات الـتي تشهدها المباريات لاسيما الحاسمة منها والمتقاربة النتائج)) 0وهدف البحث الىالتعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية بأداء الضرب الساحق المستقيم بالكرة الطائرة 0اما فروض البحث

توجد علاقة ارتباط طردية عالية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة الضرب الساحق المستقيم بالكرة الطائرة 0 اما مجالات البحث

المجال البشري : لاعبوا فريق كلية التربية الرياضية ـ جامعة ميسان ـ المشاركون

في بطولة الجامعات للعام الدراسي 2013-2014.

ـ المجال المكاني :قاعة كلية التربية الرياضية ـ جامعة ميسان .

ـ المجال الزماني :الفترة من 2013/11/15ولغاية 20 / 4 /2014

الباب الثالث : اجراءات البحث

واحتوى على منهجية البحث إذ تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب وكان مجتمع البحث

يتكون من (12) لاعب من منتخب كلية التربية الرياضية جـــــــامعة ميسان ,وتم إعداد استمارة خاصة تتضمن اختبار الضرب الساحق واختبار سرعة الاستجابة الحـركية وتم عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال لعبة الكرة الطائرة,وبعد جـــمع الاستمارات وتفريغها حصلت الاختبارات التالية على أجماع الخبراء اختبار سرعة الاستجابة الحركية (نيلسون) , اختبار الضرب الساحق ,أما الوسائل الإحصائية المستخدمة فهـــــي الوسط الحسابي, النسبة المئوية,الانـــــحراف المعياري , معامل الارتباط البـــــسيط (بيرسون)

وحتوى الباب الرابع على عرض النتائج ومناقشتها

تناول هذا الباب عرض نتائج المعالجات الإحصائية وتبويبها في جدولي ,إذ تم عـــرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والارتباطات بين متغيرات البحث ,ومن ثم تم مناقشتها بأسلوب علمي دقيق المدعوم بالمصادر ذات العلاقة بموضوع الدراسة بغــية تحقيق أهداف البحث 0اما الباب الخامس احتوى على الاستنتاجات التي خرج بها الباحث من خلال دراسته وهي :

-وجود علاقة ارتباط طردية بين سرعة الاستجابة الحركية والضرب الســـــحق المـــستقيـــــم .

- وجـــــود تطـــــور فـــــي صـــفة السرعـــــة لـــدى إفـــــراد عينــة البحـث.

وقد وضع الباحثان مجموعة من التوصيات :

-التركيز على تطـوير المهارات الأساسية والقدرات البدنية والحركية لدى إفراد عينة البحـــــــــــــث .

-دراســة العلاقــات بين صفات بدنية أخـرى والمهارات الأساسية وبعض المتغيرات الخـطـطيـــــة .

-أجراء دراسات وبحوث علميـــــة علــى مهـارات أخرى ومـتغيـرات جديــدة.

Find extract

Relationship motor response speed accurately beating performance overwhelming Moustakfi Volleyball

University of Qadisiyah O.m.d Dr. Hazem Abdel Moussa Hassoun / Mohammad Hossein Hamidi / Maysan University

A search on the five-door and contained the first door on the front and touched the researchers to represent the game of volleyball privileged position in the world and continues to gain popularity and public admiration when followers of the sport, the first researchers in the field of the physical education game attention considerable led to upgrading and increasing demand for exercise and make it an exciting game with the widespread .otaatmaz volleyball game positions and the many changing situations, as is the transition from defense to attack and vice versa at high speed, which requires preparation physically and Mharria and Khttia and psychologically able Olaabinmn control the pitch and act optimally ((the nature of the performance in a game of volleyball is characterized by the rapid rhythm as well as successive and sequential skills that require a high level of accuracy in the performance, and

mental commensurate with variables that witnessed the games which are crucial for the converged results especially)) 0, and the goal of search

To identify the relationship between the kinetic response performance beating crushing the ball straight plane 0 speed either research hypothesesHigh is a positive correlation between the motor response speed and accuracy landslide hit the ball straight plane 0 no relationship with either the areas of research The human sphere: team players exert Faculty of Physical Education University Maysan Participants Starring in universities for the academic year 20,132,014.Spatial area: Faculty of Physical Education Maysan University HallTemporal area: from 15.11.2013 until 04.20.2014 Part III: research proceduresAnd contains the research methodology was used as a descriptive approach and style was the research communityConsists of 12 players from the team Faculty of Physical Education University of Maysan, was prepared Special form includes test batting overwhelming and test motor response speed was Presentation to a group of experts in the field for a game of volleyball, and af er collecting the formsAnd discharged the following tests got unanimity experts test motor response speed) Nelson), beating the crushing test, the statistical methods used are the centerArithmetic, percentage, standard deviation, simple correlation coefficient (Pearson(nd Part IV Htoy to display the results and discussion

This door eating present the results of statistical treatments, compiled in tabular, as has been the media and standard deviations and correlations between research variables, and then discussed in a scientific manner accurate subsidized sources relevant to the subject of study in order to achieve the objectives of the research 0 Lama Part V contains the conclusions drawn by the researcher through his studies, namely:

-ugod A positive correlation between the motor and battery overwhelming response speed straight relationship.

-The presence of the evolution in the recipe speed with sample individuals.

The researchers have developed a set of recommendations:

-turkaz To develop basic skills and physical abilities and motor to the sample individuals.

A study of the relations between the other physical characteristics and basic skills and some tactical changes.

Conduct studies and scientific research on other skills and new variables

إستراتيجية تسيير الأموال لدى النوادي الرياضية في ظل الاحتراف

بين تقشف الدعم العمومي وغياب التمويل الخاص

دراسة ميدانية أجريت على مستوى بعض أندية الرابطة الأولى احترافية

د/رفيق علوان–د/نبيل منصوري–د/لوناس عبد الله: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية–جامعة البويرة

الملخص:

تهدف الدارسة إلى معرفة آلية تحصيل وتسيير الأموال لدى النوادي المحترفة الجزائرية خاصة مع بداية نقص التمويل العمومي وطرق البحث عن أساليب التمويل الخاص في ظل غياب ثقافة تسويقية للنوادي ودعائية للشركات، ونظرا لما أصبح يتميز به التسيير الحالي للنوادي المحترفة عموما من قدرة فائقة على الأداء التسيير المالي والإداري الدقيق وكذا من حيث متابعة تسيير الإدارة الرياضية وتحركات الإداريين تتطلب منه أن يأخذ مكانا مناسبا للتسيير المتكامل ولهذا أصبح لزاما على الإداريين الإلمام المعرفي بالأسس العلمية الحديثة أثناء واختيار المبادئ أو العناصر الفعالة لتحقيق أهدافهم المنشودة، وهذا الهدف التي تسعى الأندية الجزائرية لبلوغه منذ سن قوانين الاحتراف الرياضي إلى تطبيقه ميدانية سواء من حيث التسيير البشري أوالإداريأو المالي .

وفي ضوء ذلك جاءت دراستنا لتوضح أهم الاستراتيجيات المتبعة من طرف إداريي النوادي المحترفة الجزائرية في تسيير الأموال من مدخلات ومخرجات وكيف يتصرفون في ظل نقص التمويل الحكومي وما هي استراتجيات البحث عن مصادر تمويلية لذلك من النواحي دعائية وتسويقية ، وفي الشق الميداني للدراسة تم استخدام عينة من 04 نوادي جزائرية في القسم الأول الممتاز و04 نوادي في القسم الثاني الممتاز. وتم تصميم استمارة استبان للإداريين وكذا مقابلة مع رؤساء نوادي عينة الدارسة ، وفي ضوء النتائج المتحصل عليها أوصى الباحثون على ما يلي :

1- التطبيق الفعلي لمضامين قانون الاحتراف بتحويل النوادي الرياضية الى مؤسسات تجارية من اجل التقليل من نفقات الدولة على النوادي.
2- الاعتمادي على إستراتيجية دعائية وتسويقية من اجل جلب الأموال للنوادي
3- تسقيف أجور اللاعبين والإعلان عنها لدى الضمان الاجتماعي من اجل الحد من تبذير الأموال.

الكلمات الدالة:الإستراتيجية–تسيير الأموال–الدعاية والتسويق–الاحتراف–النوادي الرياضية

"نظم المعلومات وعلاقتها باتخاذ القرار لدى مدراء المركبات الرياضية "

إعداد: –أ/لعياضي عبد الحكيم، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ،
جامعة سوق أهراس –الجزائر–
–د/بوخرص رمضان ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
جامعة المسيلة –الجزائر–
–أ/علون سعاد جامعة أسيوط –مصر
الايميل :layadiabdelhakim@yahoo.fr

نوعية المداخلة:
مجال البحث:تسيير رياضي
الكلمات الدالة:النظام،المعلومات، نظم المعلومات،القرار، اتخاذ القرار ، المدراء ، المركبات الرياضية .
صيغة البحث:حائطية.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلىمعرفة العلاقة بين تدفق المعلومات وعملية اتخاذ القرار لدى مدراءمدراء المركبات الرياضية وكذاالعلاقة بين نظم المعلومات في دعم اتخاذ القرارات لدى مدراء المركبات الرياضية،ومعرفةالعلاقة بين مستوى نوعية المعلومات وعملية اتخاذ القرار ،استخدمنا الاستبيان كأداة لجمع المعلومات،يتكون مجتمع الدراسة من جميع مدراء المركبات المتعددة الرياضات لولاية برج بوعريريج و ولاية المسيلة وحسب مديري ديوان المركبات المتعددة الرياضات للولايتين عينة الدراسة عددها44وهي مسحية،كما استخدامنا المنهج الوصفي وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه و ايجابية قوية بين تدفق المعلومات و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية،ووجود علاقة ارتباطيه ايجابية قوية بين نظام المعلومات المستخدم و عملية اتخاذ القرار،وعلاقة ارتباطيهإيجابية و قوية بين مستوى نوعية المعلوماتوعملية اتخاذ القرار .

1–مقدمة وإشكالية الدراسة:

يعتبر مدراء المركبات الرياضية المحور الأساسي في المؤسسات الرياضيةفي نجاح المشاريع والبرامج الرياضية ،وذلك إذا توفر لهم المناخ المناسب من مختلف الموارد و الإمكانات بغرض الوصول إلى أرقى مستويات الأداء وتطوير جودة الخدمات وضمان استقرارها وقدرتها التنافسيةوهذا بفضل اتخاذ القرارات الراشدة والصائبة على مستوى المنشات الرياضية .

و تعتبر نظم المعلومات نظم عمل و إدارة مندمجة مع تدفقات العمل في جميع المستويات الإدارية ، بحيث تمثل العمود الفقري في جميع المستويات الإدارية ، وكثير من المنظمات تعتبر المعلومات موردا من موارد المنظمة حيث تشكل المادة

الأولية لاتخاذ القرارات التي يحتاجها الإداري في أي مستوى من مستويات المنظمة و السبب في ذلك يعود إلى حاجة المنظمات إلى المعلومات ، وفي ظل عملية اتخاذ القرار كنشاط كثيف المعرفة فمن الضروري معرفة نماذج نظم المعلومات و دورها في ربط العلاقة بين البيانات،المعلومات و المعرفة و دور هذه العناصر الثلاث في اتخاذ القرار وتحسين أداء المنظمة الرياضية.وهذا من منطلق أنأداء المنظمات يعتمد بشكل كبير على جودة قراراتها.

و قد تزايدت أهمية نظم المعلومات نظرا لحاجة أنواع المنظمات المختلفة لها فلم تعد المعلومات قاصرة على المنظمات الأعمال فقط، بل تعدت ذلك إلى المنظمات الإدارية التي لا تهدف إلى الربح مثل الجامعات، المستشفيات والإدارة الرياضية ، فهذه المنظمات مثلها مثل منظمات الأعمال ، بحيث يحتاج كلا النوعين من المنظمات إلى نظم المعلومات يمكنها من اتخاذ قرارات على أسس سليمة.(أبو رمضان،2000،ص 49).

وهذا ما جعل عملية اتخاذ القرار تكتسب أهمية بالغة في العصر الحديث خاصة بعد إنأصبحت المركبات الرياضية تعمل بموارد كثيرة و معدات ضخمة ،وتستخدم أموالا طائلة،فغدت القرارات في مجال الإدارة الرياضية بمثابة المحرك الحقيقي لنشاط المنظمات ،و نقطة الانطلاق نحو إنجاز الأهداف و النجاح فيها.

هذا ما أكدهأللوزي: بأنها" استخدام المنهجية العلمية و التحليل الكمي لاختيار بديل من البدائل ،شريطة أن يحقق هذا البديل المنفعة الأكثرللأفراد و التنظيمات الإدارية" (موسى اللوزي،1999،ص31).

ولذلك فإن اتخاذ القرارات الإدارية من المهام الجوهرية والوظائف الأساسية للمدير إذأن مقدار النجاح الذي تحققه أية منظمة رياضية إنما يتوقف في المقام الأول على قدرة وكفاءة القادة الإداريين وفهمهم للقراراتالإداريةوأساليباتخاذها ، وبما لديهم من مفاهيم تضمن رشد القرارات وفعاليتها وتدرك أهمية وضوحها ووقتها ، وتعمل على متابعة تنفيذها وتقويمها(خلاصي مراد،2007،ص54).

وتعتبر نظم المعلومات الرائد الأساسيلاتخاذالقرارات، ويتفق الجميع على أنها الوقود المحرك للمؤسسات والأفراد وكذا تكنولوجيا الحاسوب بالإضافةإلى المعلومات يلعبان دور ا أساسيا في حل المشكلات الإدارية التي أصبحتأكثر تعقيدا، ونتيجة ذلكأصبح لدى العديد من مدراء المنظمات الميل إلى تحويل النشاطات الإدارية التقليدية لكي تدار عن طريق ما توصلت إليه التكنولوجيا الحديثة ، وفق أنظمة إدارية محسوبة لما في ذالك من أثر على سرعة وجود العمل (سلطان إبراهيم،2000،ص52).

ويعتبر نظام المعلومات "نظام متكامل للإنسان و الآلة ،يوفر المعلومات اللازمة لتدعيم وظائف التشغيل،الإدارة و اتخاذ القرارات في المنظمة" (j.power,2003,version2) و يتكون نظام المعلومات من" الحاسب الآلي،و برامج التشغيل، و الإجراءات اليدوية، و النماذج الخاصة بالتحليل و التخطيط و إتخاذ القرارات، و قاعدة البيانات"(منال محمد الكردي،2001،ص185).

كما أن نظم المعلومات ما يميزها أنها آلية و يدوية حيث تم الاتفاق على أنها "عملية اتصال يتم من خلالها تجميع البيانات و تشغيلها و تخزينها ونقلها للأفراد المناسبين داخل المنظمة بغرض توفير المعلومات اللازمة لاتخاذ القرارات و يتكون ذلك النظام من شخص واحد على الأقل ،له نمط نفسي معين،و يواجه مشكلة ما،داخل نسق تنظيمي معين،

ويحتاج حلها لوجود بعض الحقائق (المعلومات) والتي يتم توفيرها من خلال وسيلة عرض معينة"(منال محمد الكردي،2001ص187).

لا يختلف اثنان على أهمية المعلومات بالنسبة لعملية اتخاذ القرار ، وليس ذلك بجديد ، وليس بجديد أيضا الاستفادة من هذه المعلومة في إطار نظم ما. إن ما يعتبر جديدا أن يطلب متخذ القرار معلومة على درجة عالية من الجودة و الدقة و الحداثة و الملائمة لعل قراره هادفا و مميزا، ويبتكر نظما متطورة مبنية على الحاسب لتسهيل الحصول عليها.

هذا ما دفعنا لدراسة هذا الموضوع و معرفة طبيعة نظام المعلومات المستخدم في القرارات التي تصنع من قبل مدراء المؤسسات الرياضية، و العلاقة بينهما و مدى تطبيق المعلومات في صناعة القرارات، حيث تكون القرارات الايجابية هي وليدة الحاجة للمتطلبات و الحاجات الأساسية في نظم المعلومات الإدارية دون التردد في تنفيذ القرارات التي تكون مؤثرة على مستوى الإنجاز الرياضي و يضمن جودة ومستوى راقي للأداء والخدمات في المؤسسات الرياضية.

و لقد ركزنا في بحثنا على المركبات الرياضية لدراسة نظم المعلومات و عملية اتخاذ القرار لأهمية ذلك في الإدارة الرياضية ،و النقص التي تعاني بعض الإدارات من موارد مادية و تقنية ،و سوء الاستغلال و قلة المستخدمين الأكفاء ،و استخدامالطرق التقليدية و اليدوية وهذا ما يؤثر سلبا في اتخاذ القرارات ، وجاءت هذه الدراسةلتبين أهمية نظم المعلومات في اتخاذ القرارات الرشيدة للرقي بمستوى الأداء بالمؤسسات الرياضية ،وانطلاقا مما ذكرناه نصل إلى طرح التساؤل العامعلى النحو التالي :هل لنظم المعلومات علاقة في تحسين عملية اتخاذ القرار لدى مدراء المركبات الرياضية لولايتي المسيلة و برج بوعريريج ؟

2-التساؤلات الفرعية :

-هل توجد علاقة بين تدفق المعلومات وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية ؟

- هل توجد علاقة بين نظام المعلومات المستخدم وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية ؟

-هل توجد علاقة بين مستوى نوعية المعلومات وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية ؟

3- أهداف الدراسة:

-معرفة علاقة بين تدفق المعلومات وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية .

-معرفة العلاقة بين نظم المعلومات في دعم اتخاذ القرارات لدى مدراء المركبات الرياضية.

-معرفةالعلاقة بين مستوى نوعية المعلومات وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية .

4 أهمية الدراسة:

تعالج الدراسة أحد أهم عناصر إدارة المؤسسات الرياضية ألا وهو اتخاذ القرار حيث تحاول إبراز سبل التعامل مع المعلومات ، وأهمية عملية اتخاذ القرارات،باعتبارها جوهر العمليةالإدارية و محورها الأساسي والفعال ،وتبين إسهامات كل من تكنولوجيا ونظم المعلومات الإدارية في صناعة القرارات الرشيدة والصائبة .

5-فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

لنظم المعلومات علاقة في تحسين عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية لولايتي المسيلةوبرج بوعريريج.

الفرضيات الجزئية:

-توجد علاقةإرتباطيةإيجابية بين تدفق المعلومات وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية.

-توجد علاقة إرتباطية ايجابية بين نظام المعلومات المستخدم وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية.

-توجد علاقة إرتباطيةإيجابية بين مستوى نوعية المعلومات و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات.

6-الكلمات الدالة :

-النظام:تعريف "شارلس" و "شودربك":" النظام هو من الأجزاء تربط بعضها البعض و مع البيئة المحيطة بها، وهذه الأجزاء تعمل كمجموعة واحدة من أجل تحقيق أهداف النظام"(الدهراوي،كمال الدين،2003،ص40).

إجرائيا:النظام هو عبارة عن تفاعل مجموعة من العناصر مع بعضها البعض ،وأيضا مع بيئتها الخارجية و التي تكون منسقة لأداء مهمة معينة.

-المعلومات:

تعرف المعلومات على أنه بيانات تم تصنيفها و تنظيمها بشكل يسمح باستخدامها و الاستفادة منه في كل أنشطة المؤسسة و بالتالي فيكون للمعلومات معنى ومدلول، و بإمكانها أن تؤثر في ردود الأفعال و سلوكيات من يستقبلها (إبراهيم سلطان،صونيا بكري،2001،ص111).

تعريف سليم الحسنية بأنها " البيانات التي خضعت للمعالجة و التحليل و التفسير بهدف استخراج المقارنات و المؤشرات و العلاقات التي تربط الحقائق و الأفكار و الظواهر بعضها بعض".(سليم الحسنية ،1998 ، ص39).

-إجرائيا :

المعلومات هي البيانات المنتظمة و المعروضة بشكل يجعلها ذات معنى للشخص الذي يستلمها، و هي ذات قيمة حقيقية للمستخدم، و تساعد في عملية صنع القرار و حل المشاكل، وتقدم إضافة للمعرفة الموجودة لديه حول الظاهرة أو حدث أو مجال معين، فالمعلومات تخبر المستخدم شيء ما لا يعرفه أو لا يمكن توقعه.

- نظام المعلومات :يعرفه كنيفان بأنه "عبارة عن أسلوب منظم لجمع المعلومات عن الماضي و الحاضر لكي تساعد في التنبؤ بالمستقبل و الخاصة بالعمليات المنظمات الداخلية و البيئة الخارجية لمساعدة المنظمة في اتخاذ القرارات الخاصة بالتخطيط و الرقابة و العمليات الأخرى(علاء عبد الرزاق السلمي،وآخرون،2001،ص24).

و يعريفه كانتر :" النظم التي توفر للإدارة معلومات أفضل نوعية و أفضل توقيت و أدق اختبار وأكثر توثيقا للمساعدة في عمليات صنع و اتخاذ و تنفيذ القرارات الإدارية و مراقبة عملية التنفيذ.(صبرينة عز الدين،2002، ص28).

–إجرائيا: نظام المعلومات هو مجموعة العناصر البشرية و الإجراءات و المصادر تتفاعل مع بعضها البعض و مع بيئتها بهدف توفير المعلومات إلى صانعي القرار في المنظمة مما يساعدهم على تحقيق الأهداف و حل المشاكل التي تواجههم.

–القرار: يعني التوصل إلى نتيجة أو حل لمشكلة قائمة أو لمواجهة مواقف محتملة الحدوث أو لتحقيق أهداف مرسومة(أبو رمضان،2000،ص102).

-تعريف معهد Alexander Hamilton:"القرارهو الإجابة عن سؤال يدور حول حقائق مبهمة تؤدي إلى توضيح الحقائق لاستخلاص الإجابة النهائية.(غزازي عمر،2007،ص103).

-أما كنعان نواف فعرفه بأنه" مسار فعل يختاره متخذ القرار باعتباره أنسب وسيلة متاحة أمامه لإنجاز الهدف أو الأهداف التي يبتغيها"(كنعان نواف،2001،ص19).

–إجرائيا :القرار هو وسيلة اختيار مدرك و واع لأحسن البدائل المتاحة محققا لأكبر عائد و بأقل تكلفة أو محققا لأهداف المطلوبة.

– اتخاذ القرار:"هو تحليل و تقييم لكافة المتغيرات المشتركة و التي تخضع بمجملها للتدقيق و التمحيص بحيث يتم إدخالها و إخضاعها جميعها للقياس العلمي و معادلات البحث العلمي و النظرية العلمية و الأساليب الكمية الإحصائية للوصول إلى حل أو نتيجة.وأخيرا إلى استنتاجات و توصيات لوضع هذا الحل أو الحلول في مجال التطبيق العملي و حيز التنفيذ"(ظاهر الكلالدة،1997،ص31).

وتعريف هيربرت سيمون " أن اتخاذ القرار هو قلب الإدارة و أن مفاهيم نظرية الإدارة يجب أن تكون مستمدة من منطق سيكولوجية الإنساني ، و يضيف بأن عملية اتخاذ القرار هي بمثابة عملية البحث عن حل و يبسط للمشكل المطروح" . (Herbert.Simon,1983 ,p325).

–إجرائيا: هي عملية عقلية هامة قد تكون بسيطة أو معقدة يتوسل المرء للوصول إلى اختيار أو انتقاء سبيل أوامر أو فكرة لإبدال يواجهها ليصل إلى الهدف الذي يريده المدير أو متخذ القرار.

الدراسات السابقة:

1–دراسة أحمد عبد الهادي شبير2006 :بعنوان "دور المعلومات المحاسبية في اتخاذ القرارات الإدارية " هدفت هذه الدراسة إلى تحديد و بيان دور المعلومات المحاسبية في اتخاذ القرارات الإدارية في الشركات المساهمة العامة في فلسطين،استخدام أداة الاستبيان لجمع المعلومات ، و المنهج الوصفي التحليلي، و من أهم النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة: للمعلومات المحاسبية دور هام و حيوي عند اتخاذ القرارات الإدارية في الشركات المساهمة ،تتوافر الخصائص و المتطلبات الأساسية في المعلومات المحاسبية التي يتم الاعتماد عليها في اتخاذ القرارات الإدارية.

2–دراسة أبو رمضان 2000: بعنوان " تقييم دور نظم المعلومات الإدارية في صنع القرارات الإدارية" و هدفت إلى دراسة موضوع نظم المعلومات الإدارية بصفة عامة و تقييم دور هذه النظم في صنع القرارات الإدارية ، و توصلت الدراسة إلى هناك استخداما يتراوح ما بين المتوسط و العالي لنظم المعلومات الإدارية من قبل المديرين في

الجامعة الأردنية في صنع قراراتهم الإدارية ، و أن هناك علاقة بين دقة المعلومات التي يقدمها نظام المعلومات الإداري في الجامعة الأردنية و بين استخدام المديرين لهذه النظم في صنع قراراتهم الإدارية، وأن هناك علاقة بين الكفاية الكمية للمعلومات التي يقدمها نظام المعلومات الإداري في الجامعة الأردنية و استخدام المديرين لهذا النظام في صنع قراراتهم، حيث أظهرت نتائج الدراسة الميدانية أن هذه العلاقة قوية.

3-دراسة (Cheney) و(Dickson)(1982)، هدفت إلى تقييم أثار نظم المعلومات المبينة على الكمبيوتر على المستخدمين وعلى بيئات اتخاذ القرار من خلال التعرف على خصائص دائرة نظم المعلومات الإدارية وعلى نظام المستخدم .حيث توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

– عملت نظم المعلومات المحسوبة على تغير وتعزيز مستويات الرضا ، درجة اتخاذ القرارات المبرمجة ، ثبات بيئة القرار، وقدرة الاستفادة من نظم المعلومات،وأدى استخدام نظم المعلومات إلى زيادة درجة برمجة قرارات المستخدم وزيادة درجة الثبات في بيئة قرار المستخدم.

4-دراسة (Carneriro، 2001) في البرتغال، عن كيفية الاستفادة من نظم دعم القرارات الجماعية في اختيار البديل الأفضل من بين مجموعة من البدائل المقترحة، وزيادة فعالية القرارات الجماعية ، وقد هدفت الدراسة إلى تحديد مراحل عملة اتخاذ القرار ،وتوضيح العلاقة بين خصائص المعلومات، وتقيم بدائل القرار،نظام دعم القرارات في إطار إدارة قاعدة البيانات، إضافة إلى إبراز أهمية نظام دعم القرارات الجماعية في عملية اتخاذ القرارات في حالة تواجد متخذي القرارات في مواقع جغرافية مختلفة.

وتوصلت هذه الدراسة إلى إن المعلومات المتحصل عليها من قاعدة البيانات تسمح بتحسين عملية اتخاذ القرارات وزيادة فعاليتها، وان استخدام نظام دعم القرارات الجماعية يعزز المشاركة في عملية اتخاذ القرار ويزيد من فعاليتها، من خلال السماح لكل متخذ قرار بإبداء راية في تقيم البدائل، من منطقته الجغرافية باستخدام شبكات الحاسوب.

