

دور تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

دراسة ميدانية للثانويات التابعة لولاية الجزائر وسط

جامعة الجزائر 3

طهير ياسمين

ملخص.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال حصة التربية البدنية والرياضية، حيث اقتصرت الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية بثانويات التابعة لولاية الجزائر وسط وبلغ عددهم (36) أستاذ وأستاذة، واستخدمنا المنهج الوصفي لملائمته لهذه الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أن تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، حيث يعتبر الاعتناء وتحسين القدرات البدنية الحركية المتمثلة في (السرعة المداومة الرشاقة التحمل المرونة) وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية الحركية، كالسرعة، والمداومة، والرشاقة والتحمل والمرونة، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في درس التربية البدنية والرياضية نظرا لدوره البالغ في تفعيل العملية الاتصالية.

الكلمات المفتاحية: القدرات البدنية الحركية ؛ تلميذ الطور الثانوي ؛ العملية الاتصالية ؛ حصة التربية البدنية والرياضية.

Research Summary:

This study aimed to identify the role of improving the physical abilities of the secondary stage student in activating communication process during the share of physical education and sports. The study was limited to the teachers of physical education and sports in Sannawiyat of the state of Algeria. The number of them reached 36 professors and professors. The study concluded that improving the motor physical abilities of the secondary stage student contributes to the activation of communication process during the lesson of physical education and sports, where care and improvement of the physical abilities of motor (speed The overall development of motor physical abilities, such as speed, durability, agility, endurance and flexibility, as well as the improvement of basic skills and the consequent The development of sports skills and abilities is the requirement that must be achieved in the lesson of physical education and sports because of its great role in activating the communicative process.

Keywords: physical motor abilities ؛secondary stage student ؛communication process ؛physical education and sports share.

1. مقدمة وأهمية البحث:

من منطلق أن النظام التربوي من أهم الخطوات التي تبنى عليها التربية والبيداغوجية، لذا كان لزاما عليه أن يسعى إلى تربية التلميذ وإعداده لمواجهة الحياة اليومية بانسجام وتجانس، والتوفيق بين التلميذ الذي نتعامل معه من جهة، وبين هذه المحتويات وحقيقة ميدان العمل من جهة أخرى، كما أنه يسعى إلى اقتراض نسقا متكاملًا بين جميع أطراف العملية التربوية، فالتربية هي جملة الأفعال والاثار التي يحدثها كائن إنساني في آخر، وهي أحد الوسائل التي يستعملها المجتمع للحفاظ على قيمه وبقائه واستمراره، وتعتبر كأداة لنقل التراث للجيل الجديد، والتربية هي عملية اجتماعية هادفة تقوم بها الأسرة ووسائل الإعلام والمؤسسات التربوية بمجتمع ما، حيث يعرفها البعض على أنها الأعمال التي يقوم بها أجيال الكهول قصد تطوير الملكات الجسدية والفكرية والروحية والأخلاقية التي يتطلبها المجتمع المدني. وهي عملية تهدف إلى إعداد وتشكيل الفرد للقيام بأدواره الاجتماعية، في مكان ما وزمان ما على أساس ما هو متوقع منه في المجتمع حسب ثقافته وفلسفته ونظمه الاجتماعية ووضع الاجتماعي

الاقتصادي وتطلعاته، فعملية التربية تختلف من مجتمع إلى آخر كما أنها تعمل على مساعدة الفرد على تحقيق مطلب النمو الشامل المتكامل وتتمثل في تكوين الفرد السليم من حيث صحته ونطاقته وسلامته وأمنه، تكوين الفرد المتماسك مع مجتمعه بعاداته وطرق تصرفه وبالتالي التربية الخلقية، تكوين الفرد معرفيا حتى تكون له مجموعة من المعارف التي تساعد على فهم واقعه.

وللتربية البدنية والرياضية أهدافا يمكن تلخيصها في عدة جوانب منها الجانب البدني، الذي تسعى التربية البدنية والرياضية فيه إلى تطوير القدرات البدنية والحركية للفرد، حيث يستطيع التحكم في جسمه والتكيف مع المحيط بطريقة عقلانية ومنظمة .

وعلى هذا الأساس فإن التربية البدنية والرياضية تدرس طيلة المسار الدراسي بمنهج متجانس يعتمد على الاستمرارية والتدرج والتكامل في سيرورة التعلم، بإكساب التلميذ مهارات حركية مبنية على تطوير القدرات موازاة مع التكيف حسب مختلف الوضعيات التصرفية طبقا لدرجة نضجه. وحيث أن التدريس هو عملية التفاعل المتبادل بين المدرس والمتعلمين، وعناصر البيئة التي يهيئها المدرس من أجل إكساب المتعلمين المعلومات والمهارات والقيم والاتجاهات التربوية المرغوبة التي يبقى تحقيقها في فترة زمنية محدودة تعرف بالدرس.

وحيث أنه ليس مجرد عمل أو وظيفة بل هو عملية تصميم مشروع ضخم متشعب الجوانب له مرتكزات واضحة لإتصاله بصورة مباشرة بمستقبل أولئك الذين نشجعهم على التعليم، ونربيهم منذ الصغر ليصبحوا شباب المستقبل، كما أنه يركز على إحداث التغييرات السلوكية التي يطلبها المجتمع عادة في ناشئته كما يعد وسيلة رئيسية لتحقيق الأهداف المرجوة ولذلك فإن نجاح العملية التعليمية وضمان فعاليتها، مرتبط إلى حد كبير بطبيعة الاتصال أو التفاعل الذي يحدث بين الأستاذ وتلميذه، الذي يعتبر بمثابة القضية المركزية في التدريس، غير أن هذا التفاعل لا يمكن أن يكون ناجحا إلا إذا تطور وتحسنت القدرات المختلف للتلميذ ، لذلك ارتأينا في بحثنا تسليط الضوء على دور تحسين قدرات تلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

1.1. مشكلة البحث:

تعتبر التربية البدنية والرياضية نظاما تربويا له أهداف يسعى من خلالها إلى تحسين الأداء الإنساني العام، من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي يتميز بخصائص تعليمية وتربوية هامة وتعمل التربية البدنية والرياضية كنظام لاكتساب مهارات وقدرات حركية وإتقانها والعناية باللياقة البدنية ومن صحة أفضل وحياة أكثر نشاطا بالإضافة إلى قصصي المعارف، وتنمية مختلف الجوانب الشخصية للتلميذ. (أمين الخولي، 1996: 19) .

