

تأثير الألعاب التنافسية على الاستثارة الايجابية وتحفيز التلاميذ نحو درس التربية الرياضية للطلاب
للمدارس المتوسطة

أ.م.د. عبد علي عبيد الفرطوسي

العراق. الجامعة المستنصرية. قسم النشاطات الطلابية

Abid Ali_58@yahoo.com

الملخص

شهدت الألعاب الرياضية تطوراً ملحوظاً وهذا التطور لم يكن وليد الصدفة بل اعتمد على استعمال الأسس الحديثة في التدريب والتنوع في استعمال طرائق التدريس وأساليب التعلم لما لها من أهمية في تطوير مستوى أداء المتعلمين واستثارة دوافعهم وحاجاتهم المعرفية والبدنية والمهارية.

وبما ان التربية الرياضية تعتبر جزء مهما من التربية العامة وناحية اساسية بناءه في المناهج الدراسية ، فهي وسيلة فعالة في اعداد الطالب وعلاج ناجح مبهج للقيود التي تفرضها الحياة المدرسية او يضعها المجتمع . لذا اصبح من الضروري ان تكون التمارين البدنية والالعاب والفعاليات الرياضية ملائمة لمتطلبات الظروف والامكانيات المادية المتوفرة . ويهدف البحث الى:

١- تصميم العاب صغيرة باستخدام أسلوب التنافس الجماعي لطلاب المرحلة المتوسطة.

٢- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة باستخدام أساليب التنافس الجماعي في تطوير مستوى الاستثارة الايجابية في درس التربية الرياضية لطلاب المرحلة المتوسطة .

الكلمات المفتاحية: الألعاب التنافسية ، الاستثارة الايجابية ، للطلاب

Assistant Prod. Dr. Abid Ali Obaid Al-Fartousi

Iraq. Mustansiriya University. Student Activities Department

Abid Ali_58@yahoo.com

Abstract

Sports games witnessed a remarkable development and this development was not by chance. Rather, it relied on the use of modern foundations in training and the diversity in the use of teaching methods and learning methods because of their importance in developing the level of learners 'performance and stimulating their motivations and their cognitive, physical and skill needs. And since physical education is an important part of general education and an essential aspect of building it in the school curriculum, it is an effective means of preparing students and a successful and joyful treatment of the restrictions imposed by school life or set by society. Therefore, it became necessary for physical exercises, games and sporting events to be appropriate to the requirements of the circumstance and the available financial capabilities.

The research aims to:

- 1- Design mini games using the team competition method among intermediate school students.
- 2- Identify the effect of small games using group competition methods on developing the level of positive arousal in the physical education lesson among middle school students.

Key words: competitive games, positive arousal, for students

شهدت الألعاب الرياضية تطوراً ملحوظاً وهذا التطور لم يكن وليد الصدفة بل اعتمد على استعمال الأسس الحديثة في التدريب والتنوع في استعمال طرائق التدريس وأساليب التعلم لما لها من أهمية في تطوير مستوى أداء المتعلمين واستثارة دوافعهم وحاجاتهم المعرفية والبدنية والمهارية.

وبما ان التربية الرياضية تعتبر جزء مهما من التربية العامة وناحية اساسية بناءه في المناهج الدراسية ، فهي وسيلة فعالة في اعداد الطالب وعلاج ناجح مبهج للقيود التي تفرضها الحياة المدرسية او يضعها المجتمع . لذا اصبح من الضروري ان تكون التمارين البدنية والالعاب والفعاليات الرياضية ملائمة لمتطلبات الظروف والامكانيات المادية المتوفرة .

حيث ان درس التربية الرياضية من الدروس المحببة عند الطلبة لما لها من أهمية وفوائد كثيرة تكمن في تطوير النواحي البدنية والحركية والترويح كذلك تطوير النواحي العقلية واكتساب الإحساس بالمتعة .

ومن هذا المنطلق ظهرت وسائل وأساليب تعليمية أثبتت فاعليتها في العملية التعليمية ولاسيما في درس التربية الرياضية منها استخدام الالعاب التنافسية باعتبارها طريقة يمكن استخدامها في تطوير المهارات الحركية وتحفيز الطالب ويمكن ان تؤدي بصورة فردية أو جماعية بما يتلاءم والغرض من تلك اللعبة إذ أن "في الألعاب الصغيرة مجالات مختلفة تساعد كل فرد على ان يتعلم وفق قدراته وامكانياته الخاصة وعلى وفق ميوله ورغباته الذاتية، كما أن فيها متسع للعمل الجماعي عندما يشترك المتعلمون في الموقف التعليمي ويتعاونون في الوصول الى حل للمشكلة وفي الألعاب الصغيرة العديد من الأنشطة التي تثير الرغبة في الحل وتتحدى طاقات المتعلم الكامنة لكي تبرز وتعمل لذا فهي تعد إحدى طرائق التعلم". (الين وديع فرج ، ١٩٨٧ ، ص ٢٩٣)

ومن الأساليب التعليمية الأخرى التي أثبتت فاعليتها أيضا في العملية التعليمية أساليب التنافس التي تعد إحدى الأساليب غير التقليدية التي يتم فيها تزويد الطالب بحركات متنوعة على شكل منافسة فتساعدهم على معرفة قدراتهم الذاتية واستثارة دافعيتهم من خلال التنافس مع الجماعة "إذ تعد أساليب التنافس" أحد الأساليب الإجرائية التي تدفع الى بذل اكبر قدر من النشاط النسبي مما يدل على أن سير عملية التعلم في مسارها الصحيح"

(محمد احمد سليمان ، ١٩٩١ ، ص ١٣)

من خلال ما تقدم تكمن أهمية البحث في تصميم العاب صغيرة باستخدام أساليب التنافس الجماعي ومعرفة تأثيرها في تطوير صفة الاستثارة الانفعالية الايجابية وهذا ما دعى الباحث الى القيام ببحث تجريبي اسهاماً منه في معالجة بعض المشكلات ومساعدة المدرس في إيجاد سبل التدريس الناجح وتزويد الطلاب بأساليب تعليمية تطابق رغباتهم وتزيد من دافعيتهم نحو الدرس بهدف تطوير العملية التعليمية والارتقاء بالمستوى المهاري والابداعي لديهم.