الإجراءات الميدانية للدراسة:

1-الدراسة الاستطلاعية:

هدفت لمعرفة واقع استخدام نظام المعلومات في المركبات الرياضية،ومعرفة دور نظام المعلومات في اتخاذ القرار ،وكيفية تدفق المعلومات و توصلنا إلىأن معظم المركبات الرياضية تشتكي من نقص في الوسائلوالتجهيزات اللازمة.

2-منهج الدراسة:استخدامنا المنهج الوصفي.

3-مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع مدراء المركبات المتعددة الرياضات لولاية برج بوعريريج و ولاية المسيلة وحسب مديري ديوان المركبات المتعددة الرياضات و مديري ديوان مؤسسات الشبابللولايتينعينة الدراسة عددها44وهي مسحية.

4-أدوات جمع البيانات و المعلومات:اعتمدنا في دراستنا على استمارةاستبيان لجمع المعلومات و البيانات.

* **درجاتالاستبيان:** يشملالاستبيانعلى 05 درجاتموافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق،غير موافق بشدة.

4-صدق الأداة:

4-1 الصدق الظاهري:

للوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف الدراسة، وباستخدام طريقة استطلاع أراء المحكمين،تم عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء فقد تم حذف بعض منها وإضافة أخرى لتعديله وتحكيمه .

4-2 صدق الاتساق الداخلي:

للتأكد من صدق الاتساق الداخلي لعبارات ومحاور أداة الدراسة ، تم حساب معامل الارتباط بين العبارة ومجموع المحور والمجموع الكلي للاستبيان، حيث جاءت معاملات الارتباط جميعها موجبة مما يدل على وجود تجانس داخلي بين عبارات هذه المحاور.

5-ثبات الأداة :

5-1طريقة التجزئة النصفية:

لقد كان معامل الارتباط بين جزئي كل محور من محاور الاستبيان ينحصر بين 0.914و0.994، كمايتميزكلنصفمنمحاورالأداءبثبات عال.

5-2-معاملالثباتكرونباخ α:

معامل الثباتالكليلاستبيانالدراسةبلغ0.996،وهومعاملثباتمرتفعوداإلحصائياعند مستوىالدلالة . 0.05 ممايدلعلىإمكانيةثباتالنتائج.

6-الأساليب الإحصائية :

استخدمنابرنامجالزمرالإحصائيةللعلومالاجتماعية إصدار التاسع عشر)(spss19،

– المتوسطالحسابي،والانحرافالمعياري ومعامل الثبات كرونباخ α،والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

– معامل الارتباط سيبرمان براون،**و**معامل الارتباط بيرسون.

عرض وتحليل النتائج وتفسيرها :

1- هل توجد علاقة بين تدفق المعلومات وعملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية؟

الارتباط بين بعد تدفق المعلومات و عملية اتخاذ القرار يعد ارتباطا قويا جدا و موجبا إذ بلغ معامل الإرتباط0.934

توجد علاقة ارتباطيه و ايجابية قوية بين تدفق المعلومات و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية".

2- هل توجد علاقة بين تشخيص نظام المعلومات و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية؟

الارتباط بين نظام المعلومات و عملية اتخاذ القرار دال عند مستوى 0.01 حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون 0.963

توجد علاقة ارتباطيه ايجابية قوية بين نظام المعلومات المستخدم و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية". وهذا ما يتفق مع دراسة أبو رمضان.

3- هل توجد علاقة بين مستوى نوعية المعلومات و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية؟

الارتباط بين بعد مستوى نوعية المعلومات و عملية إتخاذ القرار يعد بدوره ارتباطا قويا جدا و موجباعند مستوى دلالة **0.01** إذ بلغ معامل الإرتباط**0.912**

توجد علاقة ارتباطيهإيجابية و قوية بين مستوى نوعية المعلومات و عملية اتخاذ القرار من وجهة نظر مدراء المركبات الرياضية".

-اقتراحات:

- ضرورة السعي وراء مواكبة التطور في نظم و تكنولوجيا المعلومات المستخدمة في المؤسسات الرياضية، وذلك من خلال تطوير نظام المعلومات المركب الحالي بإدخال عناصر أنظمة تجهيز مكاتب و نظم دعم القرارات و نظم المعلومات الإدارة العليا بدء باستغلال الإمكانيات غير المستغلة للنظام الحالي و مرورا بتزويده بتجهيزات و برامج أكثر تطورا، و هذا للاستفادة من ميزات هذه النظم و هذه التكنولوجيا في إنتاج قرارات ذات فعالية عالية.

- السعي إلى توسيع نظام معلومات جغرافيا إلى كامل هياكل المركبات الرياضية للقضاء على ظاهرة نقل المعلومات عبر وسائط نفل تنقلها وسائل مكلفة أساسا بنقل البضائع(الشاحنات، السيارات)، وبالتالي تجنب مخاطر التي تنطوي عليها هذه الطرق و الحصول على الميزات التي يوفرها النظام،من وقت، وأمن و اقتصاد في تكلفة الهاتف .

-السعي إلى إدخال مقياس نظم المعلومات الإدارية كمقياس إجباري في البرامج التعليمية الجامعية، خاصة في اختصاص الإدارة و التسيير الرياضي لمنح الطلبة خلفية نظرية حول (عملية إتخاذ القرار) ودور نظم المعلومات و تكنولوجياتها في زيادة و كفاءة و فعالية هذه الوظيفة.

- إنشاء مصلحة تتكفل بهذا النظام و تعمل على تطويره و تفعيله و إكسابه مرونة عالية و سهولة استخدام بشكل يعزز نوعية المعلومات بما يخدم عملية اتخاذ القرارات، وكذا أهداف المؤسسة و يسمح لها بتحقيق إستراتجياتها.

قائمة المراجع:

1. الحسنية سليم،"مبادئ نظم المعلومات الإدارية"،ط1،مؤسسة الوراق للنشر و التوزيع،عمان،الأردن،1998.
2. الطائي محمد عبد حسين آل فرج، "المدخل إلى نظم المعلومات الإدارية"،ط1،دار وائل للنشر،الأردن،2005.

3. طه طارق، "نظم المعلومات و الحاسبات الآلية و الانترنيت"،ب ط ، دار الفكر الجامعي،الإسكندرية،مصر، 2007.
4. كنعان نواف،"اتخاذ القرارات بين النظرية و التطبيق"،مطابع الفرزدق التجارية،الرياض،2001.
5. الكردي منال ،محمد، "مقدمة في نظم المعلومات الإدارية" ، الدار الجامعية للنشر، الإسكندرية ،2001.
6. اللوزي موسى ،"التطوير التنظيمي(الأساسيات و مفاهيم حديثة)"،دار وائل للنشر، عمان، الأردن،ط1 ،1999.
7. المشرقي حسن،"نظرية القرارات الإدارية(مدخل كمي في الإدارة)"،دار الميسرة للنشر و التوزيع ، عمان ،الأردن،1997 .
8. السالمي علاء عبد الرزاق،رياض حامد الدباغ، "تقنيات المعلومات الإدارية"،الطبعة الأولى،دار وائل للنشر،الأردن،2001.
9. الدهراوي كمال الدين،"مدخل معاصر في نظم المعلومات المحاسبية"،الطبعة الثانية،الدار الجامعية،الإسكندرية،2003.
10. سلطان إبراهيم ،صونيا البكري، "نظم المعلومات الإدارية"،الدار الجامعية،مصر،2001.
11. أبو رمضان محمد، "تقيم دور نظم المعلومات الإدارية في صنع القرارات الإدارية في جامعة الأردنية"، رسالة ماجستير غير منشورة،كلية الاقتصاد و العلوم الإدارية،جامعة آل البيت،2000.
12. كنعان نواف،"اتخاذ القرارات بين النظرية و التطبيق"،مطابع الفرزدق التجارية،الرياض،2001.
13. غزازي عمر،"دراسة و تحليل أثر فعالية نظم المعلومات في كفاءة عملية اتخاذ القرارات"، أطروحة دكتوراه ،كلية العلوم الاقتصادية و علو التسيير،جامعة الجزائر ،2007.
14. خلاصي مراد ،" إتخاذ القرارات في تسيير الموارد البشرية و استقرارات الإطارات في العمل" ،رسالة ماجستير، جامعة منتوري ، قسنطينة (الجزائر)،2007.

النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو في المراكز الطبية شرق الوطن

دراسة ميدانيةعلى الأطفال ذوي مرض الربو(9 الى 12سنة)

عقبة دغنوش

الجامعة : معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة الحاج لخضر باتنة

deghnoucheokba@gmail.com

ميمونعيسى

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة الحاج لخضر باتنة

aissa_2m8@yahoo.fr

الكلمات المفتاح:مرض الربو ،النشاط الحركي المكيف.

ا–. مشكلة الدراسة :

ترتكز الرعاية البدنية لمرضى الربوعلى النظرة التي تتزايد بشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة نحو أهمية الرفع من الرعاية البدنية التي يجب أن توليها المجتمعات العربية لأطفالها ذوي مرض الربو بهدف الرفع من مستوى الكفاءة البد نية ,والعمل على الاستفادة من الطاقة الكامنة لديهم وإعدادهم للحياة في مجتمع يستطيعون أن يستغلوا فيه قدراتهم وإمكانياتهم ,ليصبحوا أطفال قادرين على الاستمرارفيأداءمجهودبدنيدونالشعوربالتعب .

وإذا كان توفير الرعاية البدنية لمرضى الربويعد واجبا من واجبات الدولة والمجتمع على مجموعة من أبنائهم ,فان هذا البحث يمثل خطوة في هذا الاتجاه ,باعتبار النشاط البدني الرياضي المكيف يمثل فضاء واسعا في العناية بهذه الفئة من الأطفال, خصوصا وان هذه الفئة يشكون من وجود التهاب في المسالك الهوائية وفرط استجابتها (تشنج قصبي) مما يؤدي إلى انسدادها والربو يصيب الذكور والإناث في جميع مراحل العمر.

ازداد اهتمام العالم المتقدم بمرض الربو نظرا لازدياد انتشار هذا المرض بشكل سريع في الآون الأخيرة، حيث يؤثر المرض على حياة واحد من كل أربع أطفال من أطفال المدن..

لا يتطور الربو إلى انسداد الشعب الهوائية المزمن عادة، ولكن المصابون بالربو ألذين يدخنون لديهم خطورة مرتفعة لتطوير تغييرات مُزمنة في الشعب الهوائية

وان كان الطفل ذوي مرض الربو لا يستطيع اكتساب المهارة التنفسية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء ,لكن ينبغي التأكيد على زيادة السعة

الهوائية :- من المعروف أن معدل التنفس في الدقيقة حوالي من 15-16 مرة /د , ويزيدهذا المعدل في حالة أداء مجهود بدني حتى يمكن إمداد الجسم بكمية اكبر من الأكسجينإلاأن الزيادة في المعدل عند الممارسين تكون اقل من الزيادة عند غير الممارسين فيحالة بذل مجهود بدني مضاعف .

وبالرغم من إن الأطفال ذوي مرض الربو في الجزائر في أمس الحاجة إلى مثل هذا النشاط الرياضي الذي يقوم على الأسس العلمية والمنهجية التي تلائم قدراتهم واستعداداتهم وخصائصهم , إلا أن التربية البدنية التي تتم في المراكز الطبية ما زالت تقوم على أساس الاجتهادات الشخصية للقائمين على هذه الفئة من الأطفال لأن المربين معظمهم ذو مستوى تقني سامي في الصحة الرياضية الذين يفتقرون إلى أنجع الطرق والوسائل المتبعة في هذا المجال .

إن إيماننا القوي بضرورة برمجة النشاط الحركي المكيف لهذه الفئة لما تعانيه من معوقات تنفسية وبدنية ,اجتماعية ,نفسية , ,دفعنا لتسليط الضوء على هذه الفئة من خلال اقتراح برنامج في النشاط الحركي المكيف يتلاءم مع إمكانياتهم وقدراتهم يعمل على تقوية عضلات التنفس وأهمها عضلة الحجاب الحاجز وعضلات ما بينالضلوع التي ترفع من كفاءة وظائف الرئتين والجهاز التنفسي .

وانطلاقا مما سبق فان دراستنا تبحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية :

- هل أن النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسينالمتغيراتالفسيولوجية المتمثلة فيالجهازالدوريمتمثل في النبضوضغطالدمالإنقباضوضغطالدمالإنبساطى؟
- هل أن النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسينالمتغيراتالفسيولوجية المتمثلةفيالجهاز التنفسيفكلامنالسعهالحيويةالمطلقهو السعه الحيويةالنسبية ؟
- هل أن النشاط الحركي المكيف لها اثر في تحسين عضلة الحجاب الحاجز وعضلات ما بين الضلوع التي ترفع من كفاءة وظائف الرئتين والجهاز التنفسي؟

ب-. **ماهية البحث:**

إن موضوع بحثنا هذا يدور حول محور أساسي هو بيان أهمية النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو بالمراكز الطبية في نمو و تنمية كفاءة استخدام الرئتين ولتحقيق ذلك رأينا أن نتطرق إلى نقاط أساسية والتي لها علاقة مباشرة ببحثنا هذا .

لكي نظهر بوضوح هذه الأهمية يبدو لنا أولا أن نعرف الخصائص التكوينية للطفل ذوي مرض الربومن جميع النواحي , والفسيولوجية ,التشريحية ,الحركية والعوامل المسببة لمرض الربو,قبل,أثناء وبعد الولادة ,للوقوف على مدى استعداده لتقبل هذا النشاط والحمل البدني المطبق فيه مما يتماشى مع قدراته البدنية والوظيفية وميوله ورغباته .

وبناءا على هذا يمكننا إظهار بوضوح أهمية النشاط الحركي المكيف لهذه الفئة لتلبية الحاجيات الضرورية اليومية , والمهارات التنفسية ,والعناية بالصحة الجسمية والنفسية لهؤلاء الأطفال .

ومن جهة ثانية نتوجه ببحثنا هذا إلى كل العاملين في حقل تربية ورعاية هذه الفئة وإعطائهم بعض الاقتراحات التي من شأنها أن ترفع اللبس عنها وذلك كونها من الفئات المحرومة من حقها في العيش حياة هادئة كريمة ضمن النسيج الاجتماعي ككل .

ج-. أهداف البحث :

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة اثر النشاط الحركي المكيف على نمو وتنمية كفاءة استخدام الرئتين من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو في المراكز الطبية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم التنفسية والبدنية لرفع من أداء المهارات التنفسية والحركية

,وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى مايلي :

- زيادة التهويةالرئوية مما يساعد على إزالة ثاني أكسيد الكربون

- زيادة حجمالشهيق والزفير وبالتالي زيادة كفاءة الرئتين .

- معدل التنفسأبطأ وأكثر عمقا وسهولة

- سرعة عودة معدلالتنفس للحالة الطبيعية بعد التمرين الرياضي

- زيادة القدرةعلى استهلاك الاوكسيجين

- زيادة حجمالشعيرات في الرئة وزيادة في عدد الحويصلات الهوائية

- زيادة مقاومةالجهاز التنفسي ضد الأمراض الخاصة به

د- . أسباب اختيار الموضوع :

إن الدوافع التي أدت بنا إلى القيام بهذا البحث هو أن الدراسات الجادة حول هذا الموضوع تكاد تكون معدومة خاصة في الجزائر , من خلال الاطلاع على على الدراسات والأبحاث والرسائل والأطروحات في مجال النشاط الرياضي ، فقد لاحظ الباحث أن الاهتمام الأكبر في هذه الدراسات كان منصب على الأطفال في الميدان التربوي بشكل عام ، في حين هناك نقص كبير في الدراسات التي تهتم بالأنشطة البدنية والرياضية للأفراد المعاقين وخاصة ذوي مرض الربو, وبصفتنا متخصصين في علم النشاط البدني الرياضي التربوي وإيماننا القوي بصحة الفرض القائل أن الطفل ذوي مرض الربو داخل المراكز الطبية إذا لم يتمكن من القيام بنشاط بدني على حسب قدراته البدنية والتنفسية ,فان ذلك يعرقل نموه البدني والحسي الحركي ، ونظرا لافتقار هذه المراكز على هذا النوع من النشاط الحيوي جاءت فكرة القيام بهذا البحث لإبراز أهمية النشاط الحركي المكيف داخل المراكز الطبية وأثره على نمو الطفل ذوي مرض الربو من النواحي التنفسية والبدنية والاجتماعية الوجدانية والمعرفية وإشباع حاجاته وميوله إلى اللعب باعتباره احد غرائزه الفطرية التي يجب إشباعها ,بالإضافة إلى ذلك لفت انتباه السلطات المعنية إلى ضرورة الاهتمام بهذا النشاط والعناية بتكوين هؤلاء الأطفال من خلال استغلال وقت فراغهم في نشاطات هادفة وبناءة تساعدهم على التكيف مع مرضهم وكذا توعية المجتمع بصفة عامة والأسرة بصفة

خاصة من اجل تقديم يد العون والمساعدة لهذه الفئة لإدماجها في المجتمع ضمن النسيج الاجتماعي لتقوم بأداء دورها على أحسن وجه .

ومن جهة أخرى هناك باعث شخصي واهتمام خاص بهذه الفئة لأهمية هذا المشكل في الحياة الطفل من حيث القيام بوظائفه الحيوية.

و– . أهمية الدراسة:

على الرغم من أن الإحصائيات المحلية والعالمية تؤكد على تزايد نسبة مرض الربو بشكل كبير تبعا للتطور الصناعي لمناحي الحياة المختلفة ،فان مؤشرات العديد من الدراساتتؤكد نقص البرامج والخدمات التأهيلية والتدريبية ذات الأبعاد البدنية، العلاجية ، والوقائية والترويحية التي يحتاجها الأطفال ذوي مرض الربومما يستدعي الاهتمام والتكفل بهذه الفئة لتذليل العقبات خاصة مع تعقد الحياة ، وصعوبة تكيف هؤلاء مع هذه التطورات التي تتطلب اعاداة النظر في البرامج والمنهاج المتبعة في رعاية هذه الفئة لتواكب وتساير التطورات التي تحدث في العالم .

وعليه فان هذه الدراسة تقوم على العديد من المؤشرات التي تؤكد نتائج البحوث والدراسات الميدانية على ما تملكه البرامج التربية البدنية ، من وسائل قادرة على إحداث تطور إيجابي في البعد الحسي الحركي والنفسي الاجتماعي والمعرفي.

وتبرز أهمية هذه الدراسة في توضيح أهمية الأنشطة النشاط الحركي المكيف كوسيلة بدنية ، علاجيةوقائية في التخفيف من ا لمظاهر السلبية التي يعاني منها مرضى الربو، وقد تمثل نتائجها مؤشرا ايجابيا للأمور التي يجب أن يؤخذ بها القائمين على وضع البرامج النشاط الحركي المكيف.

هـ– . تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لقد وردت في بحثنا هذا مصطلحات عديدة تفرض على الباحث أن يوضحها كي يستطيع القارئ أن يتصفح ويستوعب ما جاء فيه دون عناء أو غموض أهمها:

هـ–1– مرض الربو:

الربو هو مرض في الجهاز التنفسي يتميز بحدوث هجمات متقطعة من ضيق النفس الشديد المصوت صوت تنفسي مسموع يشبه الوزير مع وجود فرط تحسس قصبي لمنبهات مختلفة ومتعددة ثم تزول الهجمة بشكل تلقائي أو بالمعالجة

معدل الانتشار

يصيب الربو أكثر من 5% من سكان الدول الصناعية ، وتظهر 3/2 الحالات قبل سن الخمس سنوات مع غالبية للأطفال الذكور بنسبة الضعف مقارنة مع الإناث

آلية مرض الربو

تضيق شامل في الطرق التنفسية ، خاصة القصيبات الصغيرة والانتهائية مع فرط إفراز مخاط لزج يؤدي لحدوث سدادة مخاطية لزجة صعبة الطرح مع وجود ضخامة في العضلات الملساء في القصيبات الانتهائية

تعريف الجهازالتنفسي:جهازالتنفس يزود خلايا جسم الإنسان بالاكسجين الضروري لأنشطتها، ويخلصها من ثاني أكسيدالكربون (نتاج عملية الأكسدة فيها). يمر هواء الشهيق عبر الرغامى والقصبتين

(شعبتيه الاضيق) إلى الرئتين. وتشمل كل رئةٍ كثيراً من القصيبات الشعرية تنتهيبعددٍ لا يحصى من الحويصلات الهوائية (أو الاسناخ) المبطنةباغشيةٍ رقيقةٍ جداً يجري عبرها تبادل الغازات من الشعيرات الدموية التي تحيط

بالانساخ . وتعمل العضلات الوربية (بين الاضلاع) والحجاب الحاجز (تحت الرئتين) على تشغيل الرئتين كالكير (منفاخ الحداد) ، تسحب الهواءاليهما ثم تدفعه خارجهما في فتراتٍ منتظمة.اذن ان التنفس يتم على مستوى الشعيراتالدموية

القصبهالهوائيه

وهي أنبوب يتكون من غضاريف نصف دائرية تدعم الناحية الأمامية بينماتكون الناحية الخلفية التي يستند أليها المريء مرنة تسمح بمرور الطعام.يبطن القصبهغشاء مخاطي ذو أهداب مهتزة مخاطية تستوقف الغبار، والجزيئات التي ترافقه، ويدفعهانحوالخارج فهذه الأهداب تعمل كالمكنسة .

الرئتان

وتوجد الرئتان في الفراغ الصدري محاطتين بالغشاء البلوري الحشوي داخلحجرة جدارها من الضلوع والقص والعمود الفقري ودعامتهما الحجاب الحاجز.وهما عضوانإسفنجيان مرنان يشتملان على الشجرة القصيبية التي نتجت عن الحويصلاتالرئوية.وينقسم جوف كل حويصلة إلى عدد من التحدبات هي الاسناخ الهوائية التي تزيد

من سعة السطح الداخلي للهواء. تجتمع الاسناخ لتشكل حويصلات، وتجتمع الحويصلاتلتشكل كتلا هرمية الشكل تدعى الفصيصات الرئوية.وتجتمع الفصوص الرئوية وعددها ثلاثةفي الرئة اليمنى وفصّان فقط في الرئة اليسرى._غشاء الجنب (الغشاء البلوري)يحيط بكلرئة غشاء ذو ورقتين يدعى غشاء الجنب، تلتصق الوريقة الداخلية بالرئة بينما تلتصقالوريقة الخارجية بالوجه الداخلي للقفص الصدري وبفضلها تتصل الرئتان بالقفص الصدري.

الأوعية الدموية الرئوية

يخرج الشريان الرئوي من البطين الأيمن فينقسم إلى قسمين ينفذ كل منهماإلى رئة ويسير محاذيا للقصبة الهوائية ويتفرع مثل تفرعها حتى ينتهي في محيط الأسناخ.فيتشكلحولها شبكات شعرية غزيرة، وينتج عن اجتماع الشعيرات فروع وريديه تتلاقى فتشكلوريدين في كل رئة وتخرج الأوردة الرئوية الأربعة وتصب في القلب في الأذين الأيسروبما أن جدران الاسناخ الرئوية رقيقة جدا فيكون الدم فيها وهواء الاسناخ على اتصالمباشر بسطح واسع جدا وتم عندها التبادل الغازي الرئوي.

التعريف الإجرائي: مرض الربو هو أحد الأمراض الشائعة لدي الأطفال ويعرف عند العامة بحساسية الصدر وهو عبارة عن نوبات متكررة تظهر علي شكل ضيق وصعوبة بالتنفس وكتمه وزيادة في معدل التنفس مصحوبة بسعال وأزيز (صفير) بالصدر

وهذه الأعراض ناتجة عن ضيق في الشعيبات الهوائية الناتج عن إفراز مواد كيميائية معينة بالجسم استجابة للمحسسات المختلفة التي يتعرض لها الطفل المصاب ، وتكون المحصلة النهائية لهذا التحسس احتقان في الشعيبات الهوائية مصحوب بإفرازات لزجة تتجمع أيضا داخل الشعيبات الهوائية مما يزيد الأعراض شدة .**هـ– ب–التربية الخاصة :**

–**تعريف ماجدة السيد عبيد** :هي نظام خدمات يقدم برامج تربوية للأطفال الذين يعانون من إعاقة تقلل أو تؤثر في قدرتهم على التعلم في جو تعليمي عادي , فإذا كان هنالك طفل معوق يستطيع الاستفادة من نظام

تعليمي عادي فانه ليس بحاجة إلى تعليم خاص ,فهي تستخدم الفئات مختلفة من الأطفال يتلقون خدمات تربوية خاصة ,كالمعوقين عقليا وجسديا وبصريا وسمعيا ونطقيا والمضطربين نفسيا وبطيء التعلم ومتعددي الإعاقات والموهوبين[23(6)] .

- **تعريف ع المجيد ع الرحمان:** هي فرع من فروع التربية العامة تخص بممارسة المعاملة والتنشئة والتمكين للأطفال المعاقين,وتقوم المعاهد الخاصة بها.
- **. النشاط البدني الرياضي:**

- **تعريف قاسم حسين** : ميدان من ميادين التربية والتربية الرياضية خصوصا, ويعد عنصرا فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بمهارات وخبرات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي ,الوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع[(1)].
- **تعريف أبو العلاء احمد ع الفتاح واحسن نصر الدين سيف** :احد أوجه النشاط عموما ,وهو فعل شعوري لتحقيق هدف الوصول إلى تغييرات نموذجية واقعية للمحيط حسب النتائج التربوية المعينة, ويتميز بأنه يتناول جسم الفرد بنفسه والأدوات الرياضية والخصم القيم الفكرية ومعايير المجتمع والمعلومات العلمية أغراضا له ,فهو يخدم الأهداف الصحية إذا ما تمت الممارسة من احل ذلك ,كما يدرس الترويح عن النفس ,ويخدم المستوى الرياضي العالي إذا ما كان متخصصا ,والأهداف التربوية إذا ما تمت ممارسته في الإطار التربوي المدرسي.[(2)]
- **تعريف أمين أنور الخولي** : " تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البد نية والرياضية التي يقوم بها الإنسان,والتي يستخدم فيها البدن بشكل عام ,وهو مفهوم انثر وبولوجي أكثر منه اجتماعي لأنه جزء مكمل ,ومظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية والنفسية والاجتماعية لبني الإنسان "[(3)].
- **التعريف الإجرائي** : النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من التمرينات والألعاب والمباريات والمسابقات التي يؤديها الفرد داخل المدرسة أو خارجها ,قصد تنمية مهاراته الحركية والبدنية, أو قصد الترفيه والترويح عن النفس في أوقات الفراغ .
- **. النشاط البدني الرياضي المكيف** :

---

(6) ماجدة السيد عبيد:مقدمة في تأهيل المعاقين, دار الصفاء للنشر والإشهار,الطبعة الأولى,عمان2000,ص:75

(1) قاسم حسن حسين: علم النفس الرياضي, مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب, الجزء الثاني ,جامعة الموصل,العراق,1990,ص:65

(2) أبو العلاء احمد ع الفتاح, احسن نصر الدين سيف: فيزيولوجيا اللياقة البد نية,دار الفكر العربي ,القاهرة ,1993,ص :

(3) أمين أنور الخولي :الرياضة والمجتمع,المجلس الوطني الثقافي الأدب والفنون,سلسلة عالم المعرفة, الكويت,1990,ص:

- **تعريف حلمي إبراهيم ليلى السيد فرحات** : يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها,ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم [4] .
- **تعريف ستور(stor)**: نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية ,النفسية ,العقلية ,وذلك بسب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى[5] .
- **التعريف الإجرائي** : النشاط البدني الرياضي المكيف هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدتها ,بحيث تتماشى مع قدراتهم البدنية والاجتماعية والعقلية .
- **. الحاجة** :

– **تعريف فخري الدباغ** :يعرف الحاجة بأنها"نقص شيء معين عند الفرد يؤدي إشباعها إلى استعادة توازنه وتوافقه وسلوكه العادي,وهي بناء افتراضي لا نراه أو نلمسه لكن نستدل عن وجوده من السلوك"[1].