حيث يرى مكاري والسيد 1998 أنه ليس هناك مربى في أي مدرسة تتاح له الفرص كأستاذ التربية البدنية والرياضية في الأخذ بيد التلاميذ إلى الطريق السوي المقبول اجتماعيا، وذو الأثر الصحي والعقلي قصد إثارة انفعالاته وتحريك عواطفه في إطار نظام تربوي متبادل مبني على تفاعل واتصال وبالتالي هي مسؤولية ليست في متناول أي أستاذ ما لم يكن لديه معرفة جيدة بمراحل وخصائص تلميذه وقدراته الحركية، المعرفية، النفسية الاجتماعية وكيفية فتح مجال أمام التلميذ المراهق خلال درس التربية البدنية والرياضية من أجل أن يعبر هذا الأخير عن هذه المهارات والقدرات لتفعيل العملية التربوية في إطار تواصل مشترك بينه وبين المربي عن طريق العملية الاتصالية التي يمكن اعتبارها الجهاز العصبي الموصل إلى النجاح التعليمي أو فشله.

وهذا ما اتفق عليه الجميع من جهة ولكن من جهة أخرى لطالما انحصرت رؤية الجميع إلى دور الأستاذ وقدراته في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية دون مراعاة لمكانة التلميذ وان كان لديه قدرة على لعب دور في تفعيل هذه العملية سواء في استقبال الرموز أو رسائل لفظية أو غير لفظية لغرض نجاح العملية التربوية، ومن هنا تظهر الحاجة إلى تفكير أكثر تحليلا وفي المقام الأول إلى بحث أكثر شمولاً وانتقاء حول ما إن كان بقدر التلميذ الثانوي المراهق لعب دور في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية باعتبار أن مرحلة المراهقة تلعب دورا هاما في تغيير التفاعل خلال درس التربية البدنية والرياضية فإننا نلاحظ خلال الدرس أن من بين التلاميذ من يقبل على ممارسة مختلف الأنشطة بكل قوة وحيوية واندفاع، فيما يكتفي البعض الآخر بالمشاهدة وتقديم الحجج والتخلص من الممارسة، إضافة إلى أنه خلال مختلف تمارين وأنشطة الحصة هناك من يقوم بها على

أحسن وجه ويساهم في إثراء الدرس من خلال مختلف القدرات، فالممارسة خلال درس التربية البدنية والرياضية تتمثل في قيام التلميذ بمجموعة من القدرات المختلفة التي تفرضها طبيعة الدرس، لذلك فإنه من الأهمية البالغة الوقوف والتعرف على دور تحسين قدرات التلاميذ خلال درس التربية البدنية والرياضية لأن ذلك يفيد في تفعيل العملية الاتصالية وجعل الدرس أكثر ملائم لمتطلباته، ومنه تبادر إلى ذهننا طرح التساؤل العام التالي:

-هل تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية؟

2.1. الفرضية العامة:

- تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

3.1. أهمية البحث:

من منطلق أن الاتصال في شكله التربوي بالنسبة للتلميذ مع أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد من أهم الخطوات التي تبني عليها العملية التربوية، وأن إتقان مهارات الاتصال ذو أهمية كبيرة في بلوغ أهداف الرسالة التربوية، حيث أن إجادة اتصال بين الأستاذ والتلميذ يتركز على الاستمرارية في التحصيل العلمي لكل ما هو جديد في التربية البدنية والرياضية، وقد أردنا أن نتناول بدراسة هذا الموضوع الحساس والهام ونحاول الكشف عن قدرة تلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، حتى تكون هذه الدراسة مرجع نظري يضاف إلى المكتبة، ويساهم في إثراء وتوسيع معارف الطلبة والأساتذة على حد سواء، ومن جهة أخرى يثري الدراسات في هذا المجال.

4.1. أهداف البحث:

لكل دراسة أهداف مسطرة، يسعى الباحث من خلال موضوع بحثه للوصول إليها، وتتمثل أهداف بحثنا هذا في:

-محاولة التعرف على أهم ومستوى قدرات تلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

- إدراك وتوضيح مفهوم الاتصال في مجال التربية البدنية والرياضية.

- الكشف عن الجوانب المساعدة لنجاح العملية الاتصالية بين المربي والتلميذ.

-ضرورة إعادة النظر في إعطاء أكثر فرص للتلميذ للتعبير عن قدراته لتطويرها في

إطار تواصل مشترك ومتبادل لنجاح درس التربية البدنية والرياضية.

- معرفة واقع التلميذ في إطار العملية الاتصالية (مربي-تلميذ).

-ضرورة تثقيف الأساتذة بالمرحلة العمرية لتلميذه وأهم التغيرات لقدراتهم من أجل نجاح العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

5.1. أسباب اختيار الموضوع:

إن من دواعي اختيار هذا الموضوع أن لطالما انحصرت رؤية الجميع في معظم البحوث العلمية إلى العملية الاتصالية في مؤسساتنا التربوية إلى دور الأستاذ وكفاءته وقدراته وأهم العوامل لإنجاح هذه العملية دون مراعاة مكانة التلميذ في هذه العملية وأن كان لديه قدرة على تفعيل هذه العملية مادامت عبارة عن تواصل متبادل، فلا يمكن الحكم على العملية الاتصالية أنها ناجحة إن لم يكن هناك تحكم من الطرفين (مربي-تلميذ)، كما أن من خلال تربصنا في المؤسسات التعليمية واحتكاكنا والتقرب من التلاميذ لاحظنا أن هناك نقص في تفاعل بين المربي والتلميذ نظرا لغياب تجاوب من طرف بعض التلاميذ وبعضهم يتحكمون في درس التربية البدنية والرياضية إلى درجة تكاد أن نقول عنها ممتازة وهذا نظرا لتباين القدرات بين التلاميذ.

