مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية و الرياضية

مجلة علمية دورية محكمة مفهرسة

ISSN : 1112-4032

تحديد المستويات المعيارية لإختيار الموهوبين من ناشئي كرة القدم الفئة العمرية (11-12) سنة

أ. بن قوة علي

إعداد إختبارات ميدانية تخصصية لتقييم الكفاءة البدنية PWC170(v) للاعبي كرة القدم للأعمار (13-14) سنة.

أ.د.رياض علي محمد الراوي

استعمال الوسائل السمعية البصرية في تعلم المهارات التقنية في مدرسة كرة القدم

بوداود عبد اليمين

الواقع الوظيفي لطلبة المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية

فيلالي خليفة

Aspects de la sélection sportive

M. N. Bendahmane

العدد الأول ديسمبر 2001

كلمة افتتاحية

يسعدنا كثيرا ولادة هذه الدورية لتطوير وتوسع مؤسستنا التربوية كلية العلوم الاجتماعية والتربية البدنية والرياضة، وكنتيجة لمتطلبات التطور في مجال النشر العلمي والتربوي في مجال علوم التربية البدنية والرياضة والتي نهدف من خلالها التعريف بالتغيرات والتطورات التي تحدث في المعلومات والفهم بالنسبة للعديد من الموضوعات في مجال التخصص والمتضمنة كثيرا من الحقائق العلمية المتعلقة بالقدرة على استخدام الموضوعات والمعلومات العلمية المختلفة في مجال التطبيق العلمي، وان تشكل مستغانم لنشر الأفكار العلمية واستثمار الطاقات المعنيين من الباحثين أساتذة أفاضل و طلاب دراسات عليا، وغيرهم حيث تساعدهم في نشر بحوتهم ودراساتهم وانفتاحهم على المجتمع والعالم، كما نأمل من خلال هذا المنشور سد تدعيم المكتبة الجزائرية والعربية وكذلك لان إعداد وتأهيل الإطارات الدراسية ذات الكفاءة العالية يبقى مرهونا هو الأخر في تعامل المواد لتكوين القدرات واكتساب المعارف والخبرات والتي من شانها دفع درجة الإعداد والتأهيل من خلال نشر بحوث و دراسات متوازنة و دسمة بموادها العلمية والنظرية والتطبيقية معززة بالشرح والتحليل والاستنتاج والإجابة على كتبر من التساؤلات بحتا عن الحقيقة.

و أخيرا نسأل الله تعالى وتبارك أن تخص هذه المجلة الدورية برضا الباحتين والعاملين والمسئولين والطلبة على سواء ،وكل ما تتمناه الأمانة العلمية والوطنية تنعكس دائما في إيماننا وأدائنا من اجل غد مشرق لامتنا ووطننا الكبير.

وفقنا الله لما فيه الخير

عميد كلية العلوم الاجتماعية والتربية البدنية والرياضة

الإستاد بن قوة علي

الرئيس:

د. قاضي سيد ماحي أمين.

رئيس جامعة مستغانم

مدير المجلة والنشر:

أ. بن قوة علي.

عميد كلية العلوم الاجتماعية والتربية البدنية والرياضية

رئيس التحرير:

أ.د/ رياض علي الراوي.

أستاذ/ قسم التربية البدنية والرياضية

لجنة التحرير والقراءة:

أ.د. عباس صالح السمرائي.

أ.د. رياض علي الراوي

د. فيلالي خليفة

د. قصي محمود القيسي

د. بن دحمان محمد نصر الدين

أ. رمعون محمد

أ. حرشاوي يوسف

أ. بن قاصد علي الحاج محمد

العنوان:

جامعة مستغانم

كلية العلوم الاجتماعية والتربية البدنية

ص.ب: 01 مستغانم 27000

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

هاتف: 46 60 26 045

فاكس: 49 60 26 045

المحتـــــــويـــــات

رقم	اسم الباحث / عنوان البحث	الصفحة
01	تحديد المستويات المعيارية لاختيار الموهوبين بين الناشئين لممارسة كرة القدم- الفئة العمرية (11-12 سنة) **أ.بن قوة علي** أستاذ مساعد مكلف بالدروس	16-4
02	إعداد اختبارات تخصصية لتقويم الكفاءة البدنية (V) PWC170 (للاعبي كرة القدم أعمار 13-14 سنة). **أ.د. رياض علي الراوي**/ أستاذ	23-17
03	استعمال الوسائل السمعية البصرية في تعلم المهارات التقنية في مدرسة كرة القدم - **د. بوداود عبد اليمين**/ أستاذ محاضر	27-24
04	الواقع الوظيفي لطلبة المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية **د. فيلالي خليفة**/ أستاذ محاضر	32-28
05	رؤية في كتابة تاريخ ألعاب القوى في الجزائر للفترة من 1962-1998. **د. قصي القيسي** / أستاذ محاضر	48-33
06	ظواهر اكتشاف الموهوبين لتلاميذ المدارس لكلا الجنسين وسبل تطوير المستوى الرياضي في الوطن العربي. **د. الطائي عبد الحكيم** / أستاذ محاضر	55-49
07	رؤية حول قياس الأداء في التربية **د. رومان محمد** / أستاذ	61-56
08	- دور التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرة على تركيز الانتباه وعلاقته بالميل والدافع **د. حرشاوي يوسف** / أستاذ مساعد مكلف بالدروس	65-62
09	Physical activity as health-protective behavior in middle aged adults (36-60 Y) **Prof. Dr. Y. Vanden Auweele**	75-66

تحديد المستويات المعيارية لاختبار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم – الفئة العمرية (11-12سنة)

السيد: بن قوة علي

أستاذ مساعد مكلف بالدروس

الكلمات الأساسية: مستويات معيارية، اختيار، الموهوبين، كرة القدم.

يمثل الاختيار في المجال الرياضي عملية مستمرة للاكتشاف والابتداء والاندماج في مجال النشاط الرياضي المنظم لجميع أولئك الذين لديهم مواهب لممارسة الرياضة وبالتالي فان الاختيار يمثل احد المسائل الهامة في التربية الرياضية.

إن انجاز الأرقام القياسية يستند مباشرة على نوعية الاختيار كما يحدث في أي قطاعات الأخرى حيث تتعلق بنوعية المنتوج الجاهز بجودة المادة الأولية، ذلك إن الاختيار يقوم على جملة من المقاييس مما يسمح باكتشاف الرياضيين اللذين لديهم أفاق واضحة على تقدمهم، ويزداد دور الاختيار بالمنافع المتعددة الجوانب التي يوفرها لرياضة الانجاز لتجنب الذاتية والارتجال الذي قد يسبب ضياع الوقت وبعض التكاليف المادية التي لا تخدم الهدف المطلوب.

إن اختيار الرياضيين للمهارة يساهم في الإسراع في عملية التعلم ويضمن ظروف أفضل لسير العمل التربوي ويساهم في تدليل المصاعب القائمة في منهاج التدريس والتدريب عنه في حالة الاختيار الخاطئ، وفي نفس الوقت يمثل قيمة موضوعية في تسجيل بعض النتائج القيمة، وهنا يمكن القول أن الاختيار الصحيح يمثل عنصرا حاسما في تسجيل نتائج الرياضيين المتفوقين.

إن الاختيار الأنسب للرياضيين لممارسة فرع رياضة معينة كان دائما محط اهتمام المدربين ،كما أن ضرورة احترام خصائص ممارسة نظريات التدريب الرياضية المعاصرة والتي تتطلب مزاولة التدريب المستمر و الطويل الأمد و التي تقتضي البحث العميق لترقية عملية الاختيار للرياضيين القادرين على تلبية المتطلبات الكبيرة لممارسة رياضة الانجاز العالي ولاسيما لغرض اكتشاف الموهوبين القادرين على تحقيق نتائج رياضية في اقصر وقت ممكن.

ان لعبة كرة القدم هي من الألعاب التي تعتمد على الإعداد طويل الأمد و المنظم من اجل الوصول إلى المستويات الرياضية العالية و في مرحلة من النمو المناسب ،و لهذا نعتمد في هذا الإعداد على اشتراك

عدد كبير من الأطفال في لعبة كرة القدم بمواصفات عالية تؤهلهم لان يكونوا في المستقبل النواة الأولى للمنتخب الوطني، لهذا السبب يصبح من الضروري التفكير في التفكير في اختيار الموهوبين اللذين يوجدون ضمن مجموعة الأطفال الدين يريدون دخول إلى المدارس الرياضية لكرة القدم.

إن عدم الاهتمام بهذه المواهب التي تعتبر ثروة كبيرة يكون خسارة لهذه الفئة النادرة، حيث انه من خلال المقابلات الشخصية مع مدربي النوادي الرياضية للناشئين على المستوى الغرب الجزائري و خاصة أندية مستغانم – وهران وغليزان – وسعيدة، و من خلال الزيارات الميدانية إلى الرابطات الولائية للولايات المذكورة و السؤال حول وجود معايير مقننة تستخدم لاختيار الموهوبين بالغرب الجزائري لكرة القدم.

مما يدفعنا بالتساؤل عن الكيفية التي يتم على أساسها اختيار الناشئين الموهوبين في لعبة كرة القدم بالغرب الجزائري والمساعدة في حل هذه المشكلة يتوجب الإجابة على التساؤلات التالية:

* ما هي الاختبارات الضرورية المعتمدة لتحديد قدرات لاعبي كرة القدم من الناشئين ؟

ما هي المعايير المستخدمة لاختيار الموهوبين في لعبة كرة القدم؟

وفي ضوء الإجابة على هذه الأسئلة نأمل حل هذه الإشكالية المطروحة في البحث و المتمثلة في:

"تحديد مستويات معيارية لاختيار الناشئين و الموهوبين لممارسة كرة القدم بالغرب الجزائري"

أهداف البحث:

أولا: اقتراح البطارية اختبارات موضوعية تعتمد في اختيار الموهوبين من الناشئين لكرة القدم.

ثانيا: قدرات الموهوبين من الناشئين في كرة القدم.

ثالثا: وضع معايير محددة يستند عليها في اختيار الناشئين الموهوبين لممارسة كرة القدم.

الفروض/ يفترض الباحث التالي:

* إن قدرات اللاعبين الناشئين الموهوبين لممارسة كرة القدم بين الأعمار لعينات البحث.

* إن نتائج المقاييس المعيارية لعينة البحث تقع ضمن المستوى المتوسط.

* إعداد أرضية جيدة للعمل لتحديد الاختبارات المناسبة لاختيار الناشئين الموهوبين في لعبة كرة القدم.

منهج و مجالات البحث:

استخدم الباحث المنهج المسحي كل مشكلة البحث أعلاه، وتكونت عينة المجتمع الأصلي للبحث من 140 لاعب ناشئا في لعبة كرة القدم تراوحت أعمارهم 11-12 سنة ،ثم اختيارهم بطريقة عشوائية من المدارس الفرق الرياضية ترجي مستغانم 20 لاعبا، وداد مستغانم 21 لاعبا، رائد غليزان 20 لاعبا مولودية سعيدة 43لاعبا ، جمعية وهران 18 لاعبا.

وقد استبعد الباحث نتائج38 عينة لأسباب التالية :

-18 لاعبا تم انقطاعهم عن بعض الاختبارات، وتكرار غيابا تهم عن التدريب، ولتعرض البعض منهم، لإصابات التي حالت دون اشتراكهم في الاختبار.

-20 لاعبا من عينة التجربة الاستطلاعية.

وقد تم إجراء جميع الاختبارات البدنية و الفنية لعينة البحث في ملاعب كرة القدم الخاصة بالفرق المذكورة أعلاه بعد أن تم ضبط جميع المتغيرات الإجرائية للبحث.

الأسس العلمية للاختبارات :

وقد تمثل المجال الزمني لإجراء البحث من تاريخ 13 ديسمبر 1996 لغاية 30 جانفي1997.

أجرى الباحث تجربة استطلاعية شملت 20 لاعبا من مجتمع عينة البحث الكلية والتي تم استبعاد نتائجهم عن نتائج التجربة الرئيسية للبحث ، كما تم التأكد من صدق و ثبات و موضوعية الاختبارات المستخدمة ،(الجدول 1) ، (الجدول 2) ، و التي أظهرت درجة عالية من الصدق و الثبات عند مستوى دلالة (0.05)كما عكست هذه الاختبارات المستخدمة في البحث سهلة وواضحة الفهم وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التقويم الذاتي ، والذي أكده الخبراء في مجال البحث من أساتذة و مدربين وباحثين.

جدول (1): يمثل معامل الثبات والصدق لبطارية اختبارات اللياقة البدنية.

الدراسة الإحصائية / اختبارات اللياقة البدنية	حجم العينة	درجة الحرية	معامل ثبات اختبار	معامل صدق اختبار	الدلالة الاحصائية	معامل اختبار سبيرمان الجدولية
الركض 30 متر سرعة من الوقوف	20	19	0.97	0.98	0.05	0.38
الوثب العمودي من الثبات			0.98	0.94		
رمية التماس			0.81	0.90		
اختبار بريكسي (الجري 05 دقائق)			0.92	0.90		

جدول (2): يبين معامل الثبات و صدق لبطارية اختبارات المهارات الفنية:

الدراسة الإحصائية / اختبارات المهارات الفنية	حجم العينة	درجة الحرية	معامل ثبات الاختبار	معامل صدق الاختبار	الدلالة الاحصائية	معامل اختبار سبيرمان الجدولية
تنطيط الكرة	20	19	0.97	0.98	0.05	0.38
الجري المتعرج			0.98	0.99		
ضرب الكرة لأبعد مسافة			0.60	0.77		
الجري بالكرة			0.97	0.98		

بطارية الاختبارات المستخدمة:

- الاختبارات البدنية: هدف الاختبار

1- اختبار الركض 30متر (قياس السرعة الانتقالية للاعب)

2- اختبار الوثب العمودي من الثبات (قياس القوة الانفجارية لعضلات الفخذين والساقين)

3- اختبار مسافة رمي التماس (قياس القوة النابضة من القدمين إلى اليدين)

4- اختبار (الجري5 دقائق) (قياس التحمل)

الاختبارات الفنية:

1-اختبار تنطيط الكرة بالمسافة (قياس حساسية اللاعب على الكرة والمقدرة على التحكم فيها).

2- اختبار الجري المتعرج (حساسية اللاعب على الكرة والمقدرة على التحكم فيها)

3-اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة والكرة الثابتة (قياس قوة ضرب الكرة بالقدم لأبعد مسافة)

4-اختبار الجري بالكرة (قياس القدرة على التحكم في الكرة أثناء التقدم في الملعب والمراوغة للمنافس)

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية:

- المتوسط الحسابي (مقاييس النزعة المركزية) - الانحراف المعياري (مقاييس التشتت)

- معامل الارتباط سبيرمان. - ثبات الاختبار وصدق الاختبار - النسبة المئوية - تحليل التباين (f)

– الدرجة المعيارية – التوزيع الطبيعي(وضع الدرجات والمستويات المعيارية).

الاستنتاجات:

1. أظهرت مسطرة الاختبارات البدنية و الفنية صدقا و تباتا عاليتين و على التوالي (0.92)، (0.88) وعند (0.05) من مستوى الدلالة.

2. تباينت نتائج اختبارات القدرات البدنية و المهارة بين العينات البحث 11،12 سنة بين فروق معنوية وظاهرية لصالح العينة و التي تعضد فرضية البحث.

3. تأسس نتائج استخدام التوزيع الطبيعي في وضع الدرجات المعيارية و المستويات المعيارية لجميع الاختبارات البدنية و المهارية لعينتي البحث بالنسبة المئوية المحصورة بين (63.7 بالمائة –76.31 بالمائة).

مقابلة النتائج بالفرضيات:

من أجل التحقق من فرضية البحث الأولى والتي نفرض فيما انه يوجد فروق معنوية بين أعمار الناشئين الموهوبين. ولمعرفة مدى صحة هذه الفرضية يشير الجدول رقم (3) الذي يبين نتائج لاختبارات لتقييم مستوى اللياقة البدنية التي تمثلت في اختبارات جري 30متر، رمية التماس، وثب العمودي واختبار (الجري 5 دقائق)، أما بالنسبة للمهارات الفنية حيث يتجلى لنا من الجدول رقم (4) التي تتمثل في اختبار الجري باكرة واختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة، تنطيط الكرة واختبار الجري المنعرج بالكرة، كل هذه الاختبارات تبين لنا الفروق الظاهرية وبلغ بعضها الحد الإحصائي والذي يؤكد الفرضية.

ويتفق أيضا مع النتائج بحث كل من ناظم كاظم جواد الذي يؤكد على وجود فروق معنوية في مستوى صفات اللياقة البدنية و كذلك دراسة قحطان جليل العزاوي الذي يؤكد بدوره على و جود فروق معنوية في مستوى صفات بعض المهارات الأساسية التي يحتاجها لاعب كرة القدم.

من خلال ما تقدم يرجع الباحث أسباب هذه الفروق المعنوية في الاختبارات البدنية و المهارية بلعبة كرة القدم للفئة العمرية (11–12) سنة إلى اختلاف مستوى اللياقة البدنية من سن إلى أخر، كذلك إن أعمار 12 سنة قد سبق لها وان مارست لعبة كرة القدم بعكس أعمار 11 سنة. و بهذا و من خلال ما تقدم فان فرضية البحث لأولي و التي نشير من خلالها على وجود فروق معنوية بين أعمار الناشئين قد تحققت.

الاختبارات	اختبارات اللياقة البدنية							
	جري 30متر.ثانية		رمي التماس مدى الثبات متر		الوثب العمودي متر		الجري 05 دقائق	
المؤشرات الإحصائية	العمر بالسنة							
	11	12	11	12	11	12	11	12
N عدد أفراد العينة	64	32	64	38	64	38	64	38
£X	363.5	213.6	518.6	351	1448	886	70400	43700
X المتوسط الحسابي	5.68	5.62	8.10	9.24	22.62	23.31	1100	1150
S الانحراف المعياري	0.31	0.36	1.50	1.60	3.30	5.20	100	120
£X2 مجموع مربع الدرجات	2070.6	1205.4	4400	3338	33444	22390	78048200	20792000
£X/N	2064.6	1200.4	4203	3242	32721	20257.80	77440000	50255000
£n عينة البحث			102		102		102	
بين المجموعات	0.08		1142.8		11.39		59607.8	
داخل المجموعات	0.11		29.37		24.15		11452	
قيمة f المحسوبة	0.73		38.91		0.47		5.20	
قيمة fالجد ولية	3.94		6.90		3.94		3.94	

(الجدول 3): تظهر نتائج الاختبارات للقدرات البدنية لعينة البحث من الناشئين الموهوبين بكرة القدم للأعمار (11-12 سنة).

الاختبارات	اختبارات اللياقة البدنية							
	جري 30متر.ثانية		رمي التماس مدى الثبات متر		الوثب العمودي متر		الجري 05 دقائق	
المؤشرات الإحصائية	العمر بالسنة							
	11	12	11	12	11	12	11	12
N عدد أفراد العينة	64	38	64	38	64	38	64	38
£X	363.5	213.6	518.6	351	1448	886	70400	43700
X المتوسط الحسابي	5.68	5.62	8.10	9.24	22.62	23.31	1100	1150
S الانحراف المعياري	0.31	0.36	1.50	1.60	3.30	5.20	100	120
£X2 مجموع مربع الدرجات	2070.6	1205.4	4400	3338	33444	22390	78048200	20792000
£X/N	2064.6	1200.4	4203	3242	32721	20257.80	77440000	50255000
£n عينة البحث			102		102		102	
بين المجموعات	0.08		1142.8		11.39		59607.8	
داخل المجموعات	0.11		29.37		24.15		11452	
قيمة f المحسوبة	0.73		38.91		0.47		5.20	
قيمة fالجد ولية	3.94		6.90		3.94		3.94	

(الجدول 3): تظهر نتائج الاختبارات للقدرات البدنية لعينة البحث من الناشئين الموهوبين بكرة القدم للأعمار (11-12 سنة).