–**تعريف احمد زكي بدوي** :عرف الحاجة على أنها "كل ما يتطلبه الإنسان لسد ما هو ضروري من رغبات أو لتوفير ما هو مفيد لتطوره ونموه ,وبعبارة أخرى هي الدافع الطبيعي أو الميل الفطري الذي يدفع الإنسان إلى تحقيق غاية ما داخلية كانت أو خارجية شعورية أو لا شعورية."[2]

– **تعريف نور برت سلامي** : تعرف على أنها " حالة نفسية أو نفس جسدية لشخص ما يشعر بالنقص فالحاجة تعبر عن نفسها في شكل قلق دائم وتقود الفرد إلى البحث عن إشباع أو تعويض هذا النقص" [3]

– **تعريف محمود عاطف غيث** : تعرف على أنها " حالة من التوتر أو عدم إشباع يشعر بها الفرد تدفعه إلى التعرف متجها نحو الهدف الذي يعتقد انه سوف يحقق الإشباع " .[4]

---

[4] حلمي إبراهيم ليلى السيد فرحات :

(5) A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapes mentale :prient marketing sprl : Belgique :1993:p10...

[1]فخري الدباغ :مقدمة في علم النفس ,وزارة التعليم العالي , جامعة الموصل ,العراق,1982,ص :169

[2] احمد زكي بدوي : معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية , إنجليزي فرنسي عربي ,مكتبة لبنان , بيروت ,1978,ص : 282

[3] Norbert silamy dictionnaire de psychologie;dépôt ;bordas paris; 1983;p.151

[4]محمود عاطف غيث :دراسات في علم الاجتماع العاطفي ,دار المعرفة الجامعية ,الإسكندرية ,1989 ,ص :139

–تعريف بدر الدين كمال ومحمد حلاوة : هي " حالة من النقص والإفقار تقترن بنوع من التوتر والضيق لا يلبث أن يزول بعد زوال النقص سواء كان النقص ماديا أو معنويا".[5]

– تعريف علي راشد : يعرف الحاجة على أنها " نقص أو توتر نفسي أو جسدي لدى الفرد يدفعه إلى التفاعل مع بيئته ليسلك سلوكا يتخلص به من هذا النقص والتوتر ويشبع حاجاته يعيد الاتزان إلى نفسه"[6].

– التعريف الإجرائي : هي نقص أو عجز سواء كان جسمي أو نفسي أو اجتماعي يشعر به الفرد ويدفعه إلى البحث عن تعويض هذا النقص حتى يزول عنه أي اثر قد يحدث بسب عدم تلبية هذه الحاجات

–. الرعاية الاجتماعية :

– تعريف إجرائي :هي نظام اجتماعي ينشا لمساعدة الأفراد والجماعات والمجتمعات لتحقيق مستويات ملائمة للمعيشة ,وهذه الخدمات تستهدف العلاقات الشخصية والاجتماعية التي تسمح للأفراد بتنمية أقصى قدراتهم وتحقيق تقدمهم وتحسين مستوى حياتهم بحيث تتوافق وتتلاءم مع حاجات المجتمع .

ئ– . فرضيات الدراسة :

تنبع فرضيات هذه الدراسة من الملاحظات الميدانية ومن القراءات والدراسات والأبحاث التي دارت في سيكولوجية الأطفال غير العاديين وطرق تدريبهم ومن الترويح للخواص .

تتألف هذه الفرضيات من مجاورين أساسيين سنحاول التحقق منها من خلال التجربة الميدانية التي سنقوم بها وهي على التوالي :

وانطلاقا مما سبق فان دراستنا تبحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية :

– النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسينالمتغيراتالفسيولوجية المتمثلة فيالجهازالدوريمتمثل في النبضوضغطالدمالإنقباضوضغطالدمالإنبساطى.

(5) بدر الدين كمال , محمد سيد حلاوة : رعاية المعوقين سمعيا وحركيا ,المكتب الجامعي الحديث ,الإسكندرية ,2001 ,ص :131

(6) علي راشد : مفاهيم ومبادئ تربوية , دار الفكر , ط1 ,القاهرة , 1993,ص :59

- النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسينالمتغيراتالفسيولوجية المتمثلةفالجهاز التنفسيفكلامنالسعهالحيويةالمطلقهو السعه الحيويةالنسبية .
- النشاط الحركي المكيف لها اثر في تحسين عضلة الحجاب الحاجز وعضلات ما بين الضلوع التي ترفع من كفاءة وظائف الرئتين والجهاز التنفسي.

–منهجالبحثوإجراءاته:

للإجابةعنتساؤلاتالبحث،والتحققمنصحةفروضهسوفيتبعهذاالبحثالمنهجالتجريبي بخطواتهوإجراءاته،وذلكلمناسبتهلطبيعةالبحث.

1-1. المجال المكاني للدراسة:ولايات شرق الوطن

1-2. المجال البشري:الأطفال ذوي مرض الربو ولايات شرق الوطن

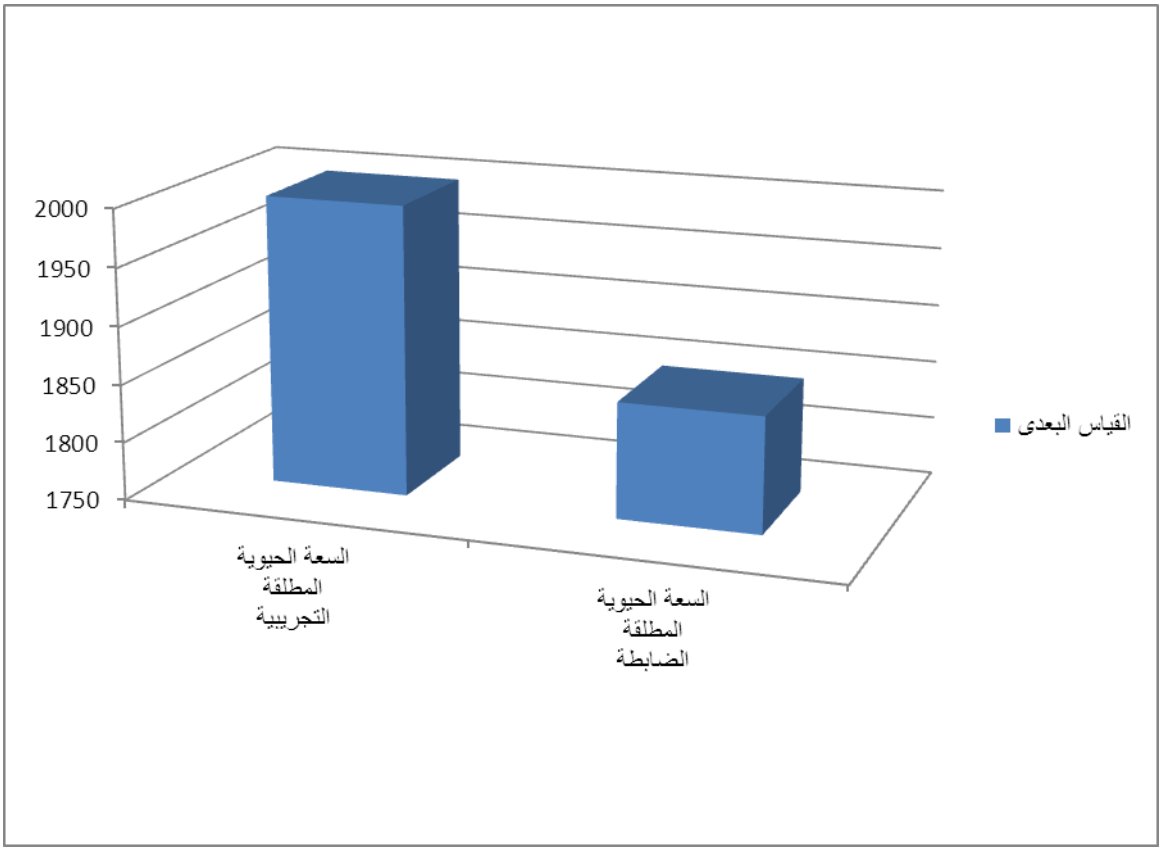
1-2-1. الوسط الاجتماعي :مقبول

1-2-2. السن : 09-12سنة

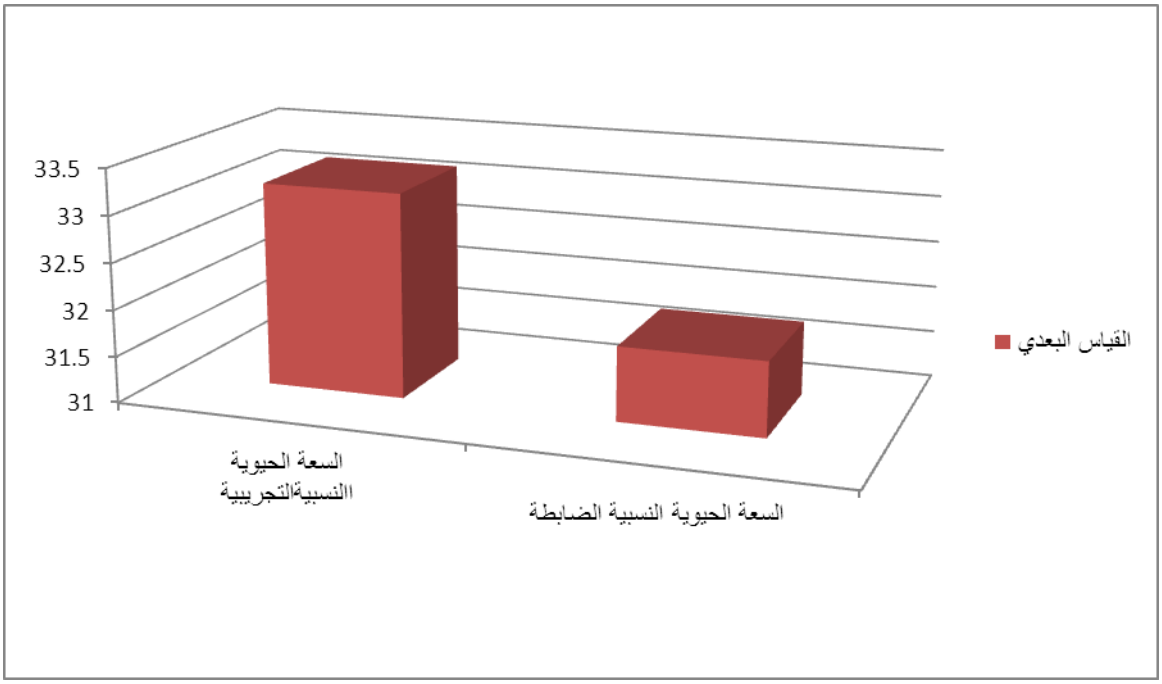
1-2-3. الجنس :ذكور

1-2-4. الحالة الجسمية :مقبولة

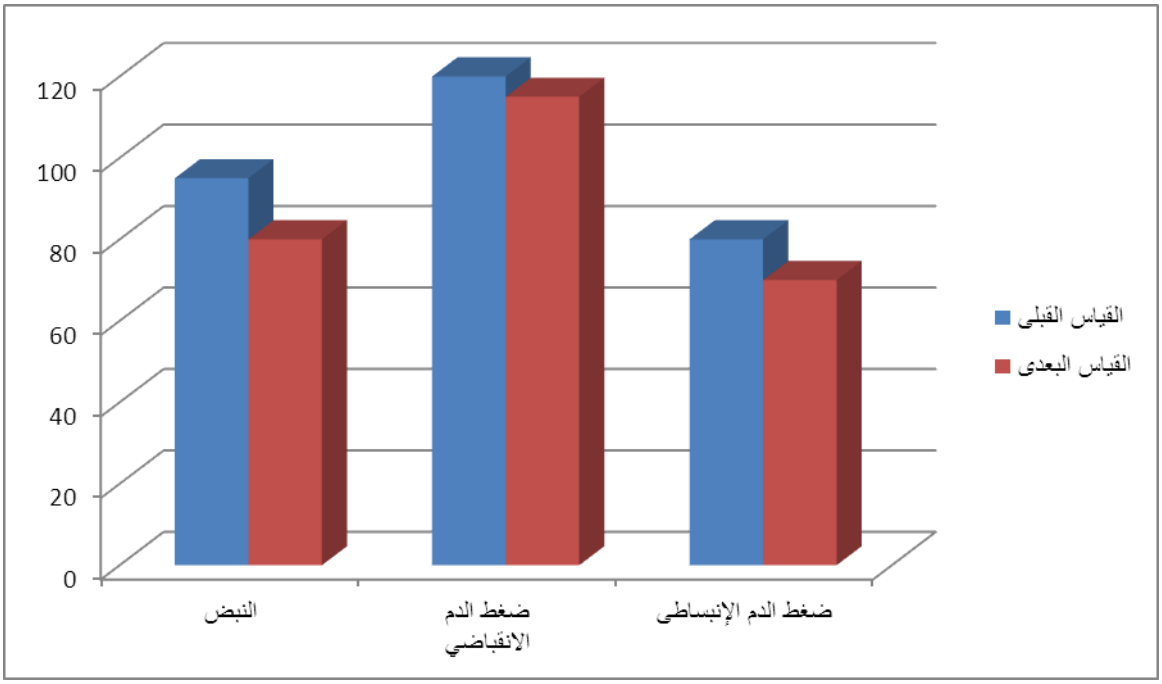
النشاط الحركي المكيفأظهرتحسنكبيرفالجهازالتنفسي



النشاط الحركي المكيفأظهرتحسنكبيرفالجهازالتنفسي



البرنامجالتأهيلأظهرتحسنكبيرفيالجهازالدوري



نتائجالدراسة :

النشاط الحركي المكيفأظهرتحسنالمتغيراتالفسيولوجيةالآتيه:

–فالجهازالدوريمتمثلاالتحسنالكبيرفكلامنالنبضوضغطالدمالإنقباضوضغطالدمالإنبساطى وهذا التحسن ظهر على كلا المجموعتين.

–وفالجهازالتنفسأظهرتحسنكبيرفكلامنالسعهالحيويةالمطلقهوالسعهالحيويةالنسبيةلصالح المجموعة التجريبية.

– النشاط الحركي المكيف له اثر في تحسين عضلة الحجاب الحاجز وعضلات ما بين الضلوع التي ترفع من كفاءة وظائف الرئتين والجهاز التنفسياحسن من العينة الظابطة .

– برنامج النشاط الحركي المكيف يؤثر على تنمية كفاءة استخدام الرئتين ويساعد علي زيادة

كفاءة عضلاتها مما يزيد من القدرة علي الكحة والتي تعتبر من نعم الله علي الإنسانلأنها تمكّن الإنسان من وقاية جهازه التنفسي من الأجسام الغريبة سواء من داخلاالجسم كالبلغم وما إلى ذلك أو من خارجه كالعوادم وغيرها من الملوثاتلدى الأطفال ذوي مرض الربو.

البرنامج مقترح في النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو في المراكز الطبية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم التنفسية والبدنية لرفع من أداء المهارات التنفسية والحركية

,وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى مايلي :

- زيادة التهويةالرئوية مما يساعد على إزالة ثاني أكسيد الكربون

- زيادة حجمالشهيق والزفير وبالتالي زيادة كفاءة الرئتين .

- معدل التنفسأبطأ وأكثر عمقا وسهولة

- سرعة عودة معدلالتنفس للحالة الطبيعية بعد التمرين الرياضي

- زيادة القدرةعلى استهلاك الاوكسيجين

- زيادة حجمالشعيرات في الرئة وزيادة في عدد الحويصلات الهوائية

- زيادة مقاومةالجهاز التنفسي ضد الأمراض الخاصة به.

التوصيات

-إجراءمزيدمنالبحوثفمجالالنشاط الحركي المكيفوتأثيرهعلىالمتغيراتالفسيولوجيه لمرضى الربو.

-اقتراح البرنامج مقترح في النشاط الحركي المكيف للأطفال ذوي مرض الربو في المراكز الطبية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم التنفسية والبدنية.

قائمة المصادر والمراجع

[1]-ماجدة السيد عبيد:مقدمة في تأهيل المعاقين, دار الصفاء للنشر والإشهار,الطبعة الأولى,عمان2000.

[2]- قاسم حسن حسين: علم النفس الرياضي, مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب, الجزء الثاني ,جامعة الموصل,العراق,1990.

[3]- أبو العلاء احمد ع الفتاح, احسن نصر الدين سيف: فيزيولوجيا اللياقة البد نية,دار الفكر العربي ,القاهرة ,1993.

[4]- أمين أنور الخولي :الرياضة والمجتمع,المجلس الوطني الثقافي الأدب والفنون,سلسلة عالم المعرفة, الكويت,1990.

[5]-فخري الدباغ :مقدمة في علم النفس ,وزارة التعليم العالي , جامعة الموصل ,العراق,1982,.

[6]- احمد زكي بدوي : معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية , إنجليزي فرنسي عربي ,مكتبة لبنان , بيروت ,1978.

[7]-محمود عاطف غيث :دراسات في علم الاجتماع العاطفي ,دار المعرفة الجامعية ,الإسكندرية ,1989 .

8- بدر الدين كمال , محمد سيد حلاوة : رعاية المعوقين سمعيا وحركيا ,المكتب الجامعي الحديث ,الإسكندرية ,2001 .
9-علي راشد : مفاهيم ومبادئ تربوية , دار الفكر , ط1 ,القاهرة , 1993.

A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne -10 handicapes mentale :prient marketing sprl : Belgique :1993.
11-Norbert silamy dictionnaire de psychologie;dépôt ;bordas paris; 1983.

.

- دراسة مقارنة في بعض القدرات الوظيفية والبدنية لدى لاعبات الرياضات الفردية والجماعية.

من إعداد: د. بوعلي لخضر / د. ربوح صالح / أ. ملاخي جمال.

saladin1610@hotmail.com/bouali.lakhdar@yahoo.fr/

mellakhidjamel-docmgmt@hotmail.com

- معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة حسيبة بن بوعلي، الشلف، الجزائر.

- ملخص الدراسة:

تكمن أهميةالبحثومشكلتهفي التركيز علىتفاوتفيمستوياتبعضالقدراتالبدنيةوالوظيفيةوقلةعددالاعبات فيالجزائر،ممأدىالىزجاللاعبةفيأكثرمنلعبةواحدة،وهذابدورهأدىإلى تفاوتالقدراتقيدالدراسةللاعبات،وهدفتالدراسةإلىالتعرفعلىمستوىبعض القدراتالبدنيةوالوظيفيةللاعباتفيبعض المنافسات على مستوى فرق الجامعية لمختلف الجامعات الجزائرية بمناطق الوسط الجزائري.

واستخدمالباحثونالمنهجالوصفيبأسلوبهالمسحي،وكانتعينةالبحثمن اللاعباتبجامعات منطقة الوسط الجزائريفيالألعابالجماعية(كرة السلة-كرة اليد-كرة الطائرة)والألعابالفردية(جمناز-ألعاب القوى- الرياضات القتالية)وكانعددالاعبات (87) لاعبةتوزعنفي (29) فريق جامعي للموسم الرياضي(2014)وقدتماستخدامبعضالاختباراتالبدنيةوالوظيفيةلتقييم القدراتالوظيفيةوالبدنية،وبعداستخراجالنتائجباستخدامالمعاملاتالاحصائيةمثلالمتوسط الحسابيوالانحرافالمعياريواختبارتحليلالتباين،استنتجالباحثتانان:

1- هناكتباينفيمستوىاللياقةالبدنيةلدىاللاعباتولصالح لاعباتكرةالسلةوكرةاليد.

2- هناكفروق ذات دلالة إحصائيةفينتائجالاختباراتالوظيفيةولصالحفرقكرةاليدوكرة السلةومنثمتليهافرقالجمباز.

A Comparative Study Between Some Physical and Functional Abilities of Individual and Team Female Athletes

Dr. bouali lakhdar/ Dr. rebouh salah / Pr. Mellakhi djamel.
mmellakhidjamel-docmgmt@hotmail.cosaladin1610@hotmail.com/bouali.lakhdar@yahoo.fr/

- Institute of Physical Education and Sports, University Hassiba Ben Bouali, Chlef, Algeria.

- Abstract:

The Importance of the research relays on the level of somephysical and functional abilities of female individual and team sports a matter that led coaches to select few female athletes to perform in many sports atuniversities central Algeria.This fact led these few female athletes to have a high level of physical and functional abilities compared to other female athletes.

The researchers used the deceptive research. The subject were (87) elite female athletes of team sports (Basketball, Handball and Volleyball) and individual sports (Gymnastics, athletics and combat sports) of the season (2014). Many physical and functional tests have been conducted to evaluate physical and functional abilities. The data was treated using proper statistical operation like mean, Standard deviation etc and through the results the researchers concluded the following:

1- There is a Variance in the level of physical fitness among female players in favor of Basketball and Handball players of team sports and athletics players of individual sports.

2- There is a variance in the level of functional abilities among the players in favor of Basketball and Handball players followed by gymnastics and athletics players.

- مقدمة البحث:

إنالإعدادالطويلالأمدوالدائموالمنظموالهادفأصبحالطريقالرئيسيللوصول إلىتحقيقالإنجازالعاليونتيجةلذلكأصبحتمراحلالتطورمبنيةعلىأسسعلمية سواءفيطرقالتدريبأوإجراءالفحوصاتالطبيةوالفسيولوجية،وقدأثبتتالتجاربأن التدريبوحدهلايمكنإعتمادهبدونالعلومالأخرىكالطبالرياضي وغيرهفيمراحل المبتدئينحتىآخرمراحلالمتقدمين.

لذلكفإنهذهالعلومأثرتبشكلمباشرعلىأنظمةوأجهزةالمرأةالرياضية وفقاًللأحمالوالشدةالتدريبيةالتيتعتبرالعاملالأساسيفيالتطور والتكيففيالقدراتالبدنيةوالوظيفيةللمرأةالرياضية،ولذلكأخذتتزدادالمشاركات النسويةفيالكثيرمنالميادينالرياضيةبالآونةالأخيرة،وبدأتتنافسالرجلفي قابليتهاالبدنيةلتحقيقالإنجازاتالرياضية،إلاأنهناكعدةعواملبيولوجية وفسيولوجيةمؤثرةعلىالطاقةالحركيةللمرأة،ممأعطىالإهتماموالأولويةفي

التخطيطوبرمجةالتدريبعلىضوءالمعطياتالنواحيالتشريحيةوالفسيولوجيةوالنفسيةللمرأةلتعكسقدرتهافيأداءالتمريناتالرياضية.

ولذلكلابدمنإجراءحساباتهذهالتطوراتوالإختلافاتلدىالمرأة الرياضيةفيمختلفالنشاطاتالرياضيةومعرفةنسبةالاختلافبينمثلهذهالقدرات والإمكانياتالخاصةلكلالاعبةولكلمهارة،وهناتكمنأهميةالبحثفيإجراءحسابات ومقارناتلمستوىالقدراتالبدنيةوالوظيفيةالتيتتمتعبهاكلالاعبةمنلاعباتالأندية الرياضيةفيالألعابقيدالدراسة،وكونالباحثينمتخصصين فيالمجال الرياضي،لذلكرأىالباحثون إجراءهذهالدراسةلمعرفةوقياسمستوىالقدراتالبدنيةوالوظيفيةللاعباتفيالألعابالفرديةوالجماعيةلل مستوياتالعلياوالمتقدمةللوقوفعلىنوعالعلاقات والإرتباطاتالتييتمالحصولعليهاجراءالدراسة.

1- إشكالية البحث:

إنأغلبالدراساتالحاليةتؤكدأنهناكإنخفاضملحوظفيمستوىالقدرات البدنيةوالوظيفية،وهذهمشكلةتواجهالرياضةالنسويةالجزائرية،وخاصةفي المستوىالعالي،وبسببواقعالرياضةالنسويةالجزائريةاليوم،وماتتميزبهالرياضياتفي السنواتالأخيرةمنترديفيالمستوىوعدمتوفيرالمستلزماتالرياضيةوالتدريبية بالشكلالمطلوبمماأدىإلىضعففيالقدراتالبدنيةوالوظيفيةلدىاللاعبات أو تفاوتفيمستوىهذهالقدراتبينهن،وقدتكونهذهالمشكلةأحدالأسبابفي التأثيرالسلبيعلىالتقدمبدنياًومهارياًووظيفياًلهن،لذلكيرىالباحثونكمحاولة منهم بطرحهذهالمشكلةوتسليطالضوءعلىدراسةومقارنةهذهالقدراتالبدنية والوظيفيةلدىاللاعبات على مستوى الجامعات الجزائريات بهدف الوصوللجميعالمشتركينفيالحقلالرياضيمن رياضيينومدربينبجميعالتفاصيلالمحيطةبهذهالرياضات،لأنهذهالمشاكلقدتدفع اللاعباتإلىالإعتزالالمبكرعنالتدريب أوممارسةالرياضة أوالتعرضللإصابة، وخاصةونحننعانيمنقلةعددالرياضياتعلىمستوىالأنديةللمستوياتالعليا.

2- فرضيات البحث:

1/ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية لدى الرياضيات على مستوى الفرق الجامعية الرياضية الجزائرية في الرياضات الجماعية والفردية قيد الدراسة.

2/ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القدرات الوظيفية للرياضيات على مستوى الفرق الجامعية الرياضية الجزائرية لصالح الرياضات الفردية مقارنة بالرياضات الجماعية قيد الدراسة.

3/ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الرياضيات التخصص الفردي والجماعي في القدرات البدنية والوظيفية.

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى ما يلي:

1- التعرف على مستوى بعض القدرات البدنية للاعبات للفرق الرياضية الجزائرية للرياضات الفردية (جمباز، ألعاب القوى، رياضات قتالية) والرياضات الجماعية (كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة).

2- التعرف على مستوى بعض القدرات الوظيفية للاعبات الفرق الرياضية الجامعية بمنطقة وسط الجزائر قيد الدراسة.

3- مقارنة المتغيرات البدنية والوظيفية للرياضات الجماعية والفردية قيد الدراسة.