6.1. مصطلحات الدراسة:

لقد ورد في هذا البحث جملة من المفاهيم والمصطلحات التي تقرض على الباحث رفع الالتباس وإزالة الغموض عليها، حتى يستطيع القارئ أن يفهم ويستوعب ما جاء فيه دون عناء وغموض، لذلك سنحاول توضيحها على النحو التالي:

أ- **الاتصال:** الإتصال للغة: يعرفها قاموس أكسفورد العام كلمة اتصال على أنها : علم- أخبار- نقل- أرسل .

(حسن أحمد الشافعي، 1999: 10-11) .

-في اللغة العربية نفس المعنى.

-في اللغة الإنجليزية معنى الاتصال Communication ذلك أن الفرد حين يتصل بفرد آخر فإنه يستهدف الوصول إلى اتفاق عام أو وحدة فكر بصدد الاتصال. (محمد محمود الحيلة، 1998: 88) .
الاتصال اصطلاحا: الاتصال هو إيصال المعلومات والفهم وذلك بهدف إيجاد التحفيز المطلوب في سلوك الآخرين، فهي عملية تتم على الأفل من مرسل واحد ومستقبل واحد.
الاتصال هو عبارة عن المشاعر والأحاسيس والاتجاهات والرغبات المنقولة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة. (مي العبد الله، 2001: 34) .

التعريف الإجرائي للاتصال: الاتصال هو العملية أو الطريقة التي يتمعن طريقها انتقال معرفة من

شخص أو أكثر من مرسل إلى شخص أو أكثر من مستقبل، من أجل بلوغ بعض الأهداف.

ب- **التربية البدنية والرياضية:** يمكن النظر إلى التربية البدنية والرياضية كنظام أكاديمي وكمهنة تربوية. تعريف آخر: هي مجموعة أساليب وطرق فنية توظف النظريات والمبادئ والقواعد لتحقيق مجموعة القيم والمثل والخبرات لتحقيق أهداف النظام. (أمين الخولي وآخرون 2000: 19-20) .

التعريف الإجرائي للتربية البدنية والرياضية: هي مجموعة التمرينات البدنية التي يقوم بها الفرد (التلميذ) وفق مسار بيداغوجي للحفاظ على لياقة الجسم والبدن .

ج- **درس التربية البدنية والرياضية: التعريف الإجرائي لدرس التربية البدنية والرياضية:** هو الشكل الأساسي للعملية التربوية للمدرسة، وهو وحدة المنهاج، التي تحمل جميع صفات وخصائص برنامج التربية البدنية والرياضية المدرسي، يحتل مكانة مهمة في المجال التعليمي إذ يستغرق وقت وفترة زمنية محددة، له أهدافه الخاصة.

د- **المراهقة: لغة:** وفعلها Adolescence : وهو بمعنى التدرج وأصلها في اللغة رهاق .

راهق ← قارب البلوغ

راهق ← إقتراب من الشيء

راهق ← إقتراب من الإحتلام. (سعيد الأعظمي، ص 75) .

في اللغة الإنجليزية: فمرحلة المراهقة تسمى Adolescence وفعلها Adolescere وتعني التدرج .

في القرآن الكريم : تعني التعب والإجهاد كما قال تعالي : " قال لا تواخني بما نسيت ولا ترهقني من أمري عسرا " (سورة الكهف ، الآية 73) .

قال أيضا : " وأنه كان رجال من الإنس يعوذون برجال من الجن فزادهم رهق " (سورة الجن الآية 6) .
إصطلاحا: كمصطلح علمي هي الإقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسيوالاجتماعي.

(أكرم رضا، 2000: 38-39)

التعريف الاجرائي للمراهقة: يعرفها الدكتور صلاح مخيمر : " المراهقة ليست عملية تتم في لحظة أو

تستغرق وقتا بعينه، بل هي عملية متفوحة ينتقل فيها الكائن من الأسلوب السالب في توكيد الكيان عن طريق التناقض إلى الأسلوب الموجب الذي يصدر عن الإمكانات الحقيقية الداخلية للوجود الفردي الفريد ."

(عصام نور سرية، 2004: 13)

ه- **القدرة: القدرة لغة:** قوة على أمر وتمكن منه، استطاعة فعل أمر بفضل وسائل طبيعية أو عارضة، إمكان استطاعة، مقدرة أي عنده قدرة على العمل شئئ ما. (المنجد في اللغة العربية المعاصرة، 2001: 1130) .

اصطلاحا: هي مجموعة أو جملة من الأداءات المرتبطة والمتشابهة.

التعريف الاجرائي للقدرة: يعتبر سميل بيرت: أن القدرة هي وسائل علمية لتصنيف الأداء.

ويعرفها فرنون: بأنها تعني وجود طائفة من الاداءات التي ترتبط مع بعضها ارتباطا عاليا وتتمايز إلى حد ما، كطائفة من غيرها من التجمعات الأخرى للأداءات (محمد علاوي، 1998: 28)

و- **تعريف القدرات البدنية الحركية:** ويعد اصطلاح القدرة البدنية من أكثر الاصطلاحات اتساعاً من حيث المكونات الأولية التي يتضمنها إذ تعد القدرة البدنية هي أكثر اتساعاً من اللياقة البدنية أو الصفات البدنية

، وتشير القدرة البدنية إلى مدى كفاءة الفرد في أداء المهارات الأساسية، حيث يؤكد هذا المفهوم سكوت وفرنش.