الاختبارات	الاختبارات المهارية							
	جري بالكرة ثانية		صرب الكرة لأبعد مسافة متر وأجزائه		تنطيط الكرة المسافة بالأمتار		الجري المتعرج . ثانية	
المؤشرات الإحصائية	العمر بالسنة							
	11	12	11	12	11	12	11	12
N عدد أفراد العينة	64	38	64	38	64	38	64	38
£X	1034.5	56.1	1215.6	881.2	568.50	541	890.5	468.2
X المتوسط الحسابي	16.2	14.70	19	22	8.90	14.24	13.9	12.3
S الانحراف المعياري	1.7	2.1	3.80	3.50	5.50	6.30	1.50	1.3
£X2 مجموع مربع الدرجات	16902.3	8470.9	24020.22	18890.44	6992.8	9175	12537.5	5807.2
£X/N	16723	8306.7	23088.8	18436.02	5040.9	7702.1	12389.08	5744.1
£n عينة البحث	102		102		102		102	
بين المجموعات	45.38		219.27		683.5		62.46	
داخل المجموعات	3.43		13.86		34.16		2.11	
قيمة f المحسوبة	13.23		15.82		20		29.6	
قيمة fالجد ولية	6.90		6.90		3.94		6.90	

(الجدول 4): يبين نتائج الاختبارات الفنية للقدرات لعينتي البحث من الناشئين لمدارس عينة البحث التجريبية

الفرضية الثانية:

من خلال النتائج المتحصل عليها و معالجتها بالوسائل الإحصائية و التي تحقق فرضية البحث الثانية، التي تفرض من خلالها أن المستويات المعيارية لعينة البحث تقع ضمن المستوى المتوسط حيث، يشير الجدول (5) الذي يبين تقييم الدرجات المعيارية والمستويات المعيارية والذي يبين الدراسة المقارنة للنسب للاعبين والنسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي لاختبارات الصفات البدنية إن اكبر نسبة لعينة البحث تقع عند المستوى المعياري متوسط والذي يتوافق مع نتائج دراسة الباحث ناظم كاظم جواد. نلاحظ أن أغلبية عينة البحث تقع ضمن المستوى المتوسط لصغار الناشئين من عينة البحث التي هي في بداية تخصصها وإلى نقص الإطارات المتخصصة في التدريب لهذه الفئة العمرية ونقص والوسائل، وليست هناك برامج خاصة للتدريبات. أما بالنسبة لصفات بعض المهارات الأساسية، توصل الباحث من خلال الجداول رقم (6) الذي يبين تقييم الدرجات المعيارية و المستويات المعيارية والذي يبين الدراسة المقارنة للنسب اللاعبين والنسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي، إن أغلبية عينة البحث تقع ضمن المستوى المتوسط و التي تتطابق و نتائج الباحثان قحطان العزاوي وكاظم جواد في دراستهما.

من خلال كل ما تقدم و من خلال فرضية البحث الثانية والتي نشير من خلالها إلى إن المستويات المعيارية لعينة البحث (11-12 سنة) تقع ضمن المستوى المتوسط قد تحققت.

الاختبارات	المستويات المعيارية	جري 30 متر		رمية التماس				الوثب العمودي		اختبار جري 05 دقائق				النسب المقررة في منحنى التوزيع الطبيعي
الدرجات المعيارية المعدلة لاختبارات		ركض 30 م لعينتي البحث	النسبة المئوية 11-12 سنة	عدد اللاعبين		النسبة المئوية		عدد اللاعبين	% المئوية	عدد اللاعبين		النسبة المئوية		
				11 سنة	12 سنة	11 سنة	12 سنة	11 سنة	12 سنة	11 سنة	12 سنة	11 سنة	12 سنة	
80 فما فوق	جيد جدا	00	00	02	00	3.12	00	00	00	00	00	00	00	4.86
60-79	جيد	16	15.68	08	05	12.50	13.15	23	22.54	10	07	15.62	18.42	24.52
40-59	متوسط	68	66.6	43	30	67.18	78.94	65	63.72	47	26	73.43	68.42	40.96
20-39	ضعيف	16	15.68	11	03	17.18	7.89	14	13.72	07	05	13.93	13.15	24.52
20 فما فوق	ضعيف جدا	02	1.96	00	00	00	00	00	00	00	00	00	00	4.86
	المجموع	00	99.98	64	38	99.98	99.98	102	99.98	64	38	99.98	99.98	99.72

جدول رقم (5): يظهر نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لعينتي البحث التجريبيتين للاختبارات المهارية في لعبة كرة القدم والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي.

الاختبارات	المستويات المعيارية	الجري بالكرة				الجري المتعرج				تنطيط الكرة				ضرب الكرة لأبعد مسافة				النسب المقررة في منحنى التوزيع الطبيعي
الدرجات المعيارية المعدلة لاختبارات		عدد لاعبين		النسبة المئوية		عدد اللاعبين		النسبة المئوية		عدد اللاعبين		النسبة المئوية		عدد اللاعبين		النسبة المئوية		
		11	12	11	12	11	12	11	12	11	12	11	12	11	12	11	12	
80 فما فوق	جيد جدا	00	00	00	00	00	00	00	00	05	01	7.80	2.63	00	00	00	00	4.86
60-76	جيد	12	04	18.75	10.52	15	05	23.43	13.16	03	04	4.69	10.52	09	09	23.68	23.68	24.52
40-59	متوسط	42	27	65.62	71.05	38	29	59.37	76.31	19	10	29.69	26.51	44	25	65.79	65.79	40.96
20-39	ضعيف	10	07	15.62	18.42	11	04	17.19	10.52	22	18	34.37	47.36	11	04	17.18	10.52	24.52
20 فما دون	ضعيف جدا	00	00	00	00	00	00	00	00	15	05	23.43	13.16	00	00	00	00	4.86
	المجموع	64	38	99.98	99.98	64	38	99.98	99.98	64	38	99.98	99.98	64	38	99.98	99.98	99.72

جدول رقم (6): يظهر نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لعينتي البحث التجريبيتين للاختبارات المهارية في لعبة كرة القدم والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي.

التوصيات: يوصي الباحث بما يلي:

1- استفادة جميع مدربي فرق مدارس كرة القدم من استعمال الدرجات المعيارية والمستويات في إختيار الناشئين الموهوبين.

2- ضرورة تطبيق الاختبارات في بداية فترة الإعداد والتعرف على مستوى اللاعبين من خلال الجداول المعيارية والتي يتمكن المدربون من وضع خطط للتدريب.

3- ضرورة تطبيق الاختبارات بين مراحل التدريب لمعرفة مدى تطور مستوى اللاعبين.

4- ضرورة اهتمام بزيادة تطوير المهارات الأساسية وكذلك تقويمها.

5- ضرورة إجراء بحوث و دراسات متشابهة لبقية الأصناف الأخرى للإيجاد المستويات المعيارية.

6- ضرورة إجراء بحوث و دراسات متشابهة للفئات العمرية الأخرى.

7- فتح دورات للمدربين لأجل تفهم هذه القياسات وكيفية استخدامه.

المراجع باللغة العربية و الأجنبية:

1- **مقدم عبد الحفيظ:**ا الإحصاء و قياس النفس والتربوي .ص 152. ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر سنة 1993.

2- **محمد صبحي أبو صالح وعدنان محمد عوض:** مقدمة في الإحصاء .ص 9- ص 196. ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر سنة 1993.

3- **عبد العزيز فهمي هيكل:** مبادئ في الإحصاء التطبيقي . ص 95. دار الجامعية سنة 1986.

4- **طه إسماعيل وآخرون:** كرة القدم بين النظري والتطبيق. الإعداد البدني.ص 253.دار الكتب للطباعة والنشر ط.2 ج1 سنة 1987.

5- **موسى فهمي إبراهيم:** اللياقة البدنية والتدريب الرياضي الإعداد البدني.ص 386.

6- **أبو العلا عبد الفتاح و إبراهيم شعلان:** فسيولوجيا التدريب في كرة القدم ص 505. دار الفكر العربي- القاهرة سنة 1994.

7- **حنفي محمود مختار:** الاختبارات والقياسات ألللاعبي كرة القدم ص 27 ص 28. دار الفكر العربي مدينتي نصر سنة 1993.

8- **محمد يسري موسى محمد:** كرة القدم الآثار التربوية على الأطفال والناشئة.ص 35 دار الفكر العربي القاهرة سنة 1995.

9- **محمد حسن علوي محمد رضوان:** الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي . ص 267-275. دار الفكر العربي القاهرة ط.1 سنة 1987.

10-**مفتي إبراهيم محمد:** الجديد في الإعداد المهاري والخطط اللاعب كرة القدم. ص257. دار الفكر العربي القاهرة سنة 1990.

11-**وديع نسيم اسعد و فاتن فهيم محمود:** المبادئ الأولية في الإحصاء. ص 24 نشر المعرفة والثقافة العلمية القاهرة ط.4 سنة 1979.

12- **قيس ناجي عبد الجبار وشامل كامل محمد:** مبادئ الإحصاء في التربية البدنية.ص.92 جامعة بغداد ط.1 سنة 1979.

13- عبد القادر حلمي: مدخل إلى الإحصاء.ص32 –ص218 ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر سنة 1994.

14-معين أمين السيد: المعين في الإحصاء. ص 34 دار النشر العلوم للنشأة التوزيع .مطبعة امزيان الجزائر بديان.

15- دومينيك سالقدور: نظريات و وسائل في الإحصاء والاقتصاد القياسي .ص 74 مكتبة بغداد سنة 1988.

16-Fisal ayach : Die Technique des Karaoul. P 100 die Techink des Kral – une bruts immense ihre contrôle durch subjektive und objective bewertungs verfaren in anfangertaining. Doktorarbeit germany – halles.1987.s 99

17-**R.A.AKRAMMOV :** sélection et préparation des jeunes footballeurs p. 70 office des publications universitaires Alger .année 1990.

18- **A.BRIKCI et les autres :** Technologie d'évaluation physiologie des athlètes. P.86 _ l'ère édition- comité olympique ligérien.1990

19- **Brenard Turpin** football préformation et formation 67 fb préformation et formation. Paris édition amphores. mai 1993.

20-pierre parlepas et Bernard Cyffers : statistique appliquée aux a.p.s p229 i.n.e.p.s publications 1992.

Résume

L'entrainement n'est qu'un entrainement de qui développent entre l'entraineur et joueur et se sont ces relacions même qui aident le joueur à s'améliorer en tant qu'individu précise a habité sportive.

L'expérience du joueur de football reflète énormément et directement le rôle de l'entrainement et directement le rôle de l'entraineur et ses instructions.

La question qui se pose a chaque entraineur dans chaque unité entrainement est comment est ce qu'il peut atteindre le entrainement et le but.

Ainsi entrainement réussi est toujours le résultat de la coordination entre la préparation quotidienne et le but espère.

Pour atteindre cela il faut pouvoir orienter plusieurs facteurs qui peuvent assurer cet aspect de coordination. Parmi ces facteurs il y a le fait de choisir l'échantillon le plus approprié qui se subir cette opération entrainement.

Ainsi le fait de confirmer à un échantillon spécial pour choisir les joueurs est considère comme un facteur essential en football en plus d'autre facteur comme l'aspect esthétique et celui de la planification ainsi que le coté psychique éducatif matériel et social par ce que le joueur ne peut un atteindre un bon niveau de réalisation que si celui –ci est en concordance avec celui des autre joueurs.

Ceci dit les joueurs de football peuvent peu importe leur âge ou bien leur maturité physique ont besoin d'évaluer leur responsabilités lors des matchs.

Ainsi donc nous démontrons la nécessite d'établir les critères pour choisir le footballeur digne de ce nom et pour découvrir aussi des points valable.

Ainsi on Renda plus facile la mission de entrainement et on Renda plus efficace ces pelons entrainement d'une part et d'autre part cela facilitera sons doute la formation des futures joueurs particulièrement quand il sont à ce concentrer sur entrainement à base scientifique.

Nous Avon pu démontrer lors de nos recherches la nécessite de tourner entre 10 et 12 ans.

إعداد اختبارات تخصصية لتقويم الكفاءة البدنية (v) pwc_{170}

(للاعبي كرة القدم أعمار 13-14 سنة)

الدكتور: رياض علي الراوي

أستاذ-جامعة مستغانم

تعتبر المراقبة والتأكد من المستوى التدريبي من الأمور الرئيسية التي تستند عليها العملية التدريبية، فالتقويم الكمي يجب إن يرافق العملية التدريبية في جميع المراحل لما للتقويم من اثر فعال لرفع قدرة وكفاءة الرياضيين ومستوياتهم التدريبية، فعملية التقويم ومراقبة المستوى تمكن المدرب والمعنى من الوقوف على الحقائق المتعلقة بكيفية سير العملية التدريبية، هل هي تسير بالاتجاه المرسوم ووفق الأهداف والزمن المخطط لها أم هي في حالة تعثر وانحراف لكي يتسنى اتخاذ الإجراءات اللازمة لتصحيح المنهج التدريبي أي وسائل تقدير التحميل التدريبية ضرورية في الوقت الحاضر نظرا لشدة وارتفاع مستوى التدريب للاعب. فلم يعد كافيا الفحص البسيط لان هذا الفحص يتعلق باللاعب في حالة الراحة، حيث إن البحوث الجارية بهذا الأسلوب تحدد بالتأكيد عن إتقان المبدئية ولكنها ليست كافية، لان مثل هذه البحوث يجب أن تكون حركية ووظيفية وذلك ليتسنى التقدير بصورة صحيحة. ويجب أن يكون إعداد الاختبار موضوعيا لكي يعكس بكل صدق وأمانة المستوى الحقيقي للظاهرة التي نحن بصدد قياسها مع الأخذ بنظر الاعتبار المؤثرات التي يمكن من خلالها أن يؤثر ايجابيا وسلبيا والعمل على تحديدها، فتقويم الحالة التدريبية من خلال تحديد الكفاءة البدنية يجب أن يشمل تحديد الإعداد البدني و درجة تطور عمل الأجهزة العضوية، وإن محاولة إعداد اختبار (v) pwc_{170} للرياضيين الناشئين للأعمار 13-14 سنة يتفق و العامل المشترك للإعداد البدني ودرجة تطور عمل الأجهزة الوظيفية. وينبغي ألا يغيب عن الدوام بالنا العلاقة بين العناصر التدريبية أثناء التقويم من حيث الشدة والفترة الدوام و تكرار التمرين لأنها هي التي تحدد درجة نجاح البرنامج التدريبي، فالمعلومات الوظيفية تؤكد التأثير القوي للتدريب، وتثبت عملية التكثيف التام لاستخدام الأنظمة المختلفة الأكسجينية واللا أوكسجينية في تأمين الطاقة.

مشكلة البحث:

لمراقبة وتحديد الكفاءة و القدرة البدنية للرياضيين لمختلف المراحل والمستويات التدريبية والتي تطرق إليها الكثير من الباحثين (4.5.8)، ولتحديد الكفاءة البدنية استخدم اختبار pwc_{170} (اختبار الكفاءة البدنية للعمل عند نبض 170 ض/د) الواسع للانتشار الاختبار الأطفال والمراهقين والبالغين وفي جميع

هذه الأبحاث نستخدم الحمل التدريبي في المختبر بواسطة أجهزة مختلفة مثل مقياس الجهد بواسطة الدراجة الثابتة، أو السير الدوار، أو اختبار الخطوة. لا يمكن الاستمرار في تطوير عملية التدريب الرياضي والارتقاء بها بدون استخدام المنهج العلمي لتحليل النشاط الحركي وطريقة التامين الطاقة لهذا النوع أو ذلك من الجهد المبذول، وحقيقة العلاقة والارتباط المتبادل بين مكونات الحمل للتمرينات الدورية كل على حدة ، وانعكاساتها على الطرق تكوين الطاقة يجب الإشارة إليها من خلال أهمية تحليل والتفسير العلاقات الضرورية لعينة البحث بأسلوب يمكن من خلاله فهم هذه العلاقة المتبادلة ، وتنمية هذه العلاقات ليتوقف على أداء المهارات الفنية والخططية فحسب بل يجب ان يشمل كذلك تقويم الشدة ومدة الدوام وفترة الراحة ، والاختبار الكفاءة والحمل التدريبي للرياضيين المختلفة اختصاصاتهم بواسطة استخدام المؤثرات الوظيفية و البدنية للاعبين وبما انه لا يوجد اختبار pwc 170 خاص ميداني للاعبي كرة القدم للناشئين أعمار 13-14 سنة والاختبارات الموجودة هي خاصة بالبالغين (أكابر) فمن غير الممكن استخدام هذه الاختبارات على الأعمار الصغيرة في الأطفال مراهقين هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى إعداد اختبار ميداني مقنن و مخصص لهذه الفئة يعكس صدق النتائج و المعلومات الحاصل عليها.

أهداف البحث:

أولا: إعداد اختبار ميداني متخصص يحدد الكفاءة البدنية عند نبض 170 نبضة لكل دقيقة خاص بلاعبي كرة القدم (13-14) سنة.

ثانيا: تحديد بعض المؤشرات الوظيفية للعينة في الظروف الراحة والجهد.

يفترض الباحث إن إعداد اختبار ميداني خاص بلاعبي كرة القدم أعمار 13-14 سنة لتحديد الكفاءة البدنية للعمل عند نبض 170ض/دقيقة والمتضمن اختبارات حركية والوظيفية لها أهمية وتأثير ايجابي في تطوير عملية التدريب الرياضي والارتقاء بالنتائج الرياضية لهذه الفئة.

تم إعداد اختبار pwc170 في جامعة استوكهوم الملكية، وهذه ملخص للمصطلحات الانجليزية physical working capacity أي الكفاءة البدنية للعمل عند نبض 170 ضربة لكل دقيقة ويعتمد في جميع أنحاء العالم كاختبار للمحافظة على الصحة ويحدد الكفاءة الأوكسيجينية، وبعد ذلك مر هذا الاختبار بعدة تطورات استقر على ما توصل إليه العالم الروسي **كاربمان** 1970، حيث يعد أحسن وافصل وانسب طريقة تم اكتشافها، والتي تعتمد في تنفيذها على عدد الضربات القلبية بوصفه مؤشرا وظيفيا دالا بالمجهود البدني المراد تنفيذه ،و بالكمية المستهلكة خلال الأداء المجهود البدني.

وكان لاكتشاف العالمين"**ستيوراند**" 1947 و "**فالنود**"**1948** العلاقة بين سرعة الضربات القلبية القليلة و شدة الحمل، وقد اقترحا طريقة بيانية لتحديد شدة الحمل الممكنة عندما يكون النبض 170

ض/د، وهذا يعتبر مثاليا لان زيادة سرعة القلب عن 170 ض/د يصاحبها انخفاض في حجم الدم الذي يضخه القلب في الضربة الواحدة (2). اما **كيسيلفج** (6) اقترح اختبار pwc للألعاب الرياضية التي تعتمد قياس نتائجها بواسطة تقييم الكفاءة البدنية في الظروف الطبيعية للمصارعة. وقد حدد "**كاربمان**" 1980 مقدار الكفاءة البدنية ميدانيا لبعض الاختصاصات الرياضية بواسطة اختبار pwc 170 (v)مضروبة بالأمتار و التواني، و كلما ازداد مقدار (v) pwc 170ازدادت سرعة جريي الرياضي في ظروف ملائمة لوظائف الدورة الدموية،وكلما ازدادت الكفاءة البدنية زاد مقدار (v)pwc 170،و هذا الاختبار لا يتطلب من الرياضي إظهار أقصى القوة و يتراوح مقدار السرعة (v)170 pwc بين 2.5 إلى 5 متر لكل ثانية ، ويبلغ للرياضيين الإبطال تقريبا 4.83 متر/ ثانية للاعبي كرة القدم البالغين و الملاكمين 3.29 متر/ ثانية. يرى « **zemkn**» 1975 أن مقدار (v)170 pwc يكون عند الرياضيين المتقدمين و خاصة عند العدائين اكبر من غير رياضيين بالكمية المطلقة و النسبية عندما يحسب لكل 1 كغ من وزن الجسم (7). و من الممكن تحديد vo2maxالمستهلك الأقصى الاكسجيني بواسطة (8) 170 pwcعن طريق المعادلتين التاليتين:

للرياضيين $vo2max=202pwc_{170}+1070$

غير الرياضيين $vo2max=1.7pwc_{170}+1240$

ويرى"**كلارك**" أن الكفاءة القلبية التنفسية مؤشر لقياس الحالة البدنية للفرد و هو قياس هام للتمييز بين الرياضيين (ذوي اللياقة البدنية العالية) و غير الرياضيين (ذوي اللياقة الرياضية المنخفضة) نظرا لكفاءة الجهاز الدوري التنفسي للرياضيين أكثر منه غير الرياضيين(1).