4- مصطلحات البحث:

4-1- العوامل البدنية ومشاركة المرأة في الرياضة:

أصبحتالمرأةتشاركبصورةفعالةفيكثيرمنالنشاطاتالرياضيةالتي
كانتفيالسابقمقتصرةعلىالرجالفقط،وفيالسنواتالأخيرةإزدادإشتراكها
بإستمرارفيالسباقاتوالمبارياتالدوليةوالأولمبية،فضلاًعنهذاالتقدموالمستمروالرعايةالشديدةفيالتد
ريبالرياضيإلاأنالنتائجالرياضيةلاتزالضعيفة،وعدد
الإصاباتبالكسوروالأمراضمرتفعةبسببالإهماللبعضالمسائلوالقواعدالتي
تتعلقبتدريبالمرأةولاتزالحتيومناهذا،والكثيرمنالمدربينيشرفعلىتدريب
المرأةبحسبتجاربهمدونالاعتبارإلىأهميةخصائصالتركيبالجسمانيللمرأة،فمثلاً عندما نتكلم
عنالسرعةنجد عندفترةالمراهقةترتكزعلىتطويرالسرعةبشكلمكثفلأن
هذهالمرحلةفترةالتطورالجسماني السريع (عندالفتيات) فترةتعجيلىلنموالسرعة،
نظراًلماتحدثلهامنتغيراتفيتركيبجسمهاالاسيمابالنسبةإلىزيادةالقشرة
الشحميةوكمياتهافيجسمالفتاة،وتوجدعندالفتياتإمكانياتأفضللمزاولةالجمناز
والتمريناتالأرضيةنظراًللوسعالحركيالذييتكونفيمفاصلالفتاةإلىجانب
الرشاقةوالمرونةفيعضلاتهن،لذانبدأبتطويرالمرونةوالرشاقةمعالفتياتفيسن
مبكروبشكلمنتظمجنباًإلىجنبمعتطويرالسرعةفيمراحلمتأخرةتبدأأيضاًمع تطويرالقوة[24].

[24]- قاسم المندلاوي، غسان محمد صادق: **الأسس الحديثة للتربية الرياضية النسوية**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، العراق، 1990،ص121.

أما القوةالعضليةفتطوريها يعدأيضاًأساسيالرفعوزيادة قابليةالسرعة،فتجريعندالفتيات والسيداتبصورةتختلفأيضاًعماهوعندالرجال،
إنالقوةالعضليةعندالفتياتوالسيداتنموبطيءبالمقارنةمعالرجال،وحتىخلال التدريبلمدةطويلةعلىتقويةالعضلاتففيهذهالحالةفإنمقدار القوةالعضليةعند المرأةأقلمماهوعندالرجلبنسبة (45%) وبالنسبةإلىقيمةالقوةالكليةفإنهاأقلمن الرجل بنسبة (20%- 25%)
لذافلايركزعلىتطويرالحدالأقصىللتقويةعندالفتيات،إلاإنبرامجتدريبالقوةتوضحفيالخطةالتدريبية فيأكثرالأحيانمعأقلتقديري
والشيءالمهمفيتدريبهنفيإختيار التمارينالخاصةلتطويركلمرحلةحركية بصورةمستقلةأوالحركةككل،وغالباًيحددالتوقيتالحركيفيالركضبسهولة وتستعملالوسائطالطبيعيةأيضاًفيتقويةعامةللجسملاسيماالإستفادةمنثقلالجسم،ويعدالركضنحوه دفمرتفعمنأفضلالوسائللتطويرالقوةوالسرعةوالمثابرةمعاً،
وعندحملأثقالخفيفةعندالتمريناتيؤديإلىزيادةالسرعةونموالقوةالحركية،وإن ربطتدريبتطورالقوةمعتطورالسرعةهوأفضلطريقةلرفعالمستوىللفتاة[25].

4-2- تأثير العوامل الفسيولوجية في رياضة المرأة:

إنأعضاءالفتاةالبالغةتختلفعنالشابالبالغفيكثيرمنالنواحيالفسيولوجية، ففيتطورالتفاعلاتالكيميائيةداخلالخلايا،وفينموالعضلاتوالقدرةالعملية للأجهزةالداخليةوقدرةجهازيالتنفسوالدورةالدمويةوالجهازالعصبيخلالوجود الأوكسجينأوعندغيابه،وكذلكهناكفروقحتىفيالقابليةوالقدرةالعضويةبشكل عامعندالمرأة،كماإنالحدالأقصىلسعةالرئتينفياستيعابكمياتالهواءالنقي تصلعندالفتاةالتييبلغعمرهامابين (16- 19) سنة إلى (2,5) لتر إلى (35) لتر مقابل (4- 5) لترات عند الشباب وفي العمر (20- 40) سنة تصل إلى (3- 5) لترات مقابل (4,5- 7) لترات عند الرجل، أما بالنسبة إلى تحديد الهواء خلال الشهيق والزفير وفي الدقيقة الواحدة، فعند الأعمار (16- 19) سنة يكون مقدارها عند الفتاة (50- 70) لترا مقابل (80- 150) لترا عند الشباب وفي العمر (20- 40) سنة يصبح مقدارها عند المرأة (60- 80) لترا مقابل (120- 160) لترا عند الرجال، أما بالنسبة إلى ما تحتاج إليه الأنثى من الأكسجين (كحد أقصى) في كل دقيقة فالفتاة التي عمرها (4- 6) سنوات تحتاج إلى (0,88) لتر مقابل (1,01) لترا للفتى وفي عمر (13- 15) سنة من الطور المتوسط تحتاج الفتاة إلى (2,58) لتر مقابل (3,53) لترا للشباب[26].

5- مجالات الدراسة:

[25]- قاسم المندلاوي، غسان محمد صادق، نفس المرجع، ص69.
[26]- قاسم المندلاوي، غسان محمد صادق، مرجع سبق ذكره، ص 69.

5-1- المجال البشري: مجموعة من اللاعبات بجامعات منطقة الوسط الجزائري في الرياضات الجماعية (كرة السلة- كرة اليد- كرة الطائرة) والرياضات الفردية (الجمباز- ألعاب القوى- رياضات قتالية) للموسم2014.

5-2- المجال الزمني: إمتدت الدراسة من 2013/11/05 حتى 2014/02/08.

5-3- المجال المكاني: قاعات التدريب للفرق الرياضية وكذلك قاعات وساحات المنافسات الرياضية الجزائرية على مستوى الجامعات الجزائرية لمنطقة الوسط.

6- الإجراءات المنهجية للدراسة:

6-1- منهج الدراسة:

إستخدمالباحثونالمنهجالوصفيبالأسلوبالمسحيلملائمتهطبيعةالبحث، إذأنهذاالأسلوبيهدفإلى " جمعالبياناتمنأفرادالمجتمعلمحاولةتحديدالحالة الراهنةللمجتمعفيمتغيرمعينأومتغيراتمعينة"[27].

6-2- عينة الدراسة:

إشتملتعينةالبحثعلى (87) لاعبةمنجامعات وسط الجزائرفيالرياضات الجماعيةوالفرديةتوزعنعلى (29) فريق جامعيللموسمالجامعي(2014) وتمإختيارهم بالطريقةالعمديةلجميعاللاعبات الناشطين على مستوى جامعات وسط الجزائر،وبذلكتمأخذمجتمعالبحثبأكمله.

6-3- خطوات إجراء البحث:

تمإجراءإختباراتبدنيةعلىأفرادعينةالبحثبالإضافةإلىقياسبعض القدراتالوظيفيةبواسطةبعضالإختباراتعلى النحو التالي:

6-3-1- الإختبارات البدنية:

6-3-1-1- الإختبار الأول[28]:

* **الغرض من الإختبار:** قياس السرعة الإنتقالية:

---

[27]- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب : **البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999،ص189.

[28]- حمدي عبد المنعم، محمد صبحي حسانين: **الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم**، ط1، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ص147.

* **إجراءات الإختبار:** مضمار الجري طوله (30) م حيث يرسم خطان تكون المسافة بينهم (21) م أحدهما للبداية والآخر لنهاية السباق و (9) م تترك لتبدأ منه اللاعبات بالجري وصفارة وساعة توقيت ثم نبدأ.

6-3-1-2- الإختبار الثاني[29]:

* **الغرض من الإختبار:** قياس المطاولة العامة:

* **إجراءات الإختبار:** في هذا الإختبار تقوم اللاعبات بالجري أو المشي لمدة 12 دقيقة ثم تحسب المسافة للجري، وكلما زادت المسافة كلما كان أفضل في قياس المطاولة.

6-3-1-3- الإختبار الثالث[30]:

* **الغرض من الإختبار:** لقياس الرشاقة:

* **إجراءات الإختبار:** تحدد المسافة بـ 20م وشواخص عددها (10)، وتقوم الرياضية بالجري من خط البداية عند سماع الصفارة للبدء، بحيث تجري ما بين الشواخص على شكل متعرج بعد أن تحدد المسافة بين كل شاخص وآخر بـ 2 متر من خط البداية وحتى خط النهاية بأقصى سرعة ممكنة.

6-3-1-4- الإختبار الرابع[31]:

* **الغرض من الإختبار:** قياس القوة الإنفجارية للذراعين.

* **إجراءات الإختبار:** تجلس اللاعبة على كرسي في صالة الألعاب وتحدد المسافة 5 متر أمام اللاعبة المختبرة بحيث تمسك اللاعبة الكرة الطبية بين يديها أمام الصدر ومن ثم ترفعها فوق الرأس وتدفعها لأبعد مسافة ممكنة بثلاث محاولات على أن تحسب أفضل محاولة، علما أن وزن الكرة الطبية (3) كلغ.

6-3-1-5- الإختبار الخامس[32]:

* **الغرضمنالاختبار:**قياسالقوةالانفجاريةللرجلين.

* **إجراءاتالاختبار:**تقومالمختبرةبأداءثلاثوثباتإلىابعدمسافةممكنةوبشكل متتاليتسجلفيهاالمسافةمنخطالبدايةوحتىآخراثرتتركهاللاعبةعندنهاية الوثبةالثالثةبالمتر.

6-3-2- الإختبارات الوظيفية:

---

[29]- حمدي عبد المنعم ، محمد صبحي حسانين، نفس المرجع، ص 43.
[30]- حمدي عبد المنعم، محمد صبحي حساني، نفس المرجع، ص43.
[31]- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: **إختبارات الأداء الحركي**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982، ص 106،108.
[32]- حمدي عبد المنعم، محمد صبحي حسانين، مرجع سابق، ص 43.

6-3-2-1- الإختبار الأول (قياس الضغط)[33]:

* **الغرض من الإختبار:** قياس الضغط.

* **إجراءات الإختبار:** قياس المختبر على الكرسي، وتجلس أمامها ومواجه لها المسجل بحيث يقوم بوضع الجهاز على المنضدة وربط شريط الجهاز على الذراع وأخذ الضغط لكل رياضية، ويتم كتابة الضغط الإنقباضي والإنبساطي لكل رررياضية.

6-3-2-2- الإختبار الثاني:

* **الغرض من الإختبار:** قياس النبض.

* **إجراءات الإختبار:** تجلس الرياضية على الكرسي، ويتم قياس النبض لها عن طريق الجس باليد على العنق، ساعة توقيت لتحديد الوقت.

6-3-2-3- الإختبار الثالث(إختبار الوثب العمودي) (الكفاءة البدنية) (Sargent)[34]:

* **الغرض من الإختبار: قياس مؤشر الكفاءة البدنية.**

* **إجراءاتالإختبار:**سبورةترتفعحافتهاالسفلىعنالأرضمقدار (150) سمثم تدرجبالسنتمترعلىشكلخطوطوالمسافةبينكلخطينهي (2) سموتمسك المختبرةقطعةطباشيربيدهاثمتقومبرسمعلامةعلىالسبورةبحيثلاترتفعالمختبرةكعبالقدمعنالأرض ،ثمتمرجحيديهامعثنيالركبتينوالوثبالعمودي
لأقصىمسافةممكنةتستطيعاللاعبةالوصوللهاالعملعلامةأخرىباليدفي
كاملإمتدادهاويسجلالباحثونالرقمأمامالعلامةالثانية،وتسجلالمسافةبينالعلامتينالأولىوالثانيةمقاسةبالسنتمترو عنطريقإختبار"لويس"الذييعتمدعلى
الوزنوأهميتهبالقفز،ويمكنحسابالقدرةالهوائيةمباشرةبدلالةالوزنومسافة الوثبلـ "سارجنت"عنطريقتطبيقالمعادلةالآتية:

$$\text{مؤشر الكفاءة البدنية} = \frac{\text{الوزن بالكيلوغرام} \times \text{مسافة الوثب بالسنتيمتر}}{\text{الطول بالسنتيمتر}}$$

ويتم قياس القدرة اللاهوائية من نفس الإختبار السابق مع الإعتماد على المعادلة التالية

---

[33]- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، محمد صبحي حسانين: **فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم**، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1997، ص119.

[34]- حمدي عبد المنعم، محمد صبحي حسانين: **الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم** ، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،1997، ص119.

[35]- قيس ناجي، بسطويسي أحمد: **الإختبارات ومباديء الإحصاء في المجال الرياضي**، مطبعة التعليم العالي، العراق، 1987، ص 285.

القدرة اللاهوائية (الشغل) = 2,21×وزن الجسم/ مسافة الوثب[36].

4-6- تصميم إستمارات الإختبار:

تم تصميم الإختبارات البدنية والوظيفية الملائمة وكذلك تصميم إستمارة خاصة لإختيار الصفات البدنية والوظيفية المشتركة بين الرياضات الفردية والجماعية قيد الدراسة.

5-6- الأساليب الإحصائية المستعملة:

إستخدم الباحثون المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري للعينات وإختبار أقل دلالة إحصائية (L.S.D) وإختبار تحليل التباين الأحادي بين المجموعات وتحليل تجانس التباين.

7- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-7- عرض وتحليل نتائج إختبار السرعة في الرياضات الفردية والجماعية قيد الدراسة:

- جدول رقم (01): يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير السرعة المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى
						الحد الادنى	الحد الأقصى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	0,61	0,14	0,032	0,054	0,676	0,30	1,00
	كرة سلة	12	0,75	0,19	0,056	0,631	0,877	0,35	1,00
	كرة طائرة	27	0,82	0,17	0,038	0,741	0,901	0,35	1,00
الرياضة الفردية	جمباز	17	0,73	0,18	0,045	0,638	0,827	0,30	1,00
	ألعاب القوى	17	0,86	0,16	0,050	0,753	0,974	0,50	1,00
	رياضات قتالية	6	0,58	0,23	0,094	0,343	0,824	0,30	1,00
	المجموع	87	0,73	0,19	0,021	0,694	0,777	0,30	1,00

- جدول رقم (02): يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
0,407	5	81	0,847

من الجدول رقم (01) يتضح لنا:

[36]- دانية رياضي: **تطوير الأداء الفني لمهارة الإرسال المتموج الساحق لتنمية القدرة العضلية وفق بعض المتغيرات البيوميكانيكية والوظيفية،** أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2004، ص 68.

أعلىقيمةللمتوسطالحسابيكانتفيالرياضاتالجماعيةولصالحفريقكرة الطائرة (0.821) وبانحرافمعياري (0,194) ،بينماكانتأدنىقيمةللمتوسطالحسابي (0,61) بانحرافمعياريمقداره (0.141)فيمتغير السرعةولصالحفريقكرةاليدفيالرياضات الجماعيةبينماكانتفيالرياضات الفرديةأعلىقيمةللمتوسطالحسابيهي (0,864) وبإنحرافمعياري (0.165) بينماكانتأدنىقيمةللمتوسطالحسابي (0,583) وبإنحرافمعياري (0.230) ولصالحفريقالرياضات القتاليةفيمتغير السرعة.

وعندمقارنةالألعابالجماعيةمعالفرديةقيدالبحثنجدأنأدنىقيمةللمتوسطالحسابيفينفسالمتغيركانت (0.583)وبانحرافمعياري (0.230) عندفريقالرياضات القتاليةويعزوالباحثونهذاإلىإنلاعباتالرياضات القتاليةيمتازونبإرتفاعفيمعدلالسرعةكونتدريباتهمالخاصة(المهاريةوالبدنية)تصبفيمجالتطويرهذاالمتغير،إذإنكلماقلتدرجةالمتوسطالحسابيكلماكانتأفضللأنهاتقيسالسرعة(مقاسةبالثانية).

وعنددراسةالفروقالمعنويةفيإختبارمعلومتيالتباينوالمتوسطفيجدول التباينااتللمجاميعقيدالبحثيتضحتحققدرجةعاليةمنالفروقفيمعلومةالتباين،إذ بلغ مستوى الدلالة في الإختبار (0,847) عند درجة حرية (5) (81) للبسطوالمقامفي إحصاء (Leven)وتحليلالتباينيوضحفروقمعنويةعاليةفياختبارتطابقالأوساطإحصاء للفروقالمعنوية (L.S.D)مابينالرياضات الجماعية والفرديةمماتطلبإجراءإختبار الأصغرللمقارناتالزوجيةمابينالفرقفيمتغير السرعةوتوضحإنهناكفرق معنويمابينكرةاليدوكرةالسلةولصالحكرةاليدوتحققفرقمعنويمابينكرةاليدوالكرةالطائرة،وكرةاليد وألعاب القوىولصالحفرقألعاب القوىهناكفرق مابينكرةالسلةوالرياضات القتاليةولصالحالرياضات القتاليةفيحينلمتسجلنتائجالفروقالمتقابلةفروق معنويةتحتمستوىدلالة (0.05)المعتمدونلاحظأنهذهالنتائجتكونلصالحفرق كرةاليدلأنهاأكثرسرعةمنالفرقالأخرىويعزوالباحثونذلكإلىإنلاعباتكرةاليديمتزنبأسلوبتدريبيمختلفعنبقيةاللاعبات وذلكلمتطلباتالمهارةالتيتخصكلفعالية،وبأعمارتدريبيةمتقدمةعلىالعكسمنلاعباتالفرقالأخرى،فضلاًعن أنالواجبالحركيفيلعبةكرةالسلةفيهبعضالتوقعاتوكثرةالتركيزعلىالخصموالهدفممايؤديإلىضعفالتركيزعلىعنصر السرعة،وكمايذكر"أبو العلا"إلى أنلاعبالسرعةيركزتفكيرهفقطفيالواجبالحركيالملقىعلىعاتقهحتىالوصولإلىأقصىسرعةممكنةوفشللاللاعبفيتركيزالإنتباهيؤديإلىأدائهبسرعاتأقلمنالقصوى[37].

بينماعندمقارنةكرةاليدمعالألعاب القتاليةنجدأنلاعباتالرياضات القتاليةهنالأسرعبسبب خصوصيةاللعبةووجودالخصمفياليدالذييعيقالسرعةوكثرةالتركيزعلىالسرعة فيالرياضة القتالية والقوة للتغلب على الخصمأكثرمنلعبةكرةاليدلأنهاتحتاجإلىالتركيزعلىالأداءالمهاريبشكل مميز،ويذكر"أبو العلا" إنالعملضدزيادةالمقاومةقديبطئالسرعةأكثرمما يزيدهابمعنىأنالقوةالتيتنمىبالحركاتبطيئةالسرعةلاترتبطبالحركاتالأكثر

[37]- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، أحمد نصر الدين رضوان: **فسيولوجيا اللياقة البدنية**، دار الفكر العربي ، القاهرة، 2003، ص 179.

سرعةحيثتنميةالقوةفيعضلاتالذراعينأوالرجلينالتيتستخدمالحركاتذات السرعةالأقلمنمستوىسرعتهاخلالالمنافسةلايؤديإلىزيادةالسرعة"[38].

- **جدول رقم (03):** يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير (كوبر) المحققة لفروق العينات الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى
						الحد الأدنى	الحد الأعلى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	1885,4	228,88	518,18	1778,28	1993,52	1500	2040
	كرة سلة	12	2500	265,43	76,62	2637,36	2968,65	2500	3050
	كرة طائرة	27	2195,5	291,64	63,64	2062,48	2327,99	2000	3000
الرياضة الفردية	جمباز	17	2420,6	512,65	124,34	2157,07	2684,23	1500	3025
	ألعاب القوى	11	1824,2	562,24	169,52	1446,47	1201,90	1000	2500
	رياضات قتالية	6	1960	290 ,86	118,74	1654,76	2265,24	1500	2250
	المجموع	87	2188,3	485,55	52,06	2084,85	2293,82	1000	3050

- **جدول رقم (04):** يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
4,376	5	81	0,001

- **جدول رقم (05):** يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير الجري المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى
						الحد الادنى	الحد الأعلى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	5,933	0,374	0,070	5,785	6,18	5,40	6,50
	كرة سلة	12	4,78	0,601	0,174	4,398	5,162	4,11	5,89
	كرة طائرة	27	5,875	0,937	0,205	5,449	6,302	4,12	7,11
الرياضة الفردية	جمباز	17	6,111	0,626	0,152	5,789	6,433	5,14	7,30
	ألعاب قوى	17	5,545	1,056	0,319	4,835	6,254	3,69	6,60

[38]- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، أحمد نصر الدين رضوان، نفس المرجع، ص 179.

	رياضات قتالية	6	5,877	0,492	0,201	3,367	6,393	5,40	6,40
	المجموع	87	5,742	0,815	0,087	5,568	5,914	3,69	7,30

- **جدول رقم (06):** يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
6,17	5	81	0,001

- **جدول رقم (07):** يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير رمي الكرة الطبية المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد البحث)

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى	
						الحد الادنى	الحد الأعلى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	5,6125	2,399	0,536	4,490	6,735	2,53	9,20
	كرة سلة	12	3,961	0,76	0,219	3,478	4,444	3,00	5,17
	كرة طائرة	27	5,914	1,119	0,244	5,405	6,423	4,11	8,10
الرياضة الفردية	جمباز	17	3,959	1,499	0,364	3,118	4,73	2,11	7,07
	ألعاب قوى	17	3,111	0,465	0,140	2,799	3,423	2,30	3,95
	رياضات قتالية	6	4,837	1,931	0,788	2,810	6,863	2,80	8,00
	المجموع	87	4,767	1,832	0,196	4,374	5,155	2,11	9,20

- **جدول رقم (08):** يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
14,202	5	81	0,847

يتضحمنالجدول (3) أنهعندإجراءالمقارناتالزوجيةإنلاعباتألعاب القويتميزنبضعففيعنصرالمطاولة،ويعزوالباحثونذلكإلى أنكثرةفتراتالإنقطاععنالتمرينبسببالتعرضللإصاباتالرياضيةهيالأساسبهذاالضعف،إذتميزتتلكالف تراتبطولالمدة،ويذكر"أبوالعلا"إلىإنإحتفاظاللاعببمستوىالتحملالهوائيالذييصلإليههوضرورةالإ ستمرارفيالتدريبالمنتظمإذأنناللاعبممكنأنيفقدمعظمالتأثيراتالفسيولوجيةالتيإكتسبهامالمينقطععنالت دريبلمدةأسبوعينإلىشهرينلاعندمايعودإلىالتدريبمرةأخريتماستعادةبعضعناصركفاءته[39].

أمابالنسبةللجدول (5) والذييبينالمقارناتالزوجيةلمتغيرالجري(الرشاقة) بينالفرققيدالبحثيظهرأنلاعباتكرةالسلةهنالأكثررشاقةمناللاعباتفي الألعابالأخرىقيدالبحث،وأنهذاالفرقجاءبسببتميزلاعباتكرةالسلةبطول

[39]- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، مرجع سابق، ص254.

أعمار هنالتدريبيةوالتيتزيدعن (7) سنواتعنبعضهنوأنطولسنواتالتدريب ساعدتعلىإكتسابعنصر الرشاقةأكثر،وكماهومعروفأنعنصر الرشاقةيكتسب بالممارسةويزدادوينخفضفيتركالتدريب،ويذكر "أبو العلا"إلىأنالإعداد المهاريو الخططيو الخبرةالتنافسيةسواءبالزملاءأوبالمنافسينلهاتأثير علىرفع مستوىالرشاقة[40].

أمابالنسبةللجدول (7) يتضحإنأعلىقيمةللمتوسطالحسابيفيمتغير رمي الكرةالطبيةهي (5.914) وبانحرافمعياري (1.113) لصالحكرةالطائرةوأدنىقيمة للمتوسطالحسابي (3.961) وبإنحرافمعياريهي (0.760) ولصالحكرةالسلةفيالرياضات الجماعيةوأعلىقيمةللمتوسطالحسابيفيالرياضاتالفرديةهي (4.837) وكانت قيمة الإنحراف المعياري(1.931)لصالحفرقالرياضات القتاليةوأدنىقيمةهي (3.111) وبإنحرافمعياري 0.465 هيلصالحألعاب القوىو عندإجراءالمقارناتالزوجيةتبينهناكفروق إحصائيةمابينكرةالطائرةوالفرقالرياضات
الجماعيةالأخرىو الفردية،ويعزو الباحثونتميز لاعباتكرةالطائرةومنثملاعباتكرةاليدو الرياضات القتاليةوبالتو اليإلىأنالقوةالمتفجرة
للذراعينأكثر منبقيةالألعابالأخرى،لماتتطلبخصوصيةاللعبةو التيتحتاجإلىتدريباتخاصةلتطوير الط رقالعلويو هوكمايذكر "قاسمحسنحسين"إلىأنالقوةالعضليةمنالمكوناتالأساسيةللياقةالبدنية،و هيال عنصر الأساسيلتطوير الأداء
الحركيالجيدو العاملالمهمفيحمايةالرياضيمنالحوادث،إذتتفاوتدرجةالاحتياج لهاحسبمتطلباتالأداءالبدني[41]،لذلكوجدالباحثونالإختلافواضحفيأجزاء الجسمفيالألعابالتيتتطلبتطوير القوةفيالأطرافالعلياودونحدوثتغيير في طو لالعضلةويذكر "قاسمحسنحسين"إنيمكنأثناءالقوةالعضليةالثانيةبتسلسلرد الفعلأيتحقيقردفعلفيالإنقباضالثابتفيالرياضاتالتيتطلبأوضاعمختلفة مثلالجمبازورفعالثقلأومقاومةأوحائطالصد[42].

- **جدول رقم (09):** يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير الوثب الطويل المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى	
						الحد الادنى	الحد الأعلى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	0,135	0,198	0,040	0,040	0,225	0,000	0,900
	كرة سلة	12	0,307	0,149	0,040	0,212	0,402	0,020	0,470
	كرة طائرة	27	0,517	0,143	0,030	0,541	0,582	0,300	0,810
الرياضة الفردية	جمباز	17	0,205	0,203	0,050	0,101	0,309	0,000	0,600
	ألعاب قوى	17	0,199	0,210	0,060	0,050	0,340	0,040	0,800
	رياضات قتالية	6	0,185	0,141	0,060	0,037	0,333	0,010	0,400
	المجموع	87	0,275	0,227	0,020	0,227	0,324	0,000	0,900

[40]- أبو العلا أحمد عبد الفتاح : **التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص221.
[41]- قاسم حسن حسين: **تعلم قواعد اللياقة البدنية**، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998، ص99.
[42]- قاسم حسن حسين، نفس المرجع، ص100.