إن القدرات البدنية هي التي يتمكن اللاعب عن طريقها أداء المهارات الأساسية في ظروف مختلفة أو تحت ضغط المنافسين أو أدائها في ظروف بالغة الصعوبة فالقدرات البدنية العالية تظهر اللاعب بأحسن أداء في مختلف الظروف وبمستوى ثابت وكفاءة عالية .

إن القدرات البدنية لها عدت معاني وتسميات ولكل جهة لها رأيها الخاص في ذلك حيث من "وجهة نظر المدرسة الألمانية، وقد سماها شنيلر بالقدرات الحركية (الماتورية) الأساسية التي هي عبارة عن عناصر أو صفات بدنية فيسيولوجية تولد مع الإنسان وتنمو بنموه ويتوقف ذلك النمو على طبيعة وعمل وأسلوب الفرد في الحياة وهذه العناصر هي (القوة العضلية، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة). أما هارسون كلارك (الذي يمثل المدرسة الأمريكية فيعطيه مصطلح اللياقة الماتورية حيث يعنى الحركة بشكلها الداخلي والظاهري، وتشمل سبعة عناصر حركية هي (القدرة، الرشاقة، القوة العضلية، التحمل، التحمل الدوري التنفسي، المرونة، والسرعة) "

ان ما ذكره روي ايتسولد (1985) "وهو احد الباحثين الألمان إن اختلاف المرادفات للمصطلح الواحد يعد ثراء لغوياً فالقدرات البدنية على سبيل المثال كمصطلح لها أكثر من مرادف وهذا في المدرسة الألمانية نفسها وهذه المرادفات هي (القدرات الحركية، القدرات الفسيولوجية، الصفات البدنية، الصفات الحركية، الصفات الفسيولوجية العناصر البدنية، العناصر الحركية، العناصر الفسيولوجية القدرات والعناصر الموتورية) وعلى ذلك يذكر روري ايتسولد (1985) إن تلك المرادفات تعني كلا من القوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة، والمرونة كقدرات بدنية أساسية فالقوة العضلية على سبيل المثال قدرة وصفة وعنصر بدني حركي فيسيولوجي" (احمد بسطويسي، 1999: 107)

وكذلك انحصرت المكونات الأساسية للقدرات البدنية حول:

السرعة: المكونات الوظيفية الحركية التي يمكن الفرد من الأداء الحركي في اقل زمن ممكن.
المدائمة: يعرفها هاره القدرة على مقاومة التعب أثناء المجهود الدائم الذي يتميز بارتفاع درجة القوى العضلية في بعض أجزائه أو مكوناته.
الرشاقة:هي القدرة على اتقان التوافقات الحركية المعقدة والقدرة على سرعة تعلم وإتقان المهارات الحركية

التحمل: هو قدرة الفرد على الاستمرار في الأداء بسرعة عالية نسبيا وبفاعلية دون هبوط في كفاءته أو هي قدرة اللاعب على مقاومة التعب لفترة زمنية طويلة نسبيا دون هبوط في مستوى السرعة أو مستوى الأداء.

المرونة: من الصفات المهمة في الأداء الحركي حيث تلعب دورا أساسيا في تحديد مستوى الرياضي، وهي القدرة على الحركة في مدى حركي واسع. (كمال عبد الحميد وآخرون، 1997: 67-68) **تعريف القدرات البدنية الحركية إجرائيا:** وهي كفاءة الفرد في أداء المهارات البدنية الأساسية كالسرعة والتحمل والرشاقة والمدائمة والمرونة.

2. إجراءات البحث:

1. 2. منهج الدراسة: إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة القواعد التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة. (تركي رايح، 1980: 29).

ولأن طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد لنا المنهج المتبع في الدراسة، لأن هناك مواضيع يصلح لها منهج دون آخر وإنطلاقا من طبيعة الموضوع الذي نحن بصدد دراسته قمنا بجمع المعلومات حولها، ووضعناها موضعا دقيقا، وإعطينا تأويلات تفسيرات وبذلك اقتضى علينا إتباع المنهج الوصفي. **تعريف المنهج الوصفي:** عبارة عن استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو التربوية أو النفسية التي تحدد العلاقة بين عناصرها، والعلاقة بينهما وبين الظواهر الأخرى المرتبطة بها، بحيث يصنف الظواهر المدروسة وتحولها كميا عن طريق جمع المعلومات المستخلصة من المشكلة وتصنيفها وتحولها وإخضاعها للدراسة العلمية الدقيقة. (طلعت همام، 1984: 162).

وقد عرفه (هويتي) في تصنيف للمناهج "بأنه يعتمد على تجميع الحقائق والمعلومات ثم مقارنتها وتحليلها تفسيرها للوصول إلى تعميمات مقبولة". (أحمد بدر، 1979: 224).

2. 2. مجتمع الدراسة:

عرف مجتمع البحث على أنه "جميع الأفراد أو الأحداث أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث"، كما يجب أن يشمل على النقاط التالية:

-يشمل جميع الأفراد المجتمع الأصلي.
-مراعاة عدم تكرار الأشخاص أو عينة بعض البحث.
-البيانات تكون دقيقة. (حسن الشافعي، 1999: 45).
أما عينة البحث هي مجموعة الأفراد التي يبني الباحث عليها عمله، وهي مأخوذة من مجتمع أصلي، تكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً.
والمجتمع الأصلي في دراستنا هذه يتمثل في 131 أستاذ (5) موزعين على 45 ثانوية على مستوى دوائر تابعة للجزائر وسط وبقاعدة ثلاثية على أساس نسبة 25 تم تحديد العينة بـ 33 أستاذ، غير أننا وزعنا 38 إثنين لتفادي خطأ التحيز، وتم إسترجاع 36 إثنين ويمثلون عينة البحث.
ولقد قمنا باختيار العينة العنقودية، وهي تستعمل عادة عندما يكون المجتمع غير متجانس، فإسحب عينة البحث، فقد قمنا بالمراحل التالية:
-المرحلة الأولى: فيها حددنا الولاية التي يشغلها البحث وذلك بشكل عشوائي، وهي تتمثل في ولاية الجزائر العاصمة.
-المرحلة الثانية: وفيها حددنا وبطريقة عشوائية مقاطعة من الولاية المحددة وهي الجزائر وسط.
-المرحلة الثالثة: فيها حددنا وبطريقة عشوائية الثانويات التابعة للمقاطعة المحددة في المرحلة الثانية.
-المرحلة الرابعة: وفيها حددنا مجتمع البحث المتمثل في 131 أستاذ (5) في ثانويات المحددة في المرحلة الثالثة.
-المرحلة الخامسة: فيها حددنا عينة البحث المتمثلة في 36 أستاذ (5) في ثانويات من مجتمع البحث المحدد في المرحلة الرابعة، ليضمهم البحث الميداني.

3. 2. أداة الدراسة:

الإستبيان:

الإستبيان في أبسط صورة، هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة، تعد إعداد محدوداً، ترسل بواسطة البريد أو تسلّم إلى الأشخاص المختارين لتسجيل إجاباتهم على صحيفة الأسئلة الواردة، ثم إعادتها تانياً. (محمد سفيق، 1998: 115).
وقد عرفه (GRAVITZ . M) : على أنه وسيلة أساسية بين البحث والمبحث، ويتضمن سلسلة من الأسئلة المتعلقة بموضوع البحث ترجوا من الباحث معلومات (GRAVITZ . M . (1984, p73)
والإستبيان يتضمن الأسئلة المغلقة والتي يحددها الباحث إجابته مسبقاً وغالباً ما تكون "نعم" أو "لا".
أما الأسئلة المفتوحة هي عكس المغلقة إذا يعطي الباحث الحرية التامة في الإجابة عن الأسئلة.
- والأسئلة نصف مفتوحة فنطرحها الأول مغلق الثاني يتضمن الحرية للمستجوبين برأيه الشخصي.
- وبخصوص الأسئلة المتعددة الأجوبة فهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة يختار الإجابة التي يراها مناسبة.

بعدما تم صياغة الإستبيان الموجه للأساتذة، وذلك حسب فرضية البحث التي تنص على أن:
لتحسين قدرات تلميذ الطور الثانوي دور في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

وانبثقت منها الفرضية الجزئية التي تنص على:

● تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية وتتضمن 05 أسئلة من سؤال رقم 01 إلى سؤال رقم 05.
وبعدما تم تقديمه للأساتذة المشرف ليطم في الأخير الموافقة عليه من طرفه، وفي الأخير تم توزيعه من أجل نفي أو إثبات الفرضية المعنية في الدراسة.

والهدف المقصود من خلال دراستنا هو معرفة دور تحسين قدرات تلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية وهذا بجمع معلومات ضرورية ومفيدة عن طريق الاستبيان.

4. 2. مجال البحث:

- المجال المكاني: قمنا بإجراء هذا البحث على مستوى بعض ثانويات التابعة لمديرية التربية لوسط الجزائر، وشملت عدد الثانويات التي أجرينا فيها بحثنا الميداني 13 ثانوية هي كما في الجدول التالي:

جدول رقم (01) : يمثل بعض الثانويات التابعة للجزائر وسط، (مكائنها وعدد الأساتذة فيها) .

الرقم	إسم الثانوية	المكان	عدد الأساتذة
01	ثا / عمر راسم	سيدي محمد	03
02	ثا / الأخوين حمامية	حسين داي	02
03	ثا / عمارة رشيد	بوزريعة	03
04	ثا / سعيد تواتي	باب الواد	03
05	ثا / عقبة بن نافع	باب الواد	03
06	ثا / عبد الرحمان ميرة	باب الواد	03
07	ثا / محمود منثوري	بوزريعة	03
08	ثا / الشيخ بوعمامة	سيدي محمد	03
09	ثا / عروج خير الدين	سيدي محمد	03
10	ثا / زينب أم المساكين	سيدي محمد	03
11	ثا / عبد المؤمن	بوزريعة	03
12	ثا / ابن الهيثم	حسين داي	03
13	ثا / حسبية بن بوعلي	حسين داي	03

- **المجال الزمني:** بدأنا البحث في موضوعنا في أواخر شهر أكتوبر 2014، عن طريق البحث في الجانب النظري إلى غاية بداية شهر مارس 2015. أما فيما يخص الجانب التطبيقي، فقد بدأناه في عشرة أوائل شهر مارس بصياغة الاستبيان وتعديله، والحصول على معلومات إحصائية خلال الفترة الممتدة من تاريخ 14 أبريل 2015 إلى غاية 16 أبريل 2015 وتم الحصول على رخصة الدخول إلى مؤسسات التعليم الثانوي انطلاق من 17 أبريل 2015 ليتم توزيع الاستبيانات وتحليل النتائج المتحصل عليها.

2.4. الأداة الإحصائية المستعملة:

بغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا، إستخدمنا الطريقة الإحصائية في بحثنا، لكون الإحصاء هو الأداة الوسيلة الحقيقية التي نعالج بها النتائج، إعتدنا على إستخراج النسبة المئوية كإستخراج X^2 .

3. عرض وتحليل نتائج:

عرض نتائج الفرضية التي تنص: **تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي يساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.**

السؤال رقم 01: تحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الهدف من السؤال: معرفة ما إذا كان لتحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية. .

جدول رقم 01: يمثل النتائج المتحصل عليها الخاصة بالسؤال الأول.