ويلخص "**فرودويش**" بجامعة **دوك** التغيرات التي تحدث في القلب و الجهاز التنفسي نتيجة الاستمرار التدريب لعدد من اللاعبين أثناء جري المسافات الطويلة.

ويتفق كل من « **Adams** »1980 و« fox» 1979 على أن كفاءة الجسم في استهلاك الأكسجين تعتبر من القدرات الهامة التي يتطلبها النشاط البدني الذي يتطلب الأداء لفترة طويلة.

تم اختيار المنهج التجريبي نظرا لملامته لطبيعة البحث العلمية، و بحث المشكلة أو لتحقيق الهدف منها الذي يترتب عليه النجاح أو الإخفاق في تحقيق الهدف ،لاعتباره من أدق المناهج المستخدمة و أكفئها للتوصل إلى نتائج موثوق بها.

لقد تطلب بحث هذا الموضوع استخدام الوسائل التالية:

تم استخدام المراجع العربية و الأجنبية، و استخدام ميزان طبي لتحديد الوزن، و جهاز لقياس طول العينة، و ميقاتين الكترونيين و جهاز تحديد الضربات القلبية pulse télémètre نوع tunturi صنع ياباني.

طريقة إجراء الاختبارات:

يتم تحديد عدد الضربات القلبية أثناء الراحة. وفي خطة البحث و قبل البحث و قبل كل شئ يتم اختيار الحمل الملائم لإجراء اختبار pwc 170من حيث الحجم و الشدة لهذه الفئة من الأعمار، وقد سبق للعالم **كاربمان** أن حدد الحمل للعدائيين من الرياضيين البالغين عن طريق جري مسافة 800 م مرتين، بحيث يكون جري كل 100 متر بسرعة 30-40 ثانية (حمل الأول) و 20-30 ثانية (الحمل الثاني). و يتم تحديد pwc170(v)للعدائيين بواسطة تحديد سرعة الجري (متر/ ثانية) و يحسب وفق المعادلة التالية:

$$Pwc170(v) = v1 + (v2 - v1)\frac{170 - F1}{F2 - F1}$$

حيث ان v1 سرعة الجري في الجهد الأول متر/ ثانية v سرعة الجري في الجهد الثاني متر/ثانية.

F1-f2 عدد الضربات القلبية في الدقيقة في نهاية بذل الجهد الأول و الثاني، و من الطبيعي و غير الممكن ان نتوقع ان شدة الحمل المحددة أعلاه للعدائيين المتقدمين في العمر سوف يكون هو نفسه مناسبا لعينتنا و خاصة من حيث التخصص و المرحلة العمرية ، و يفترض أن يكون الحمل كبيرا لهذه العينة.

وقد تم إجراء اختبار pwc 170(v) لأيام متفرقة وفق (8) بهدف معرفة ردود الفعل على عينة البحث، وتحديد المؤشرات الوظيفية والبدنية الملائمة لمثل هذا الاختبار (انظر الجدول رقم 1).

ولإعداد هذا الاختبار بشكل دقيق، وعلى أسس علمية على العينة البحث، وبعد إجراء عدة اختبارات لتحديد جميع الاحتمالات عن طريق التحفيظ من الشدة الجري لقطع مسافة 400م وتقليص المسافة بحيث نحصل على المعلومات والنتائج التي يجب أن لا تتقاطع والأسس الرئيسية لاختبار pwc 170 (v)من ناحية حدود عدد الضربات القلبية عند نهاية بذل الجهد الأول والثاني (على مدى 5 ثواني) ومراعاة الفرق بينهما والذي يتراوح تقريبا بين 40 ضربة/ الدقيقة عند مستوى 100-120 ض/ دقيقة للجهد الأول و 160/140 ضربة / دقيقة للجهد الثاني اي ب 1.4 مرة عن الجهد الأول . وعند تحليل ودراسة نتائج مختلف الاختبارات توصلنا إلى تحديد سرعة الجري بشكل دوري كل 100 متر بسرعة 35-45 ثانية للجهد الأول، و 30-40 ثانية للجهد الثاني لمسافة 400 متر.

اتضح من الاختبارات العينة pwc170(v) لجري مسافة 800 متر مرتين، سرعة جري لكل 100 متر في الجهد الأول كانت (30-40) ثا و للجهد الثاني (20-30) ثا أي بسرعة (2.86) م/ ثا للأول، و(4) م/ثا للثاني، وكان عدد الضربات القلبية في نهاية الجهد الأول و التي حددت خلال 5 ثواني هي 161 ض/د بينما بلغ عدد الضربات القلبية في نهاية الجهد الثاني التي حددت 185 ض/د، بينما بلغ مقدار الكفاءة البدنية للعمل 3.285 م/ثا (انظر الجدول رقم 1).

الجدول رقم (1): يوضح مؤشرات اختبار pwc170(v) للجري 800 متر على عينة البحث وفق

عينة البحث		زمن جري بالثواني لكل مسافة 800 متر لكل 100 م		متوسط عدد الضربات القلبية في الدقيقة الواحدة		Pwc 170(v) متر/ ثانية
العمر بالسنوات	عدد أفراد العينة	الجهد الأول	الجهد الثاني	الجهد الأول خلال 5 ثواني	الجهد الثاني خلال 5 ثواني	
14-13	15	40-30	30-20	161	185	3.285

كاريمان 1980.

نلاحظ أن عدد الضربات القلبية في نهاية الجهد الأول (بعد جري مسافة 800 م) سجلت 161 ص/د وارتفعت في نهاية الجهد الثاني حتى 185 ض/د، وفق اختبار pwc170(v) كاريمان و آخرين أن سرعة الضربات القلبية ألا تتجاوز 170 ض/د، لأنه عند ارتفاع مقدار الضربات القلبية بشكل كبير فان العلاقة الخطية بينهما و بين شدة الجهد سوف تزول.

وتبين من خلال اختصار مسافة الجري إلى 400 متر بدلا من 800 متر من ناحية و إعادة النظر في سرعة الجري لقطع مسافة 400 متر بواقع (35-45) و(30-40) للجهد الأول و الثاني على التوالي لكل 100 متر أي بمتوسط زمني كلي مقداره = 2.7 دقيقة للجهد الأول و 2.4 دقيقة للجهد الثاني (الجدول رقم 2).

ونستطيع الحكم على شدة الجهد و عدد الضربات القلبية من خلال تحليل اختبار العينة حيث نجدها تتوافق في الاتجاه و المضمون مع pwc170(v) لكريمان، مما يعكس دقة و صحة أعداد هذا الاختبار المخصص لفئة لاعبي كرة القدم الناشئين أعمار (13-14) سنة.

الجدول رقم (3) يظهر المتوسطات الحسابية لمؤشرات pwc170(v) الخاصة بلاعبي كرة القدم 13-14 سنة.

المسافة بالأمتار	زمن100م جري الثانية		العينة التجريبية		نتائج الاختبارات					
					عدد الضربات القلبية ض/د					
	الجهد الأول	الجهد الثاني	العمر	العينة	راحة	الجهد الأول	الجهد الثاني	نهاية 10د استشفاء		Pwc170(v) متر/ الثانية
400م	45-35 (40)	40-30 (35)	14-13 سنة	15	68.5	132.7	160	79.6		2.989

عند تحليل و مناقشة الجدول رقم (3) للمتوسطات الحسابية لمؤشرات اختبار pwc 170(v) الميداني الخاص بلاعبي كرة القدم 13-14 سنة وجدنا أن السرعة الملائمة لجري كل من 100م من المسافة الكلية 400م للجهد الأول 40 ثا وللثاني 35 والتي تزيد بمعدل 1.33 مرة أسرع لصالح الثاني، ولحضنا أن الفرق بين الضربات القلبية بين الجهد الأول والثاني في نهاية الجهد وخلال 5 ثواني على التوالي 132.7 ض/د ، 160 ض/د ، بينما كان عدد الضربات القلبية في متوسط في ظروف الراحة 68.5 ض/د، ووجدنا انه بعد انتهاء الاختبار بزمن قدره 10د(استشفاء) لم يعد وضع البداية وقد سجل 79.6ض/د وأن الفرق في عدد الضربات القلبية بين الأول والثاني يعادل 27.3 ض/د. وقد اظهر الاختبار أن مقدار الكفاءة البدنية للعينة هو 2.989 أي تقريبا 3 أمتار لكل ثانية.

الاستنتاجات:

أولا: إن الاختبار الميداني المخصص للاعبي كرة القدم 13-14 سنة، يجب أن يخفض من سرعته (سرعة الجري) الشدة و المسافة بالمقارنة مع اختبار كاربمان وآخرين للمتقدمين.

ثانيا: يمكن استخدام اختبار الكفاءة للعينة 13-14 سنة من خلال جري 400م على أساس جري كل 100 م قدرة 35-45 ثا للحمل الأول، و 30-40 ثانية للحمل الثاني.

ثالثا: إن متوسط الكفاءة البدنية للحمل pwc170(v) للاعبي كرة القدم أعمار 13-14 سنة هي 2.98 متر لكل ثانية.

رابعا: ظهر أن 27 ضربة قلبية لكل هي الفرق بين الضربات في نهاية الجهد الأول والثاني، والعلاقة بين سرعة الجري للجهد الأول و الثاني أعلى 1.33 لصالح الثاني.

يوصي الباحث باستخدام اختبار pwc 170(v) الخاص بلاعبي كرة القدم للناشئين 13-14 سنة لتقويم الكفاءة البدنية لهذه الفئة، كما نرى ضرورة مواصلة إجراء البحوث بهدف تحديد الكفاءة البدنية لمختلف المراحل العمرية و مختلف الألعاب الرياضية.

المراجع:

1- إبراهيم سلامة :" الاختبارات و القياس في التربية البدنية " دار الفكر العربي 1982.

2- أبو العلا عبد الفتاح:" بيولوجيا الرياضة" دار الفكر العربي، القاهرة 1982.

3- ريسان خريبط مجيد:" التدريب الرياضي" دار الكتب للطباعة و النشر، الموصل 1988م.

4- علي بن صالح الهرهوري:" علم التدريب الرياضي" جامعة قار يونس، بنغازي1994.

5- كيسيليفج، أ.ف: دليل المدرب الطبي" التربية البدنية و الرياضة، موسكو 1981.

6- زميكن، ن.ف:" فسلخة الإنسان" التربية البدنية و الرياضية، موسكو1975.

7- كاربمان، ف.ل " الطب الرياضي" التربية البدنية و الرياضة، موسكو 1980.

استعمال الوسائل السمعية البصرية في تعلم المهارات في مدرسة كرة القدم

الدكتور: بوداود عبد اليمين.

أستاذ محاضر بجامعة الجزائر.

احتوت الدراسة على خمسة أبواب هي:

تضمن الباب الأول عرضا لمشكلة البحث والتي تمكن في وجود صعوبات عديدة في تعلم التقنيات الأساسية في مدرسة كرة القدم، لان اغلب هذه المهارات يصعب معها ملاحظة التفاصيل الدقيقة مضافا إليها عملية التنسيق و التوافق بين حركات الجسم المختلفة أثناء الأداء الحركي مما يولد نوعا من قصور العملية التعليمية إضافة إلى عرض أهمية البحث اجتماعيا ورياضيا، وذلك لكون البحث الأول في الجزائر الذي يبرز أهمية الوسائل السمعية البصرية(فيديو) في تعلم المهارات التقنية في مدرسة كرة القدم.

يهدف البحث التوصل غالى أسلوب اقتصادي علمي يسهل عملية التعلم و ذلك بمعرفة أفضل الطرق التي يمكن استخدامها مستقبلا في تعلم المهارات التقنية داخل مدرسة كرة القدم ، وقد وضعنا حلول مبدئية افترضنا فيها ما يلي:

1- التعلم باستخدام النموذج الحي لا يؤدي إلى تحسين عملية تعلم المهارات التقنية .
2- مشاهدة النموذج المصور تساهم في عملية تعلم المهارات التقنية في كرة القدم.
3- مشاهدة الذات تساهم في عملية تعلم المهارات التقنية في كرة القدم.
4- التعلم باستخدام الوسائل البيداغوجية السابقة مشتركة ، تؤدي إلى استغلال أفضل للوسائل السمعية البصرية لتعلم المهارات التقنية في كرة القدم.

- مجالات البحث فقد شملت:

- المجال البشري: لاعبي مدارس كرة القدم، و عددهم 90 لاعبا.

- المجال الزمني: 1 جانفي 1991 إلى 30مارس 1996.

الدراسات النظرية والدراسات السابقة.تطرقنا إلى هذا الجانب الحيوي من البحث إلى 18 موضوعا مهما وتوضيح ومناقشة ما يلي:

تعريف المفاهيم الرئيسية للبحث، الدراسات المشابهة، وسائل الاتصال، الدور الوظيفي لوسائل الاتصال، الأجهزة السمعية البصرية، خصائص الأجهزة السمعية البصرية، دور الأجهزة السمعية البصرية، استقبال و نقل المعلومات في الحركات الرياضية ، الصورة و التعلم والذاكرة، مشاهدة الذات والوسائل السمعية البصرية، ملاحظات حول قيمة الوسائل السمعية البصرية ومشاهدة الذات القواعد الواجب إتباعها عند العرض بالوسائل السمعية البصرية، النموذج، الشروط الواجب توفرها في النموذج، فائدة استخدام الفيديو في التعلم، مميزات مراحل النمو عند لاعب مدرسة كرة القدم وطرق تعلمه.

تطرقنا في هذا الباب إلى المناهج التي تستخدم في حل مشاكل التربية البدنية والرياضية، وقد استخدمنا المنهج التجريبي والمنهج الوصفي وذلك لمناسبتهما لطبيعة البحث، و قمنا بوصف عينة البحث المتكونة من:

- المجموعة التجريبية الأولى وعددها 16 لاعب تتعلم باستخدام النموذج المصور.
- المجموعة التجريبية الثانية وعددها16 لاعب تتعلم استخدام النموذج الحي.
- المجموعة التجريبية الرابعة وعددها 16 لاعبا تتعلم باستخدام الأدوات البيداغوجية السابقة مشتركة.
- المجموعة الضابطة وعددها 16 لاعبا تتعلم باستخدام الطريقة التقليدية.

ومن اجل التوصل إلى معلومات دقيقة استخدمنا الزيارات الميدانية، الاختبارات، التصوير بالفيديو الخ....

أما أهم الخطوات التي اتبعناها في إجراء التجربة فهي:

1- تثبيت المتغيرات الرئيسية و ذلك بوضع بطارية اختبار لقياس مستوى الصفات البدنية والمورفولوجية والتقنية، قبل بداية التجربة للتأكد من تكافؤ المجموعات الخمسة.

2- تحديد أسس البرنامج التعليمي والأهداف المراد تعلمها.

3- انجاز شريط فيديو خاص بطريقة تعلم كل مجموعة مبينة على برنامج دقيق.

4- القيام باختبارات القلبية لكافة المجموعة، و الشروع في تطبيق البرنامج مباشرة.

5- الاختبارات البعيدة الأولى لكافة المجموعة.

6- الاختبارات البعدية الثانية لكافة المجموعة.

عرض النتائج واختبارها إحصائيا.

ظهر لنا في هذا الباب أن المجاميع الخمسة متجانسة في الاختبار القلبي باستخدام (f–fichier)، كما أظهرت نتائج معامل الارتباط لسبرمان بان الاختبارات ذات درجة عالية من الثبات.

وظهر لنا بعد الاختبار البعدي الثاني باستخدام (t–test) و (f–fisher) و(tukey)، أن استخدام مشاهدة النموذج المصور، والنموذج الحي، ومشاهدة الذات في المجموعات الأولى والثانية والثالثة، لم تؤدي إلى تحسين مستوى الأداء عند اللاعبين (تعلم المهارات التقنية في مدرسة كرة القدم).

واستمر هذا الانخفاض في المستوى بعد إجراء الاختبارات البعدية الثانية (بعد شهر في الاختبار البعدي الثاني).

وقد لوحظ تحسن واضح في مستوى أداء اللاعبين باستخدام الطرق الثلاثة مشتركة، واستمر هذا التطور بعد إجراء الاختبارات البعدية الثانية، وقد لوحظت نفس النتائج عندما قمنا بإعادة نفس التجربة بعد مدة سنة من انتهاء التجربة الأولى، وهذا بالتحكم في جميع متغيرات عينة البحث، وفي نفس الشروط التي تمت في التجربة الأولى.

الاستنتاجات والتوصيات ضمن هذا الباب والنتائج والتوصيات التي توصلنا إليها في بحثنا، حيث تم تحقيق بعض أهداف وفروض البحث وتم وضع مجموعة من التوصيات بغية الارتقاء بمستوى تعليم وتدريب لاعبي مدرسة كرة القدم، وتمهيد الطريق للباحثين بتجديد مقترحات لبحوث أخرى في هذه الرياضة.

المراجع:

1– عثمان التعلم الحركي. دار المعارف القاهرة 1984. ص105.

2- Decaigny. Technologie éducative et audiovisuelle, Bd Labor, Bruxelles, 1975, P9.

3- Dr. Arnold K. et Leirich J : terminologie, sport Ver làz, Berlin, 1983, P41.

4- Hotz A. Apprentissage psychomoteur, éd Vigit, Paris, 1985, P89.

5– بوداود عبد اليمين: اثر الوسائل السمعية البصرية على تعلم المهارات التكنيكية، رسالة ماجستير، الجزائر.

6- Hotz- A, Op cité, P38.

7- Faure (Dr Jacques), Cohen Seat (Gilbert), corrélation à partir des effets de la projection filmique sur l'etiviten nerveuse, revues int, de filmologie.

8– علي بشير إبراهيم رحومة، فؤاد عبد الوهاب: المرشد الرياضي التربوي.

9- بوداود عبد اليمين، مرجع سابق، ص121.

10- بوداود عبد اليمين، مرجع سابق، ص123 و124.

11- عبد المجيد نشواني: علم النفس التربوي، جامعة اليرموك، إربد، الأردن 1987، ص101.

12- Pierre Lebel, Audiovisuel et pédagogie, éd. ESF, Paris 1984, PP 9-10.

13- ساهر رزاق، كاظم الخفاجي: أثر عرض النموذج بواسطة الأجهزة السمعية البصرية على تعلم الأداء الحركي في جمناستيك الإيقاع، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، 1993، ص21-22.

14- سهر رزاق، كاظم الخفاجي، مرجع سابق، ص21-22.

15- بوداود عبد اليمين، مرجع سابق، ص121.

16- بوداود عبد اليمين، مرجع سابق، ص123-124.

17- Henri Garnier Jacques, Personne, image et mouvement audiovisuel et sport, ENS/EPS (bibliothèque spécialisée), Metz 1979, PP.98.

18- Henri Garnier Jacques, Op, cité, P.151.

19- غسان محمد صادق، فاطمة ياسين الهاشمي: الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية البدنية، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل 1988، ص17.

20- عنايات محمد خطاب: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، سنة 1983، ص17.

21- Bandra a self efficacity, to world aunithing teory of behavior in change psychological.

22- ساهر رزاق، كاظم الخفاجي، بحث تجريبي على طالبات المرحلة الرابعة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.

23- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة 1987، ص346.