ومن خلال اشراف الباحث على طلاب المرحلة الرابعة اثناء التطبيق الميداني كونه تدريسي لمادة طرائق التدريس لاحظ أن درس التربية الرياضية يفتقر الى استخدام الالعاب التنافسية من قبل المدرس مما يؤثر على استثارتهم الايجابية نحو درس التربية الرياضية كما لاحظ عدم استخدام الألعاب التنافسية بشكل مباشر فضلاً عن حاجة الطلاب الى أساليب

بعيدة عن النمط التقليدي تبعد الملل عنهم وتزيد من دافعيتهم نحو الدرس ولاسيما استخدام الألعاب الصغيرة اذ تتيح للطلاب الفرصة المناسبة للتعبير عن أفكارهم ورغباتهم وميولهم فضلاً عن المتعة التي يكتسبها من خلال مزاولتهم لها لذا ارتأى الباحث استخدام ألعاب صغيرة باستخدام أساليب التنافس والجماعي ومعرفة تأثيرها في تطوير الاستثارة الايجابية لدى الطلاب باعتبارها محاولة متواضعة لتزويد الطلبة بأساليب تعليمية تعمل على غرس روح المتعة وإبعاد الملل في أثناء درس التربية الرياضية وبذل المزيد من الجهد لتطوير مستوى الأداء المهاري لديهم. ويهدف البحث الى:

- ١- تصميم ألعاب صغيرة باستخدام أسلوب التنافس الجماعي لطلاب المرحلة المتوسطة.
- ٢- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة باستخدام أساليب التنافس الجماعي في تطوير مستوى الاستثارة الايجابية في درس التربية الرياضية لطلاب المرحلة المتوسطة .

٢- اجراءات البحث:

- ١-٢ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات تصميم المجموعتين الضابطة لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.
- ٢-٢ مجتمع البحث وعينة: اختار الباحث وبطريقة عشوائية مجتمع البحث الذي تمثل بطلاب الصف الثاني المتوسط في متوسطة الغربية للبنين الكائنة في بغداد/باب المعظم/قاطع الرصافة الاولى للسنة الدراسية (٢٠١٨ - ٢٠١٩) البالغ عددهم (١٤٤) طالب يمثلون خمس شعب دراسية .
- تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية عن طرق القرعة من شعبة (ب) وقد بلغ عدد العينة (٢٠) طالب بمعدل (١٠) طلاب يمثلون المجموعة التجريبية و(١٠) طلاب يمثلون المجموعة الضابطة وتم تطبيق الالعاب على المجموعة التجريبية باستخدام أسلوب الجماعي في درس التربية الرياضية اما المجموعة الضابطة فقد تم اعطاءهم المقرر المنهجي لدرس التربية الرياضية .

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- شبكة الانترنت.
- استبانة آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية الألعاب التنافسية المختارة
- ٢-٣-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- كرات بلاستيكية ملونة متوسطة الحجم عدد (٦).

- شواخص عدد (٦).

- صندوق خشبي عدد (١).

- مانع عدد (٢).

- شريط قياس معدني عدد (١).

- صافرة.

- طباشير.

٢-٤ مقياس الاستثارة الانفعالية:

تم الاعتماد على المصادر العلمية ومقياس الاستثارة الانفعالية ل(عصام محمد عبد الرضا)

(عصام محمد عبد الرضا ، ٢٠٠٢)

والذي يتألف من (٣١) فقرة يجيب عنها المختبر وقد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين

وقد ابدوا رأيهم في ملائمة المقياس للغرض الذي وضع من اجله الملحق (١) .

٢-٥ تحديد الالعاب الصغيرة:

قام الباحث باقتباس بعض العاب صغيرة (ملحق ٢) من احد البحوث المشابه (غادة مؤيد شهاب احمد ، ٢٠٠٩)

ووزعت للخبراء والمختصين البالغ عددهم (٥) خبراء (ملحق ٣) عن طريق استمارة الاستبانة التي أعدها الباحث لبيان

مدى صلاحية هذه الألعاب واعتمدت الباحث على الألعاب التي حصلت على نسبة اتفاق أعلى من (٧٠%)

٢-٦ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية إذ تعد التجربة الاستطلاعية " تدريباً عملياً للباحث للوقوف على السلبيات

والايجابيات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبارات لتلافيها". (قاسم المندلاوي وآخرون ، ١٩٩٠ ، ص١٠٧)

وتم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من مجتمع الأصل خارج عينة البحث وعددها (١٠) طلاب من خارج عينة

الدراسة لمعرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحث في أثناء تنفيذ الاختبارات.

وكان الهدف من هذه التجربة ما يأتي:

١- تنظيم العمل واجراءات الوحدة التعليمية من توقيت الوحدة التعليمية بكل اقسامها.

٢- معرفة الصعوبات التي تواجهه الباحث وفريق العمل المساعد لتنظيم عملهم.

٣- معرفة الوقت الذي تستغرقه كل لعبة صغيرة.

٤- تحديد عدد التكرارات لكل لعبة وفترة الراحة بين تكرار واخر.

وأدت التجارب الاستطلاعية جميعها الى تحقيق الأغراض أعلاه.

٢-٧ الاسس العلمية للاختبارات:

٢-٧-١ صدق الاختبارات:

يعرف بأنه "الدرجة التي يقيس بها الاختبار الشيء المراد قياسه". (لبنى السيد فرحان ، ٢٠٠١ ، ص٦٤)

بمعنى ان الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي وضع لقيسها ولا يقيس شيئاً اخر بدلاً منها أو زيادة عليها.

(سامي ملحم ، ٢٠٠٠ ، ص٢٨٧)

ومن اجل الحصول على صدق الاختبارات تم عرض هذه الاختبارات على مجموعة من المختصين في مجال (علم النفس الرياضي، الاختبارات، طرق تدريس) لبيان رأيهم حول مدى صدق الاختبار وملائمة الالعب التنافسية لعينة البحث للغرض الذي وضعت من اجله وبعد جمع استمارات الاستبانة تبين للباحث وجود نسبة اتفاق عالية .

٢-٧-٢ ثبات الاختبارات:

الثبات يعني انه لو أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فانه يعطي النتائج نفسها او نتائج متقاربة ويعني أيضا اتساق نتائج الاختبار مع نفسها لو كررت مرة أو مرات عدة أخرى.

(مروان عبد المجيد ابراهيم ، ١٩٩٩ ، ص٧٠)

لذا فقد استخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار إذ" تتلخص هذه الطريقة بتطبيق الاختبار نفسه على مجموعة واحدة من الافراد مرتين متتاليتين في يومين مختلفين"

(Tuckman , Brucew. 1979. P.162)

وبواقع زمني مقداره (٧) أيام وأعيد تطبيق الاختبارات نفسها للمرة الثانية وبعد ان تمت معالجة النتائج إحصائياً عن طريق قانون معامل الارتباط البسيط(بيرسون) تبين أن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية.

٢-٧-٣ موضوعية الاختبارات:

من صفات الاختبار الجيد ان يكون موضوعياً في قياس ما اعد لقياسه إذ أن "الاختبار الموضوعي هو الذي لا يحدث فيه تباين بين آراء المحكمين".

(محمد صبحي حسنين ، ١٩٨٧ ، ص٣٢٩)

وقد قام الباحث بالتحقق من موضوعية الاختبارات وذلك بحساب معامل الارتباط البسيط(بيرسون) بين نتائج محكمين إذ أظهرت نتائج معامل الارتباط أن هناك علاقة ارتباط عالية في الاختبارات جميعها مما يؤكد موضوعيتها

٢-٨ الاختبارات القبلية لعينة البحث:

قام الباحث بإعطاء وحدتين تعريفيتين لمجاميع البحث قبل اجراء الاختبارات القبلية اذ يقوم كل طالب بممارسة اللعبة التنافسية التي تم اختيارها .