الإجابة	التكرارات	النسبة %	2ك1 المحسوبة	2ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرارات الإحصائية
أوافق تماما	20	55.55	94.50	48.9	05.0	4	دال
أوافق بدرجة كبيرة	15	66.41					
أوافق بدرجة متوسطة	1	77.2					
أوافق بدرجة قليلة	0	0					
لاوافق تماما	0	0					
المجموع	36	100%					

عرض وتحليل نتائج السؤال الأول: يتضح من خلال الجدول المدون للنتائج أن نسبة كبيرة تقدر ب (55.55%) من الأساتذة يوافقون تماما على أن لتحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية أما نسبة (66.41%) من الأساتذة يوافقون بدرجة كبيرة على أن لتحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية

والرياضية، أما نسبة (2. 77%) من الأساتذة فقط يوافقون بدرجة متوسطة على أن لتحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث قد بلغت قيمة ك2ا المحسوبة 50. 94 وهي أكبر من قيمة ك2ا المجدولة التي تبلغ 9. 48 عند مستوى الدلالة 0. 05 وبدرجة حرية 04، إذاً هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى وهي أن لتحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاج: نستنتج أن معظم الأساتذة يوافقون على أن لتحسين قدرة السرعة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، وذلك أن السرعة هي المكونات الوظيفية الحركية التي يمكن الفرد من الأداء الحركي في أقل زمن ممكن، وبالتالي فإن تحسين قدرة السرعة للتلميذ تساعد في تفعيل العملية الاتصالية أثناء الدرس.

السؤال رقم 02: تحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الهدف من السؤال: معرفة ما إذا كان لتحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم 02: يمثل النتائج المتحصل عليها الخاصة بالسؤال الثاني.							
الإجابة	التكرارات	النسبة %	ك2ا المحسوبة	ك2ا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرارات الإحصائية
أوافق تماماً	19	52. 77	83. 49	48. 9	05. 0	4	دال
أوافق بدرجة كبيرة	16	44. 44					
أوافق بدرجة متوسطة	1	77. 2					
أوافق بدرجة قليلة	0	0					
لاأوافق تماماً	0	0					
المجموع	36	100%					

عرض وتحليل نتائج السؤال الثاني: يتضح من خلال الجدول المدون للنتائج أن نسبة كبيرة تقدر ب (52. 77%) من الأساتذة يوافقون تماماً على أن لتحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية أما نسبة (44. 44%) من الأساتذة يوافقون بدرجة كبيرة على أن لتحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، أما نسبة (2. 77%) من الأساتذة فقط يوافقون بدرجة متوسطة على أن لتحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث قد بلغت قيمة ك2ا المحسوبة 49. 83 وهي أكبر من قيمة ك2ا المجدولة التي تبلغ 9. 48 عند مستوى الدلالة 0. 05 وبدرجة حرية 04، إذاً هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى وهي أن لتحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاج: نستنتج أن لتحسين قدرة المداومة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، وبالتالي فإن المداومة حسب "هاره" هي القدرة على مقاومة التعب أثناء المجهود الدائم الذي يتميز بارتفاع درجة القوى العضلية في بعض أجزائه أو مكوناته وبالتالي فإن تحسين قدرة المداومة للتلميذ تساعد في تفعيل العملية الاتصالية أثناء الدرس.

السؤال رقم 03: تحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الهدف من السؤال: معرفة ما إذا كان لتحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم 03: يمثل النتائج المتحصل عليها الخاصة بالسؤال الثالث.							
الإيجابية	التكرارات	النسبة %	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرارات الإحصائية
أوافق تماما	15	.41 66	5.31	48.9	05.0	4	دال
أوافق بدرجة كبيرة	15	.41 66					
أوافق بدرجة متوسطة	6	.16 66					
أوافق بدرجة قليلة	0	0					
لاوافق تماما	0	0					
المجموع	36	100%					

عرض وتحليل نتائج السؤال الثالث : يتضح من خلال الجدول المدون للنتائج أن نسبة تقدر ب (41.66%) من الأساتذة يوافقون تماما على أن لتحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية أما نسبة (41.66%) من الأساتذة يوافقون بدرجة كبيرة على أن لتحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، أما نسبة (16.66%) من الأساتذة يوافقون بدرجة متوسطة على أن لتحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث قد بلغت قيمة كا2 المحسوبة 5.31 وهي أكبر من قيمة كا 2 المجدولة التي تبلغ 48.9 عند مستوى الدلالة 05.0 وبدرجة حرية 04، إذُ هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى وهي أن لتحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاج: نستنتج أن معظم الأساتذة يرون أن لتحسين قدرة الرشاقة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، حيث أن الرشاقة هي القدرة على إتقان التوافق الحركية المعقدة والقدرة على سرعة تعلم وإتقان المهارات الحركية وبالتالي فإن تحسين قدرة السرعة للتلميذ تساعد في تفعيل العملية الاتصالية أثناء الدرس.

السؤال رقم 04: تحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الهدف من السؤال: معرفة ما إذا كان تحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية. .

جدول رقم 04: يمثل النتائج المتحصل عليها خاصة بالسؤال الرابع.							
الإيجابية	التكرارات	النسبة %	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرارات الإحصائية
أوافق تماما	21	.58 33	61.42	48.9	05.0	4	دال
أوافق بدرجة كبيرة	10	.27 77					
أوافق بدرجة متوسطة	5	.13 88					
أوافق بدرجة قليلة	0	0					
لاوافق تماما	0	0					
المجموع	36	100%					

عرض وتحليل نتائج السؤال الرابع: يتضح من خلال الجدول المدون للنتائج أن نسبة كبيرة تقدر ب (58.33%) من الأساتذة يوافقون تماما على أن لتحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية أما نسبة (27.27%) من الأساتذة يوافقون بدرجة كبيرة على أن لتحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، أما نسبة (13.88%) من الأساتذة فقط يوافقون بدرجة متوسطة على أن لتحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث قد بلغت قيمة كا2 المحسوبة 42.61 وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولة التي تبلغ 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 04، إذاً هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى وهي أن لتحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاج: أغلب الأساتذة يرون أن لتحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية وذلك لأن التحمل هو قدرة الفرد على الاستمرار في الأداء بسرعة عالية نسبيا وبفاعلية دون هبوط في كفاءته، وبالتالي فإن تحسين قدرة التحمل للتلميذ تساعد في تفعيل العملية الاتصالية أثناء الدرس.