الواقع الوظيفي لطلبة المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية

إعداد: الدكتور فيلالي خليفة

أستاذ محاضر جامعة مستغانم

الكلمات مفاتيح:

التحضير البدني– رياضة– المؤشرات الوظيفية– المستوى.

تعتبر التربية البدنية والرياضية من بين العوامل المهمة التي تؤدي إلى تهذيب الشخص ونموه الصحيح من جميع النواحي، حيث الانضباط والعناية بالصحة، الرفع من القدرة العملية والعمل على إطالة الحياة العملية النشيطة.

وبما أنها تتطرق لجسم الإنسان فمن الضروري معرفة مدى تأثيرها على مختلف وظائف جسم الإنسان خاصة الرياضي.

مشكلة البحث تتمثل في أنه من خلال الأعمال التطبيقية لمقياس الفزيولوجيا التي قمت بها شخصيا لوحظ أن قيم بعض المؤشرات الوظيفية لدى بعض طلبة السنة الثانية للمدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية بمستغانم تقارب قيم مؤشرات الغير رياضيين وفي بعض الأحيان لا تتعداها. ويفترض أن يكون المستوى الوظيفي لطلبة المدرسة أقل من مستوى الرياضيين الممتازين.

من بين الاحتمالات التي يرجع إليها هذا الوضع نجد:

1– سوء البرمجة للتدريبات.

2– قلة التدريبات أو تباعدها.

3– عدم الانضباط على التدريبات.

4– الانقطاعات عن التدريب المتكررة.

هذا البحث يهدف إلى معرفة مستوى طلبة السنة الثانية للمدرسة المذكورة آنفا من الناحية الوظيفية من خلال عملية مقارنة قيم بعض المؤشرات الوظيفية لدى طلبة المدرسة المذكورة مع قيم مؤشرات فريق لألعاب القوى لمدينة مستغانم.

الجانب التطبيقي:

تمثل هذا الجانب في الاختبارات والقياسات التالية:

1- اختبار القدرة الهوائية:

قيست هذه الأخيرة بواسطة اختبار أقصى استهلاك للأوكسجين (VO2max) باستعمال الطريقة الغير مباشرة لأسترند ورهيمنغ (1،2،3).

2- اختبار القدرة العملية البدنية:

وحددت بواسطة مؤشر pwc170، هذا الأخير حسب بطريقة غير مباشرة ارتكازا على قيمة VO2max بواسطة معادلة كاربمان التالية:

$VO2max = [1.7 \times pwc170] + 1240$ (حسب 2)

3- اختبار القدرة الاسترجاعية:

حددت هذه القدرة بقيمة ISTH لهارفرد باستعمال اختبار step-test (2،3،4).

4- قياس نبض القلب في حالة الراحة:

5- قياس وزن الجسم:

في هذا البحث ارتكزنا على الإمكانيات الموجودة في المخبر الفزيولوجي للمدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية وهي كالتالي:

- صندوق (أو درجة سلم) ذو ارتفاع 50 سم.
- صندوق آخر ذو ارتفاع 40 سم.
- ميقاتي.
- جهاز قياس الضربات القلبية "sport telemeter" من نوع "TUNTURI" ذو صنع ياباني.
- ميزان.
- منحنى أستراند "Nomogramme d'Amstrand".
- جهاز خاص بالإيقاع "Metronome".

تمثلت العينة في:

– عينة لطلبة السنة الثانية للمدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية عددها 17 طالب، وفريق لألعاب القوى (جري على المسافات النصف الطويلة) لمدينة مستغانم، سبق له وأن فاز بألقاب وميداليات على المستوى الوطني، وعددهم 13.

تمت الاختبارات والقياسات ما بين 95/01/17 و95/05/03م بالنسبة لطلبة السنة الثانية (ت.ب.ر) (العينة 1).

أما عينة فريق ألعاب القوى، فقد اختبرت من طرف الباحث بن سي قدور حبيب تحت إشرافي ما بين 95/03/22 و95/03/27.

تمت هذه الاختبارات والقياسات في المخبر الفزيولوجي للمدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية بمستغانم.

النتائج:

تتمثل النتائج في الجدول التالي: جدول رقم "1"

العينة	العدد (n)	السن (السنة)	الوزن (كلغ)	Fco (ض/د)	VO2max		pwc170		ISTH
					(ل/د)	(مل/ كلغ د)	(ملغ.م/د)	(كلغ.م/د)	
I	17	20.67 (25-19)	63.62	72.36	3.06	50.18	1076.90	17.55	96.22
II	13	17.23 (18-15)	58.61	59.53	3.91	67.30	1329.76	23.11	105.12

I– عينة طلبة السنة II (ت ب ر)

II– عينة فريق ألعاب القوى.

Fco : نبض القلب أثناء الراحة.

VO2max: أقصى استهلاك للأوكسيجين.

pwc170: القدرة العملية البدنية.

ISTH: مؤشر الاسترجاع لهارفرد.

تحليل النتائج ومناقشتها:

من خلال جدول النتائج يلاحظ عند طلبة السنة II مقارنة بفريق ألعاب القوى ما يلي:

1- نبض القلب في حالة الراحة نوعا ما أكبر بـ12.83 ض/د.

2- مؤشر أقصى استهلاك للأوكسجين أقل بـ0.85 ل/د و 17.12 مل/كغ.د

3- مؤشر pwc170 أقل بـ 256.86 كلغ.م/د، و05.56 كلغ.م/د.

4- مؤشر ISTH أقل بـ8.90.

هذا يعني أن كل المؤشرات المدروسة تدل على أن القدرات الوظيفية لدى طلبة السنة II تربية بدنية ورياضية أقل من قدرات فريق ألعاب القوى، بالرغم من أن فارق السن نوعا ما عميق حيث يقدر بحوالي 3 سنوات ونصف. زيادة على هذا فإن الطلبة ينتمون إلى فئة الأكابر (19-25 سنة)، أما فريق ألعاب القوى فينتمي إلى فئة الأشبال الأواسط (15-18 سنة)، وإذا قارنا هذه النتائج بالموجودة بالمراجع والتي هي كالتالي: (حسب كاريمان وزملائه 3)

العينة	VO2max		pwc170		ISTH
	(ل/د)	(مل/ كلغ د)	(كلغ.م/د)	(كلغ.م/د)	
الغير رياضيون	3.14	42	1100-700	14.4	79-65
عدائي المسافات النصف طويلة	-	70	1676	24	111-84

(جدول رقم 2)

نجد أن مستوى التدريب للطلبة نوعا ما منخفض على ما يلزم أن يكون، ويقع ما بين مستوى الغير رياضيين والرياضيين ذوي المستوى العالي، وهذا يعني أن هناك اضطرابات في تكيف جسم الطالب مع التدريب، حسب اعتقادي هذا يرجع إلى السببين التاليين:

1- الانقطاعات عن التدريب التي تحدث كل سنة ومنها: الإضرابات، الانقطاع عن التدريب خلال شهر رمضان المعظم، العطل الموسمية، عطلة العيدين (عيد الفطر وعيد الأضحى) وحتى برمجة التدريبات. حيث من المعروف أن أي انقطاع عن التدريب يؤدي إلى محو ما قد اكتسب أثناء التدريب تدريجيا. (1).

2- تدريب الطلبة يتم بطريقة أخف من تدريب الفرق المتخصصة كألعاب القوى مثلا. هذا التدريب يعتبر خليط من عدة اختصاصات رياضية مما يؤدي إلى ظهور نوع من المزيج في خصائصهم الوظيفية وغيرها.

بشكل آخر يمكن القول أن الخصائص الوظيفية لدى الطلبة هي حصيلة ومعدل لجميع الاختصاصات الرياضية التي يقوم بها وهذا حسب نسبة تدخل كل اختصاص ضمن البرنامج التدريبي المسطر لديهم.

خلاصة:

ارتكازا على الخصائص الوظيفية المدروسة، يمكن القول أن المستوى التحضيري لطلبة السنة الثالثة (ت ب ر) يقع ما بين الغير رياضيين والرياضيين ذوي المستوى العالي. وبهذا تتأكد الفرضية المطروحة.

المراجع

1- ASTRAND P.O, RODAHL K : précis de physiologie de l'exercice musculaire. 3ème édition Masson, 1994.

2- KARPMAN V.L ; Sportiunaia meditsina. Fizkoultoura i sport, 1987.

3- KARPMAN V.L ; BELOTSERKOVSKII Z.B, GOUDKOV I.A, Testirovanie V Sportivnoi meditsine. Fizkoultoura i sport, 1988.

4- DEKKAR N. BRIKCI A. HANIFI R. techniques d'évaluation physiologique des athlètes. Edition le Comité Olympique Algérien, 1990.

رؤيا في كتابة تاريخ ألعاب القوى في الجزائر من 1962-1998

الدكتور: قصي محمود القيسي

أستاذ محاضر جامعة مستغانم

تعد رياضة ألعاب القوى من الرياضات العريقة التي مارسها الإنسان في مختلف المجتمعات التي ظهرت قبل فجر التاريخ، وهي من أهم الرياضات التي اعتمدت في الألعاب الأولمبية القديمة وعروس الألعاب الأولمبية الحديثة، وتشمل عدة اختصاصات مختلفة من المشي والجري والرمي والقفز والسباقات العشارية للرجال والخماسية والسباعية للنساء. ودراسة تاريخ ألعاب القوى تتيح للباحثين والمهتمين معرفة الإيجابيات والسلبيات التي ترافق تطور هذه الألعاب وعلاقتها بتطور المجتمعات، كما أنها تضع علاجا للنواقص ولا يوجد أي إنجاز أو تطور حققته البشرية بدون وجود تجارب تاريخية مسبقة. ولدراسة تاريخ ألعاب القوى في الجزائر يمتلك أهمية كبيرة لأنه يعطينا حقيقة ما تم تحقيق إنجازه من طرف الرياضيين الجزائريين وكذلك من خلال ما قدمته الدولة من عناية واهتمام بالرياضة عموما، وكان أول ذلك الاهتمام هو دستور 1962 الذي دعى إلى الاهتمام بالشباب الجزائري باعتباره الذخيرة الحية الذي يمكن من خلاله بناء مجتمع صحي ومتقدم ومنظم بكل جوانبه وعلى هذا الأساس أنشئت وزارة الشباب 1962 التي اضطلعت في العناية بالشباب وتوجيهاتهم واهتماماتهم ومنها الرياضة.

إن دراسة تاريخ ألعاب القوى للرياضيين الجزائريين والنتائج التي حققوها كانت رغبة منا في محاولة كتابة هذا التاريخ وتدوينه بالشكل العلمي لأول مرة في الجزائر وذلك لخدمة الرياضة ولكي لا تذهب هذه الإنجازات في طي النسيان. ونبدأ بالقسم الأول الذي يشمل فعاليات الجري.

وأتوجه بالشكر العميق إلى الطلبة الباحثين بن عيسى رحال وحمني جمال في مساعدتهم الكبيرة لإنجاز هذا البحث، والله من وراء القصد.

المشكلة:

يلاحظ أن جميع الإنجازات التي حققها الرياضيين الجزائريين، وكذلك تاريخ الرياضة بشكل عام في الجزائر لم يدون أو يكتب بشكله العلمي الصحيح، وهنالك صعوبات تواجه أي باحث يرغب في دراسة

تاريخ الألعاب الرياضية، لهذا سيضطر إلى جمعها من هنا وهناك والاعتماد على الصحف والمجلات الخاصة بالرياضة والعامة، إضافة إلى إجراء مقابلات. وهذه مشكلة تعترض أي باحث في الرياضة لذلك تم وضع التساؤلات التالية:

1- هل أن تاريخ ألعاب القوى لم يدون بالشكل الفضل.

2- هل أن الوثائق والمصادر المعينة لا تتوفر لدى الروابط الولائية لألعاب القوى.

3- هل أن ذلك التدهور الذي يلازم ألعاب القوى من ناحية ممارسيها وإنجازاتهم راجع لقلة الاهتمام والعناية وانعدام الإمكانيات المادية والبشرية بالرياضيين الشباب.

4- هل أن عدم معرفة تاريخ رياضة العاب القوى تعني الأخطاء والسلبيات التي صاحبت هذه المسيرة التاريخية.

أهداف البحث:

1- جمع المعلومات والوثائق لغرض تدوين مسيرة ألعاب القوى من 1962-1998 على أسس علمية ومنهجية.

2- الكشف عن الإيجابيات والسلبيات التي اعترضت مسيرة ألعاب القوى في الجزائر.

فروض البحث:

1- يفترض الباحث عدم كتابة تاريخ ألعاب القوى في الجزائر على أسس علمية ومنهجية.

2- يفترض الباحث أن ألعاب القوى في الجزائر بجميع فروعها وتخصصاتها تعاني من تدني مستواها عبر مسيرتها التاريخية.

البحث هو دراسة تاريخية تحليلية ونقدية، استعمل فيها المنهج التاريخي لدراسة تاريخ ألعاب القوى والواقع الذي يلازم هذه الرياضة في الجزائر، إضافة إلى محاولة تدوين وكتابة تاريخها ومناقشة وتحليل كل النتائج التي حققها الرياضيين في ألعاب القوى بجميع التخصصات وعلى مختلف الأصعدة والمستويات وإعطاء الإيجابيات حقها وتحديد السلبيات لغرض معالجتها، إضافة إلى كونه خطوة أولية

لبناء أرشيف رياضي على أسس علمية يستطيع الباحثون في المستقبل الاعتماد عليه عند محاولة دراسة أي اختصاص في ألعاب القوى ولغرض تطوير الرياضة بشكل عام.

تاريخ ألعاب القوى في الجزائر قبل الاستقلال:

إن التيار الرياضي قد أتى من انجلترا مرورا بفرنسا وصولا بالجزائر، وذلك في بداية القرن العشرين حيث اعتبر ذلك تأخرا كبيرا.

ورغم ذلك نجد تكوين فرق فرنسية وأوربية على التراب الجزائري، وكان هذا التكوين على ثلاث ولايات مختلفة وهي: الجزائر، وهران وقسنطينة. في الثلاثينيات ومن بينها: مولودية الجزائر (MCA)، شباب قسنطينة (CSC) و(USMO) من وهران، أما الفرق الأخرى كانت بدايتها في الأربعينيات.

ولعدم وقلة الإمكانيات المادية والبشرية لم تساعد في الحصول على نتائج جيدة وخاصة في فعالية الرمي، مما جعلهم يهتمون كثيرا بالسباقات الطويلة والنصف طويلة، واقتصرت نتائج عدائينا آنذاك على النحو التالي:

* 1913: عربيدي بطل فرنسا للعدو الريفي.[1]

* 1937: فوز مولودية الجزائر بالمرتبة الثالثة في بطولة شمال إفريقيا.

* 1945: مغربي شايب الطيب بطل الجزائر في فعالية 400م و500م.

* 1948: علي عكاشة فاز بالميدالية الفضية في 10000م خلال الألعاب الأولمبية بإنجلترا.

* 1952: فاز علي عكاشة ميمون في الألعاب الأولمبية بفنلندا بميداليتين فضيتين الأولى 5000م والثانية في 10000م.

1956: علي عكاشة ميمون فاز بالماراتون في الألعاب الأولمبية بمالبرن والذي غير اسمه إلى alain Mimoune من أجل المشاركة.

* فاز شليفي كلوش بالعدو الريفي للأواسط. [2]

[1]- Fédération Algérienne d'athlétisme : 30 ans d'histoire d'athlétisme algérienne, P12. 1993.

[2]- Hamid Grine : Al Manach, Tome1, P7, 1986.

تاريخ ألعاب القوى في الجزائر بعد الاستقلال 1962-1996:

في 5 جويلية 1962 أصبحت الجزائر مستقلة، وبعد الاستقلال التام للجزائر وبالضبط في 25 ديسمبر 1962 تأسست فيدرالية الجزائر لألعاب القوى، وكان الفضل للسيد محمود عبدون الذي يعتبر من أقدم الرياضيين والعدائين على المستوى القطري، ومع اتفاقه بمصطفى أقولين وطيب مقزي.

وبعد تأسيس فيدرالية الجزائر لألعاب القوى أصبح السيد مصطفى أقولين أول رئيس للفيدرالية بعد الاستقلال.

ومن جهة أخرى كان بعض الرياضيين العاملين منهم والطلبة المغتربين يتهيؤون من أجل تمثيل الجزائر في المحافل الدولية ومن أبرزهم عمار، براكشي في العدو، عداش ودياف في القفز الطويل.

بحيث عمار حمود هو الذي أهدى للجزائر المستقلة أول ميدالية ذهبية وذلك بفوزه بسباق العدو جرى بمدينة سيلفستر بسان باولو في 31 ديسمبر 1962.

شيدت الجزائر بعد استقلالها الكثير من الملاعب واستطاعت في إقامة وتنظيم بطولات عالمية مثل ألعاب البحر الأبيض المتوسط سنة 1975 والبطولات الإفريقية لألعاب القوى والعدو الريفي مثل الذي جرى في قسنطينة سنة 1992.

وتملك الجزائر حاليا كما هو مبين في الجدول 1 أدناه ملاعب دولية ووطنية ذات المواصفات القانونية والدولية.

جدول رقم (1):

الولايات	اسم الملعب
الجزائر العاصمة	5 جويلية
قسنطينة	ملعب حملاوي
عنابة	ملعب الوحدة المغاربية
سطيف	8 ماي 1945
باتنة	المركب الرياضي لباتنة
تيزي وزو	ملعب أول نوفمبر
بجاية	المركب الرياضي بجاية
معسكر	ملعب الوحدة الإفريقية
تلمسان	العقيد لطفي

هذه الملاعب ذات مواصفات دولية والتي تتيح إمكانية إقامة بطولات على المستوى الدولي، وتملك كافة الشروط والمستلزمات لها.

أما توزيع الملاعب بصورة عامة على ولايات الجزائر والتي تحمل مواصفات محلية أي لا تسمح بإقامة بطولات على المستوى الوطني والعالمي فهي كالآتي:

الرابطات	نوعية الملاعب				
	طرطان	زنجيلي	ترابي	دولي	محلي
الجزائر (ع)	4	–	2	1	5
قسنطينة	1	–	1	1	1
باتنة	1	–	1	1	1
تيزي وزو	1	–	–	1	1
سيدي بلعباس	–	1	2	–	3
سطيف	1	–	2	1	2
بومرداس	–	1	–	–	1
جيجل	–	1	–	–	1
الجلفة	–	1	–	–	1
مسيلة	–	1	–	–	1
الأغواط	–	–	1	–	1
معسكر	1	–	–	1	–
سعيدة	–	1	–	–	1
غليزان	–	1	–	–	1
مستغانم	–	–	1	–	1
وهران	–	1	5	–	6
عين تموشنت	–	–	1	–	1
تيارت	–	–	–	–	–
الشلف	–	1	–	–	1
بليدة	–	–	1	–	1
تلمسان	1	–	1	1	1
عنابة	4	–	1	1	4
بجاية	1	–	1	1	1
المجموع	**15**	**09**	**20**	**09**	**36**

يتبين لنا من الجدول أن عدد الملاعب التي تحتوي على أرضية طرطان هي 15 ملعبا والباقي: 09 زنجيل و20 ترابي، كما يوجد في مدينة تيارت ملعب مجالات الجري فيه معبدة كالشوارع وهذا ما أثار اسغرابنا لخطورة هذه الحالة.

تبرز لنا هذه الظاهرة على أن الملاعب سواء التي ذات المواصفات الدولية أو المحلية هي متجمعة في مدن الشمال وخصوصا في الشرق والوسط (12) وتأتي بعدها ولايات الغرب حيث بلغ عددها (09) أما ولايات الجنوب فإنها تخلو من جميع الملاعب حيث إن وجدت فهي ملاعب رملية لا تسمح بممارسة أي نشاط رياضي ومنها الجري.