٢-٩ المنهج التعليمي.

ضم المنهج المعد (١٢) وحدة تعليمية استخدمت فيها الالعاب الصغيرة وفق اسلوب التنافس الجماعي، وتم عرض الوحدات التعليمية على الخبراء للتأكد من بعض الامور التالية:-

- ملاءمة الوحدات التعليمية مع مستوى عينة البحث.

- التقسيم الخاص بالوحدة التعليمية وزمن الاداء.

- مراعاة التسلسل في اداء الالعاب الصغيرة على وفق درجة صعوبتها.

- ملاءمة الألعاب الصغيرة للأهداف الموضوعية وإمكانية تحقيقها أقصى حد ممكن من أغراضها.

وتم تطبيق المنهج الموضحة تفاصيله على مجموعة البحث التجريبية في الفصل الاول من العام الدراسي

(٢٠١٨-٢٠١٩) ابتداءً من (١٦/١٠/٢٠١٨) ولغاية (١٢/١٢/٢٠١٨) في ساحة متوسطة الغربية للبنين.

وفيما يأتي عرض لتفاصيل المنهج المعد:

- مدة المنهج بالأسابيع (٦ اسابيع).

- العدد الكلي للوحدات التعليمية (١٢ وحدة تعليمية).

- عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع الواحد (وحدتين).

- الأيام التي تم تطبيق المنهج بها (الأحد - اربعاء).

- زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٤٥ دقيقة).

وقسمت الوحدة التعليمية الى ثلاثة أقسام هي:-

١- القسم الإعدادي: ومدته (١٠) دقائق ويضم النشاط التنظيمي والاحتماء العام والخاص.

٢- القسم الرئيس: بلغت مدته (٣٠) دقيقة ويضم:

- الجانب التعليمي: بلغت مدته (٥) دقائق، وتم في هذا القسم شرح الألعاب الصغيرة وعرضها من قبل مدرس المادة

وبإشراف الباحث.

- الجانب التطبيقي: بلغت مدته (٢٥) دقيقة، وتم فيه تطبيق الألعاب الصغيرة من قبل الطلاب.

٣- القسم الختامي: ومدته (٥) دقائق والذي يضم بعض تمارين التهدئة للجسم فضلاً عن الإرشادات التربوية ثم

الانصراف.

٢-١٠ خطوات تنفيذ المنهج التجريبي:

اتبع الباحث الخطوات الآتية في تنفيذ المنهج التعليمي:-

١- قبل البدء بتنفيذ الوحدة التعليمية الاولى قام الباحث بتقسيم عينة البحث المتمثلة بطلاب الصف الثاني متوسط الى

مجموعتين ضابطة وتجريبية متساوية في العدد بصورة عشوائية (عن طريق القرعة) وعلى النحو الآتي:

- ٢- المجموعة الضابطة تم إعطاؤها التمارين المقررة من قبل مدرس التربية الرياضية
- ٣- المجموعة التجريبية تم إعطاؤها ألعاباً صغيرة وفق أسلوب التنافس لجماعي
- ٤- تم إعطاء المجموعتين الاحماء نفسه بنوعيه العام والخاص.
- ٥- احتوى المنهج على (١٠) ألعاب صغيرة بواقع لعبتين صغيرتين في كل وحدة تعليمية.
- ٦- تم شرح الألعاب وعرضها من قبل مدرسة المادة وبالطريقة نفسها للمجموعة التجريبية
- ٧- يمارس طلاب المجموعة التجريبية الألعاب على شكل منافسة جماعية الألعاب على شكل منافسة بين المجموع وذلك بتقسيم الطلاب الى مجموعتين متساويتين بالعدد تتألف كل مجموعة من (٥) طلاب.
- ٨- إعطاء التكرارات نفسها لمجموعتي الطلبة المختارة في الوحدات التعليمية كلها.
- ٩- يقوم مدرس المادة (م. نهى محسن/جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) بالإشراف على أداء الطلاب وللمجاميع كلها أثناء تأديتها الألعاب.
- ١٠- الانتقال من لعبة الى أخرى بإيعاز من مدرس المادة.
- ١١- في القسم الختامي من الوحدة التعليمية تم إعطاء المجموعة التجريبية وبصورة جماعية بعض الإرشادات التربوية مع تأكيد ضرورة الأداء الأفضل في الوحدات التعليمية اللاحقة بعد ذلك تمت إعادة الأدوات إلى مكانها ثم الإيعاز بالانصراف.
- ٢- ١١ الاختبارات البعدية.
- أجرى الباحث الاختبارات البعدية على أفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج وذلك لمعرفة مقدار التطور الحاصل للمجموعة التجريبية كما تم توزيع مقياس الاستثارة الانفعالية مرة ثانية بعد ان تم توزيعها على الطلاب قبل البدء بتطبيق المنهج المتضمن الألعاب التنافسية .
- ٢- ١٢ الوسائل الاحصائية: استعان الباحث ببرنامج ال (SPSS) لمعالجة البيانات الخاصة بالبحث واستخدمت الوسائل الإحصائية الآتية:
 - الوسط الحسابي .
 - الانحراف المعياري .
 - قانون النسبة المئوية .
 - معامل الارتباط البسيط .
 - اختبار (T) للعينات المستقلة

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة (اسلوب التنافس الجماعي) في مقياس الاستئثار الانفعالية الايجابية وتحليلها

الجدول (١) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار الاستئثار الانفعالية الايجابية

المتغيرات	القبلي		البعدي		(ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
المجموع الضابطة	٦٧,٢١	٠,٣٠٥	٦٩,٥٣	٠,٣١٣	٢,٤٥	عشوائي

القيمة الجدولية عند درجة حرية (٩) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٢,٨٧).

يبين الجدول (١) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار الاستئثار الانفعالية الايجابية إذ نجد أن الوسط الحسابي في الاختبار القبلي كان بقيمة (٦٧,٢١) وانحراف معياري قدره (٠,٣٠٥) بينما نجد ان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان بقيمة (٦٩,٥٣) وانحراف معياري مقداره (٠,٣١٣) وعند حساب قيمة (ت) نجدها قد بلغت (٢,٤٥) وهي اقل من الدرجة الجدولية البالغة (٢,٨٧) عند درجة حرية (٩) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا معناه أن الفروق التي ظهرت عشوائية

٣-١-٢ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية (اسلوب التنافس الجماعي) في مقياس الاستثارة الانفعالية الايجابية وتحليلها)

الجدول (٢) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الاستثارة الانفعالية الايجابية

المتغيرات	القبلي		البعدي		(ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
المجموعة التجريبية	٦٦,٣٢	٠,٣٥٣	٨٩,٥٠	٠,٤٨٧	٤,٠٥	معنوي

القيمة الجدولية عند درجة حرية (٩) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٢,٨٧).