السؤال رقم 05: تحسين قدرة المرونة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

الهدف من السؤال: معرفة ما إذا كان لتحسين قدرة المرونة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم 05: يمثل النتائج المتحصل عليها خاصة بالسؤال الخامس.

الإجابة	التكرارات	النسبة %	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
أوافق تماما	20	.55	94.50	48.9	05.0	4	دال
أوافق بدرجة كبيرة	15	.41					
أوافق بدرجة متوسطة	1	77.2					
أوافق بدرجة قليلة	0	0					
لاأوافق تماما	0	0					
المجموع	36	100%					

عرض وتحليل نتائج السؤال الخامس: يتضح من خلال الجدول المدون للنتائج أن نسبة كبيرة تقدر ب (55.55%) من الأساتذة يوافقون تماما على أن لتحسين قدرة المرونة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية أما نسبة (41.66%) من الأساتذة يوافقون بدرجة كبيرة على أن لتحسين قدرة المرونة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، أما نسبة (2.77%) من الأساتذة فقط يوافقون بدرجة متوسطة على أن لتحسين قدرة المرونة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث قد بلغت قيمة كا2 المحسوبة 50.94 وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولة التي تبلغ 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 04، إذاً هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى وهي أن لتحسين قدرة المرونة لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

4. مناقشة النتائج:

لتحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، على ضوء نتائج البحث، ومن خلال الجداول (01،02،03،04،05) نستنتج أن: تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية، حيث يعتبر الاعتناء وتحسين القدرات البدنية الحركية المتمثلة في (السرعة

المداومة الرشاقة التحمل المرونة) وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية الحركية، كالسرعة، والمداومة، والرشاقة والتحمل والمرونة، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في درس التربية البدنية والرياضية نظرا لدوره البالغ في تفعيل العملية الاتصالية.

حيث أصر أغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية على أن لتحسين قدرة التحمل لدى التلميذ تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث بلغت نسبتها 33.58% وهذا لأن التحمل يعتبر قدرة اللاعب على مقاومة التعب لفترة زمنية طويلة نسبيا دون هبوط في مستوى السرعة أو مستوى الأداء، وبالتالي فإن تحسين قدرة التحمل تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حسب منظور أساتذة المادة.

5. الاستنتاج العام:

احتوت هذه الدراسة على جانبين هامين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي، وكان كل جانب منهما قد اقتص في ميدان لجمع المعلومات الكاملة والشاملة عن موضوع الدراسة فتم تخصيص الجانب النظري بمختلف فصوله للدراسة البيبليوغرافية وما احتوته من مادة خبرية عن دور قدرات تلميذ الطور الثانوي في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

أما الجانب التطبيقي فقد تم تخصيصه للدراسة الميدانية وذلك باستعمال أداة واحدة لتكملة ما جاء به الجانب النظري وتمثل ذلك في الاستبيان الذي تم توجيهه لأساتذة التربية البدنية والرياضية وهذا قصد الإلمام بالمعلومات وجمعها من مختلف الأطراف التي لها علاقة بموضوع الدراسة وكانت النتائج كالتالي: جاءت نتائج الاستبيان الموجه للأساتذة جد ايجابية في خدمة البحث وذلك كون أن معظم العبارات التي تشير في معظمها أنها ايجابية ودالة وذلك كونها مدعمة للفرضية المقترحة للبحث وهو ما جاء في الجداول السابقة والتي أكدت صحة الفرضية المقترحة ومدعمة للفرضية العامة والتي تعتبر أن لتحسين قدرات تلميذ الطور الثانوي دور في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

فمن خلال بحثنا هذا ونسبة للعينة المدروسة ومن خلال النتائج استنتجنا أن:

نتائج الفرضية الجزئية التي تنص على أن تحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث قد شملت نسبة 77.52% من أساتذة التربية البدنية والرياضية يوافقون تماما على أن لتحسين القدرات البدنية الحركية (السرعة، المداومة، التحمل، الرشاقة، المرونة) لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية الحركية، كالقوة والسرعة، والرشاقة والتحمل والمرونة، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في درس التربية البدنية والرياضية. (عفاف عبد الكريم، 1993: 76)

فالتربية البدنية والرياضية تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية من خلال اكتسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكيف الأجهزة البيولوجية للإنسان على القيام بواجباته الحياتية ومن خلال الأنشطة الرياضية يكتسب الفرد عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز العقلي والتنفسي والسعة الحيوية وجميع الأجهزة الوظيفية الأخرى، وبهذا يستطيع الإنسان القيام بأعماله دون مشاكل صحية.

فمدرس التربية البدنية والرياضية يقترح النسبية أو المرحلة العملية التي هو بصدده التعامل العكسي، فهدفه الأول هو تطوير إمكانيات الأجهزة الوظيفية كالقلب والرئتان والعضلات، كي يكون جسم التلميذ سليما بشكل ملموس، ويؤكد حدوث تقدم في القدرات البدنية والحركية.

فأستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول أن يكسب التلميذ سلوكيات حركية منسقة وملائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية أو في الوضعيات الأكثر تعقيدا ذات صبغة مفيدة ومسلية.

(منهاج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية، 1996: 07).

إن القدرات البدنية كانت ولحد الآن محور نقاش وبحث حول تحديدها وتصنيفها وكيفية التمييز فيها "وكان لـ (فليشمان) وآخرون دراسات عميقة في هذا المجال فلو جمعنا كل القدرات مع بعضها للاحظنا ان البعض منها مرتبط بالحالة الفسيولوجية والبدنية بشكل كبير" (يعرب خيون، 2002: 20).