- **جدول رقم (10):** يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
0,240	5	81	0,944

منخلالالجدول (9) يتضحإنأعلىقيمةللمتوسطالحسابيفيمتغيرالوثبكانت (0.517) وبإنحرافمعياري (0.143) وأدنىقيمةللمتوسطالحسابيهي (0.135) وبإنحرافمعياري (0.198)ولصالحكرةاليدفيالرياضات الجماعية،أمابالنسبة للرياضاتالفرديةفإنأعلىقيمةللمتوسطالحسابيكانت (0.205) وبإنحرافمعياري (0.203) ولصالحالجمنازوأدنىقيمةهي (0.185) وبإنحرافمعياري (0.141) ولصالحفرقالرياضات القتاليةفيالرياضاتالفردية.

وعندراسةنتائجالفروقفيإختبارتجانسالتباينوإختبارالتباينوعنددرجة حرية (5) و (80) فيالبسطوالمقامعلىالتواليتبينأنه توجودفروقذات دلالة إحصائية عاليةمابين الفرققيدالبحث وتبين أيضا أنهتوجودفروقإحصائية (L.S.D)

،وعندإجراءإختباربينالأزواجالمتقابلةوبالإعتمادعلىمستوىدلالة (0.05) تبينأنأغلبالفرققيد البحثلاتختلفمعبعضهاالبعضفيمتغيرالوثبالطويل،ويعزوالباحثونإلىأن

أكثرالفرقالمختبرةتتطلبالتركيزوبنفسالمستوىعلىتطويرصفةالقوةالإنفجارية للرجلينمماديإلى أنجميعالعيناتتتساوىفيالإستجابةلهذاالمتغير،كمايعزوالباحثونإلىأنأغلبالألعابالرياضيةالمدروسةقيد البحثتعتمدمهاراتفنيةعلى

تطويرصفةالقوةالإنفجاريةللرجلينسواءفيمهاراتالهجومأوالدفاعكالتهديفأو

الوثبولذلكخضعتالتدريباتفيكافةالألعابلتطويرهذاالمتغيروخاصةبالنسبة

للألعابالتيتحتاجإلىتوافقحركيمعتمدعلىسلامةالترابطوالتكاملبينالجهازينالعضليوالعصبي،وهذايخ تلفعندمقارنةفرق كرةاليدمع فرقالجمناز حيث ظهر أنههناكفرقذات دلالة إحصائية، وكذلكفرقكرةالطائرةمعالجمبازوالألعاب القوىوالرياضات القتاليةولصالحفرقالكرة الطائرةبسببخصوصيةاللعبة.

7-2- عرض الإحصاءات الوصفية والإستدلالية للإختبارات الوظيفية في الرياضات الجماعية والفردية قيد الدراسة وتحليلها ومناقشتها:

- **جدول رقم (11):** يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير الضغط الإنبساطي المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى
						الحد الادنى	الحد الأعلى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	11,00	1,03	0,23	10,52	11,48	9	13
	كرة سلة	12	11,58	0,51	0,15	11,26	11,91	11	12
	كرة طائرة	27	11,33	0,58	0,13	11,07	11,60	10	12
الرياضة الفردية	جمباز	17	11,35	0,49	0,12	11,10	11,61	11	12
	ألعاب قوى	17	11,00	0,00	0,00	11,00	11,00	11	12
	رياضات قتالية	6	11,00	0,00	0,00	11,00	11,00	11	11

	المجموع	87	11,23	0,66	0,070	11,09	11,37	9	13

- جدول رقم (12): يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	**درجة حرية البسط**	**درجة حرية المقام**	**مستوى الدلالة**
6,513	5	81	0,001

- جدول رقم (13): يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير الضغط الإنقباضي المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	**الفريق**	**الإحصاءات الوصفية**							
		العدد	**المتوسط الحسابي**	**الإنحراف المعياري**	**الخطأ المعياري**	**تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط**		**القيم القصوى**	
						الحد الادنى	**الحد الأعلى**	**القيمة الأدنى**	**القيمة الأعلى**
الرياضة الجماعية	**كرة يد**	20	7,75	0,44	0,010	7,54	7,96	7	8
	كرة سلة	12	8,00	1,35	0,39	7,14	8,86	7	12
	كرة طائرة	27	7,52	0,60	0,13	7,25	7,89	6	8
الرياضة الفردية	**جمباز**	17	7,65	0,80	0,21	7,20	8,90	7	10
	ألعاب قوى	17	7,18	0,40	0,12	6,91	7,45	7	8
	رياضات قتالية	6	7,50	0,55	0,22	6,93	8,07	7	8
	المجموع	87	7,50	0,77	0,080	7,46	7,78	6	12

- جدول رقم (14): يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	**درجة حرية البسط**	**درجة حرية المقام**	**مستوى الدلالة**
1,299	5	81	0,272

- جدول رقم (15): يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير النبض المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	**الفريق**	**الإحصاءات الوصفية**							
		العدد	**المتوسط الحسابي**	**الإنحراف المعياري**	**الخطأ المعياري**	**تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط**		**القيم القصوى**	
						الحد الادنى	**الحد الأعلى**	**القيمة الأدنى**	**القيمة الأعلى**
الرياضة الجماعية	**كرة يد**	20	72,20	2,98	0,67	70,80	73,60	65	77
	كرة سلة	12	72,33	2,77	0,80	70,57	74,10	68	76
	كرة طائرة	27	73,05	1,12	0,24	72,54	73,56	72	75
الرياضة الفردية	**جمباز**	17	72,71	1,16	0,28	72,11	73,30	71	75
	ألعاب قوى	17	73,27	2,20	0,66	71,80	74,75	71	78
	رياضات قتالية	6	72,33	0,52	0,21	71,79	72,88	72	73
	المجموع	87	2,06	2,06	0,22	72,23	73,10	65	78

- جدول رقم (16): يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars)

إختبار (Leven)	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
4,064	5	81	0,002

منخلالالجداول(15)،(13)،(11)يتضحأنأعلىقيمةللمتوسطالحسابيفيمتغير الضغطالانبساطيوالإ نقباضوالنبضعلىالتواليهي (11.58) و(8,00)و (73.05)وبإنحرافمعياري (0.51) و ((1.35و (1.12)وعلىالتواليفيالرياضاتالجماعية،وأدنىقيمةللمتوسطالحسابيهي (11.00) و ((7.52و (72.20)وبانحرافمعياري (1.03) و (0.60)و (2.98) وعلىالتواليلمتغيراتالوظيفيةقيدالدراسةفيالرياضاتالجماعية.

بينماظهرتأعلىقيمةللمتوسطالحسابيفيالرياضاتالفرديةلنفسالمتغيرات الثلاثقيدالبحثكالأتي (11.35)و (7.65)و (73.27)وبإنحرافمعياري (0,49) و (0.86) و (2,20)لمتغيراتالضغط الإنبساطيوالإنقباضيوالنبضعلىالتوالي.

وعندإجراءدراسةالنتائجللفروقفيإختبار التباينوإختبار المتوسطات المتحققةوخاصةفيإختبار تجانسالتباينللفرقالمختبرةفيالبحثوجدأنالفروق كانتغير دالة إحصائيابينالاعباتفيمتغير الضغطالإنبساطيوالإنقباضي،ومتغير النبضفيالحالةالطبيعيةوفيفتراتا لراحة،ويعزوالباحثونذلكإلىعدمتأثر هذه المؤشراتبشكلواضحفيالتدريبات،إذيذكر"محمدصبحيحسانين"وآخرونإلىإن إعادةمايكونمستوىضغطالدملدىالرياضيينمساوياًللمستوياتالطبيعيةإلاأنهفي بعضالأحيانيلاحظبعضحالاتالإرتفاعفيضغطالدمعندرافعيالأثقالثميليهم لاعبوالقدموأقلهملاعبواالجمباز[43]،لذلكلمتظهرفيهذهالدراسةفروقإحصائية للمتغيراتالثلاثةالمذكورةأعلاهبشكلواضح، ولكنهناكتغييراتطفيفةبين اللاعباتكرة اليدوالجمبازوكرة الطائرةعلىإعتبار أنالجمباز هيأقل الرياضاتتأثيراًفيمتغير النبض،وهذاماأكدتهالدراسةوماإتفقعليهبعضالمختصين والباحثينحيثأكدواأنإنخفاضضغطالدملدىالرياضيينيعدمؤشر لإرتفاعمستوى الحالةالتدريبيةوهذه النظرة تعتبرمنالمعتقداتالخاطئةالقديمة،إذ أنهم يعتبرونأنإنخفاضالضغط كحالةمرضية،إذيعتبرونحالاتلاتتعدى(33%)فقطيكونسببإنخفاضضغط الدمفسيولوجياوليسمرضياًإلاأنالنسبة،العاليةترجعبسببإنخفاضضغطالدمإلى البؤرةالإلتهابيةالمزمنةأوالإجهادوغيرهاوالتي لها علاقةبتكرارظهورحالةالإنخفاض بضغطالدمتبعاًلإختلافنوعيةالتخصصالرياضي[44].

- **جدول رقم (17):** يبين الإحصاءات الوصفية والإستدلالية لمتغير "سارجنت" المحققة للفروق المختلفة للعينة الطبيعية (قيد الدراسة).

النشاط	الفريق	الإحصاءات الوصفية						
		العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري	تقدير (95%) فترة ثقة المتوسط		القيم القصوى
						الحد الادنى	الحد الأعلى	القيمة الأدنى	القيمة الأعلى
الرياضة الجماعية	كرة يد	20	9,548	2,361	0,528	8,443	10,653	5,47	13,40
	كرة سلة	12	10,484	2,610	0,756	8,820	12,148	7,00	14,57
	كرة طائرة	27	7,330	1,022	0,223	6,815	7,795	5,70	8,93

[43]- محمد صبحي حسانين وآخرون: **فسيولوجيا و مورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص70.
[44]- محمد صبحي حسانين وآخرون، نفس المرجع، ص70.

الرياضة الفردية	**جمباز**	17	6,832	1,909	0,463	5,851	7,814	4,00	12,34
	ألعاب قوى	17	3,789	1,100	0,330	3,053	4,525	2,42	5,71
	رياضات قتالية	6	7,282	2,258	0,9217	4,913	9,651	4,49	11,18
	المجموع	87	2,727	2,737	0,293	7,143	8,310	2,42	14,57

- جدول رقم (18): يبين إختبار تجانس التباين (Homogeuitiy of Vars).

إختبار (Leven)	**درجة حرية البسط**	**درجة حرية المقام**	**مستوى الدلالة**
3,647	5	81	0,005

يتضحمنالجدول (17) أنأعلىقيمةللمتوسطالحسابيفيالرياضاتالجماعيةكانتبمقدار (10.484) وبإنحرافمعياريمقداره (2.619) ولصالحكرةالسلةأماأدنىقيمةللمتوسطالحسابيفكانت (7.330) وبإنحرافمعياريمقداره(1.022) ولصالحالكرةالطائرةفيالمتغيرقيدالبحث،بينمافيالفرق الرياضات الفرديةفكانتأعلىقيمةللمتوسطالحسابيهي (6.832) وبإنحرافمعياري (1.909) ولصالحلاعباتالجمبازوأدنىقيمةللمتوسطهي (3.789) وبإنحرافمعياري (1.100) لدىلاعباتألعاب القوى.

وعندراسةنتائجإختبار التباينيتضحوجودتباينتحتمستوى(L.S.D) الدلالة(0,001) وبدرجةحرية (5) للبسطو (80)للمقامو عندتطبيققانون المقارناتالزوجيةتبينوجودفرقإحصائيمابينكرةالسلةوالكرةالطائرةوبينفريق كرةالسلةوالجمباز وكرةالسلةالعاب القوىوالرياضات القتاليةوباتجاهإيجابينحوفريق كرةالسلةوكذلكوجودفرقإحصائيمابينكرةاليدوالكرةالطائرةوكرةاليد والجمبازو ألعاب القوىولصالحكرةاليد،وكذلكوجودفرقإحصائيمابينالكرة الطائرةوالعاب القوىولصالحفرقألعاب القوى ومابينالجمبازو ألعاب القوىولصالحفرقألعاب القوى.

ويعزوالباحثونإلىأنهذهالفروقفيالكفاءةالبدنيةبينالالاعباتأندية الفرققيدالبحثجاءتبسببطولالعمرالتدريبيلدىاللاعباتمماساعدذلكإلى زيادةتطورعملأجهزةالجسمبكفاءةأعلىمنالأخريات،وكمايذكر"هوفروكوفا" في أنهناكإرتباطاموجباًبينحملالتدريبوالحملالواقععلىكاهلاللاعبعندأداء الإختباراتالوظيفيةإذتعكسهذهالإختباراتمستوىلياقةاللاعبفيغضونفترات تدريبيةزمنيةمنأربعةإلىستأسابيع،ثمتليالفرقبالتواليفرقكرةاليدويعزو الباحثونذلكإلى أنمتطلباتلعبةكرةاليدمشابهمقاربةبالمستوىكرةالسلةوالتيتحتاجإلىإرتفاعفيمستوىاللياقةالبدنيةعنبقية الألعابالأخرى[45].

8- الإستنتاجات والتوصيات:

8-1- الإستنتاجات:

1- هناكتباينفيمستوىاللياقةالبدنيةلدىاللاعباتالعينة (قيدالبحث)ولصالح لاعباتكرةالسلةوكرةاليدو ألعاب القوى.

2- هناكفروقذات دلالة إحصائيةفينتائجالإختباراتالوظيفيةولصالحفرقكرةاليدوكرة السلةومنثمتليهافرقالجمبازو ألعاب القوى.

3- عدموجودفروق ذات دلالة إحصائيةمابينالأزواجالمتقابلةللمقارناتفيإختبار الضغط الإنبساطيوالإنقباضيولجميعالفرقالمدروسةقيدالبحث.

[45]- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، محمد صبحي حسانين، مرجع سابق، ص 276.

4- عدموجودفروق ذات دلالة إحصائية مابينالأزواجالمتقابلةللفرقالمبحوثةقيدالدراسةفي متغيرالنبض.

8-2- التوصيات:

* إعدادالمناهجوالخططالتدريبيةالتيتساعدعلىتطويرالليـاقةالبدنيةالعامة والخاصةوإعطاءالتمارينومناهجتدريبيةمتنوعةتخدمفيرفعمستوىاللياقة البدنيةوخاصةلاعباتكرةالطائرةوكرةاليدوكرةالسلةو ألعاب القوى.
* إجراءالإختباراتالوظيفيةوالبدنيةالتيتساعدعلىالتعرفعلىمستويات اللاعباتالمشاركاتفيالمنافسات الرياضية الجامعية،ومعرفةوقياسمستوىالتغيراتوالتكيفات الوظيفيةالحاصلةفيجسماللاعبةمن خلالالتدريب.
* يوصيالباحثونبالقيامبدراساتخاصةنستطيعمنخلالهاالوقوفعلىواقع الرياضةالنسويةفيالجزائريةحالياً.

9- المصادر والمراجع:

1- أبوالعلااحمدعبدالفتاح،احمدنصرالدينرضوان:**فسيولوجياللياقةالبدنية**، دار الفكر العربي، القاهرة،2003.
2- أبوالعلااحمدعبدالفتاح،محمدصبحيحسانين:**فسيولوجياومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
3- أبوالعلااحمدعبدالفتاح:**التدريبالرياضيالأسسالفسيولوجية**،ط1،دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
4- حمديعبدالمنعم،محمدصبحيحسانين:**الأسسالعلميةللكرةالطائرةوطرق القياس والتقويم**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997.
5- دانيةرياضي:**تطويرالأداءالفنيلمهارةالإرسالالمتموجالساحقلتنميةالقدرة العضليةوفقبعضالمتغيرات البيوميكانيكيةوالوظيفية**،أطروحة دكتوراه،كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2004.
6- قاسمحسنحسين:**تعلمقواعداللياقةالبدنية**،ط1،دارالفكرللطباعة والنشر،عمان، 1998.
7- قيسناجيوبسطويسياحمد:**الإختباراتومبادئالإحصاءفيالمجالالرياضي**، مطبعة التعليم العالي، بغداد،1987.
8- محمدحسنعلاوي،أسامةكاملراتب:**البحثالعلميفيالتربيةالرياضيةوعلم النفس الرياضي**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
9- محمدحسنعلاوي،محمدنصرالدينرضوان:**اختباراتالأداءالحركي**،ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982.
10- محمدصبحيحسانين وآخرون:**فسيولوجياومورفولوجياالرياضيوطرق القياس والتقويم**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
11- محمدعبدالمنعم،محمدصبحيحسانين:**الأسسالعلميةللكرةالطائرةوطرق القياس والتقويم**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997.

إستراتيجة تسيير الموارد البشرية في المؤسسات الرياضية .
دراسة حالة مديرية الشباب والرياضية.

د/ يحياوي محمد med_yahiaoui@yahoo.fr– جامعة الشلف.
أ/ قطاب محمد GUETTAB.meh.doc2013@gmail.com– جامعة الشلف.
أ/ خير عبد الله khaier-univchlef@gmail.com -جامعة التكوين المتواصل.

تهدف الدراسة إلى إبراز إستراتيجية تسيير الموارد البشرية كنظام يستمد أهميته في المؤسسة الرياضية، ولقد أكد علماء وخبراء الإقتصاد على ضرورة الإستثمار في المجال الرياضي من أجل الزيادة من الموارد البشرية المنتجة ، حيث أصبحت المؤسسات الرياضية في ظل العولمة تتمتع بطابع الإنفتاح والنشاط في محيط يطغى عليه الطابع التنافسي ، ومن ثم أصبح لزاما علينا تطوير إستراتيجياتها الإدارية بما فيها تطبيق الوظائف الإدارية بإسهام وتسبيق وتمييز مواردها البشرية من أجل الوصول إلى تحقيق غاياتها المنشودة .

الكلمات الدلالية : الموارد البشرية ، الإستراتيجية ، التسيير ، المؤسسات الرياضية .

Abstract :

The study aims to highlight the management of human resources strategy as a system derives its importance for the sports institution, and the scientists and economists experts focused on the investment in the field of sports in order to increase human resources produced, in which the sports institutions became in the light of globalization has a character of openness and activity in an environment dominated by the competitive, and then become necessary for us to develop its management strategy including the application of administrative functions and the diversity of heir human resources in order to reach and to achieve their objectives.

Key words: human resources, strategy, management, sporting institutions.

توطئة:

إناستراتيجيةإدارةالمواردالبشريةالفعالةيتوقفعليهاالانإستراتيجيةالمنظمةالمستقبليةحيثتوفروتلبيحاجةالإداراتالأخربالمكونةللمنظمةمنالمو اردالبشريةالمناسبةوالمدربةوالمؤهلةوالمحفزةبشكلجيد , منخلالبرامجتدريبيةوسياساتتعليمية , تضعهاإدارةالمواردالبشريةلرفعوتنميةقدراتهذهالمواردالبشريةوالتيعنطريقهاستحققالمنظمةأهدافهاالإستراتيجية

وهكذاأصبحتمسؤوليةإدارةالمواردالبشريةكبيرةجدا , فمستهدفمنهاوبشكلمتواصل , تهيئةوتكييفإستراتيجياتهاونشاطاتهاوممارساتهامعالتغيراتوالتحدياتالبيئةالداخليةوالخارجيةالتيتؤثرفيإستراتيجيةالمنظمةالعامةودفعناهذاا لإهتمامإلىطرحإشكاليةالدراسةكمايلي :

ماهيالاستراتيجياتالفعالةلتسييرالمواردالبشريةبالهيئاتالرياضيةفيظلالمتغيراتالجديدة؟

ومنهذهالإشكاليةتظهربعضالتساؤلاتالفرعيةالتالية :

1 – ماذانقصدبتسييرالمواردالبشرية؟

2 – ماهيأهدافتسييرالمواردالبشرية؟

3 – ماهيالسياساتوالممارساتالفعالةللمواردالبشرية؟

وللإجابةعلىهذهالتساؤلاتنقترحالفرضياتالتالية :

– 1

تسييرالمواردالبشريةهيتلكالأنشطةالمتعلقةبإحداثالوظائفوالتخطيطللقوىالعاملةوتوظيفهاوإدارتهاوحفزهاللاستمرارفيالعملوتحقيقا لأهدافالمطلوبة .

– 2

تساهموظيفةتسييرالمواردالبشريةفيتحقيقأهدافمديريةالشبابوالرياضةبالشلفإلىتكوينقوةعملمستقرةوفعالةفيالوقتالحاضروفيالمستقب ل .

– 3

تسعىإدارةالمواردالبشريةبالمديريةإلىوضعسياساتخاصةبأسلوبالإختياروووضعخطةتشملاحتياجاتهامنالمواردالبشريةيتمتوظيفهاوالمح افظةعليهابفضلالتكوينثمتقييمهذهالسياساتوالإعتمادعلىالتحفيزللحفاظعليها , والاهتمامبالفردمنحيثتوفيرخدماتوتحسينظروفالعمل .

أولا : ماهيةوظيفةتسييرالمواردالبشرية

إنالعالمنحولناملي ءبالإنجازاتالتيحققهاالإنسانعلىمرالعصوروالأزمنةخاصةفيالعصرالحديثالذيشهدثورةصناعيةوثقافيةكبيرة

.

كيفتحققتهذهالإنجازات؟ومنكانوراءها؟لاشكأنالإنسانبطاقتهوعزيمتهوطموحهوالعاملالأولفيهذهالإنجازاتومعذلكفإنو راءذلكتخطيطوتنظيمومراقبةوتنفيذوهذاوفققواعدومفاهيمالعصرالحديثللإدارة .

1 : نشأةوتطورتسييرالمواردالبشرية

أ – نشأةتسييرالمواردالبشرية :

لقدظهرتوظيفةتسييرالمواردالبشريةبمفهومهاالحديثنتيجةللعديدمنالتغيراتوالتطوراتالتيحدثتفيعدةمجالاتخاصةمعبدايةالثورةالص ناعية،تتمثلأهمهافيظهورالتجمعاتالعالميةالتيبدأتفيتنظيمنفسهابطريقةفعالةلمواجهةمختلفالضغوطالتيتفرضعليهامنطرفأصحاب الأعمال، وتعتبرأفكارتايلورالرائدةفيوضعالأسسالأوللفلسفةجديدةلعنصرالأفرادكعاملهامفيبناءالاقتصاد، ولقدنادىتايلوراختناقمبادئالإدارةالعلميةالتيتهدفإلىإخلالالطرقالعلميةفيتحديدأجزاءالعمل،وفيأدائهمحلالطرقالبائيةفهذا بغيةاستبعادالإسرافففيالجهدورفعمستوىالأداء،وتطبيقمبدأتقنيةالعملوتوزيعالمسؤولياتبينمختلفالوظائفالمشكلةللهيكلالتنظي م .

ب – تطويرتسييرالمواردالبشرية :

منذبدايةالقرنالعشرينتجدأنوظيفةتسييرالمواردالبشريةمرتبعدةمراحلخلالمجالات،وهذامنخلالمراحلزمنيةمختلفةومنالممكنتحد يدمراحلنموووتطوروظيفةتسييرالمواردالبشريةبثلاثمراحل : [1]

المرحلةالأولى: وتعتبرهذهالمرحلةبدايةبناءفلسفةجديدةللأفرادوالوظائفالمرتبطةبها،ويمكنتقسيمالمرحلةإلىقسمين :

- **الإدارةالعلمية**

: ظهرهذاالتوزيعلإدارةالمواردالبشريةمعبدايةالقرنالعشرينحيثارتبطبأعمالوزيادةالإنتاجية،ومنالظواهرالتيبرزتفيهذهالفترةانتش ارالنقاباتالعماليةوخاصةفيالولاياتالمتحدة .

إنشيوعالنقاباتالعماليةأدىإلىالتركيزبالاهتمامبالأجور،ولقدكانفريديريكتايلورمنالروادالأوائلالذينسعواإلىابتكارطرقجديدةفي زيادةالإنتاجية،والهدفمنهاإيجادالموازنةبينهاوبينالزيادةفيالتكاليف،ومنهناكانتدراسةالحركةوالوقتوكذلكقياسالجزاءوالعمليا

ت،ومنضمنأفكارتايلورأيضاًنظامالمكافآتوالعقوباتلتحسينالأداء، وعلىهذاالأساسأطلقعلىفلسفةتايلوراسمالرفاهيةالرأسمالية

.

- **العلاقةالإنسانية** : ظهرهذاالنموذجخلالالبحوثالعلميةالتيقامبهاكلمن "الوتمايوتمرروزث ولزبيركى " فيمصانعهخورتونللإلكترونيات،فقدتوصلهذاالباحثانإلىبعضالنتائجهلالعلاقةبينالعواملوالإنتاجيةلتجربةالإضاءةعندمالوحظأنهاتؤديإلىزيادةالإنتاجيةعندزيادةالإشارةداخلالورشة،لكنلمتتمتنفيذهالميؤديإلىانخفاضالإنتاجيةبلبقيتمرتفعةإلىجانببعض العواملالأخربالتيتماختيارعلاقتهابالإنتاجية كالتهويةوفتراتالراحة،وكانتهناكبعضالاستنتاجاتتمثلتفيمايلي :

–

إناستجابةالفردلزيادةالإنتاجيةلمتكنبسببالإضاءةأوالعواملالأخرى،ولكنبسببإهتماماالإدارةبهم،وشعورهمبأنالإدارةتأخذبآرائهموجهاتونظرتهم .

– إنالإستجابةالمعنويةالمرتفعةتعتمدعلىالاتصالاتوالمفاعلاتودرجةالرضاالأفراد،ونوعالعلاقاتبينالأفرادوالإدارة .

وكخلاصةيمكنالقولأننموذجالعلاقاتالإنسانية كانتطوراًمهماًفيأساليبإدارةوتسييرالمواردالبشرية،بحيثتبينمدىإنتاجيةالمؤسسةوردودفعلهاللتغيراتفيحاجاتالأفرادواتجاهاتهمالاجتماعية .

المرحلةالثانية:إنالتطوراتالاقتصاديةوالسياسيةلعبتدوراًهاماًوبارزاًفيالتأثيرعلىوظائفإدارةالمواردالبشرية،ففيبدايةالثلاثينياتحدثتمتغيراتعديدةتؤثرعلىتطويرديناميكيةإدارةالمواردالبشرية،ومنهذهالمتغيراتالعواملالسياسيةالمتمثلةفيالتشريعاتوالقوانينالحكومية الخاصةبالأفرادالعاملينمنحيثتحديدساعاتالعمل،الأجور،الترقياتونظمالحوافز .

إلىجانبدورالقوانينالحكومية،فلقدبرزالنقاباتالعماليةوالاتحاداتالمهنيةحيثلعبتدوراًهاماًفيأحداثتغييراتمهمةوأثرتفيطرقوإجراءاتالمفاوضاتبينالأفرادالعاملينوالإدارة .

المرحلةالثالثة

:إنالتطورفيإدارةالمواردالبشريةخلالهذهالفترةأخذبعداًجديداًفيمجالاتالتغييراتالاجتماعيةوالاقتصاديةوالقوانينالخاصةبالأفرادالعاملين،

فيهذهالمرحلةظهرتحاجاتجديدةللمؤسساتبفعلالظروفالاقتصاديةالمتغيرةوالتكنولوجياالمتطورةفيالعملوالمعلومات،كماأنقيمالأفرادالعاملينهيالأخرىأيضاًتأثراتبهذهالمتغيراتوظهرفيهذهالمرحلةمايلي :

- بروزدورالمواردالبشريةبشكلفعالفيالتوزيعللمتغيراتالخارجيةومحاولةالسيطرةعليهامنخلالاتخاذالقراراتوالإجراءاتاللازمة .

- بروزدورعلماءالاجتماعفيتطويرالجوانبالاجتماعيةللأفرادالعاملينوتطويرالأداء.

- زيادةالاهتمامبالأسسالعلميةللتطويرالمهنيوالإداريللأفرادالعاملين .

2 – مفهومتسييرالمواردالبشرية

إنالتسييرمفهومشاملوواسعوهوالتنظيموالتنسيقبينعواملمختلفةللوصولإلىأهدافونتائجمحددة .

أما الموارد البشريةهي جميعالسكانالذينيعيشونداخلالدولةمنالمدنيينوالعسكريينباعتبارهممواطنينتشملهمرعايةالدولةمنجميعالنواحيالاقتصادية،الاجتماعيةوالسياسية،

أ– تعريف تسير الموارد البشرية : هناك تعاريف عديدة نذكر منها:

التعريف الأول : تسيير الموارد البشرية هو العملية التي يتم بموجبها الحصول على الأفراد اللازمين للمنظمة من حيث العدد و النوعية التي تخدم أغراضها و ترغبهم في البقاء بخدمتها ، و جعلهم يبذلون أكبر قدر ممكن من طاقاتهم و جهودهم لإنجاحها و تحقيق أهدافها.[2]

التعريف الثاني: تسيير المواد البشرية تهتم بدراسة السياسات المتعلقة باختيار و تعيين و تدريب العاملين و معاملتهم في جميع المستويات و العمل على تنظيم القوى العاملة داخل المنظمة وزيادة ثقتها في عدالة الإدارة و خلق روح تعاونية بينها و الوصول بالمنظمة إلى أعلى مستويات الإنتاجية.[3]

التعريف الثالث : إن تسيير الموارد البشرية يهدف إلى الإجابة على التساؤل الخاص بكيفية توجيه و تنسيق الجهد البشري نحو تحقيق أهداف المنظمات العمل المعاصرة .[4]

و من هذه التعاريف نستخلص أن تسيير الموارد البشرية تمثل المحور في تنظيم العلاقة بين المنظمة و مستخدميها و هي من هذا المنطلق تعد إدارة استراتيجية هامة تعمل في إطار المفاهيم التالية :

- اعتبار العنصر البشري أصول استثمارية يجب إدارتها و تطويرها بفعالية و كفاءة من أجل تحقيق مردودها في الأجل الطويل ممثلا في زيادة الانتاجية و تفوق الأداء .
- تهيئة المناخ الوظيفي في مجال العمل بشكل يساعد المستخدمين على تقديم أقصى طاقتهم و تشغيل مهاراتهم و قدرتهم .

- و هي تقوم كذلك بشؤون الاستخدام الأمثل للموارد البشرية على جميع المستويات الإدارية بغية التوصل إلى تحقيق أهداف المنظمة .

ب– أهمية تسيير الموارد البشرية : تكمن أهمية وظيفة الموارد البشرية من خلال ما يلي: [5]

- مساعدة الاستراتيجية العامة للمنظمة :و هي تشمل النقاط التالية :
  - تقييم نقاط الضعف و القوة في المنظمة في مجال ثقافة المنظمة و قيمها .
  - تشخيص نظام الاتصال .
  - تشخيص تطورات الأفراد و هذا ضروري للتطورات الاستراتيجية .
- تطوير سياسة و خطط عمل الموارد البشرية : و هي تشمل النقاط التالية :
  - تخطيط عملي للمناصب و الأدوار التي تضمن توزيع الموارد البشرية .
  - تطوير نظام الاتصالات للمعلومات و التكوين .
  - اعادة السياسات الخاصة بالأجور.

ج–أهداف تسيير الموارد البشرية:

تتلخص أهداف تسير الموارد البشرية المحكم و المنظم لكل منظمة من أجل مساهمة الأشخاص في الرفع من مستوى الخدمات المختلفة ، لكن لم يتفق الباحثون و الكتاب و المفكرون على أهداف محددة لتسيير الموارد البشرية بسبب اختلاف وجهات النظر التي تسود المنظمات في مواجهة المواقف التي يجدها المسئولين ، و بصفة عامة فإن هذه الوظيفة تبحث عن تحقيق مجموعة من الأهداف التي بدورها تؤثر على نشاطها و يمكن تلخيص هذه الأهداف فيما يلي :[6]

- **الهدف التنظيمي** : إن مشروعية تسيير الموارد البشرية تمكن مساهمتها في فعالية المنظمة ، فتسيير الموارد البشرية ليس غاية في حد ذاتها بل طريقة لمساعدة المنظمات لتحقيق أهدافها ، أي أن تسيير الموارد البشرية في خدمة المنظمة في مضمون تنظيمي منظم .
- **الهدف المهني** : غاية مصلحة الموارد البشرية داخل كل منظمة هو خلق مناخ مهني كافي لجميع الاحتياجات المطلوبة أي أن تكون موافقة و ملائمة لتعليمات المنظمة التي تخدمها من خلال توفير المؤهلات البشرية المناسبة لكل تخصص .
- **الهدف البشري** : تحقيق سعادة للأفراد في عدة أمور من أهمها :
  - معاملة العمال معاملة حسنة و دون تمييز .

- عدم اللجوء إلى الشدة و استعمال الليونة معهم .

- **الهدف الاقتصادي** :و يرمي بصفة عامة على تحقيق ثلاثة أهداف عريضة هي :

- زيادة الانتاجية و رفع كفاءة الأداء في العمل ، عن طريق تطوير قدرات و مهارات القوى العاملة و فعالية استخدامها .
- كفالة العدالة و المساواة في المعاملة و تكافؤ الفرص ، عن طريق تطبيق مبدأ الجدارة و إيجاد وسائل للنظر في التظلمات و اتخاذ القرارات فيها .
- تنمية روح التعاون و التماسك فيما بين العمال لتحقيق أهداف المنظمة و اشباع حاجيات العاملين بها .

و يتلخص الهدف الرئيسي لوظيفة تسيير الموارد البشرية في :

" تكوين قوة عمل مستقرة و فعالة أي مجموعة من القوى البشرية القادرة على العمل و الرغبة فيه و التي تشكل قوة الدفع الأساسية للمنظمة في الوقت الحاضر و في المستقبل "

من هذا الهدف الشامل نوجز الأهداف الفرعية التالية :[7]

- **الجذب** : فهدف المنظمة يكمن في جذب العمال : بشرط أن يكونوا ذوي الكفاءة و الخبرة المعينة
- **الاحتفاظ** : الاحتفاظ بالموارد البشرية المدربة ذات الكفاءة ، و تأمين مساهماتها المستمرة في انجاح أهداف المنظمة .
- **التطوير** : تنمية الموارد البشرية و تطوير أدائها بتدريب الأفراد بطريقة صحيحة تمكن من تدعيم أداء المنظمة و تقويته من خلال زيادة الانتاجية .
- **التحفيز** : يظهر التحفيز في جانبه المادي و المعنوي خاصة في الأجور ، التي يحصل عليها الأفراء مقابل الجهد المبذول و كذا المكافآت الفردية و الجماعية .
- **الفعالية** : للوصول إلى الفعالية يجب المرور بعدة مراحل و هي :

- الحصول و الاحتفاظ بالموارد البشرية الفعالة .
- الوصول إلى أعلى درجة من الكفاءة
- مراقبة كلفة العمل و دوران الموارد البشرية و التغييب .

ثانيا: استراتيجياتإدارةالمواردالبشرية

1 – استراتيجيةالاستقطاب

أ–ماهيةالاستقطاب

تبدأعمليةالاستقطاببعدوضعخطةتحديدالمواردالبشريةالتيتحددالاعدادمنالوظائفالجديدةالمطلوبتعبئتهاحسبالتخ
صصاتالمختلفةفيالأوقاتالمحددةوحسبالنشاطاتالمعنيةالتيتتطلبهاالمنظمة

ب– تعريفالاستقطاب :هيعمليةالبحثعنالأفرادوذلكلشغلالمناصبالشاغرة .

ويمكن**تعريفالاستقطاب**بأنه :

عمليةتشيرالىذلكالنشاطالذيينطويعلىإيجادعددمنالمتقدمينالمؤهلينليتمالاختيارمنبينهمالافضللشغلوظائف .[8]

ج–أهميةالاستقطاب :

إنعمليةالاستقطاب تمثلحلقةالوصلبينتخطيطالمواردالبشريةوعميلةالاختياروتبرزأهميةالاستقطابمنخلالمايلي :

–

الحصولعلىعددكبيرمنالافرادممايعنيأصبحتلدىالمنظماتخيارواسعيستطيعمنخلالهاختيارالافرادالمستقطبينالأكفاءوالجيدينلشغ
لالوظائفبأقلتكلفةممكنة .

–استمرارعملياتالانتاجعنطريقضمانوجودقوىعاملةذاتتأهيلوكفاءةعاليةفيالمنظماتالتييعملونفيها .

–

اننجاحعمليةالاستقطابيعنينجاحعمليةالاختيارتتمثلباستبعادالأفرادغيرالمؤهلينوجذبالأفرادالمؤهلينذاتالمؤهلاتالعاليةلشغلال
وظائف .

– توفرالمعلوماتاللازمةمنالمتقدمينعنالعملواالمنظمةالتييتوقعلهاأنتؤديالأعمالبفاعلية

– يمكنمنخلالعمليةالاستقطابمعرفةأيالوسائلالتييمكناستخدامهاللحصولعلىأفضلالمواردالبشرية (مثلمكاتبالتوظيف،الجامعاتوالكليات،الاعلان،الاتصالالشخصي)

د– أهدافالاستقطاب :

انعمليةالاستقطابتستهدفتحقيقالمواءمةالأوليةبينخصائصالوظيفةومؤهلاتمنيشغلهامستقبلا،وتهدفوظيفةالاستقطابالـ
تحقيقمايلي:[9]

– توفيرمجموعةكافيمنالمتقدمينالملائمينلشغلوظائفوبأقلتكلفةممكنة .

– الإسهامفيزيادةفاعليةالاختيارمنخلالجذبأفرادمناسبينيتمالاختيارالنهائيمنبينهمممايؤديالىتقليلعددالمتقدمينغيرالمؤهلين
.

– الإسهامفيزيادةاستقرارالمواردالبشريةللمنظمةعنطريقجذبمرشحينجيدينوالاحتفاظبالعاملينالمرغوببهم .

–

تقليلجهودونفقاتالأنشطةالخاصةبالمواردالبشريةالتيتلحقعمليةالاختياركالتدريبعنطريقالتركيزعلىجذبمجموعةملائمةومتميزة
وذاتكفاءةوتأهيلمناسبينمنالمتقدمينبشغلالوظائفالشاغرة .

-

تحقيقالمسؤوليةالاجتماعية،القانونيةوالأخلاقيةلإدارةالمواردالبشريةعنطرقالالتزامبعمليةالبحثالصحيحةوتأمينحقوقالمتقدمين المرشحينلشغلالوظائف .

2 – مصادرالاستقطاب :وهي :[10]

أ- **المصادرالداخلية** : فيالحياةالعمليةيتمالحصولعلىالافرادالمناسبينمنداخلالمنظمةبإحدىالطرقالتالية :

- **الترقية**

: حيثتقومالمنظماتبإعدادخطةمتكاملةللترقية،وتكونواضحةومعلنةلجميعالعامليينيوضحفيهاالطرقوالاجراءاتالتيينبغيإتباعهاللترقيةوالارتقاءمنالوظيفةالدنياالىالوظيفةالعليا،وتتبعهذهالطريقةلشغلالوظائفالكتابيةوالادارية،ويمكنأنترفعالروحالمعنويةللأفراد .

- **النقلوالتحويل** :

قديتمتطبيقسياسةالتوظيفداخلالمنظمةعنطريقالنقلالداخليللموظفمنوظيفةلأخرىأومنفرعلآخر،والهدفمنذلكتحقيقالتوازنفيعددالعامليفيمختلفالادارات .

- **الموظفونالسابقون** :

قدتلجأبعضالمنظماتالىإتباعسياسةتوظيفالموظفينالسابقينعلىأساسأنهممموظفونفيالداخل،وخاصةالراغبينمنهمفيالعودةالىالعمل .

ب– المصادرالخارجية :منأهمالمصادرالمستخدمةلاستقطابالأفرادمنالخارجمايلي :

- **الاعلان** :

يعتبرمنأهمالوسائلالمستعملةلاستقطابالأفرادللتقدملشغلالوظائف،وتقففعاليةهذاالأسلوبعلىاختيارالوسيلةالمناسبةلنشرالاعلانوالأكثرشهرةهيالاعلانعنطريقالصحفوالمجلات .

- **مكاتبالعمل** :

توجدمكاتبللتوظيفوالاستخدامسواءكانتعامةأوخاصةفيمختلفالدولحيثيتمتسجيلطالبيالعملمنالعملةبمختلفالوظائفوالمهنالفنيةوالادارية .

- **الجامعاتوالمدارس** :

حيثهناكالبعضمنالمنظماتتحرصعلىبناءوتكوينعلاقاتمستمرةبالكلياتوالمدارسللحصولعلىالاحتياجاتسنويا،وهناكبعضالمصادرأقلاستعمالامنها :

- طلباتالتوظيفمنقبلالمتقدمين .
- الجمعياتالمتخصصةكجمعيةالمحاسبين،جمعيةالأطباء.

2 – استراتيجيةالاختيار:

أ –ماهيةالاختيار

إنعمليةالاختياريمكنأنتستندالىالمضمونالآتي :

إجراءاتتتبعمنقبلالمنظمةيتممنخلالهاجمعمعلوماتعنالمتقدملشغلوظيفةشاغرةتكونهذهالمعلوماتدليلاالمنظمةفياتخاذقرارقبولأور فضالمرشح .

ب– تعرفعمليةالاختيار: بأنهاعمليةانتقاءالافرادالذينتتوفرلديهمالمؤهلاتالضروريةوالمناسبةلشغلوظائففيالمنظمة .

ويمكنناأننعرفعمليةالاختيار :

بأنهاعبارةعنسياساتواجراءاتمنشأنهاضمانااختيارالافرادوفقمبدأالجدارةمنخلالالتنبؤبأفضليةالمتقدمينللعملوأيمنهمسيحققالن جاحاذاتمتعيينه).[11]

ج– أهميةالاختيار

ينبغيأنتركزجهودالادارةعلىعمليةالاختياروإعطائهاالأهميةالمناسبةللأسبابالتالية :[12]

– إنالاختيارالخاطئللأفراديفسرعلىأنهمضيعةللوقتوالمالالذيصرففيعمليةالاستقطابوفيإجراءالمقابلاتوالامتحانات.

–

إناختيارالشخصغيرالمناسبمنشأنهإلحاقالضرربمصالحالمنظمةالمتمثلةفيعدمقدرةالموظفالجديدعلىمقابلةمعاييرالأداءالمطلوبمماي ؤثرعلىالمنظمةبصفةعامة.

–

إنتطبيقسياساتتتوخىالعدالةوالمساواةفيالتعيينيحققللمنظمةالسمعةالجيدةفيالمجتمع،ويوفرلهامستوياتمنالكفاءاتالمتخصصة .

– ينبغيالتريثفيالتعييناتفيسبيلالحصولعلىالاكفاءمنذالبدايةممايجنبالمنظمةمشاكلاالدورانالوظيفيوارتباكالعمل .

– إنإتباعأساليباختيارفاعلةمنشأنهاتوفيرفريقعملمميزينعكسعلىقدرةالمنظمةوتحقيقانجازاتمميزة

2 –خطواتالاختيار :تمرعمليةالاختياربعدةخطواتتتمثلفي :[13]

– **استقبالطالبيالعمل** :

تتمهذهالخطوةبعدملءاستمارةخاصةبالعملاللمنظمةوعنطريقهايتمالتعرفعلىالفردالمرشح،وتأتيهذهالخطوةبعدإجراءع ملياتالاستقطابوحصرالمرشحينبشكلنهائي .

– **المقابلةالأولية**

:فيهذهالمرحلةتتعرفعلىبعضالخصائصكالمظهروسلوكالمتقدمأثناءعمليةالمقابلة،أسلوبإجابتهعلىالأسئلة،وقدتأخذالمقابل ةالشكلالأوليالرسميوالهيكليوبذلكتعوضالمقابلةالنهائية .

أوقدتكونغيررسميةوغيرمهيكلةممايستلزمالأمرإجراءمقابلةنهائية .

- **الاختيار** :

تستهدفهذهالخطوةالتعرفكتابياعلىمؤهلاتالفردومدىتوافقهامعمتطلباتالوظيفة،حيثتفتحهذهالخطواتبابالمنافسةالحرةأمامالمتقدمينلشغلالوظائفالشاغرةتقسمالاختباراتبصفةعامة:

إلىاختباراتالأداء،اختباراتحولالذكاء،اختباراتالاستعدادوالقدرات،اختباراتالميوللعمل،اختباراتالشخصية،اختباراتالاتجاهات .

- **الفحصالطبي** :

يركزالفحصالطبيعلىالتأكدمنسلامةالمتقدممنالناحيةالعضويةقصدتحديدمدىقدرتهاالجسمانيةوالصحيةلأداءالعملالمطلوبمنه .

- **المقابلةالنهائية**: حيثتمثلهذهالخطوةالأداءالوحيدوالأعلىوزنامنبينالخطواتالاختيارفيتحديدمنيحصلعلىالعمل.

3 – استراتيجيةالتدريب

يؤديالتدريبدورافعالافيزيادةمهاراتالعاملينوتحسينقدراتهمو ذلكبإتباعبرامجوتربصاتمعدةخصيصالذلك .

أ–تعريفالتدريب :لقدتعددتالتعاريفواختلفتمناقتصاديلآخرومنأهمهامايلي :[14]

عرّفبعضالكتابالتدريببأنه "

الجهودالاداريةأوالتنظيميةالتيتهدفالتحسينقدرةالانسانعلىأداءعملمعين،أوالقيامبدورمحددفيالمنظمةالتييعملفيها "

و**يعرفعلىأنه**إجراءمنظممنشأنهأنيزيدمنمعلوماتومهاراتالانسانلتحقيقهدفمعين.

ب –أهميةالتدريب :للتدريبأهميةبالغةسواءعلىالمنظمةأوعلىالفرد :[15]

- **أهميةالتدريببالنسبةللمنظمة** :

يمكنابرازأهميةالتدريبفيالنقاطالتالية :

–

يساهمفيانفتاحالمنظمةعلىالعالمالخارجيبهدفتطويربرامجهاوامكانياتهاوتعزيزالقدرةالتنافسيةلها،خاصةمعالتقدمالتكنولوجيالسريعحيثستظهروظائفواحتياجاتتدريبيةجديدة.

–

يساهمفيتحديدوإثراءالمعلوماتالتيتحتاجهاالمنظمةلصياغةأهدافهاوتنفيذسياستهاومنخلالالتدريبيتمتوضيحالسياساتالعامةللمنظمةوالمساهمةفيبناءقاعدةفاعلةللاتصالاتوالاستشاراتالداخلية .

– الاسهامفيتقديمخدماتذاتجودةوتهيئةبيئةاستثماريةمعخفضتكلفةالأداءمنوقتوأجورونفقاتأخرى ...

-

يكونالتدريباستجابةلاستيعابموظفينجددأوإعادةالتنظيمبمايتضمنهتعديلفيالاختصاصاتأواستحداثأنشطةجديدةاستجابة لتعديلفيسياساتأواجراءاتالعملأوتجهيزاته .

-

يساهمالتدريبفيربطأهدافالأفرادالعاملينبأهدافالمنظمةوخلقاتجاهاتايجابيةداخليةخارجيةنحوالمنظمةويؤديالتطويرأساليبالقياد ةوترشيدالقراراتالادارية .

- **أهميةالتدريبالنسبةللفرد**: تتمثلالفوائدالتييحققهاالتدريبالعلميللأفرادفيالآتي :

- يساعدالافرادفيتحسينفهمهمفيالمنظمةوإستعابهمللدورهمفيها .
- يساعدالأفرادفيتحسينقراراتهموحلمشاكلهمفيالعمل .
- يطوروينميالعواملالدافعةللأداءويوفرالفرصةأمامالافرادللتطوروالتميزوالترقيةفيالعمل.
- يساعدالافرادفيتطويرمهاراتالاتصالاتوالتفاعلاتمايحققالأداءالفعلي .
- يساعدفيتقليلالقلقالناجمعنعدمالمعرفةللعملأوقلةالمهاراتالتيينجمعنهاضعفالأداء .

ج–أهدافالتدريب: للتدريبأهدافعديدةتستطيعالمنظماتالاستفادةمنها وهي:[16]

- **زيادةالانتاج**

:إنزيادةمهارةالقوىالعاملةستؤديعادةالزيادةكميةالانتاجونوعيتهحيثأنالتطورالفنيفيالعملياتالصناعيةيتطلبتجديدمعار فالعاملينوتدريبهمليتمكنوامنأداءأعمالهمعلىالوجهالمطلوبوالذييدورهيؤديالىزيادةالانتاج .

- **رفعالروحالمعنوية** :

حيثأنامتلاكالمهاراتالعاليةتؤديالىزيادةشعورالعاملينبالأمنوالاستقراروالطمأنينة،ممايرفعالروحالمعنويةلديهم .

- **قلةالاشراف** :أنالتدريبيساعدالعاملعلىأنيشرفهوبنفسهعلىأدائه،فالدورةالتدريبيةتقللمنالحاجةللإشراف .

- **الاقتصادفيالانفاق** :

لأنالتدريبمردودأكثرمنكلفته،فاستخداماالآلةبأصول،وبوسائلسليمة،يقللالنفقات،كمايقللمنحوادثالعمل .

- **قلةفيدورانالعمل** :

إنتدريبالافراد،وزيادةمداركهميزيدمنتعلقهمفيالعمل،ويحولدونتطلعهمللإشتغالخارجمؤسساتهممماميؤديالىقلةفيدورانال عمل .

- **وفرةالقوةالاحتياطيةللمؤسسة** :

حيثيشكلالتدريبمصدرامهماللطلباتالملحةالتيتفوقالامكاناتالمتوفرةفيسوقالعمل،وبذلكتتمكنالمراكزالتدريبيةفيمدالمؤ سساتبالقوةالعاملةالمدربةوبالأعدادالتيتحتاجها .

د– أنواعالتدريب:يمكنتقسيمالتدريبالى:[17]

- **التدريبوفقالعددالمتدربين:**
  - التدريبالفردي
  - التدريبالجماعي
- **التدريبوفقالمكانالعمل**
  - التدريبفيموقعالعمل
  - التدريبخارجموقعالعمل
- **التدريبوفقالوقتالتنفيذ**
  - التدريبقبلالخدمة
  - التدريببعدالخدمة
- **التدريبوفقاللهدف**
  - تدريبالمهارات
  - تدريبالسلوك
  - التدريببغرضتطويرمعلوماتالفردموضوعمعين

4 – استراتيجيةالحوافز وتقييمالأداء:

1 – استراتيجيةالتحفيز: هوحثالعمالوخلقالدافعيةلديهمللعملبجدونشاطوبمستوىعاليمنالفاعلية

أ– تعريفالحوافز :"

هيوضعتسهيلاتوتشجيعاتمعينةفيشكلامكانياتمتاحةفجائيةالعملللعامل،لغرضتحريكدوافعهنحوسلوكمعينقصدتحقيقنشاطأومجموعةأنشطةمحددةشكلاأوأسلوبا" .[18]

ب–أهميةالتحفيز : تشيرالدراساتأنالاهتمامبموضوعالحوافزلهأهميةفيالوقتالحاضرللأسبابالتالية:

- زيادةحدةالمنافسةبينالمنظماتعلىالمواردالبشريةالتييتلاءماستخدامهامعالتطوراتالتقنيةالخاصةبزيادةقدرةالمنظماتعلىاجتذابالمهاراتاللازمة .
- غموضالمفهومالحقيقيلعمليةالتحفيزومضمونهالارتباطهابمجموعةمنالعواملالنفسيةوالاجتماعيةوالتنظيميةالمعقدةوالمتشابكة،الأمرالذيأدىبالباحثينإلىدراسةهذهالعواملقصدالتواصلإلىفهمواضحوعاملىالعمليةوالعواملالمؤثرةفينجاحها .
- تزايدالقيودوالتحدياتالتيتواجهالمنظمات،وهذاماأدىإلىاستخداماالحوافزكوسيلةللحدمنتأثيرالقيودوالتحديات
- زيادةحجمالمنظماتوتنوعأنشطتهاوميولهاالىالاتجاهالدوليللانتقالإلىمجتمعاتودولأخرىللعمل . وقداستخدمتالمنظماتالحوافزالماليةأوالمعنويةأوكلاهمالتشجيعوخلقالرغبةلديهمفيالعمل .
- تأكيدالكثيرمنالدراساتبأنللحوافزدوركبيرفيزيادةدافعيةوضمانواستقرارالمواردالبشريةفيالمنظمة .

– 2

استراتيجيةتقييمالأداء: إنتقييمأداءالعامليننيعنيقياسكفاءتهمومدىمساهماتهمفيإنجازالأعمالالمناطةبهم،وكذلكالحكمعلىسلوكهموتصرفاتهمأثناءالعمل .

أ– تعريفتقييمالأداء : هناكعدةتعاريفلتقييمأداءالعامليننذكرمنهامايلي :[19]

–تعريفتقييماداءالعامليناعلىأنه :

عمليةيتمبموجبهاتقديرجهودالعامليننبطريقةمنصفةوعادلةلتحديمكافأتهمبقدرمايعملونوينتجون،وذلكبالاستنادإلىعناصرومعدلاتيتمبموجبهامقارنةأدائهمبهالتحديدمستوىكفاءتهمفيالعملالذينيعملونبه .

ويعرفتقييمأداءالعامليناأنه " العمليةالتييتمبمقتضاهاتقييمالأداءالحاليأوالسابقللفردمقارنةبمعاييرالأداءالموضوعية" .

ب–أهميةتقييمأداءالعاملين :تتضحأهميةالتقييممنخلالمايلي :[20]

- تحديدمدىكفاءةالفرد .
- المعاملةالعادلةوحصولكلعاملعلىمايستحقه (ترقية،علاوة،مكافأة... الخ)
- زيادةمستوىالرضا .
- خلقفرصالاحتكاكبينالرئيسوالمرؤوس .
- يرتبطالتقديربالاهتمامبمايبذلهالفردمنجهدوطاقةفيتأديتهلعمله . يخلقالمناخالتنظيميوالعلاقاتالحسنةوالروحالمعنويةالدافعةللعمل .
- يمثلتقييمالأداءوسيلةرقابيةعلىالمشرفينالذينيتابعونمراقبةوتقييمجهودالعاملين .
- ترتبطهذهالوسيلةبتحديدمدىسلامةونجاحالطرقالمستخدمةفيإختياروتدريبالعاملين .
- تساعدهذهالوسيلةعلىوضعالرجلالمناسبفيالمكانالمناسب (اختيارعلىأساسمواصفاتالوظيفة) .وتنميةمهاراتوقدراتالأفراد .
- الحكمعلىدقةالسياساتوالبرامجالمتعلقةبالاستقطابوالاختياروالتعيين .. الخ
- يشكلفرصللعامليناتدراكأخطائهموالعملعلىتجنبهاوتنميةمهاراتوتحقيقمايصبونإليهمنترقيةوتسلقالسلمالوظيفيوالحلولعلىمكافآتوتعويضاتمجزية .

ج–أهدافتقييمأداءالعاملين :تتمثلفيمايلي :

- **بالنسبةللعاملين** :منأهمالأهدافالتييحققهاتقييمأداءالعامليننمايلي :

- يساعدتقييمالأداءعلىتعريفالعاملينبنواحيالقصورفيأدائهمفيعطيهمالفرصةلتجنبهافيالمستقبل .
- يعطيتقييمالأداءللعاملينمعنىللعدالة،مكانالشعوربأنجهودهمتثمنعشوائيا .
- يدفعالعاملينللاجتهادفيالعملكونهميعرفونأنأدائهمالوظيفيسوفيخضعللتقييموالتقديرالدائممنجانبرؤسائهم .

- **النسبةللمنظمةككل** :منبينالأهدافالتييمكنأنيحققهاتقييمأداءالعاملينللإدارةوالمنظمةككلمايلي :

- يساعدالنظامالموضوعيلتقييمأداءالعاملينعلىترشيدسياسةالاختياروالتعيينوالحكمعلىسلامتها .
- يساعدالنظامالموضوعيلتقييمأداءالعاملينعلىإعدادسياسةجيدةللترقيةلأنهيساعدالادارةعلىاختيارأنسبالمترشحينأوأكفأ الاشخاصلشغلمناصبأعلىفيالمستوىالتنظيمي .
- يساعدالنظامالموضوعيلتقييمأداءالعاملينعلىإعدادسياسةجيدةلتدريبالعاملينوتنميتهم،حيثيتماعدادبرامجتدريبيةبناءاعلى نقاطالضعففيأداءالعاملينالتييبينهاالتقييم .
- يساعدعلىتحسينعلاقةالعملداخلالمنظمةفهويخلقشعوربالراحةبينالعاملينبسببوجودنظامسليموعادللتقييمأعمالهم .
- كمايساعدعلىاحترامنظاماالعملوقواعدهلأنشعورالفردبأنهناكمنيقيمسلوكهوتصرفاتهسوفيجعلهأكثرالتزاماىبنظامقواعد العملالموضوعة .
- يساعدعلىإعدادسياسةجيدةللرقابة،فهويدفعالمشرفينباستمرارإلىمتابعةوملاحظةمرؤوسيهمبدقة،كمايسهلعليهمتقد يمالنصحوالارشادعندالحاجة .

ثالثا : دراسةواقعإستراتيجياتتسييرالمواردالبشريةبمديريةالشبابوالرياضةبالشلف

1 – أدواتالدراسةالتطبيقية :لقداعتمدنافيدراستناالتطبيقيةعلىعدةأدواتمنها :

أ –

المقابلةالشخصية: تمإجراءمقابلاتمعإطاراتوكذاموظفينوذلكبهدفجمعالبياناتالتيتخصموضوعالدراسةبحيثيمكنتمنأخذصورةعا مةعلىواقعإستراتيجياتتسييرالمواردالبشرية.

ب – الإستبيان

: حيثاستخدمناالإستبيانكأداةلجمعالبياناتحولالدراسةوذلكمنخلالتوجيهمجموعةمنالأسئلةللمستقصيينوذلكباعتبارأنالإستبيا نهوالأداةالمناسبةلجمعمثلهذهالبيانات.

2 – منهجيةالدراسة :بغيةإنجازبحثناالميدانيعلىمستوىمديرية الشباب و الرياضةبالشلفاتبعتالخطواتالتالية :

أ – تحديدمشكلةوهدفهذهالدراسة:إذاتمحورمعالمشكلتنافيمايلي:

– إظهاروإبرازالتأثيرأوالدورالذيتلعبهالإستراتيجياتلتسييرالمواردالبشريةفي مديرية الشباب و الرياضةبالشلف

- أماهدفهذهالدراسةفيتمثلفيمعرفةإذاماكانتمديرية الشباب و الرياضةتمارساستراتيجياتتسييرالمواردالبشريةعلىأسسموضوعيةوعادلة.

ب – مجتمعالدراسة: يتمثلفيالمواردالبشريةبمديرية الشباب و الرياضةبالشلف

ج – تحديدعينةالدراسة: تتمثلعينةالدراسةفيالمفرداتالذيشاركفيالإستبيانوتممنخلالهاتحصيلالبياناتالواجبالحصولعليها , حيثاعتمدناعلىأسلوبالحصرالشاملللمواردالبشريةمعمراعاةأنيمسالإستبيانجميعالمستوياتالإداريةللمديريةوقدكانعددالأفرادالتيم سهاالإستبيانحوالي 25 فردا.

3 – إعدادالاستبيان :

أ – محتوىالاستبيان : لقدتمإعدادقائمةالإستبيانباللغةالعربيةوكانتهيكلةالإستبيانكمايلي :

- احتوىالاستبيانعلى 10 أسئلةمغلقة .

- احتوىالاستبيانعلىجزئينيضمكلمنهماعددمنالأسئلةكمايلي :

الجزءالأول : يتعلقبجمعالبياناتالشخصيةعنالموظف.

الجزءالثاني : كانيخصجمعالمعلوماتحولمدىتبنيالمديريةللإستراتيجياتالخاصةبتسييرالمواردالبشرية.

ب – الحدودالمكانيةوالزمنيةللاستبيان :

- **الحدودالمكانية:** لقدكانتبولايةالشلفحيثكانمكانالدراسةهومديرية الشباب و الرياضةبالشلف.

- **المجالالزماني:** فقداستغرقتمدةإنجازهذاالإستبيانأسبوعمابينجمعالبياناتوتفريغهاوتحليلها **ج – معدلالردود :** كانمعدلالردودالخاصبالاستبيان 100 % .

د –دراسةوتحليلنتائجالإستبيان : بغيةالقيامبدراسةوتحليلنتائجالإستبيانااعتمدناعلىالمعالجةاليدويةوالمتمثلةفيالنسب, وبهذانستعرضنتائجالإستبيانعلىشكلجداول :

أولا – البياناتالشخصية :

1 – الجنس :

جدولرقم01: توزيععينةالبحثعلىأساسالجنس

الجنس	التكرارات	النسبةالمئوية
ذكر	18	72
أنثى	07	28

المجموع	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق :نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن 72% من أفراد العينة تمثل نسبة الذكور بينما 28% تمثل الإناث وهذا يشير إلى أن المديرية تستقطب شريحة الذكور أكثر من الإناث وهذا راجع لطبيعة النشاط.

2 – العمر :

جدولرقم02:توزيععينةالبحثعلىأساسالعمر

العمر	التكرارات	النسبةالمئوية
20 – 30 سنة	8	32
30 – 40 سنة	11	44
40 سنةفمافوق	6	24
المجموع	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق:

من خلال الجدول رقم (02) يظهر لنا أن أغلبية الموظفين يتراوح سنهم مابين 30-40 والتي تقدر نسبة 44%بعدها الذين يتراوح سنهم ما بين 20-30 سنة بينما الفئة العمرية الأكثر من 40 سنة فهي تقدر نسبتها بـ 24 %وعليه فإن أغلب موظفي المديرية شباب.

3 – الدرجةالوظيفية:

جدولرقم 03 :توزيععينةالبحثعلىأساسالدرجةالوظيفية

الدرجةالوظيفية	التكرارات	النسبةالمئوية
إطار	12	48
عونتحكم	8	32
عونتنفيذ	5	20
المجموع	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق

من خلال الجدول رقم (03) يتضح لنا أن النصيب الأكبر كان للإطارات نسبة 48% بعدها تأتي عون التحكم بنسبة 32 %يليها نسبة عون التنفيذ 20% وهي نسبة موزعة حسب إحتياجات كل مستوى.

4 – المستوىالتعليمي:

جدولرقم04:توزيعأفرادالعينةمنحيثالمستوىالتعليمي

المستوىالتعليمي	التكرارات	النسبةالمئوية
متوسط	6	24
ثانوي	9	36
جامعي	10	40
المجموع	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق:

يظهر من خلال الجدول رقم (04) أن أغلبية مفردات العينة هو ذو مستوى جامعي حيث بلغت نسبة 40 %، ثم تليها فئة الثانوي نسبة 36% أما الفئة الأخيرة نسبة 24% وعليه فإن المديرية تستخدم العمال الأكفاء للتسيير.

5 – مدةالخدمةبالمديرية :

جدولرقم 05 :مدةالخدمةبالمديرية

مدةالخدمةبالمديرية	التكرارات	النسبةالمئوية
أقلمن 08 سنوات	8	32
من08 إلى 16 سنة	10	40
من 16 سنةفأكثر	7	28
المجموع	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أن نسبة 40% التي تمثل عدد الأفراد الذين يتراوح عملهم ما بين 8و16 سنة ثم تليها نسبة 32%لم يتجاوز عملهم في المديرية 8 سنوات وأخيرا الفئة التي تتجاوز 16 سنة فأكثر التي تقدر بنسبة 28% وهذا يشير إلى أن المديرية تستفيد من كل الفئات حسب الخبرة العملية.

ثانيا : محورأنشطةالمواردالبشرية:

1 – نشاطاستقطابالمواردالبشرية :

جدولرقم06:

الفقرة	البيانات	التكرارات						المجموع	النسبة
		نعم	%	لا	%	محايد	%		
01	– القائمونبعمليةالإستقطابفيالمديريةمنذويالخبرةوالكفاءة	16	64	/	/	09	36	25	100
02	– تتبعالمديريةطرقعادلةللتوظيفلجذبالمواردالبشريةالماهرة	14	56	08	32	03	12	259	100
03	– تقومالمديريةباستقطابالكفاءاتمنالمواردالبشريةالتيتملكالمهارةوالقدرة	08	32	05	20	12	48	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن الفقرة رقم (01) وصلت إلى نسبة 64% بنعم وهذا يدل على أن المديرية حريصة على استقطاب الكفاءات والخبرات من أجل إنجاز الأعمال بشكل جيد.

كما جاءت الفقرة رقم (02) في المرتبة الثانية نسبة 56% أما الفقرة الأخيرة وصلت نسبة إلى 48%محايد وهذا يدل على أن المديرية لا تتبع طرق عادلة لجذب الموارد البشرية الماهرة.

2 – نشاطإختيارالمواردالبشرية :

جدولرقم07:

الفقرة	البيانات	التكرارات						المجموع	النسبة
		نعم	%	لا	%	محايد	%		
01	- يتمإختيارالمواردالبشريةبوظائفالعملبالمديريةعلىأساسموضوعية .	09	36	10	40	06	24	25	100
02	- تقومالمديريةباختيارالكفاءاتالمناسبةلتعيينهممفيالوظائفالإداريةالوسطوالعليا .	13	52	08	32	04	16	25	100
03	-يتمتعيينالعاملينوفقمعاييروقواعدثابتةمنأهمهاالخبرةوالكفاءة	18	72	07	28	/	/	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن الفقرة رقم (03) وصلت إلى نسبة 72% بنعم والفقرة رقم (02) تحصلت على نسبة 52%بنعم وهذا ما يدل أن هناك أسس وشروط لتشغيل الوظائف داخل المديرية.

كما جاءت الفقرة رقم (01) في المرتبة الأخيرة نسبة 40% ب لا وهذا يدل على أن اختيار المديرية يكون على أساس ترقية الموظفين في الإدارة.

3 – نشاطتدريبالمواردالبشرية :

جدولرقم08:

الفقرة	البيانات	التكرارات						المجموع	النسبة
		نعم	%	لا	%	محايد	%		
01	-تقومالمديريةبتدريبالمواردالبشريةبهدفزيادةمعارفهمالمتعلقةبوظائفهم .	22	88	03	12	/	/	25	100
02	- يوجدفيالمديريةخطةسنويةلتدريبالمواردالبشريةيتموصفهااستناداإلىإحتياجاتهم .	06	24	10	40	09	36	25	100
03	- تتوفرفيالمديريةكلاالمتطلباتالمساعدةللمتدربينفيتطبيقماتعلموافيالتدريبعلىأرضواقعالعملالفعلي	08	32	09	36	08	32	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق:

نلاحظ من خلال الجدول رقم(08) أن الفقرة (1) تصل نسبة 88% بنعم ويمكن تفسير ذلك أن المديرية تقوم بدورات تدريبية وذلك من أجل اكتسابهم الخبرات المختلفة.

كما جاءت الفقرة (02)و (03) بنسب 40%و 36% على التوالي ب لا، ويمكن تفسير ذلك أن المديرية لا تربط خطة سنوية للتدريب مع احتياجات العمال.

4 – نشاطتحفيزالمواردالبشرية :

جدولرقم09:

الفقرة	البيانات	التكرارات						المجموع	النسبة
		نعم	%	لا	%	محايد	%		
01	- تستندسياسةالتحفيزبالمديريةإلىأسسموضوعية .	06	24	13	52	06	24	25	100
02	- هناكإهتمامنقبلالقائمينبالتحفيزبالمديريةلتحليلدافعيةالأفرادنحوالعمل .	11	44	05	20	09	36	25	100
03	- تعتمدالمديريةعلىأساليبعديدةللتحفيز .	/	/	14	56	11	44	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن الفقرة (3) و (1) على نسب 56 % و 52 % على التوالي بـ لا ، و هذا يدل أن المديرية لا تهتم بعملية التحضير .

كما جاءت الفقرة رقم (2) على نسبة 44 % نعم في المرتبة الأخيرة و هذا يدل على أن المديرية لا تعتمد على سياسة التحفيز إلى أسس موضوعية .

5 – نشاطتقييمأداءالمواردالبشرية :

جدولرقم10:

الفقرة	البيانات	التكرارات						المجموع	النسبة
		نعم	%	لا	%	محايد	%		
01	- يتمتقييمالمواردالبشريةعلىأسسموضوعية	07	28	05	20	14	56	25	100
02	- يطلعالموظففيالمديريةعلىنتائجتقييمأدائهالسنوي	03	12	10	40	12	48	25	100
03	- يتممراجعةطرقتقييمالأداءمنأجلتطويرعملالعامليفيالمديرية .	16	64	06	24	03	12	25	100

المصدر : منإعدادالباحثبالاعتمادعلىالإستبيان.

تعليق :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن الفقرة رقم (03) على نسبة تصل الى 64 %بنعم ، و هذا يعني أن المديرية تسمح بالإطلاع على نتائج تقييم أدائه السنوي كما جاءت الفقرة رقم (01) على نسبة محايدة تصل الى 56 % و التي تفسر ان المديرية تقييم أداء الموارد البشرية من قبل المسؤول المباشر ، تم تليها الفقرة رقم (02) في المرتبة الأخيرة بنسبة 48% محايد، و من هنا نستنتج أنتقييم الأداء بالمديرية لا يحضى بالاهتمام الكافي .

رابعا : نتائج و توصيات الدراسة :

- إعادة النظر في معايير التكوين ، و تعزيز هذا الجانب بميزانية كافية تسمح بتكوين الأفراد العاملين في مختلف التخصصات التي من شأنها تحسين الأداء .
- تشجيع الاداء العملي و ربطه بالحوافز .
- اشتراك العاملين في اتخاذ القرارات .
- البحث عن التميز من خلال الموارد المتاحة ، و استغلال الخبرة المتراكمة للأفراد العاملين .
- يجب أن يوجه التسيير بالمديرية على جميع العاملين و على مختلف المستويات الادارية بها.
- متطلبات العمل تتغير باستمرار و أساليب الأداء و المستوى التكنولوجي يتغير ،لذلك يتطلب تطور أساليب لمواجهة هذا الموقف و البحث باستمرار عن طرق أكثر فعالية لتحقيق الاهداف
- إعتماد المديرية على أساليب عمل جديدة و عصرية لتخطيط الموارد البشرية و التخلي على الشكل التقليدي أي يفقد لأركان التدريب الفعال .

- يجب على المديرية عدم فصل إدارة الموارد البشرية عن مجالات العمل الاستراتيجي حتى تتمكن هذه الأخيرة من ضمان الخطط الاستراتيجية للمديرية .
- ضرورة تبني الرؤية المستقبلية لإدارة الموارد البشرية بالمنظمة ووضع تصور واضح و مدروس عن تخطيط الموارد البشرية لفترات مستقبلية.
- ينبغي على المديرية الشباب و الرياضة بالشلف أن تعمل على تطوير و عصرنه نظام المعلومات الموارد البشرية للفترات القادمة.
- يفتح المجال أمام الفرد نحو الترقية و التقدم الوظيفي كما أنه يعمق الاحساس بالرضا الوظيفي لان تخطيط الافراد يزيد من تعلقهم بالعمل .
- اعادة النظر في معايير الترقية و النقل بين مختلف الوظائف .

الهوامش و المراجع:

1. سهيلة محمد عباس، علي حسن علي، إدارة الموارد البشرية، دار وائل للنشر، عمان،1999، ص26.
2. مهدي حسن، إدارة الأفراد في منظور كمي و العلاقات الإنسانية، دار مجدلاوي، الأدرن، 1993.
3. Pierre J.C « **Gestion des ressources humaines** » Vuibert, paris, 1995.p.26.
4. مصطفى كامل، إدارة الموارد البشرية، الشركة العربية للنشر و التوزيع، القاهرة، 1994، ص10.
5. محمد رفيق الطيب، مدخل للتسيير، أساسيات، وظائف، تقنيات، ديوان المطبوعات الجامعية، 1995، ص55.
6. أمين ساعاتي، إدارة الموارد البشرية من النظري إلى التطبيق، دار الفكر العربي، القاهرة،1998،ص54.
7. ناصر دادي عدون، اقتصاد مؤسسة، دار المحمدية، الجزائر،1998،ص296.
8. عمر وصفي عقيلي، إدارة الموارد البشرية بعد استراتيجي، دار وائل، الأردن، 2005، ص14.
9. عمر وصفي عقيلي، مرجع سابق،ص188.
10. عمر وصفي عقيلي، إدارة القوة العاملة، دار زهران للنشر، الأردن، 1996، ص49.
11. يوسف حجيم الطائي، مؤيد عبد الحسين الفضل، هاشم فوزي العبادي، إدارة الموارد البشرية – مدخل استراتيجي متكامل، الوراق للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، 2006،ص203.
12. يوسف حجيم الطائي، مؤيد عبد الحسين الفضل، هاشم فوزي العبادي، مرجع سابق، ص205.
13. عبد الرحمن الهيثي، إدارة الموارد البشرية، دار وائل للنشر، الأردن، 2003، ص133.

14. مصطفى نجيب شاويش، إدارة الموارد البشرية، دار الشروق، الأردن، 1996، ص232.
15. راوية حسن محمد، إدارة الموارد البشرية، دار المكتب الجامعي الحديث، مصر،1999،ص251.
16. يوسف حجيم الطائي، مؤيد عبد الحسين الفضل، هاشم فوزي العبادي، مرجع سبق ذكره، ص278.
17. علي محمد ربابعة، إدارة الوظائف البشرية، دار صنعاء للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، 2003، ص56.
18. صلاح الدين عبد الباقي، علي عبد الهادي مسلم، رواية حسن إدارة الموارد البشرية، المكتب الجامعي الحديث، مصر، 2007، ص237.
19. علي غربي، إسماعيل قيرة، بلقاسم سلاطنة، تنمية الموارد البشرية، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008، ص139.
20. أحمد طرطار، الرشيد الاقتصادي للطاقات الإنتاجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1993، ص99.

التدريس بالمقاربة بالكفاءات ودوره في التأثير على دافعية التعلم لدى تلاميذ الطور الثانوي .

عبروس حكيمة
معهد التربية البدنية و الرياضية
الشلف-جامعة حسيبة بن بوعلي
الجزائر

شقرة يونس
معهد التربية البدنية و الرياضية
بسكرة – جامعة محمد خيضر
الجزائر

abroushakima@yahoo.comchagra.sport@gmail.com

مقدمة :

شهد المجالالبيداغوجيتطوراشملكلجوانبالعمليةالتربوية.

:

بناءالمناهج،المقارباتالمعتمدة،الوسائل،التقييم،طرقالتدريسوأساليبهاالتيأصبحتمتعددة،يمكنللمعلمأنيختارماينا سب بهدفه.

كغيرهمنالأنظمةالتربويةفيالعالم – ومنبينالإشكالاتالتيواجهتالنظامالتربويفيبلادنا ،مشكلةتجزئةالمعارفالتيميزتالمناهجالسابقة،إذتضمفيثناياهاقائمةمنالمفاهيميجبعلىالمتعلمتعلمها،وبعضالمهار اتعليها إكتسابها

فيكلمادةمنالموادالدراسية،والنتيجةهيتراكمالمعارفلدىالمتعلمدونإقامةروابطبينها،ممايحولدونامتلاكهلمنطقالإ نجاز والاكتشاف،بعبارةأخرىيجدنفسهيتعلممنأجلأنيتعلم،

وليسلفعلشيءماأوتحليلواقعوالتكيفمعهاستنادا علىماتعلمه.

وكحللهذهالإشكالية،تماعتمادالمقاربةبالكفاءاتكاختيارربيداغوجييرميإلىالارتقاءبالمتعلم،منمنطلقأن هذهالمقاربةتستندإلىنظاممتكاملومندمجمنالمعارف،الخبرات،المهاراتالمنظمةوالاداءات،والتيتتيح تعلميةإنجازالمهمةالتيتتطلبهاتلكالوضعيةبشكلملائم/ للمتعلمضمنوضعيةتعليمية.

حيثإنعكستعلىالأستاذالذيأصبحدورهالموجهوالمقترحوالمساعدلتجاوزالعقبات،ومن الطبيعيوالمعروفأنهذاالتغييرسيؤثرعليهفيعدةجوانبمختلفة،ومنهذهالنواحيدافعيتهإتجاهالعمل والتكيفمعهذهالمنظومةالجديدةولعلىالحركاتالاحتجاجيةالمتكررةوالإضراباتالمفتوحةالتيقام بهاأساتذة التعليمخلالالسنواتالأخيرة،والتيشلتالمؤسساتالتربويةلفتراتطويلةومتقطعة،دليلعلىرفضالأساتذة لواقعهمالمهنيالمعاش؛وسعيامنهمإلىتوفيرظروفوأحوالعملأحسن،ولضماندرجةمناسبةمنالأمان

والاستقرار الوظيفي،كماقدتكونهذهالحركاتالاحتجاجيةوغيرهامنمظاهر الاستياءنتيجةلتعرضأساتذة التعليمكغيرهممنالعاملينفيميادينالخدماتالاجتماعيةالإنسانيةلكثيرمنالضغوطالمتولدةمنمصادر شتى.

ونالتالتربيةالبدنيةوالرياضيةكغيرهامنالموادالأخرىنصيبهافيضوءالمنهاجالجديدالذيتبنتهالمنظومة التربويةالجزائريةالذييعتمدفيسياقهعلىعدةأوجهويشتملعلىأبعادمتنوعةومتعددة،ومنأوجهذلك الوسائلالبيداغوجيةالتيلهادوركبيرفيالوصولإلىالأهدافالمرادتحقيقها،وكذلكمساهمتهافيالجانبالثقافي والمعرفيوتنميةالصفاتالبدنيةلدىالتلميذفيمختلفالأطوار التعليميةكماتعتبرمنالعناصر الفعالةلنجاح الحصةفيضوءالتدريسبالمقاربةبالكفاءات،حيثإرتبطتهذهالتغيراتبواقعالأستاذالذييعتبر السائق القائد للحصةوالمحافظعلىسيرورتهابصفةفعالةوذلكمنخلالحسنإختيار هللأهدافوالوسائلالمناسبة لهاوكيفيةالتعاملمعمختلفالوضعياتوالصعباتالتييتعرضلهافيمجملعمله،والتصرفالصائبلفرض الشخصيةالمثاليةالتييراهاالتلميذ.

ومن أهم الأركان الأساسية في العملية التربوية التدريس حيث يتم من خلاله إحداث التغيرات المطلوبة في سلوك المتعلم و إكسابه المعارف و الخبرات و القيم و أنماط السلوك الأخرى و لا يتوقف دور عملية التدريس على تزويد المتعلم بالمعرفة النفسية فحسب بل يتعدى ذلك إلى تطوير القدرات و المهارات العقلية و الحركية و الوجدانية .

ويسهم علم النفس التربوي و التجريس بتزويد المعلمين بالمعرفة النظرية المتعلقة بالدافعية و العوامل المرتبطة بها و أهميتها في عملية التعلم كما يوفر لهم المعرفة التطبيقية والحفاظ عليها خلال دراسة سيكولوجية الإنتباه و الدوافع و الحاجات و كيفية إشباعها و مواكبة التطورات و المستجدات في مختلف الجوانب التي تؤدي إلى نتائج ناجعة في زيادة الدافعية ،و إختلفت طرق و أساليب التدريس و تنوعت مضامينها ،فظهرت أنظمة تدريس جديدة و مستحدثة منها التدريس بالمقاربة بالكفاءات و يعتبر التدريس بالمقاربة بالكفاءات أو المدخل للكفاءات إمتداد بالأهداف ،و تمحيص لإطارها المنهجي و العلمي و تعني الإنتقال من منطق التعليم و التلقين إلى منطق التعلم عن طريق الممارسة و الوقوف على مدلول المعارف و مدى أهميتها و لزوميتها في الحياة اليومية للفرد(**عماد عبد الرحيم الزغلول،2009 ص14.**

و بذلك فهي تجعل المتعلم محور أساسي لها و تعمل على إشراكه في مسؤوليات القيادة و تنفيذ عملية التعلم و تقوم أهدافها على إختيار الوضعيات التعليمية مشتقات من الحياة في صيغة مشكلات تروي عملية التعلم إلى حلها بإستعمال المعارف و الأدوات الفكرية و تسخير المهارات الحركية الضرورية وبذلك يصبح حل المشكلات الأسلوب المعتمد للتعليم الفعال إذ أنه يتيح الفرصة للمتعلم لبناء معارفه

بإدماج المعطيات و الحلول الجديدة في مكتسباته و معلوماته كما أنها تحدد أدوار متكاملة لكل من المعلم و المتعلم .