يبين الجدول (٢) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الاستثارة الانفعالية الايجابية إذ نجد أن الوسط الحسابي في الاختبار القبلي كان بقيمة (٦٦,٣٢) وانحراف معياري قدره (٠,٣٥٣) بينما نجد ان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان بقيمة (٨٩,٥٠) وانحراف معياري مقداره (٠,٤٨٧) وعند حساب قيمة (ت) نجدها بقيمة (٤,٠٥) وهي اعلى من الدرجة الجدولية البالغة (٢,٨٧) عند درجة حرية (٩) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا معناه أن الفرق .معنوية لصالح الاختبار البعدي

٣-٢ مناقشة النتائج:

اظهرت نتائج تحليل البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها باستخدام اختبار (T) العينات غير المستقلة لمعرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي وجود فروق دالة احصائياً في تحسين وتطوير مستوى الاستثارة الايجابية للاعب للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي، ويعزو الباحث سبب هذا التطور الى تأثير المنهج التعليمي وما تحتويه الوحدة التعليمية من العاب صغيرة متنوعة اعطت فرصة للمتعلمة من استثمار ما تعلمته على شكل برامج حركية ملائمة مع قدراتها وميولها ورغباتها الذاتية فضلاً عن امتلاكها الخبرة السابقة في المهارات

والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية التي خضعت لمنهج الالعاب الصغيرة الذي يعتمد على تنفيذ كل لعبة وفق قواعد وقوانين خاصة مما يؤدي في النهاية الى النمو والتطور في الصفات المخطط لها سواء كانت نفسية او بدنية او اجتماعية وممارسة هذه الالعاب من شأنها ان تعود الطلبة على تحقيق الاستقرار النفسي من خلال التفرغ الطبيعي للانفعالات، حيث ان (الوعي بالنظام او الانضباط يفترض اتباع النظام عن طيب خاطر وبإرادة حرة على اساس الوعي بضرورته، حيث ان صفة الانضباط صفة مركبة ومعقدة وتظهر بأشكال متنوعة ومتعددة في السلوك ولاكتساب هذه الصفة ستلزم جهداً ارادياً يتصف بالموضبة والاجتهاد والنتي تتضح من خلال عدم الاعتراض وتنفيذ كل ما هو مطلوب بدقة)

ويؤكد كل من (وجيه محبوب واحمد البدي) أن تطوير المهارات الحركية يتأثر بعوامل عديدة منها التكرار والادراك والمقارنة والقدرات العقلية والتجارب الحركية السابقة فضلاً عن عامل التشويق والاثارة والممارسة والتدرج بالمهارات من السهل الى الصعب (وجيه محبوب ، احمد البدي ، ٢٠٠٢ ، ص ١٣)

كما أن الوحدة التعليمية أعطت قدراً كافياً من التكرارات وبشكل ممتع دون الوصول الى حالة الملل إذ أن "التعلم يتصاعد عن طريق التكرار ويقابل هذا التكرار الادراك للمسار الصحيح الى ان يصل المتعلم الى أعلى قيمة او انجاز" (قاسم لزام ، ١٩٩٧ ، ص ٣٤)

ويؤكد (شمت، ٢٠٠٠) " ان من المفروض على المدرسين او المدربين تشجيع المتعلمين على أداء اكبر عدد ممكن من محاولات التمرين قدر المستطاع". (Schmidt . 2000. P.206)

ان منهج الألعاب الصغيرة على أساليب التنافس الذي تم تنفيذه باستخدام المنافسة في الاداء زاد من رغبة الطلاب واندفاعهم في بذل أقصى جهد نحو ممارسة هذه الألعاب وبشكل واضح لتحقيق النجاح او الفوز كما قد ترجع هذه النتيجة إلى خبرة الباحث في التدريس من حيث التعرف على متطلبات الطالب أثناء التعلم والتعرف على نقاط القوة والضعف من خلال الملاحظة المباشرة للطالب مما يساعد على إعطاء متعة اضافية وبالتالي يقوم باستثارة الطالب أثناء الاداء.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٤ الاستنتاجات:

- ١- ظهرت فروق دالة احصائيا لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي
- ٢- ظهرت فروق عشوائية لصالح المجموعة الضابطة التي لم تخضع لمنهج الالعب الصغيرة في الاختبار البعدي
- ٣- استخدام الألعاب الصغيرة مع أساليب التنافس الجماعي في المنهاج التعليمي له دور ايجابي كبير في زيادة استثارة الطالب الانفعالية الايجابية نحو درس التربية الرياضية .

٢-٤ التوصيات:

- ١- اعتماد الألعاب الصغيرة المستعملة في دراستنا الحالية استثارة الطالب ايجابيا نحو درس التربية الرياضية
- ٢- استخدام أساليب التنافس والجماعي في تدريس التربية الرياضية في المدارس المتوسطة
- ٣- إجراء دراسات مشابهة يستخدم فيها الالعب الصغيرة مع أساليب تعليمية أخرى غير أساليب التنافس التي استخدمت في الدراسة الحالية لمعرفة اثرها في تطوير المهارات النفسية عند الطالب

المصادر

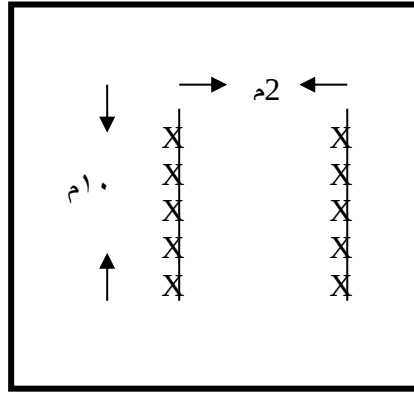
- الين وديع فرج ؛ خبرات في الالعب للصغار والكبار: (الإسكندرية، دار المعارف ، ط١ ، ١٩٨٧)
- سامي ملحم ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس: ط١ (الأردن، عمان، دار المسيرة ، ٢٠٠٠)
- عصام محمد عبد الرضا . الامن النفسي وعلاقته بمستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، ٢٠٠٢ .
- غادة مؤيد شهاب احمد :تصميم العاب صغيرة باستخدام أساليب التنافس وتأثيرها في تطوير واحتفاظ مستوى الأداء الفني والتفكير الإبداعي على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك اطروحة دكتوراه جامعة بغداد ، ٢٠٠٩
- قاسم المندلاوي وآخرون؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية وفي التربية البدنية: (الموصل، مطابع التعليم العالي، ١٩٩٠)
- قاسم لزام ؛ اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٧
- ليلي السيد فرحان؛ القياس المعرفي الرياضي: ط١ (القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١)
- محمد احمد سليمان؛ اثر تعليم المبتدئين في كرة اليد باستخدام المنافسات الجماعية: (مجموعة رسائل الماجستير والدكتوراه في التربية الرياضية ، بغداد ، مطبعة الرواد، ١٩٩١)
- مروان عبد المجيد ابراهيم؛ الاسس العلمية والطرائق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية: ط١ (الأردن، دار الفكر للطباعة والنشر ، ١٩٩٩)
- محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية: ج٢، ط١ (القاهرة، دار الفكر العربي ، ١٩٨٧)
- وجيه محبوب ، احمد البدري ؛ اصول التعلم الحركي: (الموصل، دار الجامعة للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢)
- Tuckman, Bruce. Conducting research, 2nd edition, New Yourk, Harcourt Brace dovanvich, Inch . 1979
- Schmidt, A.Richard, Craig A.wrisberg, motor learning and Performance, second Edition, Human Kentics . 2000