5. خاتمة البحث:

إن التربية البدنية والرياضية من المواد التعليمية التي تنصدر مكانة مرموقة ضمن النظام الأكاديمي عند معظم الدول المتحضرة، لاسيما التي خاض مفكروها جاهدين على تحليل ألوان الأنشطة البدنية من خلال الدراسات العلمية المكثفة والمركزة حسب كل اختصاص. ويعتبر المجال التربوي من أهم النقاط التي ركز عليها الباحثين الغرب نظرا لأهميتها في أولى مراحل التعليم، إلا أن أهم النتائج التي توصلوا إليها بينت أن إدراك المحتوى وطرق التدريس لهاته المادة ضروري، وأن تحسين المرين بطرق الإيصال أهم بكثير، على أساس أن الاتصال عنصر أساسي وجد هام لتبليغ الرسالة التربوية للتلاميذ باختلاف أعمارهم وأجناسهم ومستوياتهم. فالإتصال يعتبر أساس التفاعلات الاجتماعية من منطلق أنه يمثل تبادل المعلومات بين شخصين أو أكثر وذلك عن طريق التفاهم بين المرسل والمرسل إليه، ويكون هذا الإتصال فعالا عادة إلا إذا توفرت القدرات المختلفة للتلاميذ.

ومن هذا المنطلق قمنا بهذه الدراسة المتواضعة، على أمل أن تكون قد ساهمت ولو بالقليل في إثراء هذا الموضوع القائم بذاته والإلهام في المجال التربوي بصفة عامة، حيث من خلال بحثنا هذا وبعد استعمال التحليل البيبليوغرافي، الاستبيان، كأدوات للتعلم في هذا الموضوع توصلنا إلى مايلي :

لتحسين قدرات تلميذ الطور الثانوي دور في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية.

حيث أن جل الأساتذة يرون أن لتحسين القدرات البدنية الحركية لتلميذ الطور الثانوي تساهم في تفعيل العملية الاتصالية خلال درس التربية البدنية والرياضية. حيث أن لتحسين المهارات الأساسية والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في درس التربية البدنية والرياضية نظرا لدوره البالغ في تفعيل العملية الاتصالية.

ومهما كانت نتائج هذا البحث، فإنها تبقى نسبية إلى حد ما، لأنها مرتبطة بالعينة المدروسة مما يجعلها تترك مجالات أخرى للبحث في هذا الموضوع حتى نستفيد منها جميعا. ويبقى رجاؤنا من الله عز وجل أن نكون بدارستنا هذه قد ساهمنا ولو بالقليل في تزويد الطلبة والأساتذة والباحثين في هذا الميدان ببعض المعارف والمعلومات، ونكون قد أثرينا المكتبة الجزائرية بمنتوج الأبناء هذا الشعب، والله ولي التوفيق والحمد لله رب العالمين .

6. قائمة المصادر والمراجع:

- أحمد بدر، (1979)، أصول البحث العلمي ومناهجه، وكالة المطبوعات، الكويت.
أكرم رضا، (2000)، مرافقة بلا أزمـتـرويض العاصفة، الجزء الأول، ط1، دار التوزيع والنشر الإسلامية.
أمين انور الخولي، (1996)، أصول التربية البدنية والرياضية المهنية والاعداد المهني والنظام الاكاديمي، دار الفكر العربي، مصر.
أمين فواز الخولي وجمال الدين الشافعي (2000). مناهج التربية البدنية المعاصرة (ط1). دار الفكر العربي.
بسطويسي احمد. (1999). اسس ونظريات التدريب الرياضي. القاهرة. دار الفكر العربي .
تركي رابع. (1980). مناهج البحث في التربية علم النفس. مصر. ديوان المطبوعات الجامعية.
حسن أحمد الشافعي. سوزان أحمد مرسي. (1999). ميدان البحث العلمي. الإسكندرية. طبعة منشأة المعارف.
سعيد رشيد الأعظمي. (2000). أساسيات على النفس الطفولة والمراهقة. عمان. طبعة. دار جبهة للنشر والتوزيع.
السيد محمد خيرى. (1999). الإحصاء في البحوث النفسية. القاهرة (الطبعة الأولى). دار الفكر العربي.
طلعت همام. (1984). سيم وقيم عن المنهج العلمي. الطبعة الأولى. الأردن. عمان. مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر.
عصام نور سريه (2004). . سيكولوجية المراهقة. بدون طبعة الإسكندرية. . دار الشباب الجامعية .
عفاف عبد الكريم . (1993). طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية. الإسكندرية. منشأة المعارف.
قاسم المندلوي. (1990). دليل الطالب في التطبيقات المبدئية. بغداد. مطابع التعليم العالي.
كمال عبد الحميد. محمد صبحي حسانيني (1997). . اللياقة البدنية ومكوناتها (ط3). مصر. دار الفكر العربي.
محمد حسن علاوي. (1998). سيكولوجية القيادة الرياضية (ط1). مصر. مركز الكتاب للنشر.
محمد سفيق. (1998). البحث العلمي. الإسكندرية. المكتب الجامعي الحديث.
محمد عبد العال النعيمي . حسن ياسين طعمة. (2008). الإحصاء التطبيقي (الطبعة الأولى). . دار وائل النشر
محمد محمود الحيلة. (1998). تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق (ط1). عمان.
المنجد في اللغة العربية المعاصرة (2001). بيروت. لبنان. دار المشرق. ط2.
مناهج التربية البدنية والرياضية. الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية. (1996).
مناهج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية. وزارة التربية الوطنية. الجزائر. (1996).
مي العبد الله. (2000). الإتصال في عصر العولمة (ط2). دار النهضة العربية لدنيا للطباعة والنشر.
يعرب خيون. (2002). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد. مكتب الصخرة للطباعة .
GRAVITZ. M (1984). (Méthode des science, (6^{eme} Edition). paris. dolloz.