2- الإشكالية :

تشكل الدافعية ملتقى إهتمام جميع العاملين في العملية التربوية من طلبة و معلمين ومرشدين و مديرين و كل من له علاقة أو صلة بالعملية التعليمية ،حيث لاقت إهتماما كبيرا من قبل الناس العامة و المختصين خاصة .

و ينظر إلى الدافعية على أنها المحركات التي تقف وراء سلوك الإنسان ،بمعنى أخر يبحث عن السلوك البشري في مختلف مجالات الحياة و الذي يسبب الإندفاع نحو هدف محدد .

وللدافعية أنواع عديدة من بينها دافعية التعلم التي تحرر الطاقة الإنفعالية الكامنة في المتعلم و تجعله يستجيب للموقف التعليمي كما أنها تؤدي إلى إكتساب معارف و مهارات جديدة و معقدة،و إستخدام إستراتيجيات متطورة ،بالإضافة إلى تبني طرق فعالة في معالجة المعلومات التي يحصل عليها التلميذ أثناء العملية التعليمية(**مروان أبو حويج،2004، ص 90**)،حيث تؤكد معظم نتائج الدراسات و البحوث التربوية و النفسية على أهمية إثارتها لدى التلاميذ فالمعلم مطالب بمعرفة الأسباب التي تزيد من الدافعية كما أنه مطالب بالإطلاع على أساليب إستشارة الدافعية لدى المتعلمين من أجل توظيفها في العملية التعليمية قصد بلوغ و تحقيق الأهداف التربوية و هذا ما نلاحظه في أساليب التدريس الجديدة التي تعمل على تحقيق الأبعاد النفسية المختلفة مثل التدريس بالمقاربة بالكفاءات التي تعتبر أسلوب جديد في التدريس في المنظومة التربوية الجزائرية(**حامنية سعيد و أخرون،2010 ، ص 10).**

فإستشارة الدافعية للتلاميذ و زيادتها و توجيهها تولد إهتمامات لديهم ،مما يجعلهم يقبلون على ممارسة أنشطة تعليمية متنوعة بأداء عالي ،فنجد كثير من البحوث تطرقت إلى الدافعية و كيفية إستشارتها و زيادتها ما يجعلها تؤثر في مردود التلميذ سواء في العملية التعليمية أو قابلية التعلم وحب التعلم ويزداد الحديث عن التدريس بالمقاربة بالكفاءات ودرجة نجاعته في ظل الإصلاحات الجديدة في المنظومة التربوية ومدى تحقيقه للأهداف المنتظرة ،وما يهمنا هو دور المقاربة بالكفاءات في زيادة دافعية التعلم لدى التلاميذ في الطور الثانوي ،وفي هذه الفترة مصادفة لمرحلة المراهقة التي تمتاز بتغيرات جسنية عقلية و إنفعالية و إجتماعية سريعة تؤثر على سلوك المراهق وبناءا على ما تم تناوله سابقا يمكننا طرح التساؤل التالي : **هل عملية التدريس بالمقاربة بالكفاءات يؤثر على دافعية التعلم في حصة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟**

1- اهداف البحث :

- معرفة مدى امكانية التدريس بالمقاربة بالكفاءات في الرفع من دافعية التعلم للتلميذ في الطور الثانوي.
- معرفة مدى إمكانية محتوى البرنامج التدريسي في المقاربة بالكفاءات في الرفع من دافعية التعلم للتلميذ في الطور الثانوي.
- معرفة مدى إمكانية الوسائل و الإمكانيات المعتمدة في التدريس بالمقاربة بالكفاءات في الرفع من دافعية التعلم للتلميذ في الطور الثانوي .

2- أهمية البحث :

إن أهمية البحث و الحاجة إليها تنبثق من أهمية علم النفس التربوي و التدريس بالخصوص في التأثير الفعال في الجوانب النفسية للتلميذ خاصة دافعية التعلم و كيفية زيادتها ،وكذلك التطبيق الصحيح للتدريس بالمقاربة بالكفاءات ،وجعل هذا الأسلوب و الطريقة في التدريس ناجحة في زيادة دافعية التعلم للتلاميذ و عليه فإنه يمكن تلخيص أهمية البحث فيما يلي :

- يساهم في إثراء البحث العلمي .
- يقترح حلول لمشاكل مطروحة في بحثنا .
- توعية الأساتذة في مختلف الأطوار و خاصة النقبلين على التخرج للدور الفعال للمقاربة بالكفاءات في زيادة دافعية التعلم لدى التلاميذ في حالة التطبيق الفعال لهذه الطريقة .
- توضيح دور التدريس بالمقاربة بالكفاءات في إعداد التلاميذ من الناحية النفسية و الإجتماعية .
- توعية الأساتذة بأساليب إستشارة الدافعية و دورها في عملية التعلم .

4- تحديد المصطلحات :

تعريفالدافعية:

يعرفها

،ص68) 2000ماكيلاندبانهاإعادةالتكاملوتجددالنشاطالناتجعنالتغيرفيالموقفالوجداني(**عبداللطيفمحمدخليفة،**

:تعريفدافعيةالإنجاز _

يعرفها موراي بانها رغبةأوميلالفردللتغلبعلىالعقباتوممارسةالقوىوالمكافحةأوالمجاهدةلأداءالمهام الصعبةبشكلجيدوبسرعةكلماأمكنذلك**(عبداللطيفمحمدخليفة،2000،ص88).**

: التعريفالإجرائيللتربيةالبدنيةوالرياضية _

- مجموعةأساليبوطرقفنيةتستهدفاكتسابالقدراتالبدنيةوالمهاراتالحركية،والمعرفية،والاتجاهات .
- مجموعةقيمومثلتشكلالأهدافوالأغراض،وتكونبمثابةمحكات،وموجهاتللبرامجوالأنشطة.

)409،ص2002 مجموعةنظرياتومبادئتعملعلىتبريروتفسيراستخداماالأساليبالفنية(**أمينأنورالخولي،**

يعتبرإعدادالمدرسمنالأسسالهامةالتيتقومعليهاالسياسةالتعليمية تلكالسياسة **: أستاذالتربيةالبدنيةوالرياضية** التي يعنىالمدرسبتنفيذها ،وتتمثلهذهالأخيرةفيإعدادالمتعلمللحياةفي المجتمع الذييعيش فيهوفقاللفلسفة التيارتضاها المجتمع لنفسه ،وللعمليةالتعليميةأبعادهاوركائزها،ويأتيالمتعلمفيمقدمةهته

(لايسمحلأحدبممارسةمهنة " تشارلزميريل " الأبعادوالركائز ،منهناتظهراهمبةإعدادالمعلم،يقول ل التعليممالميعدإعداداأكاديمياخاصا بها حيث أنها تتطلب من القائمين بها

التخصصالدقيقفيالمادةالعلمية،والإلماماالتامبأساليبوطرقتدريسها،كماينبغيأنيكونخبيرابالأسسالنفسيةوالاجتماعية التي تهتم بحاجاتالتلاميذودوافعهمومیولهمحتىتتمكنمنالتعاملمعهموإرشادهموتوجيههم،حيثأنلمعلم التربيةالبدنيةوالرياضيةدوراهامافيإعدادالمتعلم،لهذاكانمنالضروريإعدادالمعلمإعدادامهنياوأكاديميا وثقافيا(**محمدسعيدعزمي،**

).

: التدريس

- يشيرالتدريسإليتنظيمالخبراتالتعليمية،فهووسيلةاتصالتربويهادفيقومبهالمدرسلتوصيلالمعلوماتوالقيموا لمهاراتإليالتلاميذ بهدف إحداثتغيرفيالمتعلم،وتحقيقمخرجاتتربويةمنخلالالأنشطةوالمهام الممارسةبينالمدرسوالتلميذ **(غادةجلالعبدالحكيم، 2008 ،ص114).**
- **المقاربةبالكفاءات:**

هيمقاربةأساسهاأهدافهامعلنعنهافيصيغةكفاءاتيتمإكتسابها بإعتمادمحتوياتمنطقهاالأنشطةالبدنية الذييركز)طرقالتوصلوالعمل (والرياضيةكدعامةثقافيةوكذامكتسباتالمراحلالتعليميةالسابقة ،والمنتج . علىالتلميذكمحورأساسيفيعمليةالتعلم

كمايتضمنالتعلمعمليةشاملةتقتضيإدماجمعلوماتعلميةوأخربعمليةتساعدفيالتعرفأكثرعلى

)8 كيفياتحلالمشاكلالمواجهة(**وزارةالتربيةالوطنية،2003،ص4**

5- الدراسات السابقة :

تطويرمنهاج " تتمثلهذهالدراسةفيأطروحةالدكتوراهتحتعنوان "بنعقيلةكمال" دراسةمنإعدادالباحث **التربيةالبدنيةوالرياضةفيظلالمقاربةبالكفاءاتوانعكاسهعلىتدريسالنشاطاتالبدنيةوالرياضيةعلىمستوىمرحل** للسنة الدراسية 2007\2008 "بنعكيمحمدأكلي" تحتإشرافالاستاذالدكتور **"ةالتعليمالمتوسطفيالجزائر**

وتتمثلإشكاليةالبحثبينما يطلبهالمؤطر التربويمنأساتذةالتربيةالبدنيةوالرياضية
فيمايتعلقبتدريسالنشاطاتالبدنيةوالرياضيةعنطريقالمقاربةبالكفاءاتوبينعجز الأساتذةعنتنفيذ ذلك؟

والهدفمنالدراسةهومعرفةكيفيةالوصولإلىأهمالأسبابالتيحالتدونقدرةأساتذةالتربيةالبدنية
والرياضيةفيالمرحلةالمتوسطعلىالتكيفمعمقاربةالتدريسبالكفاءات.

واعتمدالباحثفيالدراسةعلىالمنهجالوصفيوذلكلمايتحراهمنالدقةفيتصويرواقعالظاهرةالاجتماعية
متوسط 276 أستاذوأستاذةموزعينعلى 521 والنفسية،وتمإجراءالبحثعلىعينةمنالأساتذةبلغقوامها
واختيرتالعينةبطريقةوبصفةمقصودةوبواقعالإمكانياتالمتاحةوتمجمعالبياناتعنطريقالاستبيانالموجهإلى
:للأساتذةمرحلةالتعليمالمتوسطوكانتالنتائجلهذه الدراسة

أغلبيةالأساتذةكانتلهمالقدرةعلىفهممتطلباتالتدريسبالمقاربةبالكفاءاتممايؤكدعلىتأثير -
التكوينأثناءالخدمةعلىالجانبالمعرفيللأساتذة.

. - أغلبيةأساتذةالتربيةالبدنيةوالرياضيةفي قدرتهم علىإجراءالأهدافالتعليميةواستخراجمؤشرات الكفاءة

- مدىنوعيةالتكوينأثناءالخدمةلمتساعدأساتذةالتربيةالبدنيةوالرياضيةعلىالربطبينبيداغوجيةالأهداف
وبيداغوجيةالكفاءات.

الدراسة الثانية:

مذكرةتخرجضمنمتطلباتنيلشهادةالماجستيرفينظريةومنهجيةالتربيةالبدنيةوالرياضية

مدىتأثيرالمقاربةبالكفاءاتعلىملمحتخرج – التربيةالبدنيةوالرياضيةوالمقاربةبالكفاءات : تحتعنوان
تحتإشراف _معيوفالعيد: منإعداد. دراسةمقارنةبينالمقاربةبالأهدافوالمقاربةبالكفاءات – تلميذالرابعةمتوسط
: معهدالتربيةمشكلةالدراسة. دريسيبوزيد -د :
مامدىتأثيرالمقاربةبالكفاءاتعلىملمحتخرجتلامذةالسنواتالرابعةمتوسط؟

: الفرضيةالعامة_
الطرقالبيداغوجيةلتدريسالتربيةالبدنيةوالرياضيةتأثرعلىسلوكأوملمحخروجالتلميذ،بمعنىآخركلملمحبيداغوجي
. يختلفوفقطريقةالتدريسالمستعملة

: الفرضياتالفرعية _

1- ملمحتخرجالتلاميذالذينإستفادوامنالتدريسبالمقاربةبالكفاءاتيختلفمنملمحخروجالتلاميذالذين إستفادوامنتدريسبالمقاربةبالأهداف .

2- ملمحالتخرجهذاالمتمثلفيالتصرفاتالتييكتسبهاالتلميذأثناءالتعلمتختلفمنمقاربةبيداغوجيةإلى أخرى،نعتقدأنالمقاربةبالكفاءاتلهامداأوسعفيالتربيةالسلوكيةمقارنةبالمقاربةبالأهداف .

_ المنهجالوصفي: المنهجالمستخدم .

_ مجتمعالبحث: مؤسسة، 80 تلاميذالمرحلةالمتوسطةالموزعينعلىمتوسطاتالجزائرغربوالتيعددها: 2007-2008 - حسبإحصائيات

_ عينةالبحث : 76 تلميذ .

_ أدواتالدراسة : إختبارالميدانيةلشهادةالتعليمالمتوسط.

_ نتائجالدراسة :

إنهذهالدراسةالإحصائيةالمبنيةعلىأساسقيمنسبيةلملمحالتخرجلدىتلامذةالسنةالرابعةمتوسطتشيرلنا إلىأناختباردفعالجلةبينأنالملمحالسلوكيأكثرأهميةلدىتلامذةالمقاربةبالكفاءاتمنهتلامذةالمقاربة بالأهداف، غيرأنمستوىالأداءيستقروتميزبتجانسأكبربالنسبةلتلامذةالمقاربةبالأهدافمقارنةبمستوى الأداءلدىتلامذةالمقاربةبالكفاءات.

فيمايتعلقباختبارالوثبالطويلوبعدتحليلالنتائج،تبينلنادائماأنمستوىالأداءوالنتائجالمحققةفيهأعلى بكثيرلدىتلامذةالمقاربةبالكفاءات،لكنفيالمقابل،النتائجالمتوسطةيسيطرعليهاتلامذةالمقاربةبالأهداف، (مايكشفلناأيضامدىتجانسملمحالفوجلدىهؤلاءتلامذةالمقاربةبالأهداف

متراسرعة،فإنهقدم لناملامح متشابهة تقريبامابينالمقاربتين 60 وعناختبارسباق
المقاربةبالكفاءاتوالمقاربةبالأهداف:
إلاأنطابعالاستقراروالانتظامفيإيقاعالأداءلملمحالتخرجالكاشفلمستوىالتلاميذ .
يطغىأثرعلىتلامذةالمقاربةبالأهداف .

- **إجراءات البحث :**

1- المنهج المتبع :

إناختيارمنهجالبحثيعتبرمنأهمالمراحلفيعمليةالبحثالعلميإذنجدكيفيةجمعالبياناتوالمعلومات حولالموضوعالمدروس.

فإنالمنهجالذيأتبعناهلدراسةالموضوعهوالمنهجالوصفيالذييعتبربأنهدراسةالوقائعالسائدةالمرتبطةبظاهرة أوموقفمعينأومجموعةمنالأفرادأومجموعةمنالأحداثأومجموعةمعينةمنالأوضاع.

مجموعةالإجراءاتالبحثيةالتيتتكاملللوصفالظاهرةأوالموضوعاعتماداعلى ":ويعرفالمنهجالوصفيأيضابأنه جمعالحقائقوالبياناتوتصنيفهاومعالجتهاوتحليلهاتحليلاكافياودقيقالاستخلاصدلالتهاوالوصولإلى النتائج .

ويلجأالباحثإلىاستخدامهذاالمنهجمنأجلفتحمجالاتجديدةللدراسةالتيينقصهاالقدرالكافيمن المعارفوهويريدبذلكالتوصلإلىمعرفةدقيقةوتفصيليةعنعناصرالظاهرةموضوعالبحثالتيتفيدفيتحقيق فهملهاأووضعإجراءاتمستقبليةخاصة بها .

ويعدالمنهجالوصفيمنأحسنالمناهجالتيتتسمبالموضوعيةذلكأنالمستجوبينيجدونكلالحريةفيالتعبير عن أرائهم،وزيادةعنهذافطبيعةموضوعناتتطلبمثلهذاالمنهجممادفعنالاختياره.

- **2- مجتمعالبحث:**

يقتصر المجتمع الإحصائيفيبحوثالتربيةالبدنيةوالرياضيةفيمعظمالحالاتعلىالأفراد، والذييمكنتحديده علىانهكلالأشياءالتيتمتلكالخصائصأوالسماتالقابلةللملاحظةوالقياسوالتحليلالإحصائي.

تلك المجموعاتالأصليةالتيتؤخذمنهامنهجيةالعينةوقدتكونهذهالمجموعة :ومنالناحيةالاصطلاحية هو أوأيةوحداتأخرى).-سكان– كتب-تلاميذ-فرق-(مدارس

تمحور بحثنا حول اساتذة التربية البدنية و الرياضية لثانويات عين الدفلى .

:3- عينةالبحثوكيفيةاختيارها

العينةإذاهي جزءمعينأونسبةمعينةمنأفراد المجتمع الأصلي،ثم تعميم نتائجالدراسةعلى المجتمع كله ، ووحداتالعينةتكونأشخاصاكماتكونأحياءأوشوارعأومدنأوغيرذلك.

لقد قمنا بإختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة وسنوزع الإستبيان على أساتذة التعليم الثانوي و إشتملت عينة البحث على 40 أستاذ تربية بدنية و رياضية من المجموع الكلي للأساتذة و الذي كان تعدادهم 84 حسب إحصائيات مديرية التربية لولاية عين الدفلى .

4- متغيرات البحث :إن الدراسة الميدانية تتطلبضبطا للمتغيرات قصد التحكم فيها قدر الإمكان من جهة و عزل بقية المتغيرات من جهة أخرى ثم ضبط متغيرات البحث على النحو التالي :

- المتغير المستقل :والذي يتمثل في التدريس عن طريق المقاربة بالكفاءات
- المتغير التابع : دافعية التعلم لدى التلميذ .

5- الأدواتالمستخدمةفيالبحث:

- لكلدراسةأوبحثعلميمجموعةمنالأدواتوالوسائلالتييستخدمهاالباحثويكيّفهاللمنهجالذييستخدمه
- ويحاولأنيلجأإلىالأدواتالتيتوصلهإلىالحقائقالتييسعىإليهاوليحصلعلىالقدرالكافيمنالمعلومات
- والمعطياتالتيتفيدنافيموضوعبحثنااعتمدناعلىالأدواتالتالية:

- **الاستبيان:**

- يعرّفعلىأنهأداةمنأدواتالحصولعلىالحقائقوالبياناتوالمعلوماتفيتمجمعهذهالبياناتعنطريق الاستبيانمنةخلالوضعإستمارةالأسئلة،ومنبينمزاياهذهالطريقة الاقتصادفيالوقت،الجهدكماأنهاتسهم . فيالحصولعلىبياناتمنالعيناتفيأقلوقتبتوفيرشروطالتقنينمنصدقوثباتوموضوعية، إذاعتمدناماىعرفباستمارةالاستبيانالذييعتبرأحدالوسائلالعديدةللحصوللهذاعلىالبياناتوهيأداة منأدواتالبحثالعلميللحصولعلىالحقائقوالتوصلإلىالواقعوالتعرفعلىالظروفوالأحوالودراسة المواقفوالاتجاهاتوالآراء.
- وهوعبارةعنمجموعةمنالأسئلةالمرتبةبطريقةمنهجيةيتموضعهافياستمارةلترسلأوتسلمإلىالأفرادالذينتم اختيارهم لموضوعالبحثليقوموابتسجيلإجاباتهم علىالأسئلةالواردةوإعادتهاللباحثالتيتخدمالأهدافالتييسعىلتحقيقهاويشترطأنتكونواضحةوتتميزبعدمالتحيز ،ويجبأنتكونالألفاظوالكلماتالتيتتضمنها الأسئلةبسيطةوسهلة.

6- **المعالجة الإحصائية :**

لكييتسنىلناالتعليقوالتحليلعلىنتائجالإستمارةبصورةواضحةوسهلةقمنابأسلوبالتحليلالإحصائيوهذا عنطريقتحويلالنتائجالتيتحصلناعليهامنخلالالإستمارةإلىأرقامعلىشكلنسبمئويةوهذاعنطريقإتباع القاعدةالثلاثيةالمعروفةبـ :

النسبة المئوية:

عدد الأجوبة 100

النسبة المئوية

المجموع الكلي

عددالتكرارات).(عددالإجابات:ع

.عددأفرادالعينة:س

- **عرض و مناقشة النتائج :**

بعدعرضوتحليلنتائجالإستبيان المتعلقة بالبحث

.قصدالوصولإلىالحقائقالتيكنانصبواإليهاوالتيتمتسطيرهافيبدايةالدراسة و بعدالدراسة الإستطلاعية

حيثنستنتج أن إستراتيجية التدريس في نظام المقاربة بالكفاءات تعتبر المتعلم محور العملية التعليمية و تأخذ بيده لتجعل منه المدير و المخطط والقائد و العضو المشارك في فعاليات دافعيته للتعلم بطريقة آلية ،إن الإنطباع فهي بذلك لا تغفل دافعيته للتعلم و إنما توفر له من المواقف و العوامل ما يزيد دافعية التعلم بطريقة آلية ،إن الإنطباع الذي يدلي به التلاميذ في الحصة التي نفعل فيها أسلوب الحوار و الإستشارة و المناقشة و ترك الحرية للتلميذ في إختيار أنشطة تلائم هدف الحصة يكون أكثر إيجابية و تفعم الحصة بالنشاط و ذلك دليل قاطع على أن الدافعية لدى التلميذ زادت ، و أن التنسيق و تسيير المجهودات فرديا أو جماعيا حسب مدة و شدة المنافسة و بالتمعن نفهم أن للأستاذ ة الحرية في إختيارها حسب ما يراه ملائم لمستوى تلاميذه و طبيعتهم و حسب ما توفر لديه من وسائل فمحتوى المناهج في نظام المقاربة بالكفاءات لا يعيق حرية الأستاذ بل حنكة هذا الأخير و كفاءته المهنية عي الفيصل بين محتوى المناهج و دافعية التلميذ نحو التعلم ،و لا شك ان الظروف و المواقف التعلمية مسؤولية المؤسسة التربوية و التي يستدعي خلقها لوسائل و إمكانيات يختلف توفرها من مؤسسة لأخرى إلا أن النظر بين السطور إستنتجنا أن الأساتذة يعانون ويشتكون من نقص في الوسائل و المنشأت و الساعات المخصصة للتربية البدنية و الرياضية بشكل و الأستاذ بالخصوص لما لها من أدوار و أهمية في بلوغ الأهداف المسطرة إلا أن هذا لا يصدهم في محاولة تحقيق اهدافه ورغم نقص الوسائل ألا أن الأستاذ يستطيع أن يجد نشاطات تتلاءم مع الوسائل المتاحة وتزيد من دافعية التعلم لدى التلاميذ.

خلاصة :

إن المجتمع الجزائري يشهد تحول كبير نتيجة للمجهودات التي يبذلها خبراء التربية ، من خلال أبحاثهم المعمقة ، و على اثر هذه البحوث ظهرت مقاربة بناء المناهج بالكفاءات كرد فعل على المناهج التعليمية السابقة المثقلة بالمعلومات غير الضرورية للحياة ، و عليه فالجزائر اعتمدت منهجية التدريس

بالمقاربة بالكفاءات على اثر الإصلاحات التربوية المتمثلة في البيداغوجيات التي تبنتها وزارة التربية الوطنية مؤخرا في التدريس بالكفاءات ، والتي تم على أساسها بناء المناهج الحديثة التي شرع في تطبيقها في سنة 2004 .

و عليه إذا كانت إصلاح المنظومات التربوية يهدف إلى تحديد غايات التعليم ، حتى تكون أكثر ملاءمة لحاجات الأفراد و المجتمع ، بالإضافة إلى تحقيق أهداف التكوين ، و استخدام أحسن الوسائل و أنجع الطرق فان هذا لن يتم إلا إذا تم الاعتماد على منهجية تعليم تهدف إلى نفس الغايات ، و المتمثلة في المقاربة بالكفاءات ، فهي بذلك تساهم في إعداد الإنسان من كل الجوانب و المجالات .

و على هذا الأساس جاء بحثنا هذا من اجل إلقاء وميض من الضوء على مدى فعالية التدريس بالمقاربة بالكفاءات ، و ما هي الأدوار التي تقوم بها ، و ما الأهمية المرجوة منها ، بحيث قمنا نحن بتوزيع الاستبيان على أساتذة التربية البدنية بهدف جمع المعلومات و التوصل إلى نتائج و مناقشتها ، و تحليلها ، من خلال هذه الدراسة تبين لنا أن المشكل الرئيسي يكمن في نقص الإمكانيات و نقص في الحجم الساعي المخصص لحصة التربية البدنية .

قائمة المراجع :

النظامالأكاديمي،دارالفكرالعربي، -المهنةوالإعدادالمهني :- أمينأنورالخولي،أصولالتربيةالبدنيةوالرياضية 2002

(2000 ،كليةالتربية،جامعةالكويت1 ؛ط "مناهجالبحثالتربوي ": -بشيرصالحالرشدي

-

"مبادئالبحثالعلميفيالتربيةالبدنيةوالرياضية":حسينأحمدالشافعيورضوانأحمدمرسلي

:؛منشاةالمعارف،الإسكندرية

2003 ؛مؤسسةشبابالجامعة،الإسكندرية،مصر "فيمناهجالعلوم":- حسينعبدالحميدرشوان

- دحامنية سعيد و أخرون ،المقاربة بالكفاءات و إنعكاسها على تجسيد المناهج ،مذكرة 2010

:،دارالهدى،عينمليلة،الجزائر1 ط"مناهجالبحثالعلميفيالعلومالإجتماعية":-رشيدزرواتي

- عماد عبد الرحيم الزغلول ،مبادئ علم النفس التربوي،ط1 ،دار الميسرة ،عمان ،الأردن ،2009

-
؛ديوانالمطبوعاتالجامعية،الجزائر"مناهجالبحثالعلميوطرقإعدادالبحوث":عماربوحوشومحمدمحمودالذنبيات
: 1995
2000 - عبداللطيفمحمدخليفة،الدافعيةللإنجاز،دارغريبللطباعةوالنشر،القاهرة،
2008 ،مصر،دارالفكرالعربي، 1 طرقتدريسالتربيةالرياضية،ط : - غادةجلالعبدالحكيم
1986 :،دارالمعارفالجامعية،الإسكندرية 3 ؛ط"علمالإجتماعوالمنهجالعلمي":- محمدعليمحمد
: - محمدسعيدعزمي
أساليبتطويروتنفيذدرسالتربيةالرياضيةفيمرحلةالتعليمالأساسيبينالنظريةوالتطبيق،مصر،دارالوفاء
- مروان أبو حويج،مجالات علم النفس التربوي ط1،دار الوفاء ،مصر،2004،
. اللجنةالوطنيةللمناهج . - وزارةالتربيةالوطنية
الديوانالوطنيللتعليم . الوثيقةالمرفقةلمنهاجالتربيةالبدنيةوالرياضيةالسنةالثانيةمنالتعليمالمتوسط
. 2003 ديسمبر . والتكوينعنبعد