ت	الفقرات	غالبا	أحيانا	نادراً
١	اشعر بالاستقرار النفسي عندما استخدم تمارين الاسترخاء			
٢	أحقق أفضل أداء عندما أكون هادئاً			
٣	أفضل الفوز على الهزيمة عندما تكون المنافسة مهمة			
٤	يزداد قلقي عندما أتعرض لإصابة ما.			
٥	يثيرني الحكم الذي يعطي قرارات خاطئة			
٦	أصلي لله قبل المباراة داعياً بالنجاح والموفقية			
٧	اشعر بالارتياح لتقبل نصائح زملاء في اللعب			
٨	يزداد توترى واضطرابي عند التفكير بأهمية المنافسة			
٩	نقد المدرب لي يعوق مقدرتي على التركيز والانتباه في المنافسة			
١٠	الجا إلى دخول الحمام لمرات عديدة قبل البدء بالمنافسة			
١١	أتألم من صيحات اللاعبين البذيئة			
١٢	أشعر بالثقة بالنفس عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة معنا			
١٣	أحقق أفضل أداء عندما يشجعني المدرب			
١٤	تزداد استثارتني عندما يكون الشخص الإداري غير رياضي			
١٥	أتصور ذهنياً خطة اللعب قبل تنفيذها.			
١٦	ألوم نفسي عند ارتكابي خطأ حتى ولو كان بسيطاً			
١٧	اهتمام المدرب بخطة اللعب يجعلني أكثر تفكيراً بأهمية المباراة			
١٨	صيحتي مع زملائي قبل المباراة تشد من ازري			
١٩	أطمئن نفسياً عندما ألع مع فريق يفهم قانون اللعبة جيداً			
٢٠	يكون أدائي أفضل عندما يشاهدني والدي وأخوتي وأحبتي			
٢١	أشعر بالنرفزة عندما لم تكن توجيهات المدرب مجدية.			
٢٢	يثيرني ضعف التحكيم الذي يسبب هزيمة فريقي			
٢٣	أطمئن نفسياً عندما أرى اهتمام المسؤولين بي كثيراً قبل المنافسة وخلالها وبعدها			
٢٤	أشعر بعدم الارتياح لتحيز الإداريين لبعض اللاعبين			
٢٥	أشعر بسعادة عند مشاركتي في منافسة متكافئة المستوى			
٢٦	أطمئن نفسياً عندما أشاهد جماهير مناصرة لفريقنا			
٢٧	مع قرب موعد المنافسة تزداد ضربات قلبي			
٢٨	في المنافسة المهمة أبذل جهداً مميزاً			
٢٩	استمتع بالمنافسة أكثر من التدريب			
٣٠	اشعر بالندم عندما أكرر نفس الأخطاء التي ارتكبتها سابقاً في المنافسة			
٣١	أفكر دائماً في كيفية الأداء في الوقت المطلوب.			

الملحق (٢)

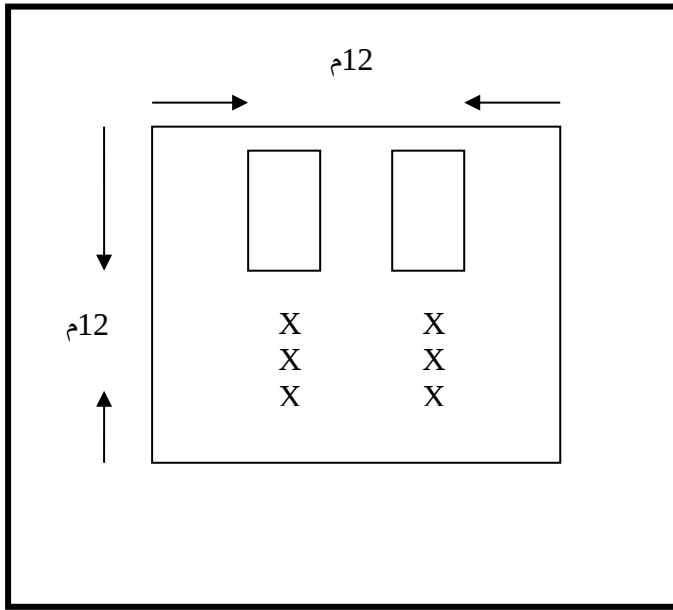
الالعاب الصغيرة المعدة في المنهاج التعليمي

- ١- اللعبة: تسليم الكرة من الخلف.
- الادوات: كرات بلاستيكية عدد (٢).
- الملعب: خطان متوازيان طول الخط (١٠م) ، المسافة بين خط وآخر (٢م).
- طريقة اللعب: تقسم المدرسة الطلاب الى مجموعتين كل مجموعة تجلس على احد الخطوط بشكل قاطرة (الجلوس الطويل مع فتح الرجلين) المسافة بين طالبة واخرى (١م) تمسك الطالب الاخير من كل مجموعة كرة، وعند الاشارة تقوم بتسليم الكرة من الاعلى الى زميلتها التي تجلس امامها ثم القيام بالدرجة الخلفية فتحاً ويقوم الطالب الذي استلم الكرة ايضاً القيام بالعمل نفسه حتى نهاية افراد المجموعة كلها.