كما لاحظ الباحث[3]أيضا من خلال المقابلات الشخصية لأعضاء الرابطات أن الدولة الجزائرية لم تسعى لتشييد ملاعب ذات مواصفات دولية في هذه الولايات منذ الاستقلال إلى يومنا هذا. ومن هنا جاءت المشاركة الضعيفة جدا إن لم تكن منعدمة في مسابقات وطنية الخاصة بألعاب القوى على المستوى الوطني، ولم يلاحظ بروز مشاركة رياضي على المستوى الوطني في بطولات ألعاب القوى وإن ذلك يدعو إلى الأسف الشديد حيث يحرم أكثر من مليوني شخص قادر على ممارسة الرياضة وخصوصا ألعاب القوى التي لا تحتاج إلى إمكانيات مادية ضخمة. أضف إلى ذلك أن في هذه الولايات إمكانية بروز موهوبين في سباقات الجري بأنواعها لما يتميزون من خصائص جسمانية ومواصفات بدنية للعدائين.

وبالرغم من عدد هذه الملاعب ومن خلالها تتيح مجال ممارسة ومزاولة رياضة ألعاب القوى وتكوين فرق متخصصة في هذه الألعاب ومن خلال عملية التدريب الواعية والمخططة ومبرمجة تسمح بإبراز موهوبين من الرياضيين الشباب ولكن للأسف لم يحص ذلك حيث نشاهد افتقار البطولات الوطنية التي تقيمها على المستوى الوطني في أن تنظم مباريات في ألعاب القوى وفي مختلفها.

ولم نشاهد أي تحسن في النتائج لكثير من هذه الرياضات وخصوصا مسابقات ألعاب القوى وهذا من 1962 إلى يومنا هذا، وهذا يلاحظ في الجدول الخاص بالمسافات القصيرة.

---

[3] – رابطات ولايات (وهران، مستغانم، غليزان، عين تموشنت، تيارت، سعيدة، سيدي بلعباس) مقابلات شخصية أجريت في عام 1997.

جدول رقم (3.أ) الرجال: أحسن نتائج المشاركة الجزائرية في المسابقات القصيرة في المحافل الدولية.

المنافسة	نوع البطولة	1962-1969	1970-1979	1980-1989	1989-1990
100 م	- الألعاب الإفريقية (برازافيل- كونغو) - ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سوريا)	نكروف وعدنان (1965)		سالمي محمد كمال 87 (برونزية)	
200 م	- العاب البحر الأبيض المتوسط (سوريا)			سالمي محمد كمال 87 (برونزية)	
400 م	البطولة الجزائرية البطولة العالمية شتوتغارت	جاوود 1969	جاوود 70-71-72-73-74.		بومنديل الصادق تأهل إلى الربع النهائي (1993) حسين عمار (1996)
4 × 100 م					
4 × 200 م					
4 × 400 م	البطولة العالمية شتوتغرت				تحطيم الرقم القياسي الجزائري.

جدول رقم (3.ب) نساء: أحسن نتائج المشاركة الجزائرية في المسابقات القصيرة في المحافل الدولية.

المنافسة	نوع البطولة	1962-1969	1970-1979	1980-1989	1989-1990
100 م	البطولة المغاربية بالمغرب ألعاب البحر الأبيض المتوسط البطولة العربية القاهرة	غزلان ربيعة (1967)، ميدالية برونزية غزلان ربيعة (1967)، ميدالية برونزية		لعزيزي ياسمينة (1989) ميدالية ذهبية.	
200 م					
400 م					
4 × 100 م					
4 × 200 م					
4 × 400 م					

ويلاحظ أنه لا يوجد من نتيجة إيجابية في هذه الفعاليات من الجري، وهذا ما يدل على سوء التخطيط والبرمجة والتي تتبعها وزارة تكوين الفرق الوطنية في بلادنا. فهل يعقل أنه لا يوجد أي رياضي أو رياضية يشاركون في البطولات العالمية والدولية في هذه الفعالية. وهل أن شبابنا لا يوجد بينهم مواهب تستطيع أن تحقق نتائج جيدة تسمح لها بالمشاركات الدولية، ولو كان ذلك يتم لأشير له في السجلات الدولية والمخصصة لهذه الفعالية.

ويتساءل الباحث عن الأرقام التي أثبتتها الفيدرالية الجزائرية للسباقات.

وبالرغم من ذلك فقد أثبتت البحوث والتجارب الميدانية التي أجريت على الفئات العمرية المختلفة ومنها البحث الذي قام به الباحث علي مشيش في رسالة الماجستير سنة 1966 وقبل ذلك في البحث الذي أجراه قصي محمود القيسي مع مجموعة طلبة باحثين على طلبة المدارس الابتدائية في بعض ولايات الغرب الجزائري سنة 1991، أن هناك مواهب وخامات شابة يمكن تأطيرها وتنميتها في هذا النوع من الرياضة (الجدول 4.أ.ب)، وكذلك في البحث الذي أجري سنة 1989 على ولايات مستغانم، وهران، معسكر، عين تموشنت حول تنمية السرعة، إن هنالك مواهب لها مستقبل واعد يمكن أن تنمى وتتطور نحو الأحسن إذا ما وجهت لها العناية وكذلك القيام بإجراء اختبارات دورية ميدانية لطلبة المدارس الابتدائية والمتوسطة. وقد أكد ذلك بهذه نتائج البحث الذي قام به علي مشيش في 1996. أما المشاركة النسوية فحدث عنها ولا حرج، تفتقر هذه المسابقات إلى المشاركة النسوية بالرغم من أن المرأة الجزائرية تملك الصفات المورفولوجية والاستعداد البدني الكبير الذي يسمح لها بالمشاركة في الفعاليات والنجاح في هذه المسابقات ولم نشاهد سوى عداءتين غزلان ربيعة 1967 ولعزيزي يسمينة 1989، ولكن الملاحظ أن الكثير من الفتيات تشاركن في هذا الاختصاص في البطولات المحلية، وأما المشاركة على المستوى الدولي فأين هي ؟ أين يكمن السبب ؟

سنتركها للباحثين.

وانعكس ذلك أيضا على سباقات التتابع سواء رجال أو نساء، حيث انعدمت المشاركة في جميع البطولات على اختلاف أشكالها ماعدا الضوء الخافت الذي يبين المشاركة الوحيدة منذ 1962 إلى يومنا هذا، وهي مشاركة الفريق الوطني الجزائري في البطولة العالمية لألعاب القوى التي أقيمت بمدينة شتوتغارت 1993 ولم تسفر هذه المشاركة عن تأهيل هذا الفريق ماعدا تسجيل رقم خاص للجزائر، إذن كانت مشاركة رمزية لينطفئ الضوء بعدها إلى ما لا نعلم.

جدول (4.أ.ب)

جدول يبين النتائج التي تحصل عليها أطفال مستغانم، وهران سن (9-11)[4]

الاختبارات	فريق مستغانم	فريق وهران	العينة	العشوائية
30م	5.97	6.14	6.05	6.09
40م	7.61	7.59	8.52	7.94
60م	11.27	11.45	12.33	10.65
80م	14.52	14.67	14.31	14.66

جدول رقم (5 أ) رجال: أحسن النتائج للمشاركة الجزائرية في فعالية سباقات الحواجز في المحافل الدولية.

المنافسة	نوع البطولة	1962-1969	1970-1979	1980-1989	1980-1996
110 م	بطولة مغاربية (3) طرابلس	بوجمعة (69) م. ذهبية			
200 م					
400 م					
300 م	- البطولة الإفريقية برازافيل (كونغو) - ألعاب البحر الأبيض المتوسط (الجزائر). - الألعاب الإسلامية (إزمير). - الألعاب الأولمبية (سيول). - الألعاب الإفريقية(القاهرة). - البطولة العالمية (طوكيو). - ألعاب البحر الأبيض المتوسط (اليونان) - ألعاب البحر الأبيض المتوسط (فرنسا).	عامر 1965 مرتبة رابعة	رحوي (75) م. ذهبية	لحسن ساسي (80) م. ذهبية عز الدين براهمي (88) مرتبة 1 في 1/2 نهائي وتعرض إلى إصابة خلال التدريبات	عز الدين براهمي (91) م.ذهبية عز الدين براهمي (91) م.برونزية عز الدين براهمي (91) م.برونزية عز الدين براهمي (91) م.برونزية

- عمري فاطمة، معيزة صابرينة، قصي محمود القيسي: القياسات والاختبارات للعدادين المبتدئين (9-11) سنة للمنافسات القصيرة، سنة 1991.[4]

جدول رقم(5 ب) نساء: أحسن النتائج للمشاركة الجزائرية في فعالية سباقات الحواجز في المحافل الدولية

المنافسة	نوع البطولة	1962-1969	1970-1979	1980-1989	1980-1996
100 م	بطولة مغاربية (المغرب) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سوريا) البطولة العالمية (برشلونة) البطولة العربية (القاهرة)	غزلان ربيعة (1969) ميدالية ذهبية		زعبوب نصيرة (87) ميدالية برونزية لعزيزي يسمينة (89) المرتبة الثامنة لعزيزي يسمينة (89) ميدالية ذهبية	
400 م					

أما من خلال الجدول رقم 5.أ تظهر لنا مأساة أخرى، حيث أن أول نتيجة سجلت كانت سنة 1963 في البطولة المغاربية والتي احتضنتها ليبيا حيث استطاعت الجزائر الحصول على ميدالية ذهبية في سباق 110م حواجز، أما بقية المسافات فلا يوجد أي شيء بعد هذا التاريخ من حيث النتائج المشرفة سوى سنوات 91 إلى 93 وهي النتائج التي سجلها عز الدين براهمية خلال البطولة العالمية وألعاب البحر الأبيض المتوسط باليونان وفرنسا. وبعدها لم نشاهد أي نتيجة لحد الآن تذكر.

أما عند النساء فنلاحظ مشاركة عداءتين منذ 1962 إلى يومنا هذا وهما على التوالي: غزلان ربيعة سنة 1967 وبعد 20 سنة ظهرت لعزيزي يسمينة سنة 1987 في اختصاص 100م حواجز (جدول 5ب) وهنا يطرح الباحث السؤال: أين يكمن السبب يا ترى ؟ رغم وجود طاقات هائلة عند شبابنا فتيان أو فتيات.

جدول رقم 6.أ الرجال: أحسن النتائج للمشاركة الجزائرية في المسافات المتوسطة والطويلة في المحافل الدولية

المنافسة	نوع البطولة	1962-1969	1970-1979	1980-1989	1980-1996
800 م	– ألعاب البحر البيض المتوسط (تركيا) – ألعاب البحر الأبيض المتوسط (الجزائر) – ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سوريا) – ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سبليت) – ألعاب البحر الأبيض المتوسط (اليونان) – الألعاب الأولمبية (برشلونة).		عزوزي (70) م.فضية جاودي (75) م.فضية عمار براهمية (76) م.فضية مرسلي عبد الرحمن (79) م.فضية		عبد النوز رضا (91) م.ذهبية عبد النوز رضا (91) مرتبة سادسة
1500م	الألعاب الإريقية (برازافيل) الألعاب الأولمبية (ميونخ) الألعاب العربية (سوريا) البطولة العالمية (ديسلدورف) الألعاب الجامعية (صوفيا) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سبليت) الألعاب الجامعية (بوخاريست–تركيا) البطولة العالمية (3) داخل القاعة (سفيل) البطولة العالمية (3) خارج القاعة (طوكيو) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (فرنسا) الألعاب الأولمبية (أطلنطا)	محمد جمال (65) الرتبة السابعة	عزوزي (72) تأهل للنصف النهائي مرسلي عبد الرحمن (76) م.ذهبية مرسلي عبد الرحمن (77) الرتبة الرابعة مرسلي عبد الرحمن (77) م.ذهبية مرسلي عبد الرحمن (79) م.برونزية	عمار براهمية (81) م.برونزية	نور الدين مرسلي (91) م.ذهبية نور الدين مرسلي (91) م.ذهبية نور الدين مرسلي (93) م.ذهبية نور الدين مرسلي (96) م.ذهبية

5000م	الألعاب الأولمبية (ميونيخ) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (الجزائر) الألعاب العربية (سوريا) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سبليت) البطولة الإفريقية (الرباط)	رحوي (72) تأهل إلى نصف النهائي بن علي(75) م.برونزية رحوي(76) م.برونزية حبشاوي (79) م. فضية عبد النور هاشمي (79)		عبد النور (84) م.ذهبية	
10000م	ألعاب البحر الأبيض المتوسط (الجزائر) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (سبليت) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (فرنسا)		رحوي (75) م.برونزية نشاد (79) م.ذهبية حبشاوي (79) م.برونزية		عزايج (93) مرتبة سادسة
الماراطون	الألعاب الأولمبية (برشلونة)				سالمي محمد (94) المرتبة 59
نصف الماراطون	البطولة العالمية (أوسلو)				كوحيل كمال (94) المرتبة 16
العدو الريفي	السباق الدولي (برازافيل) البطولة العالمية للعدو الريفي (المغرب) البطولة المغاربية للعدو الريفي (المغرب) البطولة العربية للعدو الريفي (ليبيا) البطولة العربية للعدو الريفي (بغداد) البطولة العالمية للعدو الريفي (برشلونة) البطولة الإفريقية للعدو الريفي (المغرب) البطولة العالمية للعدو الريفي (بوخارست)	عمار حمو (62) ميدالية ذهبية		الفريق الوطني المرتبة الأولى (83) بنور عبد النور (84) م.ذهبية الفريق الوطني (86) المرتبة الأولى	عمار مال (90) مرتبة 76 عزايج يحي (90) مرتبة 11 عزايج يحي (91) مرتبة 25

جدول رقم 6.أ الرجال: أحسن النتائج للمشاركة الجزائرية في المسافات المتوسطة والطويلة في المحافل الدولية

المنافسة	نوع البطولة	1962-1969	1970-1979	1980-1989	1980-1996
800 م	البطولة المغاربية (2) (الجزائر) الألعاب الإفريقية (الجزائر) البطولة الإفريقية (5) (الجزائر) البطولة الإفريقية (6) (لاغوس) البطولة العالمية (برشلونة) البطولة العربية (5) (القاهرة) ألعاب البحر الأبيض المتوسط (فرنسا)	أريان ariane (68) ميدلية ذهبية	سكينة بوطمين (78) ميدالية ذهبية	حسيبة بولمرقة (88) م.ذهبية حسيبة بولمرقة (89) م.ذهبية حسيبة بولمرقة (88) م.ذهبية حسيبة بولمرقة (89) م.ذهبية	
1500م	الألعاب الإفريقية (3) (الجزائر) البطولة الإفريقية (الجزائر) البطولة العالمية (2) (مونتريال) البطولة الإفريقية (تونس) البطولة العالمية (طوكيو) الألعاب الأولمبية (برشلونة) البطولة العالمية (شتوتغرت) الألعاب الأولمبية (أطلنطا)		سكينة بوطمين (78) م.ذهبية سكينة بوطمين (79) م.ذهبية سكينة بوطمين (78) مرتبة خامسة	حسيبة بولمرقة (89) م.ذهبية	حسيبة بولمرقة (91) م.ذهبية حسيبة بولمرقة (92) م.ذهبية حسيبة بولمرقة (93) م.ذهبية حسيبة بولمرقة (96) عدم مرورها دور نصف نهائي لوجود إصابة.
3000م					
الماراطون					
نصف الماراطون					
العدو الريفي					

كما نسجل كذلك النتائج الجيدة التي حصل عليها الفريق الوطني للعدو الريفي في البطولات العربية والإفريقية خاصة، ولكن في المحافل ذوي مستوى عالي لم يستطع تسجيل هذه النتائج، ورغم هذه النتائج في هذا النوع من الرياضة إلا أنه نلاحظ أيضا عدم تطور وعدم البحث في إيجاد مواهب شابة أي سوف تكمل مسيرة هؤلاء العدائين، ولكون هذا النوع من الرياضة لا يحتاج إلى وسائل وإمكانيات ضخمة، والحمد لله فإن الجزائر يتوفر فيها كل مستلزمات تطوير هذه الرياضة لتنوع تضاريسها إضافة إلى المواصفات الجسمانية التي يتميز بها الكثير من الجزائريين والتي هي مواصفات مثالية تسمح لنا بتكوين مدرسة خاصة في العدو والمسابقات المتوسطة والطويلة والتي نستطيع من خلالها المشاركة المستمرة على جميع الأصعدة في اللقاءات الدولية. أما عن السيدات هناك نقص كبير بحيث ينعدم وجود عداءات منذ عام 76 إلى يومنا هذا.

ويتساءل الباحث، إذا ذهب هؤلاء الأبطال الأولمبيين والدوليين من سوف يخلفهم في هذا الاختصاص ؟ ومن هو المسؤول عن التدني في هذه الرياضة ؟ حيث لم نشاهد أي أرقام للرجال والنساء على كل المستويات.

وعند اطلاعنا على النتائج التي تحصل عليها الباحثون بن سي قدور الحبيب وزملائه مع قصي محمود القيسي في بحثهم (منهاج تدريبي لتطوير مطاولة السرعة لعدائي المسافات المتوسطة (17-18) منه تبين لنا أن هناك طاقات وإمكانيات كبيرة يمكن استغلالها وتطويرها نحو الأفضل وإن توجد مدرسة جزائرية تستطيع أن تتنافس مع المدارس من الكامرون وإثيوبيا وكينيا...الخ بالإضافة إلى اكتشاف طاقات جيدة في جنوب الجزائر حيث لحد يومنا هذا لم يجرى أي مسح للكشف عن هذه الطاقات.

الاستنتاجات:

1- إذا ما تم تحليل عملية مشاركة الجزائر في المحافل الدولية ما بين فترة 1913-1962 أن هنالك نتائج تحصل عليها الرياضيين الجزائريين كانت مشرفة ومنها الميدالية الذهبية والأولمبية المسجلة باسم بوقرة الوافي ولكنها ذهبية لفرنسا...كما يلاحظ عدم مشاركة جزائرية واسعة لمعظم فعاليات الجري لألعاب القوى، حيث اقتصرت على سباقات الماراثون فقط.

2- يلاحظ وجود نتائج مشرفة من 1962-1998 على المستوى الدولي والأولمبي واقتصرت على المسافات المتوسطة والطويلة.

3- إن النتائج التي تحصلت عليها الرياضيات الجزائريات كانت في هذا المجال ضعيفة بالرغم من وجود رياضيات محترفات مثل بلمرقة وعزيزي يسمينة لكنها لم تعرف أسماء أو رياضيات أخريات.

4- يلاحظ عدم الاهتمام والعناية بالناشئين الشباب لمزاولة هذه الرياضة بالرغم من كثرة البحوث الميدانية التي أجريت سواء كانت على مختلف المستويات في المدارس أو في النوادي أثبتت كفاءة وقدرة الشباب الرياضي في تحقيق النتائج الجيدة في جميع فعاليات الجري.

5- إن فعاليات جري المسافات القصيرة والتتابع الرجالي والنسائي يكاد يكون منعدما من حيث المشاركة العالمية أو مزاولة مثل هذا النشاط بالرغم من كثرة البحوث التي أجريت وأثبتت صلاحية الشباب الجزائري لمزاولة هذا النشاط.

المراجع:

1- قصي محمود مهدي القيسي وآخرون: منهاج تدريبي مقترح لتطوير مطاولة السرعة لعدائي المسافات المتوسطة (15-18). المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية. مذكرة ليسانس 1995.

2- قصي محمود مهدي القيسي وآخرون: القياسات والاختبارات للعدائين المبتدئين في المسافات القصيرة (9-11 سنة). المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية، 91-92.

3- قصي محمود مهدي القيسي وآخرون: خصائص وصفات ومقارنة السرعة وتنميتها لدى العدائين الشباب (9-11) سنة. المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية 1989.

4- عبد اللاوي وآخرون: درس التربية البدنية والرياضية ورفع المطاولة العامة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لولايات الغرب الجزائري. المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية مستغانم 1995.

5- الفيدرالية الجزائرية لألعاب القوى: مشاركة الجزائر في ألعاب البحر الأبيض المتوسط. المؤسسة الوطنية للاتصال والنشر والإشهار، وحدة الطباعة- الرويبة 1993.

6- Ali Mechiche : Contribution à la mesure de l'aptitude physique des élèves garçons du cycle secondaire Algérien (pratiquant l'EPS dans le cadre scolaire). Mémoire de Magister 1995.

7- Fédération Algérienne d'athlétisme : 30 ans d'histoire d'athlétisme Algérienne 93.

8- Fédération Algérienne d'athlétisme : guide moral et financier 95.

9- Fédération Algérienne d'athlétisme : guide fédéral technique 95.

10- Fédération Algérienne d'athlétisme : rapport moral et financier 96.

11- Hamid Grine : Al- Manach tome 1 86.

12- Ligue d'athlétisme d'Oran : Bilan moral et financier 96.

13- Ligue d'athlétisme de Mostaganem : Bilan moral et financier 96.

14- Ligue d'athlétisme de Tiaret : Bilan moral et financier 95.

15- Ligue d'athlétisme de Sidi Bel abbes : Bilan moral et financier 95.

16- Ligue d'athlétisme de Relizane : Bilan moral et financier 95.

17- Ligue d'athlétisme de Saida : Bilan moral et financier 95.

18- Ligue d'athlétisme d'Ain T'émouchent: Bilan moral et financier 96.

19- Ministère de la jeunesse et du sport : spécial 6ème jeux Africains. C.N.I.D.S 95.

20- Ministère de la jeunesse et du sport : Jeux Méditerranéens. C.N.I.D.S 95.

21- Ministère de la jeunesse et du sport : Les Algériens aux jeux olympiques. C.N.D.S 95.

22- Ministère de la jeunesse et du sport : le C.S.S.A à Alger. C.N.D.S 96.

المقابلات الشخصية:

- عمار براهمية عداء قديم في الفيدرالية الجزائرية 1997/03/11.

- قران هواري عداء قديم وعضو في رابطة ألعاب القوى لوهران 1997/02/02.

- رابطات الولايات: وهران، مستغانم، سيدي بلعباس، عين تموشنت، سعيدة، تيارت، غليزان.

ظواهر اكتشاف الموهوبين لتلاميذ المدارس لكلا الجنسين وسبل تطوير المستوى الرياضي في الوطن العربي

بحث على تلاميذ المدارس في عمر 11-12 سنة

إعداد الدكتور: عبد الحكيم الطائي

أستاذ محاضر

لم يقتصر التطور الذي شمل الوطن العربي على جوانب اقتصادية واجتماعية وثقافية وعلمية، بل شمل الجوانب الأخرى ومنها مجال التربية البدنية والرياضية وذلك باعتبارها من مجالات الحياة العصرية المتقدمة التي يشهدها الوطن العربي.

ورغم وصول طلبة المدارس بمختلف مراحلها مستويات جيدة لكن تبقى تطلعات المجتمع العربي إلى احتوائهم وتوجيههم لأنهم القاعدة الأساسية في تحقيق إنجازات كبيرة في مجال التربية البدنية. لقد تناول الباحث في هذا البحث موضوعا مهما إسهاما منه في إيجاد أفضل السبل في عملية اكتشاف الموهوبين وظواهر التطور الحركي لديهم لغرض الانتقاء ومن ثم تعيينهم للفعاليات الخاصة بهم وذلك لتجنب الوقوع بأخطاء في هذه العملية. لقد أظهرت أكثر من دراسة واستنتج أكثر من باحث الأسباب التي تكمن وراء عدم تقدم المستوى الرياضي ليس في الوطن العربي، بل في دول العالم المتقدمة ومن هذه الأسباب عدم إمكانية اكتشاف الموهوبين في مختلف الألعاب في وقت مبكر وزجهم في عملية تدريب منتظمة ضمانا للوصول إلى المستوى الدولي المتقدم.

لقد أجمع خبراء التربية الرياضية في كلية التربية الرياضية جامعة بغداد في استبيان وجه إليهم لتحديد مفهوم الموهوب (هو الفرد الرياضي الذي يمتلك مؤهلات وصفات بدنية وذهنية فطرية جيدة تجعل من مستوى قدراته وقابلياته الحركية أعلى من قدرات وقابليات الأفراد في نفس المرحلة أو العمر الزمني).

مما تقدم تكمن مشكلة البحث في:

* اكتشاف الموهوبين في المدارس الابتدائية والمتوسطة في وقت مبكر ضمانا لتحقيق الإنجاز والمستوى الجيد.

* معرفة ظواهر التطور الحركي للموهوبين وإمكانية الارتقاء بهم.

* وضع المستوى الرياضي تحت إدراك المعلم والمدرب للعمل على تحسينه وتطوره بشكل أفضل.

* معرفة الارتباط بين عملية درس التربية البدنية في المدارس وانتقاء الموهوبين بصورة مبكرة.

حدد الباحث أهداف هذا البحث في النقاط التالية:

* إيجاد أهم خصائص الموهوبين ومستوى تطور الظواهر الحركية عندهم.

* معرفة مستوى التطور لتلك الخصائص في مراحل التدريب المختلفة.

* معرفة إمكانية تحقيق المستوى الجيد الآني لتلاميذ المدارس وتأثيره على استمرار تقدمه.

* معرفة الطرق والوسائل التدريسية المناسبة والتخطيط السليم.

شملت مجالات البحث عينة من البحوث والدراسات والآراء التي وضعها الاختصاصيين في هذا الموضوع وآراء نخبة من الباحثين. حيث حلل الباحث نتائج بعض المقارنات بين نتائج التلاميذ في الصف الخامس والسادس الابتدائي ومستوى اللياقة البدنية والتطور الحركي.

اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي والذي اعتمد على تحليل بعض الدراسات والبحوث وعلى المراجع والمصادر والكتب المتوفرة من خلال عرض الآراء والنتائج التي توصل إليها الباحثون ومدى الاستفادة منها في هذا البحث.

إن إعطاء تعريف لماهية الموهوب في هذا الموضوع مهم جدا، لقد عرف الموهوب بشكل عام على أنه "الطفل الذي يبدي بشكل ظاهر قدرة واضحة في جانب من جوانب النشاط الإنساني"[5]

كما عرف خليل معوض الموهوب "كل ذي موهبة سواء أكان ذكاء مميز أو قدرة ابتكار عالية أو أي استعداد أو قدرة خاصة مميزة"، أما يوسف ميخائيل فقد عرف الموهوب بأنه "الطفل الذي يبدي بشكل ظاهر قدرة واضحة في جانب من جوانب النشاط الإنساني وكذلك القدرة على توظيف الذكاء بحيث يرتفع بمستوى مسؤولية الفرد في استخدام إمكانياته بأقصى ما لديه من جهد"، لقد كانت عملية اكتشاف وانتقاء

[5]– ميخائيل معوض: قدرات وصحة الموهوب، دار الفكر الجامعي، القاهرة.

الموهوبين من الأطفال تتم عن طريق الصدفة، بينما نجد اليوم أن هذه العملية تخضع لقوانين وأنظمة دقيقة في انتقاء الموهوبين واكتشافهم وتعيينهم للألعاب الرياضية بشكل عام ولأجل تجنب فرصة الوقوع في أخطاء، يتطلب منا الاستفادة من تجارب وخبرات الدول المتقدمة في هذا المجال. فمن الظواهر النظرية في عملية الملاحظة والانتقاء للموهوبين الرياضيين هي (المدارس الأساسية) بشكل خاص.

لقد اعتمد الباحث على العينة التي سبق أن استخدمها مجموعة من الباحثين في وزارة الشباب وهي 4172 تلميذ من كلا الجنسين تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بين تلاميذ المدارس في سبع محافظات عام 1983. كان عدد الفتيات 2669 وعدد الفتيان 1503 من مرحلة الصف الخامس والسادس الابتدائي. قد تم استبعاد العناصر التي تزاول التدريب لأسباب تتعلق بمعرفة اللياقة البدنية للتلاميذ في هذه المرحلة العمرية واختيار الموهوبين أو الجيدين منهم.

استخدم الباحث التحليل والمقارنة، ثم دونت نتائج الاختبارات في استمارات خاصة ووضع لها جداول ومخططات. استخدمت بطارية اختبار اللياقة البدنية بعد أن تم الاتفاق عليها من قبل مجموعة الباحثين. لقد ضمت بطارية الاختبارات التمارين التالية:

1- العدو السريع لمسافة 30م.

2- التوافق الحركي.

3- الدقة في الحركة.

4- القوة الانفجارية.

5- المطاولة، مسافة 300م للفتيات و 500م للفتيان.

6- معدل النبض.

7- وزن- طول الجسم.

استخدم الباحث الطرق الإحصائية لإيجاد مستويات عناصر اللياقة البدنية والمقارنة فيما بينها ومن هذه الطرق، إيجاد النسب المئوية والأوساط الحسابية. لقد أدرجت عينة البحث في جداول خاصة لكل محافظة أو منطقة ينتمي إليها التلاميذ من كلا الجنسين، ثم سجلت نتائج اختبارات اللياقة البدنية أمام كل

محافظة في جدولين منفصلين للفتيات والفتيان حسب عدد كل منهم، وسجلت نتائج كل فرد من أفراد عينة البحث على انفراد حسب العمر والجنس والمحافظة والمجموع العام.

عرض ومناقشة النتائج:

1- عدو مسافة 30م (من الوضع الطائر):

لقد تم تنفيذ العدو على مجال الركض بعد الانطلاق من وضع الحركة، بحيث استخدم التوقيت لكل تلميذ على انفراد. لقد تم حساب تصنيف الدرجات التي استخدمت فيها قيم قابلية السرعة بواسطة خمسة مستويات. لقد أظهرت نتائج السرعة دلالات معنوية مختلفة منها معنوية كبيرة وغير معنوية ضعيفة جدا مقارنة بأعمارهم من نفس الأعمار. كما استخدم معايير التقويم مع النتائج النهائية القابلية السرعة فوجدت 30.6% من المجموع العام للفتيات حققوا نتائج غير جيدة، بينما حقق 26.6% منهم مستوى منخفض جدا، و نسبة 42.8% من نتائج الفتيان بمستوى مقبول 3.3% بمستوى جيد جدا، وهذا ما يمكن الاستفادة منه في التدريب أي الموهوبين الذين يمكن الاستفادة منهم.

أما بالنسبة إلى الفتيات فكانت 62% من المجموع العام بمستوى ضعيف ونسبة 30% بمستوى متوسط ونسبة 8% بمستوى جيد، أي الموهوبين منهن. ويرى الباحث أن ذلك يرجع إلى عوامل كثيرة وخاصة الفطرية منها.

وظهر أن المستوى الجيد يكمن في الأعمار الصغيرة مقارنة بالأعمار الأكبر.

2- اختبارات التوافق الحركي:

اتسم تمرين اختبار التوافق الحركي باستخدام تمرين الركض المتعرج أي قطع مسافة 15م مع الانطلاق ثم يعود الفرد المجرب حاملا كرة موضوعة في السلة بطريقة الركض المتعرج بين 8 شواخص مثبتة بأبعاد موحدة بحيث يترك الكرة في السلة الأخرى في النهاية الأخرى، ثم يستدير راكضا مسافة 15م الأخيرة إلى خط النهاية. لقد أظهرت نتائج الاختبارات أن نسبة 61% من أفراد المجموع العام للفتيات بمستوى غير معنوي، في حين كانت 46% من أفراد المجموع العام لأفراد الفتيان بمستوى غير معنوي في قابلية التوافق الحركي. لقد استغرق قطع مسافة الاختبار للفتيان زمن 10 ثا إلى 33.9 ثا، في حين كانت للفتيات بين 10 ثا إلى 40 ثا. لقد وجد الباحث جراء مراقبته النتائج أن العدو الكبير لعينة الاختبار من

كلا الجنسين ليس لديهم القدرة على استثمار بنيتهم بشكل مناسب. إن تلك الفعالية الحركية تعتبر أساسية لأنها تتطور بالعمر المبكر وأن تطور هذه القابلية تتطلب تعليمهم الأشكال الأساسية للحركات في السنوات المبكرة.

مما تقدم يرى الباحث أن مستوى التطور البدني والذهني يؤثر على تطوير قابلية التوافق الحركي في العمر المبكر للاستفادة منه لتوجيه الموهوبين في هذه الأعمار.

3- اختبارات الدقة في التصويب:

لقد تم رمي كرة على هدف مؤشرا على الأرض برسم ثلاث دوائر الواحدة داخل الأخرى بقطر طوله 1م، 1.5م، 2م على التوالي، مع رسم خط على بعد 10م لبداية الرمي.

لقد استخدم رمي ثلاث كرات تنس باتجاه الهدف وتم حساب النقاط على الشكل التالي:

- 3 نقاط في حالة سقوط الكرة في الدائرة المركزية.
- 2 نقطة في حالة سقوط الكرة في الدائرة الثانية.
- 1 نقطة في حالة سقوط الكرة في الدائرة الخارجية.
- صفر في حالة سقوط الكرة خارج حدود الدوائر الثلاثة.

لذلك أشرت نتائج البحث تقارب المستوى في قابلية دقة التصويب لعينة البحث من كلا الجنسين، أن معدل النتائج تؤكد 58% من المجموع العام للفتيان و39% من المجموع العام للفتيات كان بمستوى ضعيف في فعاليات التصويب. إن تلك الحالة تؤشر ضعفا عاما في معدل مستوى تطور هذه الفعالية وأن نسبة الجيدين الذين يمكن اختيارهم تشكل نسبة ضئيلة.

4- اختبارات القوة الانفجارية:

لقد استخدم تمرين الوثب العريض من الثبات والقفز إلى الأعلى من الثبات أيضا لقياس القوة الانفجارية. وجد الباحث أن معدل نتائج أفراد العينة من الذكور تزداد في كلا الاختبارين نتيجة لزيادة العمر. لقد كانت الفروق كبيرة، حيث كانت النتائج الفردية في كل مجموعة في اختبار القفز إلى الأعلى

إلى 60سم، في حين وصلت الفروق في اختبار الوثب العريض بحدود 165 سم (الحد الأعلى) وللقفز إلى الأعلى 65 سم والأدنى 5 سم، في حين كان الحد الأعلى للوثب العريض 215 سم والأدنى 50 سم.

5- اختبارات المطاولة:

لقد استخدم ركض 500م للفتيان و300 م للفتيات. لذا تشير نتائج اختبارات كلا الجنسين أن الفتيات أحسن قابلية في المطاولة مقارنة بالفتيان، فقد كانت النسبة الجيدة بمقدار 58% من المجموع العام و39% بمستوى ضعيف و3% لك يكملن المسافة، في حين كانت نسبة 57% من الفتيان بمستوى جيد و39% بمستوى منخفض و4% لم يكملوا المسافة. لقد استغرق قطع المسافة للبنين بين 74 ثانية بنين بين 74 ثا إلى 283 ثا، أي بين 1.14 دقيقة إلى 4.43 دقيقة في حين كانت نتائج الفتيات تشير إلى قطع المسافة بين 47 ثا إلى 153 ثا، أي بين 4.4 دقيقة إلى 2.33 دقيقة.

6- نتائج اختبارات معدل ضربات القلب:

لقد تم تسجيل عدد ضربات القلب للفرد الواحد بقياس ثلاث محاولات:

1- من وضع الراحة.

2- بعد تنفيذ الفرد 20 تكرار، في الهبوط إلى الأسفل بثني الركبتين.

3- بعد دقيقة واحدة من انتهاء الجهد.

لقد كانت العينة التي أجري البحث عليها 259 فتى و225 فتاة. لذلك أظهرت نتائج الاختبارات وجود ثلاث فئات:

* **الفئة الأولى:** تشمل على النتائج الممتازة التي تعكس قابلية جسم أفراد العينة على إمكانية التكيف في مواجهة الجهد البدني.

الفئة الثانية: تشمل على الوضع الطبيعي، أي سلوك القلب الذي لا يملك جزء من اللياقة البدنية ولكن بمستوى أقل من المستوى المطلوب قياسا بإمكانية سعة استيعاب الفرد.

* **الفئة الثالثة:** تشمل على النتائج الضعيفة وتعكس عدم قدرة أجهزة الفرد على التكيف المطلوب في مواجهة الجهد البدني.

7- اختبارات الطول ووزن الجسم:

لقد أثر نمو طول ووزن الجسم بشكل ملحوظ لكلا الجنسين من التلاميذ، لذا ظهر أن نمو طول جسم الفتيات يظهر في عمر 11 سنة ويستمر بشكل دائم حتى يصل أقصاه في عمر 11 -13 و14 سنة ثم يميل إلى الركود، في حين يرتبط وزن الجسم بزيادة طول الجسم بشكل ملحوظ أما بالنسبة للفتيان فإن أكبر زيادة تظهر في عمر 12 سنة وتستمر حتى عمر 16 سنة.

الاستنتاجات والتوصيات:

- ابتداء التدريب الفعلي المنظم مع المبتدئين والناشئين من تلاميذ المدارس لكلا الجنسين في العمر المبكر.
- إتباع طرق ووسائل الإعداد العام في مرحلة تدريب المبتدئين من التلاميذ لكلا الجنسين خلال سنوات التدريب الأولى.
- مراقبة الموهوب والإشراف عليه بشكل جيد ضمانا لاستمرار تقدمه الدائم.
- تطوير التوافق العضلي العصبي في مرحلة عمر المبتدئ في البداية وذلك لتوسيع قاعدة التعلم الحركي.
- مراعاة التأثيرات السلبية على المستوى الرياضي ومستوى التطور في عمر التلاميذ من كلا الجنسين أثناء مرحلة البلوغ لكونها ظواهر طبيعية تصاحب تلك المرحلة.
- مراعاة الفروق الفردية بين كلا الجنسين في عملية التدريب خاصة أثناء مرحلة البلوغ وبعدها.
- مراعاة ظواهر الخمول وتوقف النمو التي تصاحب النمو البدني السريع للطفل والعمل على معالجتها.
- الاعتماد على المعلم والمدرس ذوي الخبرة والمعارف الجيدة.
- مراعاة أثر الذكاء على مستوى التطور الحركي للتلاميذ وإجراء اختبارات لذلك.
- مراعاة الجوانب الوراثية والفطرية لدى التلاميذ والاستفادة منها.

رؤية حول قياس الأداء في التربية

السيد: رومان محمد

أستاذ محاضر بجامعة وهران

مقدمة:

يعتبر كل مربي، وكل مكون أنه من المهم أن يكون تعليمه ناجحا، حيث يتم قياس نجاح التعليم بأدوات تقويم معينة تناسب كل الأهداف في أغراضه وفي آثاره.

وسنحاول في هذا الموضوع معرفة كيف تسير العملية التربوية ؟ وكيف يمكن إنجاز أدوات لقياس نتائج هذا التعليم ؟ كما أنه يفسر كيفية التعرف أو إنجاز أدوات التقويم قصد تحديد ما إذا كان الهدف محققا أم لا؟ بحيث لا يزن البخار بمتر الخياط، ولا تقاس قطعة موسيقية بميزان الأشخاص...، هذه القياسات غير مناسبة مع ما نريد قياسه. كما أنه لا يمكن قياس تحقيق أهداف بأدوات تقويمية لا تناسب هذه الأهداف. غير أن الصعوبات الأساسية لا تأتي من إنجاز أدوات القياس، وإنما من الأهداف.

وسنعالج في العنصر الأول، مشكل التحديد الإجرائي للأهداف التربوية، وفي العنصر الثاني، نبحث عن التوافق بين محتوى أداة القياس ومحتوى الهدف الإجرائي، وأخيرا هل الشروط المفروضة في عملية القياس تشبه تلك التي هي موجودة في الهدف الإجرائي ؟

1- التحديد الإجرائي للأهداف التربوية:

يشير مفهوم التحديد الإجرائي، إلى عملية تحليلية تقتضي ترجمة مفهومة إلى ما تنطوي عليه من معان ملموسة، ومتميزة التطبيق التربوي للتحليل الإجرائي، على الأهداف التربوية التي تتمثل في عملية الانتقال من المستويات العامة التي يعبر عنها هدف تربوي ما، إلى المستويات الملموسة والمتميزة التي تشكل موضوع الفعل التعليمي.

فإذا كان الهدف الذي يرمي إليه الفعل التعليمي، في فترة محددة، هو تحديد التلميذ مثلا، على تحليل نص ما من النصوص تحليلا سليما، فإن هذا الهدف التربوي سيظل هدفا لا معنى له إذا لم يخضع إلى تحديد إجرائي، يبرر بالضبط ما ينطوي عليه من دلالات ملموسة، وما يقتضيه من أنشطة تربوية، يصبح التحكم فيها بشكل تدرجي. وبهذا المعنى، يعبر مفهوم التحديد الإجرائي، مطبقا على الأهداف التربوية، عملية معقدة، تبدأ بتحديد الغايات التربوية، وتنتهي بإبراز السلوكات، أو المهارات التي تشكل في نفسه ما

سيعمله المعلم في قياس الأداء. غير أن طبيعة الانتقال من المستويات العامة أو المجردة للأهداف التربوية إلى المستويات الملموسة، لا تأخذ نفس المعنى، لدى كل الباحثين المختصين في علوم التربية، نصادف عددا من النماذج المختلفة حول دلالة واحدة للتحديد الإجرائي.

سندرس نموذج "س" بيرزيا في تحديد الإجرائي للأهداف يفترض هذا النموذج التحقيق المثالي لعمليتين أساسيتين هما: الاشتقاق والتخصيص.

الاشتقاق: تتمثل عملية الاشتقاق في الاختزال المستمر للغايات في إطار مرمي، واختزال هذه الأخيرة في إطار أهداف عامة.

التخصيص: ويمثل المرحلة الثانية في عملية التحديد الإجرائي، كما يقترحها بيرزيا، وتقتضي هذه العملية، التحديد الدقيق للمحتوى المدرسي الملموس الذي سيحقق بواسطة هدف عام ما. هذه الأهداف تكون قابلة للملاحظة والقياس.

ما هي المكونات الأساسية للهدف الإجرائي ؟

المكون الأول: يشير إليه تقريبا كل الباحثين وهو السلوك أو ما يسمى أيضا "النشاط التربوي" القابل للتحقيق. ماذا نعني بالإنجاز السلوكي ؟ المقصود هو ما يتمكن الفرد من تحقيقه آنيا من سلوك محدد، وما يستطيع الملاحظ الخارجي أن يسجله بأكبر قدر من الوضوح والدقة.

إن اعتماد الإنجاز السلوكي كمقياس لتحديد الأهداف الإجرائية، قد أدى إلى وضع العديد من التقنيات التي ساعدت كثيرا على صياغة تلك الأهداف بشكل كبير من الدقة، ونجد على رأس هذه التقنيات العمل الذي أنجزه "روبير ماجر" سنة 1962.

وفيما يلي نورد نموذج عن هذه التقنيات التي اتخذت من الإنجاز السلوكي أو السلوك النهائي مقياسا لصياغة الأهداف الإجرائية ويتعلق الأمر بتقنية "ماجر".

وصف السلوك النهائي وهو كالآتي:

أولا: عبارة عن مجموعة من الكلمات والرموز التي تصف مقاصده.

ثانيا: هدف يبلغ هذه المقاصد من خلال وصف ما سيفعله التلميذ للبرهنة على أنه قد توصل للهدف.

أ) وغالبا ما يتم اللجوء إلى استعمال فعل "سلوكي" الذي يدل فعلا على سلوك واضح، ويتضمن بالدرجة الأولى معنى واحد، لا يقبل التأويل، مثل الأفعال التالية: سهى، سرد، استظهر، قال، كتب، رتب، عدد، ميز، حكى، رسم،...

ب) أن يقوم المدرس بتحديد الشروط التي سيظهر في إطارها سلوك المتعلم، وغالبا ما يتم هذا التحديد، إما بتزويد التلميذ بمجموعة من المعلومات الإضافية، أو من الوسائل، أو التجهيزات التي ستساعده على إنجاز السلوك، أو بحرمانه من تلك الوسائل.

ج) أن يقوم المدرس أخيرا بتحديد مقاييس الإنجاز المقبول، ومعنى ذلك أن المدرس سيقوم بإبراز ملامح أو سمات السلوك الذي سيعتبر مقبولا من طرفه والذي سيحاول التلميذ أن يصل إليه.

بعض الأمثلة عن الأهداف الإجرائية:

1) أن يتمكن التلميذ من ذكر (فعل سلوكي) تسع (9) عواصم إفريقية، وبإمكانه أن يستعمل خريطة للكرة الأرضية (شروط إنجاز السلوك) على ألا يتعدى عدد الأخطاء المرتكبة ثلاثة (مقاييس قياس الأداء).

2) أن يتمكن التلميذ من تسطير (فعل سلوكي) على أسماء الأمويين ضمن قائمة أسماء كثيرة (شروط إنجاز السلوك) على أن لا يتعدى عشرة دقائق على الأكثر (مقاييس التقويم).

المراحل في تفسير الهدف الإجرائي وهي:

أ) التعرف على الكلمة أو الجملة التي توضح ما سيقوم به التلاميذ للبرهنة عن تحكمهم في الهدف في الأمثلة التي قدمتها، الأداء المنتظر من طرف المتعلم هي الذكر، التسطير.

مع العلم أن "الأداء هو نشاط موجه نحو الهدف، ودرجة نجاح هذا النشاط، يشير الأداء أيضا إلى النتيجة المحصل عليها من طرف تلميذ في عمل مدرسي".

ب) تسجيل ما إذا كان الأداء هو القصد الأساسي، لكن التسطير ليس هو القصد الأساسي إنما هو مؤشر يخبرنا على قدرة التلميذ على التعرف عن أسماء من بين أسماء أخرى.

ج) ينبغي تحديد القصد الأساسي الواجب تحديده من الأداء وهل قابلا للملاحظة أم لا.

د) ينبغي اختبار المؤشرات التي تتضمنها الأهداف لمراقبة قدرة التلميذ على حمل معنى القصد الأساسي.

2. التوافق بين محتوى أداة القياس ومحتوى الهدف الإجرائي:

لتوضيح هذه الفكرة نقترح بعض الأمثلة التالية:

أ) القدرة على الانتقال فوق دراجة في مسافة 30م على رصيف حجري مستوى دون السقوط. الأداء هنا هو الانتقال فوق دراجة، هي قابلية الملاحظة وهذا ما يطلبه الهدف.

إذن الطريقة الوحيدة لمعرفة النجاح بالنسبة للهدف، هو الطلب من المتعلمين على الانتقال فوق الدراجة، أي أداة للقياس.

يستحيل معرفة ما إذا كان التلاميذ قادرين على الانتقال فوق الدراجة إذا طلبنا منهم وصف قطع غيار الدراجة الخ...وعليه، إن كانت الأداة المسجلة في الهدف مباشرة، فهي القصد الأساسي.

ب) القدرة على التعرف (بالتسطير) عن الأفعال في سلسلة من الجمل. الأداء المسجل والقابل للملاحظة هو التسطير، وهو مؤشر بسيط ومباشر والأكثر شيوعية وفي متناول التلاميذ، ماذا نستخلص من هذه الأمثلة ؟

نستخلص ما يلي:

أ) القصد الأساسي القابل للملاحظة: هو نوع واحد من أداة القياس يكفي لمعرفة القصد الأساسي بحيث نطلب من التلميذ أن يقوم بالشيء الذي هو مطلوب منه.

ب) القصد الأساسي غير الملاحظ: ينبغي إضافة مؤشر للهدف الأولي لكي نتأكد بأنه مفهوم ومطبق بطريقة عادية من طرف التلميذ، بحيث نستدعي التلميذ إلى اختيار إجابة أو المجيء بإجابة مماثلة.

ج) مؤشر قابل للملاحظة: ينبغي التحقيق من القصد الأساسي، إذا كان مبهما يجب تغيير الهدف، إذا كان القصد واضحا، نتحقق إن كان المؤشر مناسبا، بسيطا، مباشرا، وفي متناول التلميذ (في هذه الحالة يكتب أو يختار الإجابة في تقويم الأداء).

د) مؤشر غير قابل للملاحظة: ينبغي تغيير الهدف أو حذفه.

3- هل الشروط المسجلة على مستوى القياس تشبه تلك التي هي مصاغة في الهدف ؟

مثل ما قمنا به في الجزء الثاني، سنشرع في تقديم أمثلة لتوضيح هذه المشكلة.

1. المثال الأول:

تم تكوين الطلبة في الهدف التالي: القدرة على تركيب أية قاربة (antenne) من الدليل حيث يوجد تحت تصرفه كل القطع، الأدوات والمخططات.

وبعد عدة حصص من الممارسة، تم الاختيار التالي:

ستجد على طاولة المخبر، عملية تتضمن القطع والمخطط لتركيب قاربة تلفزيون من النوع العادي. باستعمال كل الأدوات من اختيارك، ركب القاربة فوق سقف الورشة، ثم المطلوب تنصيبها على ارتفاع

15م. الشروط المطلوبة في الاختيار تختلف عن التي هي موجودة في الهدف. يطلب الاختيار في تحقيقه كفاءة أخرى، زيادة عن التي هي موجودة في الهدف. يطلب الهدف التركيب والاختيار التركيب والتنصيب. وما نستخلصه من هذا المثال هو إذا كانت الشروط مختلفة في الهدف والاختيار. لا نستطيع القول أن الهدف تحقق.

2. المثال الثاني:

تم تكوين الطلبة في الهدف التالي:"القدرة على تنفيذ الإجراء لوضع محضر لأي مخالفة للقانون الجزائي مرتكبة من طرف راشد وتتطلب السجن الاحتياطي" وبعد عدة حصص من التدريس في هذا المجال، تم الاختيار التالي:"فلان، سنه 23 سنة، ضبط بالجرم المشهود عندما كان يحرق في بناء عمومي. المطلوب إنجاز كل الخطوات اللازمة لوضع محضر المخالفة". يريد الهدف أن يكون التلميذ قادرا على تنفيذ إجراء محضر وهذا ما يوجد في الاختيار. وهذا الاختيار مناسب لمعرفة تحقيق الهدف.

الخلاصة:

يتضح من خلال عرضنا حول التحديد الإجرائي للأهداف والتوافق بين القياس والهدف أن عملية قياس الأداء مشروطة بالتحكم في تقنيات الإجراء. من الضروري التأكد أن الأسئلة المطروحة لقياس الأداء تناسب حقيقة الهدف الذي نريد قياسه.

المراجع:

1- جماعة من الباحثين: الأهداف التربوية، سلسلة علوم التربية، ط الثانية 1990، دار الخطابي، المغرب.

2- عبد اللطيف الفرابي: كيف تدرس بواسطة الأهداف، سلسلة علوم التربية، ط الثانية 1990، دار الخطابي، المغرب.

3- G. Albert de Land sheer : dictionnaire de l'évaluation, P.U.F 1ère édition 1979. Paris.

4- César BIRZEA : Rendre opérationnels les objectifs. P.U.F 1ère édition 1979. Paris.

5- Skinner, B.F (1953) : Science and human behavior, New York, Macmillan.

6- Skinner, B.F (1968) : Contingencies of reinforcement, A theorotical analyss, New York. Appelton-Century-Crofts.

7- Skinner, B.F (1974) : About Behaviorism. New York, Knopf.

8- Salvia, J. and Hunt, F.M (1984) : Measurement considerations in program evaluation, in B.K. keogh (Ed), Advances in special education, Greenwich ; Conn : JAI Press.

9- Axelrod, S (1983) : Behavior modification for the classroom teacher, (2nd Ed). new York : Mc Grow Hill.

10- Clarizio, H.F (1980) : Toward positive classroom displine, New York, John Wiley and Sons.

11- Johnston, J.M, and Pennypacker, H.S (1980) : Strategies and tactics of human behavioral research. Hillsdale, N.J ; Erlbraum.

12- Keller, F (1980) : Goodbye teacher, Journal of applied behavior analysis, 1,79-89.

دور التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرة على تركيز الانتباه وعلاقته بالميل والدافع

إعداد السيد: حرشاوي يوسف

أستاذ مساعد مكلف بالدروس بجامعة مستغانم

على الرغم من التطور العلمي الذي تشهده التربية البدنية والرياضية في شتى الميادين المختلفة (الميدان الفيزيولوجي، علم النفس، علم التشريح، ....الخ). والتي أعطت للإنسانية أفضل السبل لتحقيق الاستقرار النفسي، وأمدتها بأحسن الطرق لاستثمار الطاقة الإنسانية، والتي أثبتت أن الممارسة الرياضية بصورة عامة عملت وتعمل على تطوير الجوانب البدنية، النفسية، الحركية، وكذا تحسين كفاءة الأداء والرفع من قابليات الإنسان الوظيفية. إلا أنه لا يزال يكتنفها بعض الغموض في مدى وإمكانية تأثيرها على القدرات العقلية ومنها "تركيز الانتباه".

وعليه جاءت مشكلة البحث في التحقيق من الدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرة على تركيز الانتباه لما يلعبه هذا الأخير من دور هام وحاسم في الحياة العامة وخاصة في مجال الممارسة الرياضية.

وبما أن الممارسة الرياضية تحركها جوانب نفسية (الدافع- الميل) فإن الافتراض السائد هو: هل هناك تأثير لكل من الدافع والميل لممارسة النشاط الرياضي على تطوير قابلية تركيز الانتباه لدى المتمدرسين بأعمار 12-13 سنة بمدينة المحمدية (تلاميذ مدرسة ابن باديس) وعددهم 145 تلميذ ؟

انطلاقا من الأهداف التي تسعى التربية البدنية والرياضية لتحقيقها والمتمثلة في تطوير القدرات البدنية، الحركية، النفسية، العقلية إلا أن بعض هذه الجوانب لم تجد نفس الإقبال للدراسة كالجوانب العقلية ومنها "تركيز الانتباه" الذي يلعب دورا هاما في تحقيق النتائج الرياضية والذي يعتبر الموجه الرئيسي لكل نشاط رياضي هادف فعليه جاءت بعض التساؤلات لتثير هذا الجانب منها:

1- هل تؤثر التربية البدنية والرياضية لدى المتمدرسين على قدرة تركيز الانتباه ؟

2- هل يؤثر كل من الدافع والميل للنشاط الرياضي لدى المتمدرسين لتطوير تركيز الانتباه ؟

افترض الباحث أن:

1- التربية البدنية والرياضية المجسمة عمليا تعمل على تنمية القدرة على تركيز الانتباه لدى الممارسين.

2- وجود ارتباط قوي بين:

2-1- الميل للتربية البدنية والرياضية وتركيز الانتباه.

2-2- الدافع للنشاط الرياضي وتركيز الانتباه.

اعتمد الباحث على المنهج التجريبي لدراسة الظاهرة المطروحة وقد تمثلت عينة البحث في تلاميذ مدرسة ابن باديس بالمحمدية (معسكر)، الذين تتراوح أعمارهم بين (12-13) سنة وبلغ عددهم 145 تلميذ.

مقسمين إلى ثلاث فئات:

1- الذكور الممارسين 64.

2- الإناث الممارسات 64

3- غير الممارسين (المعفيين) 17

تم إجراء الاختبارات في الملعب الخاص للتربية البدنية الملحق بالمدرسة بالمحمدية. شرع في البحث ابتداء من 93/09/10 إلى غاية 95/06/05.

أدوات وطرق البحث:

1)- لغرض إنجاز الدراسة اختار الباحث الحلقات لقياس تركيز الانتباه. ونظرا لعدم وجود أي اختبار في مجال التخصص اختار الباحث مجموعة من الاختبارات لها نفس مقاييس اختبار الحلقات والتي شملت مجموعة من الحركات الرياضية التي يصادفها التلميذ في أي نشاط رياضي. وعليه أن يشطب أحد الأشكال المتكررة في خلال دقيقة واحدة.

2)- كما استخدم الاستمارة الاستبيانية التي شملت على محورين:

1- أسئلة لتحديد درجة الدافع للنشاط الرياضي.

2- أسئلة لتحديد درجة الميل لمزاولة التربية البدنية.

نتائج البحث: بعد جمع وتحليل النتائج توصلنا إلى ما يلي:

1- ممارسة التربية البدنية والرياضية من قبل الجنسين (ذكورا وإناثا) أدت إلى تنمية تركيز الانتباه.

2- لا توجد علاقة ارتباطية قوية بين تركيز الانتباه والميل للتربية البدنية.

3- لا توجد علاقة ارتباطية قوية بين تركيز الانتباه والدافع للنشاط الرياضي.

استنادا إلى النتائج المتوصل إليها أمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية والرياضية تؤثر تأثيرا إيجابيا وتعمل على تنمية وتحسين القدرة على تركيز الانتباه، وهذا ما أكدته نتائج المجموعات التجريبية. أما لدى العينة الضابطة بقيت النتائج متقاربة والفروقات فيها كانت فروقات عشوائية. إضافة إلى ذلك فالتربية البدنية والرياضية اقترنت بالجوانب النفسية (الميل والدافع) وتجلت بدرجات عالية للميل للتربية البدنية وكذا بدرجات عالية للدافع للنشاط الرياضي. إلا أن كلا الجانبين لم يكن لديه ارتباط قوي بدرجات تركيز الانتباه، ومنه أمكننا القول أن تركيز الانتباه في مجال التربية البدنية والرياضية لا يرتبط ارتباطا مباشرا بالميل والدافع.

المراجع:

1- أحمد عزت رابح: أصول علم النفس، الطبعة الثانية، دار المعارف، مصر 1986.
2- بسطويسي أحمد بسطويسي وآخرون: طرق التدريس في مجال التربية الرياضية، بغداد 1984.
3- بوثلجة غيات: الأسس النفسية للتكوين ومناهجه، المطبوعات الجامعية، الجزائر 1984.
4- ثامر محسن: الإعداد النفسي لكرة القدم، جامعة بغداد 1990.
5- حسن محمد خير الدين: مقدمة للعلوم السيكولوجية، دار الجيل للطباعة، بدون تاريخ.
6- عبد السلام عبد الغفار: مقدمة في علم النفس التربوي، بيروت، بدون تاريخ.
7- فاخر عاقل: علم النفس التربوي، دار العلم للملايين 1985.
8- قاسم حسن حسين: علم النفس الرياضي، جامعة بغداد 1990.
9- محمد عماد الدين إسماعيل: التعلم، دار الشروق، الطبعة الأولى، جدة 1981.

10- محمد مصطفى زيدان: دراسة سيكولوجية تربوية، المطبوعات الجامعية، الجزائر 1985.

11- محي الدين توق: أساسيات علم النفس التربوي، مطبعة جون وابل وأولاده 1984.

12- مديرية التعليم: برامج التربية البدنية والرياضية الجزائر 1984.

13- مشروع الميثاق الوطني 1986.

14- مصطفى الجمبازي: التحليل النفسي، مؤسسة الجامعات للنشر 1981.

15- يوسف مراد: مبادئ علم النفس العام، دار المعارف، مصر 1969.

RESUMONS LES BRIEVEMENT :

- l'évaluateur vise à discriminer les productions d'un même lot (ce que traduit effet de contraste entre la note attribuée à la production examinée et celle attribuée immédiatement avant elle).

- l'évaluateur vise à minimiser un risque d'erreur quant a l(évaluation du niveau de la production (ce que traduit l'effet d'assimilation entre le niveau reconnu à la production et le niveau habituel réputé de son auteur).

- cet effet d'assimilation entre évaluations suivantes et évaluations précédentes pour un même élève se réalise par un traitement différent des indices contenus dans la production selon la valence de l'information concernant l'élève.

- le langage dans lequel l'évaluation est exploitée influence les discriminations que l'évaluateur opère entre les productions. L'échelle sur 10 est, paradoxalement, plus discriminante que l'échelle sur 20.

Bibliographie :

F Backer, « La docimologie » dans traité de psychologie appliquée, Paris, Puf 979 tome V1, P27-87.

G. Noizet et J.P Caverni : Psychologie de l'évaluation scolaire, Paris Puf « pédagogie d'aujourd'hui » 1978.

J.P Caverni, « Knowledge acquisition of effects and models of the cognitive of evaluators, « European Journal of psychology of education » 1987.N°2P131.

PHYSICAL ACTIVITY AS HEALTH-PROTECTIVE BEHAVIOR IN MIDDLE AGED ADULT (36-60 Y)

Author : Prof .Dr. YVES VANDEN AUWEELE.
Instituut voor lichamelijke opleiding – K.U.LEUVEN Tervuursetvest 101. B-3030 LEUVEN (Belgique).
Key word : Preventive Health Care, Health psychology, Motivation, Sport in Adults, Behavior modification

SUMMARY :

In any preventive health care program for middle aged adults and elderly, the promotion of physical fitness activities has become an item of priority. However, the increased awaerenss of the importance of being physically fit is in contrast with the limited number of adults actually involved in physical fitness activities. This study focuses on the reasons for inactivity as well as on the perceived motivation to adhere to a fitness program. The health motive was found, as expected, to be the most important motive to start a physical fitness program. Even most of the non- active adults believe that for health reasons they should exrcise regulary. Reasons for inactivity include fatigue and lack of energy, lack of time (other things are more important and enjoyable), inadequate facilities, experiencing no health difficulties which would indicate the need for exercise, the implications for their lifestyle and fear of potential health hazards associated with physical fitness activities.

Adherrece to habituel physical activity has been motivated by social support and socializing opprtunities and the experiences of relaxation, recreation and relief of tension. The discrepancy between knowing about health and fitness and really participating on a fitness program has been intrpreted in terms of cognitive processes, behavior modification and changing health life- style.

INTRODUCTION :

research concerning the sports participation of belgain adultds bellween the ages of 35 and 60 revealed that only 10% is reregulary involved in organized sports activities (1,2). Research also revealed that 53% of adults who started a program of physical activity quitted the program within theree months(8).

These percentages are in contrast with both the moltitude regional and local sportpromoting intiatives of adults that have been conceived the last yers, and with the increased awareness of the health-releated benefits of physical activity.

In the resarch reported here we tried to find an explanation for the obvious lack for efficiency of many adult oriented sportpromotion programs. We also treid to get more insght in the processes explaining the discrepancy between the belief that one should be more physically fit and not activity on that belief.

A stdy of the perceived motivation of 800 belgian adults to participate or not in a regular sport or finessprogram was conducted. Non-participating adults were also asked about the conditions which would facilitate a chanche in their sedentary lifestyle.

METHOD

Procedure – desgn – questionnaires

Interviews with 50 adults (sportparticipants and non participants)

Resulted in the listing of 260 incentives and barriers for sportparticipation.

After eliminating redundant and ambiguous items, 220 were registered in two questionnaires. One aimed at the physically inactive adult and consisted of 37 reasons not to participate and 33 conditions one would be encouraged or compelled to become involved (again) in sports activities.

The second questionnaire intented for physically active adults (consisted) of 150 incentives for adherence in a sports of fitness program. Each item would be scored on a scale ranging from 0 to 3 depending on its relative relevance for the repondant.
1500 questionnaires were circulated throughout the five flemish speaking provinces of Belgium by 120 students of the physical education institute of the K.U louvain. From the 850 questionnaires returned, 839 could be used for further processing.

Being 'sport- active' was described as regular participation in physical activities whether it is organized as well as not organized, excluding workrelated physical activities or on foot or bicycle to and from work.

The number of respondants according to sex age profession and province is represented in table1.

Although we didn't aim for a representative sample we came fairy close to the real proportions of sexes and ages in the flemish adult population.

Descriptive statistics, factor analytic, univariate and multivaratestatistical techniques were used to analyse the answers. Results are sudivided into sections focussing on theree different purposes (goals). The first goal was to reduce the concrete motives to a few dominant dimentions and to evaluated theree motive-demensions on their relative importance for all respondants.

The second intention was reveal differences in importance of motives between adults of different sex, age and proffetion.

A third goal was to interprete these different motives to participate ot not in sport and fitness programs in the context of the cognitive processes and the behavioral self-management stragies involved in heath- protictive thinking and behavior.

RESULTS

1. perceived motivation to participate or physical activiteies (table2 and 3)

<u>Why adults do not or no longer participate in sports activities</u>

Factor analysis revealed that the 37 non-participation reasons load on 5 factors. Cronbach's for these factors range from 060 to 075 with a mean of 069.
The most important barrier for sportparticipation seems to be Fatigue.
Sportactivities require too much energy after a hard day of work (N1 : Fatigue).

De factor second in importance focusses on the fact that sportactivities aren't seen as enjoyable and efficient to relax as other leisure activities such as going to the theatre, listening to music, reading a book… sports activities don't have priority and lack of time is frequently montioned as the reason for not being physically active (N2 : N0 priority).

Sports also implicate a certain health risk. The possibility of an injuries scares middle aged adults (N3: Risk).
Some adults say that for health reasons they needn't enage in sports activities because they have a healthy lifestyle and enough physical exercise as a substitute for spotrs e.g working in the garden, bicycling to work… (N4 : unnecessary).
The last important reason that non-participants mention is that doigspots is very unpeasant because the sport-related inconviences e.g changeing clothes, showering… and because of worrying about to look ridiculous, awkards or not youthful (N5 : annoyance).

<u>Conditions which would encourage, convince or compel a non- participant to consider participation in sports activities</u>

Factor analyses revealed two factors with a alpha of .87 for both factors. A wareness of a dercreased or decreasing physical and/or health condition is the most important condition that instigates adults to consider the suitablity of starting a fitness program (C1 : decreased health and fitness).

The secand condition includes that the sports activities offered should meet as much as possible their needs, expectations are formulated in terms of arranging sportsactivities in one's division of time, in terms of presupposed sill level, in terms of adequacy of the facilities and in terms of similairity in social status, intrests or moves of the co-participants (C2 : a suitable program should be available).

Why adults participates in sports

Factor analysis revealed 6 factors. Cronbach's alphas range from.62 to 92 with a mean of 82.

Health was found, expected, to be the most important motive to start to adhere in a physical fitness program. Adults see physical activity as an action to prevent form physical discomfort or ilness, or to compensate for one sided daily physical activity (W1 :physical health)

The motive second in importance is the mental relaxation motive.

Sports activities are considred to provide a release of tension in the case of critical of chronic stress (W2 : mental healthy).

Physical activities provide opportunities for socialization in a comfortable, informal atmosphere with friends and acquantances (W3 : informal social contact).

Fourth in importance is the achievement motivation (W4 : achievement) fourth in importance is the achievement motivation (4 : achievement) and fifth the consideration that sports provide opprtunities to experience some physical exciterment (W5 : physical excitement).

Adults make it clear that they don't accept to be patronzed by instructors or managers they want to keeo a certain derum even if participating in sports on a basic level (W6 :decorum).

2. Differences in perceived motivation to participate or not according to sex, age and profession.

Differences in non- participation motives and conditions (table 4and5)

Wome bother more about loosing decorum than man, they think more they will look ridiculous and are more annoyed by the the sport related inconceniences. However, women are more likely to consider sports as a efficient means to … decreased health and are less relevant to take the first step to initiate a physical fitness program. Men often use minor abilities and handicaps as a relational for not engaging.

It seems that adults over the age of 45 often consider themselves to be very fragile.

Inactive housewives try harder than working women to avoid overdoig themselves and consider sports as unnecessary wheras working women choose more to spend their leisure time quitely at home.

Differences[1] in participation motives (table6)

Sporting women are more occupied with socialisation and keeping decorum than men. Sporting men have a higher need for achievement.

Health reasons and socialisation motives became more incentive, while the relaxation motive, the search of physical excitement and especially the need of achievement decrease in importance.

Middele class adults and to a lesser degree also higher class adults rate motives as relaxation and excitement higher than blue collar workers. The blue collar worker have a higher score on the need of achievement and are more motivated by health reasons and by the socialisation opportunities provided by physical activities.

DISCUSSION

According to health psychologist VINCK, evry individual is constantly observing, judging and interpreting the doncition and functioning of his own body. Usually these observations

[1]- Only the motives with he highest discriminant function coefficents were considered in the interpretation. These motives are noted table 6 with a point.

does't reveal anything alrming because the discomfort or physical malfunctioning noticed deviates from an individuals subjective standars within acceptable limits.

If an unacceptable deviation from the norm the is observed, which is the case more often as one grows oldre, then attention is given to it and causes are being searched .that process of causal attribution is important since the resulting decisins as to what to do about it drpend upon it

The nature of the observed physical deficiency itself of course considered but cognitive factors as well determine the causal atribution process the indivuduals self consept (e.g i don't complain easily) and the general idea he has about the causes of illness and health (e.g illness is a result of infections programs in relationships, incorrect eating patterns… health is more determined by heredity factors than by lifestyle…).

Such cognitive factors are an important part in ones feeling sick.
Whenever one told that he is sick, he begins to look for symptoms. Usually one finds something. Any bodily sensation can be judged a symptom. Vice versa one will not accept that he is sick if he experiences no symptoms in those cause don't except that someone will change his behavior because of a non-existant discomfort or illness. This is probably one of the major reasons why prevention isn't a easy saleable product and why peopel say that sports are unnecessary.

There is no pressing reason for starting physical activity as health protective behavior since there is no awareness of an alarming discomfort.

Some peopel however do act to preserve and protect their health without experiencing alarming symptoms. That behavior depends upon the priority health and a healthy lifestyle has us an individuals selfconcept and the hierarchy of his important lifegoals.

Our research findings show that the oldest respondant and those of high level professions were the most motivated by real and possible threat of poor health.

Once the deviation from the norm is interpreted it appears that people are trying to initiate some health protective behavior on their own. Only after experiencing no success with these efforts they decide to consult some expert (a physician, dietetion…) or join an organized health program.

Usually a whole process of reflections precedes that decision.

First a choice is made among different possibilities of health protective behavior based on a subjective appreciation of their respective functional efficiency (to get one's figure back within reasonable proportions) it is for example more efficient to modify eating patterns than to participate in sports activities).

A next step would include a cost-benefit analysis in terms of energy and possible risks (To relax by reading a book costs less energy and can be more efficient than the relaxation one gets out of swimming on a cold winter night).

When an individual has initiated a sports program, whether or not be will adhere depends upon the degree to which the sport offer can provide enjoyment (intrinsic motivation) and can satisfy the needs mentioned earlier in this report (socialisation, relaxation, thrill, achievement). It depends also on the extent to which the activities offered can meet the specifici health improvement expectations. Finally the crucial factor for adherence happens to be a sence of personal commitment (to continue) and the integration of that initiated sportive behavior in ones weekly life scenario.

The high drop out figures (53% after 3 months) in Belgian rates adult oriented programs show rather that this is unsatisfactorely the case.

On the one hand, changing lifestyle, daily routines and habits don't seem to be that easy ; on the other hand sport policy makers and organizers aren't fully aware of the motives and expectations with which adults join a program.

CONCLUSION

Even though the majority of adults regard less their participation associate sports activities with good health, many aren't spurred to action because their health isn't outweigh the cost in energy and risk ; and also because neither personal initiatives nor the organizes sports programs offerd come sufficiently up to their expectations.

Finally starting and continuing a physical fitness program requires personal commitment and integration of new attitudes and behaviors in one's life scenario and time scheduling.

Any health promotion policy intested in educating and motivating adults to chabge their behavior and to adjust their priorities, must be familiar with what adults belive and want. The differences in stress given to the different motives by important subgroups of adults should taken into account, and paternalism should be avoided. It is important that participants believe that they have input in the choice of their activities and get the feeling that some progress or improvement is made regarding the health complaints which spurred them to ction.

Literature:

1- ALDERMAN, R.B, Incentive motivation in sport: an interpretative speculation of research opportunities- in : FISHER (ed) Psychology of sport, Palo Alto, Manfield Pub; 1976.

2- BRUNNER, B.C, Personality and motivating factors influencing adult participation in vigorous physical activity. The research quarterly, 40; 1969, 464-470.

3- ELDON. E & SPREITZER, Toward a natural history model of lifelong involvment in sport, (in) March L, KROTEE, the dimensions of sport sociology, new york, west point, 1979, 190-204.

4- FOLKINS, C.H & W.E. SIME, physical fitness training and mental health, American Psychologist, 36, 1981, 373-389.

5- GETTMAN. L.R, e.a physiologic effects on adult men of a circuit strength training and jogging. Arch. Phys. Med. Rehabil, 60, 1979, 115-120.

6- KASCH, F.W, Cardiovascular changes in middle-agged men during two years of training, journal of Applied Physiology, 34, 1973, 53-56.

7- LACOUR, J-R, Amélioration de l'aptitude physique chez le sujet sédentaire adulte. Médecine de sport, 51, 1977, nr 2, 4-13.

8- MANDERS, T & KROPMAN, Sportbeoefening: drempels en stimilansen. Basisrapport, Nijmegen, institut voor toegepaste sociologie, 1982.

9- Massie? J.f. & R.J. SHEPHARD, physiological and psychological effects of training. Medecine and sciences, 3, 1971, 110-117.

10- MILLON. T. E.a ,(E.d), Handbook of clinical health psychology, New York, Plenum, 1982.

11- POMERLAU, O.F & J.P. BRADY, (Eds), Behavioral Medecine: theory & practice, Baltimore, Wimmiams & Wilkins, 1979.

12- RIDDLE, patricia K; attitudes, beliefs, behavioral intensions and behaviors of woman and man toward regular jogging, research quarterly for exercise and sport, 51, 1980, 663-674.

13- STONE. G.C, e.a. (Eds), Health psychology; a Handbook, san francisco, Jossey-bass, 1982.

14- VERMEERBERGEN, P, Een bijdrage tot een meer efficient introduceren van nieuwe initiatieven op het gebied van sport en beweging, Leuven, nietgepubliceerde licentiaatsverhandeling. I.L.O. KU-Leuven, 1984.

15- VINCK, J, Gezondheid, gerdrag en gedragstherapie, (in); ORLEMANS ? J.W.G., e.a (Eds), Handboek voor gedragstherapie, Deventer, Van Loghum Slaterus, 1986, C7/1-31.

Table 1 :Number of adult participants and non participants in a fitness program according to their age, sex and profession.

Flemish of belgium		**Non-participa**		**N= 300**	**Participants**	**N= 500**
	%		n	%	n	%
	SEX					
Man		49	144	49	234	62
Woman		51	148	51	207	38
Total		100	292*	100	547*	100
	AGE					
	25-34		-	-	81	15
35-44		39	70	25	178	33
45-54		41	157	58	212	39
55+		20	45	17	16	13
Total		100	272*	100	547*	100
Profession						
Men						
High			55	39	186	66
middle			25	18	49	18
low			60	43	44	16
Total			140*	100	270*	100
Women						
Housewife	61		87	59	67	40
Working outside						
The home	39		61	41	102	60
Total	100		148*	100	169*	100
PROVINCE						
West-Flander	16		55	19	69	13
East-Flander	19		26	9	32	6
Antwerp	23		67	23	140	25.5
Limburg	10		52	18	67	12
Bradant	32		85	29	236	43
BSD-Germany**			7	2	3	0.5
Total	100		292*	100	547*	100

* Whenever personal information was incomplete, the respondant was excluded. This was especially the case when reporting profession. This result in different summation.
**BSD-Belgain Military Troops in Germany. This military personnel, their families and the supporting services are considered as a Belgain province.
***National Institute for Statistics. Statistic yearbook for 1986; 106; 28, 29, 32, 499.

Table 2 :survey of the motivational factors ; for each factor two specimens of the items and their factor loadiang ; n =number of items, alfa=coefficient of item consistency (cronbach).

why adults do not participate in sports actovities	**Factor loading**
N1 SPOTS ACTIVITIES REQUIRE TOO MUCH ENERGY (n=3 ;alfa=60)	
-because its too much me to participate in sports activities after my work	.65
-because it takes up the entire evening which i prefer to keep free so that i can recuperate from the stress of the day	.61
N2 OTHER FREE-TIME ACTIVITIES TAKE PRIORITY (n=3 ;alfa=.64)	
-because i can relax or have recreation through other activities	.52
-because physical exercise does't interest me	.68
N3 SPORTS ACTIVITIES CARRY TOO MANY HEATH RISKS FOR MIDDLE-AGED PARTICIPANTS(n=4 ;alfa=.75)	
-because at my age i try to avoid taking risks	.61
-because one can easily overdo it, which isn't healthy	.67
N4PEOPLE HAVE ENOUGH PHYSICAL EXRCISE WITHOUT EXTRA SPORTS (n=8 ;alfa=.74)	
-bacause i get enough exercise though my work	.61
-because i work a lot in my garden	.52
N5 SPORTS ACTIVITIES ARE UNPLEASANT AND ANNOYING (n=5 ;alfa=.71)	
-because i think that i will look ridiculouse to the others	.77
-because i don't want all the extra inconveninces (e.g. changing clothes, showering, etc…)	.40
Conditions which would convingce non participants to participate	
C1 DECREASED HEALTH AND FITNESS (n=9; alfa=.87)	
- (if) I should experience physical complaints discomfort.	.67
- (if) I should feel a difinite degeneration in my general condition or fitness.	.81
C2 SUITABLE FITNESS PROGRAM SHOULD BE AVAILABLE (n= 8; alfa = .87	
- should there be a suitable groupe.	.81
- if I would know someone in the group.	.74

Table 4 : results of ANOVA – means and standard deviations of the motivesof non participation according to sex age and profession

Barriers for Starting A physical fitness (sports) program	Fatigue		LACK OF TIME		HEALTH RISK		NO NECESSITY		ANNOY – ANCE	
	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD
Sex										
Men(n=144)			0.99	0.76	1.14	0.79			0.44	0.45
Women(n=148)			1.15	0.75	0.93	0.83			0.72	0.65
T_test			−1.79°		2.19				−4.24	
Age										
35−45yrs(n=70)			0.73	0.67						
45−49yrs(n=85)			1.12	0.84						
50+(n=131)			1.15	0.84						
F − test			7.54							
Profession										
Housewife(n=87)	1.29	0.71			1.06	0.85	1.11	0.66		
Working outside Home(n=61)	1.61	0.69			0.75	0.77	0.81	0.53		
F − test	2.72				−2.23		−2.88			

Sign. Tested at p= 0.001***
0.01**
0.05*
0.10°

Table 5 : Resultats of ANOVA - MEANS and standard deviation of the conditions for possible future adherence started by non –participations according to their sex.

Possible future Adherence	In case of decreased health X	SD	When asuitable Program is available X	SD
Sex	1.26	0.71	1.03	0.65
Men(n=144)	1.45	0.68	1.28	0.68
Women(n=148)				
T-test	-2.32*		-3.10*	

Sign. Tested at p= 0.001***
0.01**
0.05*
0.10
*only significant differences are reported.

Table 6 : resultts of ANOVA 6 meansand standard deviations of the motives for adherence of sport participants according to their sex, age and profession.

SEX

MOTIVATION DIMANTION	DICRIMINANT FUNCTION COEFFICIENT***	GROUPS	GROUPCENTROIDS
Achievement	-1.11	Men(n=340)	-.29
Health	.19		
Soc.contact	.46	Women(n=207)	.48
Decorum	.57		
Relation	.00	Canonical	.36,sign 0.0000
thrill	.03	correlation	

AGE :

MOTIVATION DIMANTION	DICRIMINANT FUNCTION COEFFICIENT***	GROUPS	GROUPCENTROIDS
Achievement	.70	<34(n=81)	.78
Health	-.95	35-44(n=178)	.14
Soc.contact	-.32	45-54(n=212)	-.21
Decorum	.03	>55 (n=16)	-.58
Relation	.45	canonical	.37 sign.0.0000
thrill	.41	correlation	

PROFESSION:

MOTIVATION DIMANTION	DICRIMINANT FUNCTION COEFFICIENT***	GROUPS	GROUPCENTROIDS
Achèvement	-.59	High (n=186)	**.06**
Heath	-.32	Middle (n=49)	**.28**
Soc. Contact	-.33	Löw (n=44)	**-.58**
décorum	.00		
Relaxation	.45	canonical	**.25**
Trille	.89	corrélation	