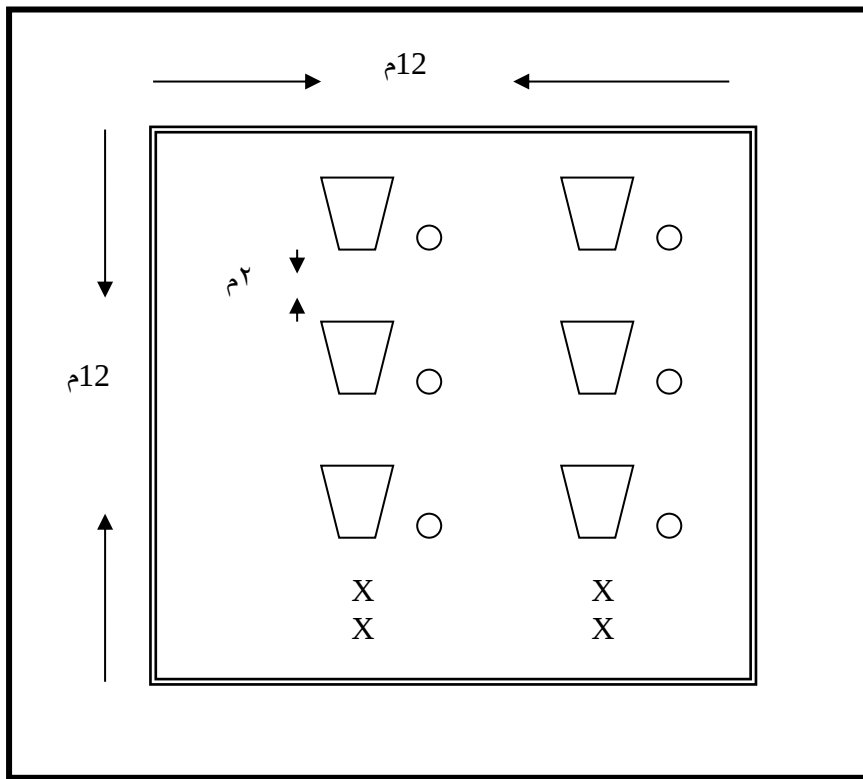
٢- اللعبة: القفز من فوق الزميل

- الادوات: بساط حركات ارضية مساحته (١٢×١٢م)، بساط جمناستك عدد (٢).
- الملعب: يوضع البساطان بشكل متواز في وسط بساط الحركات الارضية وامام كل مجموعة.
- طريقة اللعب: يتم تقسيم الطلاب الى مجموعتين اذ يأخذ الطالب الاولى من كل مجموعة وضع البروك على الاربع امام البساط وباقي الطلاب يقف وراءها وعلى مسافة (٣م)، وعند سماع الاشارة تقوم الطالب الاولى من كل مجموعة بالركض ثم اداء مهارة الغطس من فوق زميله التي تأخذ وضع البروك ثم الهبوط على البساط وهكذا تستمر اللعبة الى حين انتهاء افراد المجموعة كلهم مع ملاحظة تغير الطالب التي تأخذ وضع البروك في كل مرة.



٣- اللعبة: اسرع فريق.

- الادوات: كرات بلاستيكية عدد (٦)، سلال عدد (٦).
- الملعب: بساط الحركات الارضية مساحته (١٢×١٢م)، يتم وضع ٣ سلال امام كل فريق وبجانب كل سلة كرة ، اذ توضع السلال الواحدة بعد الاخرى والمسافة بين سلة واخرى (٢م).
- طريقة اللعب: يتم تقسيم الطلاب الى فريقين ، وعند الاشارة تبدا الطالب الاولى من كل مجموعة بأداء مهارة العجلة البشرية ثلاث مرات متتالية في كل مرة تؤدي بها المهارة تقوم بوضع الكرة في السلة التي بجانبها وبعد الانتهاء تعود مسرعة لتتعلق زميلتها وتكرر العملية نفسها ولكن الاختلاف هو ان تقوم في كل مرة تؤدي بها مهارة العجلة البشرية بإخراج الكرة من السلة وتستمر اللعبة الى حين انتهاء اخر طالبة من كل فريق.

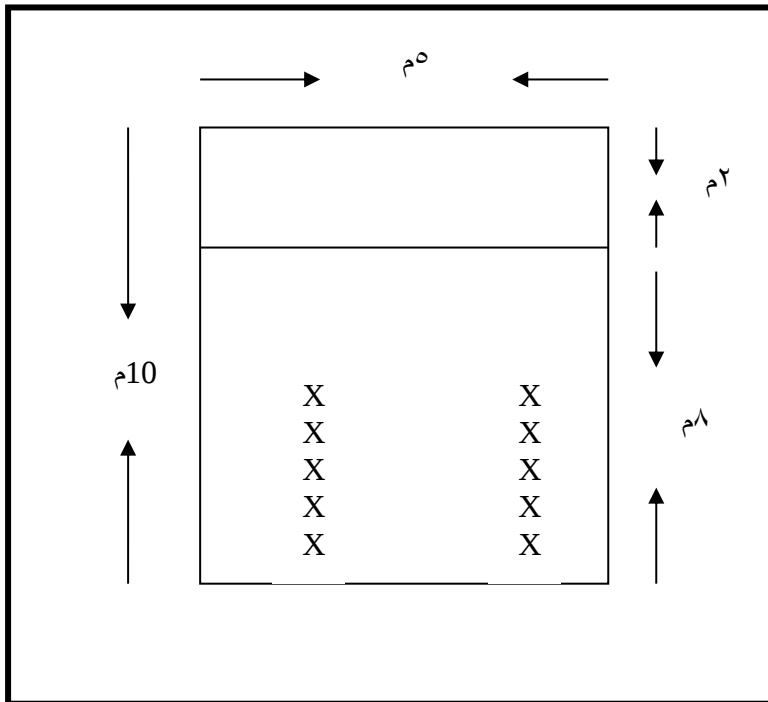


٤- اللعبة: اجتياز الخططين.

- الادوات: لا تحتاج الى ادوات.

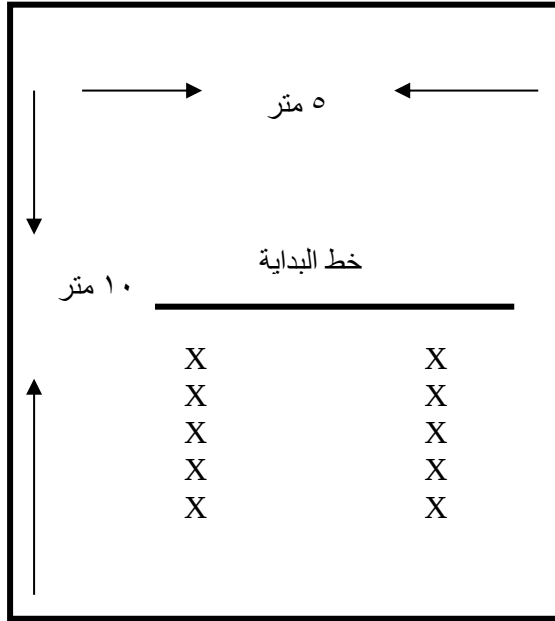
- الملعب: ارض مستطيلة طولها (١٠م) وعرضها (٥م) يتم تقسيمها الى قسمين ، القسم الاول مساحته (٨م) والقسم الاخر (٢م).

- طريقة اللعب: يقسم المدرس الطلاب الى فريقين يقفان في القسم الاول وعند سماع الاشارة تتحرك الطالبة الاولى من كل فريق بأداء مجموعة متنوعة من الدورانات وعند وصولها الى الخط الثاني تقوم بأداء مهارة القفزة العربية وبعد الانتهاء تعود مسرعة لتتعلق زميلتها وتكرر العمل نفسه وتستمر اللعبة الى حين انتهاء اخر طالب من كل مجموعة.



٥- اللعبة: القفز للأمام.

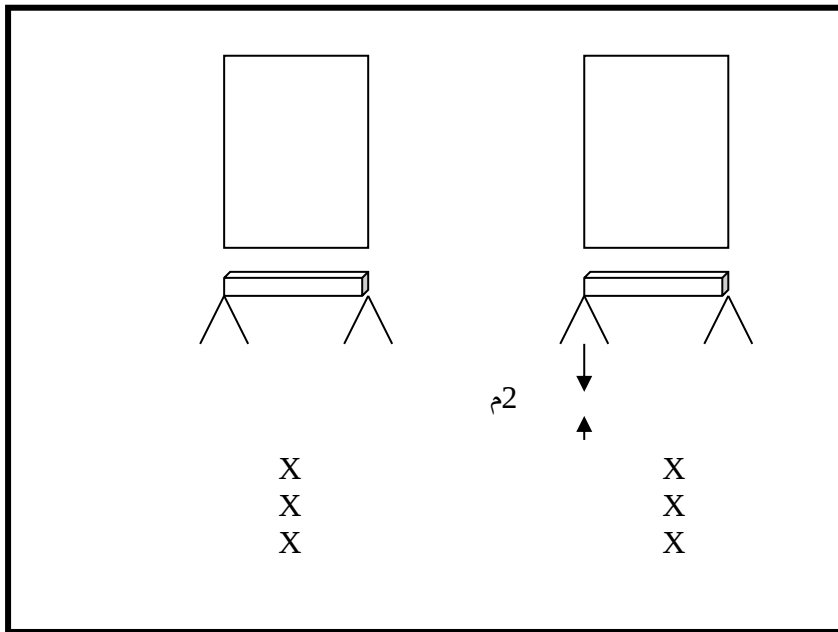
- الملعب: مساحة من الارض طولها (١٠م) وعرضها (٥م).
- طريقة اللعب: يتم تقسيم الطلاب الى مجموعتين وعند الاشارة تقوم الطالب الاولى من كل مجموعة بأداء مهارة الوقوف على اليدين ثم عمل القفزة المقصية مع ثني احدى الركبتين اثناء القفز بعد ذلك تقوم بأداء مهارة الدحرجة الخلفية ضمّاً مع تأكيد الوقوف الكامل والتكنيك الصحيح وتستمر اللعبة الى حين انتهاء افراد المجموعة كلهم.



٦ اللعبة: القفز من فوق المانع.

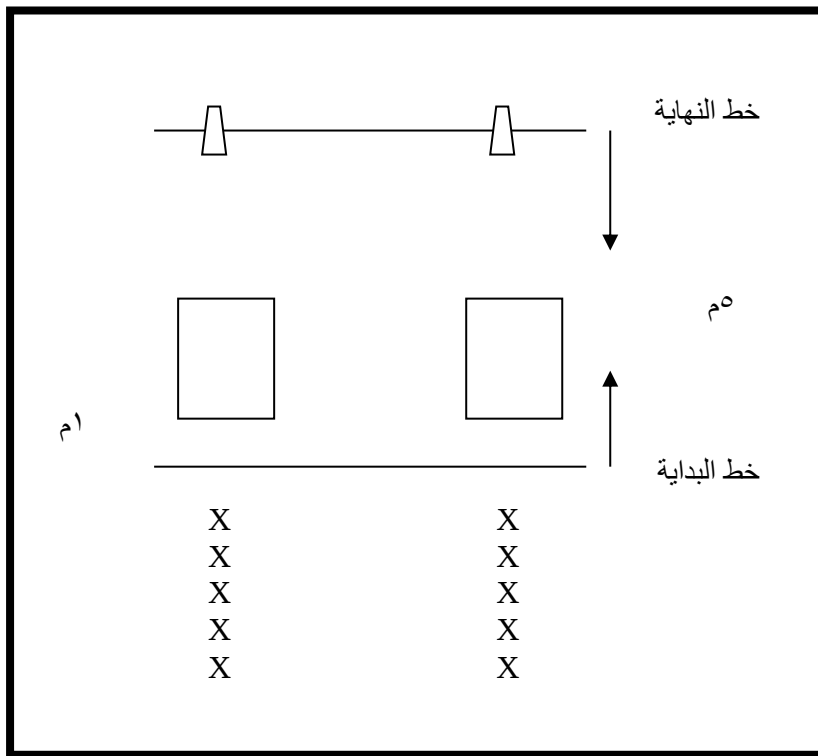
- الادوات: مانع عدد (٢) بارتفاع (٥٠-٧٠سم)، بساط جمناستك عدد (٢).
- الملعب: بساط الحركات الارضية مساحته (١٢×١٢م) وتوضع الموانع في وسط البساط.
- طريقة اللعب: تقسم المدرسة الطلاب الى مجموعتين تقف كل مجموعة مسافة (٢م) عن المانع، وعند سماع الاشارة من المدرسة تؤدي الطالب الاولى مهارة الدرجة الامامية ضمّاً ثم يعقبها مهارة الغطس من فوق المانع والهبوط على البساط بعد ذلك تنهض وتعود مسرعة الى فريقها لتتطلق زميلتها التي بعدها لتقوم بالعمل نفسه و تستمر اللعبة حتى انتهاء اخر طالبة من كل فريق.

ملاحظة: يمكن اداء اللعبة نفسها ولكن مهارة الدرجة الامامية فتحاً.



٧- اللعبة: فريق السريعين.

- الادوات: شواخص او اعلام عدد(٢) ، صندوق خشبي عدد(٢).
- الملعب: خطان متوازيان الاول للبداية والآخر للنهاية طول كل خط(٥م)، المسافة بين الخطين(٥م) ويوضع امام كل فريق صندوق خشبي على مسافة(١م) امام خط البداية اما الشواخص فيتم وضعها على خط النهاية وامام كل فريق.
- طريقة اللعب: تقسم الطلاب الى فريقين متساويين في العدد ويصطفون على شكل قاطرات على خط البداية، وعند الإشارة ينطلق الطالب الاولى من كل فريق لأداء مهارة الغطس من فرق الصندوق الخشبي ثم عمل القفزة المستقيمة مع فتح الساقين عند ارتفاع الجسم الى الاعلى وبعد الهبوط يتم اداء مهارة العجلة البشرية ثم الدوران من حول الشاخص ليعود مسرعة الى فريقها لتتطلق زميله التي بعدها وتستمر اللعبة الى حين انتهاء افراد المجموعة كلهم.

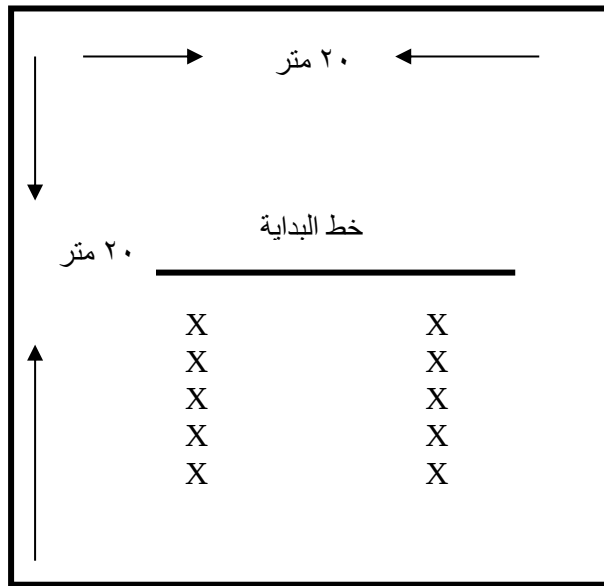


٨- اللعبة: بسرعة الى اماكنكم.

- الادوات: لا تحتاج الى ادوات.

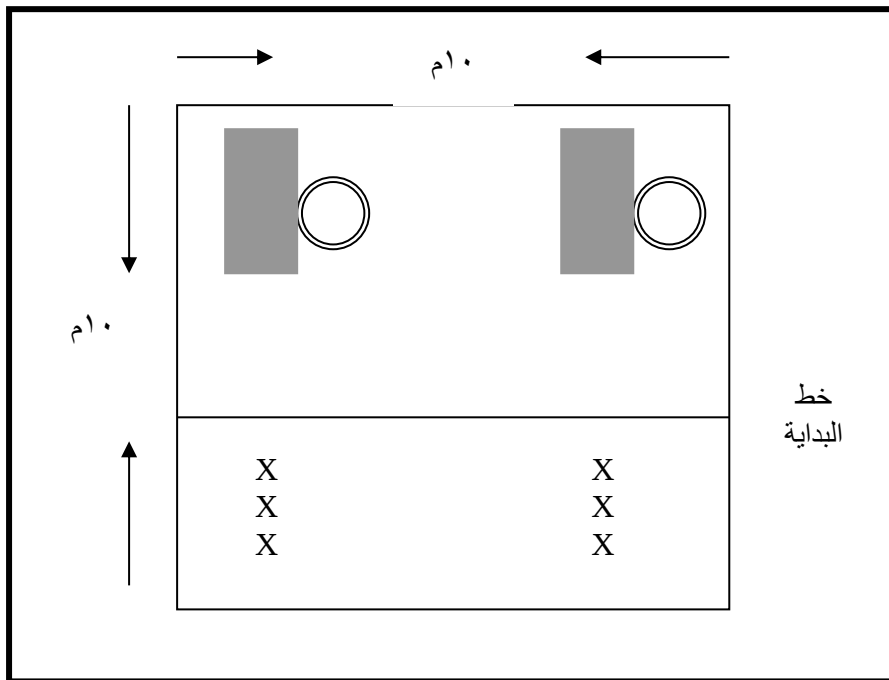
- الملعب: مساحة من الارض قدرها (٢٠م).

- طريقة اللعب: يتم تقسيم الطلاب الى فريقين يقفان على شكل قاطرتين، عند اعطاء الاشارة من المدرس تؤدي الطلاب مهارة العجلة البشرية باتجاهات مختلفة وبعد اعطاء الاشارة الثانية (بسرعة الى اماكنكم) على الطلاب جميعهم العودة الى الوضع الاول مع تأكيد الاداء الصحيح للمهارة والفريق الذي يعود الى مكانه اسرع هو الفريق الفائز.



٩- اللعبة: القفز مع تقوس الظهر .

- الهدف من اللعبة: تطوير مهارتي الوقوف على اليدين والقفزة العربية والربط بينهما.
- الادوات: صندوق خشبي عدد (٢)، اطواق عدد (٢).
- الملعب: مساحة من الارض طولها (١٠م) وعرضها (١٠م).
- طريقة اللعب : يقف الطلاب على شكل فريقين خلف خط البداية وامام كل فريق صندوق خشبي وبجانبه طوق وعلى مسافة مناسبة من خط البداية ، عند اعطاء الاشارة يقوم الطالب الاولى من كل فريق بأداء مهارة الوقوف على اليدين مع الدحرجة والنهوض ثم تقفز الى الاعلى مع عمل تقوس في الظهر بعدها يضع ذراعيه على الصندوق الخشبي لأداء مهارة القفزة العربية ثم الهبوط في داخل الطوق وتستمر اللعبة الى حين انتهاء اخر طالب من كل فريق.

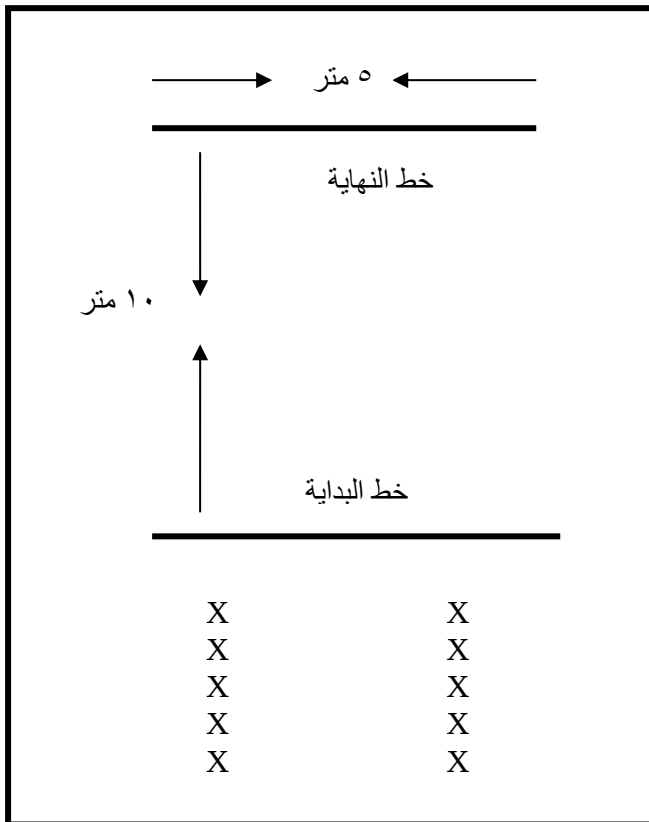


١٠- اللعبة: الدرجة بالكرة.

الادوات: كرات بلاستيكية عدد (٢).

الملعب: خطان متوازيان الاول للبداية والآخر للنهاية، طول الخط (٥م) ، المسافة بينهما (١٠م).

طريقة اللعب: تقسم المدرسة الطلاب الى مجموعتين يقفن على شكل قاطرة خلف خط البداية، ومن وضع الوقوف تضع الطالب الاولى الكرة بين قدميها وعند الاشارة تقوم بأداء مهارة الدرجة الامامية ضمماً (٣) مرات محتفظة بالكرة بين قدميها الى ان يصل الى خط النهاية لتحمل بعدها الكرة بسرعة وتسلمها الى زميلتها لتقوم بالعمل نفسه وتستمر اللعبة حتى انتهاء اخر طالب والفريق الفائز هو الفريق الذي يستطيع طلابه الاحتفاظ بالكرات من دون ان تسقط اثناء الدرجة.



ملحق (٣) أسماء السادة الخبراء

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١-	د. زينب حسن الجبوري	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢-	د. نعيمة زيدان خلف	أستاذ مساعد	اختبارات وقياس	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
٣-	د. عكلة سليمان الحوري	أستاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤-	د. وليد وعد الله	أستاذ مساعد	طرائق تدريس	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥-	د. غادة محمود	أستاذ مساعد	اختبار وقياس	الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة