

الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات

المرتبطة

أولا : القراءات النظرية :

١- طبيعة الألعاب

أ- مفهوم الألعاب التمهيدية

ب- أهمية لألعاب التمهيدية

ج- استخدام الألعاب التمهيدية

٢- أسس بناء البرنامج

أ- الأهداف التربوية

ب- اختيار وتنظيم المحتوى

ج- طرق وأساليب التدريس

د- التقويم

٣- الخصائص المميزة للمرحلة السنوية من ١٦ - ١٨ سنة

ثانياً : الدراسات المرتبطة

- التعليق على الدراسات المرتبطة

الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات المرتبطة

أولاً : القراءات النظرية :

١ - طبيعة الألعاب

تعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال التربية الرياضية والمناسبة لجميع الأعمار ولكلا الجنسين على السواء ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى فوائدها الجسمية والعقلية والإنفعالية التي تعود على الفرد من ممارستها. [٢٨ : ٩]

وتشير إيلين وديع فرج (١٩٨٠) إلى أن الألعاب " عبارة عن نشاط إرادي نوعى يمكن من خلاله مساعدة الفرد فى النمو المتكامل وفى إكتساب قيمة تعليمية تربوية مرغوبة بحيث تجعله متكيفاً سليماً فى المجتمع " . [٣٠ : ٩]

وقد أشارت نبيلة عبد المنعم (١٩٨٧) إلى الألعاب بأنها أحد الأنشطة الرياضية الهامة التى يمكن عن طريقها تحقيق النمو الشامل للفرد بدنياً ونفسياً واجتماعياً وعقلياً بحيث تساعده على التكيف مع البيئة المحيطة به . [٥٢ : ٢٥]

أ- مفهوم الألعاب التمهيدية

استخدمت المراجع الرياضية فى السنوات الأخيرة مصطلح الألعاب الحركية والألعاب الغرضية والألعاب التمهيدية للإشارة إلى مجموعات متعددة من ألعاب الجرى وألعاب الكرات الصغيرة والكبيرة ، والألعاب التى تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة ، وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التى تتميز بطابع

السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقله ادواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة . [٤٥ : ١٤]

ويذكر محمد جميل وقدرى مرسى (١٩٧٩) أن المقصود بالألعاب التمهيدية هو ما يؤديه أكثر من لاعب من نشاط أو حركات أو تمارينات ولقد سميت بهذا الاسم لأنها بسيطة من حيث القوانين الموضوعية لها ، ومن حيث الأدوات المستخدمة وكذلك إمكانية استخدام مساحات ضيقة من الأرض عند تطبيق مثل هذا النوع من الألعاب ، ويمكن ممارستها لجميع مراحل العمر ولكلا الجنسين . ويغلب عليها طابع المنافسة الموجهة الشريفة التي تبعث الشوق والحماس والسرور في نفوس المشتركين . [٤٢ : ١٧ - ١٩]

وتعتبر الألعاب التمهيدية مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تعد اللاعب لألعاب الفرق . [٢٧ - ١٠]

وتصف إكرام محمد عبد الحفيظ (١٩٧٩) الألعاب التمهيدية بأنها " فرع من فروع النشاط الرياضي ولا يحتاج إلى صالات أو ملاعب ذات مقاييس خاصة وليس لها نظم وقواعد ثابتة متفقاً عليها دولياً ، وهي الألعاب التي تتصف بالمرح والسرور وتناسب الجنسين وكل الأعمار . [١٣ : ٧]

وبناءً على المفاهيم السابقة للألعاب التمهيدية يمكن للباحث أن يستخلص أن الألعاب التمهيدية تعد من الأنشطة الرياضية الترويحية التنافسية التي يؤديها الفرد ضمن الفريق تحت شروط وقوانين بسيطة . وهي تبعث السرور والمرح في نفوس

ممارسيها ويغلب على هذا النشاط المنافسة الشريفة والحماس الذى يصبغ الأداء بايجابية فعاله أثناء الممارسة . وهى تناسب جميع مراحل العمر المختلفة للجنسين .

ويمكن تحديد الألعاب التمهيدية لسهولة تميزها عن غيرها من الألعاب أو الأنشطة الرياضية الأخرى بعدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة معينة لكل لعبة ولا يرتبط فيها زمن اللعب أو عدد اللاعبين ، أو مساحة وحجم مكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية أو عالمية . وتتميز بمرونة قواعدها حيث يمكن تغييرها وتعديلها بما يتلائم مع الظروف أو تتلائم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف التربوية . [٤٥ : ١٥]

وقد قسمت ايلين وديع فرج (١٩٨٧) الألعاب التمهيدية وفقاً للخصائص المميزة لمجموعات اللعب المتنوعة إلى : ألعاب المسافة ، وألعاب التسابع ، وألعاب الكرة ، وألعاب اختبار الذات ، وألعاب مائية . [٢٧ - ١٠]

ب- أهمية الألعاب التمهيدية

تحتل الألعاب التمهيدية مكانة هامة بين الأنشطة الرياضية المتعددة . إذ ينظر إليها كأحد الوسائل الهامة التى تصبغ درس التربية الرياضية أو الوحدة التدريبية بطابع السرور والمرح لدى ممارسيها ، والمرونة فى قواعد اللعب عند استخدامها مجالاً للتنافس ، مما يجعلها تناسب جميع الأعمار . كما ينظر إليها كأحد الوسائل ذات الأهداف التربوية والتعليمية الهامة بالإضافة إلى أسهامها فى الإرتقاء بالقدرات الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم . [٤٥ : ٣٥]

وحيث إن القدرات البدنية تعتبر القاعدة الهامة فى بناء صحة الفرد وفى تقدمه فى أى مجال من مجالات الأنشطة الرياضية فإننا نجد أن الألعاب التمهيدية تسهم

مساهمة فعالة في نمو هذه القدرات البدنية من قوة وسرعة وتحمل ومرونة ورشاقة وتوازن وتوافق ، وذلك لما تضمنه على العديد من الألعاب الحركية التي تساعد الفرد على التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة وعلى سرعة انقباض مجموعة عضلية معينة عند أداء الحركات وعلى الاستجابة الحركية لمثير معينة في أقصر زمن ممكن . كما أنها تتضمن العاباً تساعد على تنمية قدرة العضلات في التغلب على مقاومة خارجية وأيضاً تنمية قدرة الفرد على العمل دون هبوط درجة فاعليته وكذلك قدرته على مقاومة التعب والتغلب على المؤثرات الخارجية ، هذا بالإضافة إلى أنها تشمل أيضاً ألعاباً تسهم في تنمية القدرة على أداء حركات في مدى واسع وعلى القدرة على إتقان التوافق الحركية المعقدة وعلى سرعة تعلم وإتقان المهارات الحركية الرياضية وسرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة . [٥٤ : ٤٠ - ٤٢]

وتسهم الألعاب التمهيدية أيضاً في تنمية وتطوير المهارات الحركية لمختلف الأنشطة الرياضية بصورة كبيرة. ذلك أنها تشمل ألعاباً متنوعة تساعد الفرد على أداء الحركات التي تتضمن مهارات توافقية بسيطة أو مركبة باستخدام أدوات أو بدون استخدام أدوات أو مهارات توافقية تتطلب تمكناً كبيراً في ميكانيكية الجسم ؛ لذا تعتبر الألعاب التمهيدية إعداداً تمهيدياً لألعاب الفرق حيث يتيح فرجه التدريب وتنمية المهارات الحركية الأساسية . [٤٥ : ٤٠] ، [٢٧ : ١٠]

ج- استخدام الألعاب التمهيدية

تستخدم الألعاب التمهيدية في فترات التدريب المختلفة الانتقالية والإعدادية والمنافسات ولكن حجمها وطابع وطريقة استخدامها تتغير وفقاً لمهام كل مرحلة من مراحل التدريب .

إن مهمة المرحلة الأولى للإعداد ترتبط برفع المستوى العام للإمكانيات الوظيفية للرياضى وتربية صفاته البدنية وكذلك أنساع دائرة خبراته ومهاراته الحركية ولهذا تستخدم ألعاب تمهيدية تحقق هذا الهدف .

وتوضع فى المرحلة الثانية لفترة الإعداد مهمة استيعاب وتطوير المهارات الحركية بشكل أعمق فى نوع الرياضة المختارة ، ويترك هذا أثره فى طابع الألعاب التى تستخدم فى هذه المرحلة من التدريب . ويساعد نظام التدريب الذى أعد بصورة صحيحة فى فترة الإعداد باستخدام الألعاب التمهيدية على توصل الرياضين إلى أفضل لياقة بدنية فى الوقت اللازم .

وتستخدم الألعاب فى فترة المنافسات لإزالة التوتر العصبى وإثارة الانفعالات الايجابية، ولهذا الغرض لا يستخدم الألعاب التمهيدية مع المبتدئين فقط بل تستخدم مع المؤهلين أيضاً . وتتعلق مسألة اختيار الألعاب التمهيدية لاستخدامها فى مختلف فترات التدريب حسب متطلبات خطة التدريب الموضوعه [٤٠ : ٢١٨ - ٢٢١]

أما فى رياضة الملاكمة فإن الأداء على الحلقة يتطلب أن يكون الملاكم على مستوى عال من الصفات البدنية والمستوى المهارى (مهارات هجومية ومهارات دفاعية) وتفكير تكتيكى متطور بشكل جيد وصلابه وإرداة عالية ، ولتنمية هذه الصفات يتم اختيار ألعاب تمهيدية تسعى لتحقيق هذه الأهداف . وتستخدم على نطاق واسع الألعاب التى تسعى إلى تنمية الصفات البدنية بالإضافة إلى الألعاب التى تنمى المهارات الحركية العامة مع مراعاة تنمية الصفات الحركية الخاصة بالملاكم مباشرة مثل الألعاب التى تنمى سرعة ودقة اللكمات وكذلك تنمية المهارات الهجومية والدفاعية وكذلك تنمية الإحساس بالمسافة والوقت [٤٠ : ٢٤٣ - ٢٤٧]

٢- أسس بناء البرنامج

تتضمن أسس بناء أى برنامج تحديد الأهداف الخاصة وترجمتها إلى مواقف تعليمية عن طريق إختيار المحتوى وطرق وأساليب التدريب والوسائل التعليمية بالإضافة إلى تقويم جوانب العملية التعليمية للتعرف على مقدار ما تحقق من الأهداف التى يسعى إليها .

أ- الأهداف التربوية

تعتبر الأهداف أول عناصر البرنامج وأكثرها أهمية فهى التى تحدد الغايات أو ما ينبغى الوصول إليه ، سواء ما يتصل بالناحية التخطيطية أو ما يتصل منهما بالناحية التنفيذية . فإى برنامج فعال لا بد أن يكون له أهداف واضحة ومحددة حتى تكون الممارسات قائمة على تخطيط ووعى من أجل تحقيق الأهداف المرسومة له .

[٣ : ١٥٩]

يعرف محمد عزت عيد الموجود (١٩٧٨) الهدف بأنه " وصف لتغير سلوكى يتوقع حدوثه فى شخصية التلميذ نتيجة لمروره بخبره تعليمية وتفاعله مع موقف تدريسي . [٤٨ : ٨٩] .

ويتفق كل من فوزى طه (١٩٨٥) وسهير بدير (١٩٨٠) فى أن الهدف هو " وصف تغير سلوكى لى المتعلم نتيجة مروره بخبرة أو موقف تعليمى بحيث يمكن ملاحظته وقياسه حتى يمكننا الحكم على أنه قد تعلم بالفعل . [٣٧ : ٨١] ، [٢٢ : ٦٣]

وقد اتفق كل من فوزى طه (١٩٨٥) وفؤاد سليمان (١٩٨١) على ضرورة وضوح الأهداف ، ويرجع ذلك لأنها أساس كل نشاط تعليمى هادف ومصدر لتوجيه

العمل التعليمي والتربوي نحو ما نسعى إلى تحقيقه من نتائج للتعليم المرغوب فيه وعلى أساس الأهداف يختار طرق وأساليب التدريس والوسائل التعليمية المناسبة . [٣٦ : ٧٩] ، [٣٥ : ٤٣]

ومما سبق يتضح للباحث أن الأهداف تعد نقطة انطلاق لدراسة برنامج الألعاب التمهيدية لأنها تمثل أنواع التغيرات في السلوك وأن السلوك والهدف مرتبطان ولكنهما ليس شيئاً واحداً فالأهداف بمثابة مدخلات والسلوك بمثابة مخرجات ؛ ولذا فإن أى محاولة لتنظيم البرنامج أو تنظيم وحداته لابد وأن تبدأ من الأهداف ودراساتها على أنها أول عنصر من عناصر البرنامج .

وبعد تحديد الهدف كخطوة أساسية وركيزة قوية في العملية التعليمية وهي الخطوة الأولى لكل عمل مستتير . يشير صبرى النمر داش (١٩٧٦) أن تحديد الأهداف ووضوحها يساعد على تحقيقها جمعياً . [٢٤ : ٩٣]

وفي ضوء تحديد الأهداف يمكن وضع أهداف خاصة بكل وحدة أو موضوع دراسي بحيث تتماشى في تناسق مع الأهداف التربوية وتعمل على تحقيقها في المحصلة النهائية ؛ لذا كان من الأهمية تحديد كل هدف على حده الأمر الذي يساعد على اختيارات الخبرات التعليمية المناسبة ، واختيار أوجه النشاط المصاحبة لهذه الخبرات والتي تحقق تلك الأهداف وكذلك اختيار أساليب التقويم على أسس علمية للوقوف على مدى تحقيق هذه الأهداف .

ويشير فؤاد سليمان (١٩٧٩) أن وضوح الأهداف ليست مهمه للمعلم فحسب بل للتعليم أيضاً فتحديدتها ووضوحها يتيح للمتعلم أن يعرف مدى تقدمه في أى نقطة من

نقاط مرحلته التعليمية وبالتالي تنظيم جهوده فى صورة أنشطة مناسبة بحيث تحدد مدى نجاحه وتقدمه دون أن يعتمد فى ذلك على المعلم وحده. [٣٣ : ٨٢]

صياغة الأهداف

إن الهدف الرئيسى من العملية التعليمية هو إحداث تغيرات معينة مرغوب فيها فى سلوك المتعلم فى كافة نواحيه النفس حركية والمعرفية والإنفعالية ، كان لا بد وأن تصاغ هذه الأهداف بصورة سلوكية إجرائية بمعنى أن تترجم إلى مظاهر سلوكية تشير بدقة إلى نوع السلوك أو الأداء المرجو من المتعلم تحقيقه حتى يمكن قياسه وتقويمه .

ويشير بيوتشر Bucher (١٩٦٤) أن الأهداف السلوكية هى طريقة خاصة لصياغة الأهداف التربوية بواسطة الملاحظة وقياس السلوك ، وأن الهدف السلوكى لا بد وأن يحتوى على شقين أساسيين هما السلوك المطلوب ومحك الأداء المقبول وذلك فى المجالات الثلاثة المعرفية والنفس حركية والإنفعالية . [١٣ : ٦٠]

ويرى كل من أحمد حسين اللقانى (١٩٨٣) وفؤاد سليمان (١٩٨١) أنه يجب أن تكون الأهداف المصاغة فى صورة عبارات سلوكية بسيطة بعيدة عن الغموض والإبهام ؛ تتضح فيها العلاقة بين أوجه النشاط التعليمى والتغير المرغوب فيه فى سلوك المتعلم ؛ ويجب تحديد الحد الأدنى للأداء المقبول ، وأن ينتقى أفضل طرق وأساليب التقويم لهذه الأهداف . [٣ : ٩٩] ، [٣٤ : ١٥]

وهناك طرق عديدة لصياغة الأهداف وهى تتعدد وتختلف تبعاً لنوع المادة الدراسية والأهداف المرجوة منها ومن هذه الطرق هى أن تصاغ الأهداف بصورة تشكل قائمة لرؤوس الموضوعات والمفاهيم والتصميمات التى تشكل المحتوى

التعليمي ، كما تصاغ في صورة أنماط سلوكية تحقق محتوى البرنامج الذي يضم هذه الأنماط من السلوك وأيضاً تصاغ صياغة لفظية سلوكية تميز نوع السلوك المراد تنميته ، كما يمكن أن تصاغ بحيث تشمل النواحي السلوكية والمحتوى معاً.

[٣٥ : ٨٦ - ٨٩]

وهناك بعض الأسس الضرورية التي يقوم عليها تحديد وصياغة الأهداف منها أن يكون الهدف محدداً واضحاً ويستند على فلسفة اجتماعية وأسس نفسية سليمة وأن تكون الأهداف واقعية يمكن تحقيقها ومناسبة لمستوى المتعلمين وللظروف والإمكانات وشاملة لجميع الجوانب المعرفية والنفس حركية والإنفعالية كما يجب أن تكون مرنة قابلة للتعديل والتغير باعتبارها محركات للموقف التعليمي. [٣٣ : ٨٠]

ويبغى أن تصاغ الأهداف في العاط عبر عن استمرارية النمو ، وتصف كلاً من السلوك المتوقع والمحتوى الذي يستخدم فيه هذه السلوك مع بيان الحد الأدنى من الأداء إما بطريقة كمية أو كيفية . [٢٢ : ٦٥ - ٦٧]

ب- اختيار وتنظيم المحتوى

إن الخطوة التالية في البرنامج بعد تحديد أهدافه هي اختيار محتواه واختيار خبرات التعليم وما تحتويها من مهارات ومعلومات ومعرفة وتنظيمها ؛ لذا كان لابد من الاختيار الدقيق لأوجه التعلم وخبراته كي يكون التعلم مثمراً .

وتشير سهير بدير (١٩٨٠) إلى أن المحتوى هو " كل ما يضعه المخطط من خبرات سواء خبرات معرفية أو أنفعالية أو حركية بهدف تحقيق النمو الشامل " .

[٢٢ : ٨٠]

ويذكر محمد عزت عبد الموجود (١٩٧٨) أن محتوى البرنامج وتحديده لا يتم بطريقة عفوية أو ارتجالية فلا بد أن تكون الخبرات والأنشطة التي يشملها المحتوى هادفة ومخططاً لها ومبنية على أسس ومعايير . [٤٨ : ١٧]

ويوضح فؤاد سليمان (١٩٨٢) أن عملية اختيار المحتوى ومصاحبته للخبرات التعليمية أحد الأمور المهمة والرئيسية في بناء البرنامج ويشير إلى أنها مشكلة البرنامج عموماً . [٣٥ : ١٣٣ - ١٣٤]

ويضيف محمد عزت عبد الموجود وآخرون (١٩٨٧) إلى ما سبق إلى أن التغيرات الاجتماعية السريعة والفروق بين المتعلمين تجعل عملية الاختيار صعبة ويتطلب ذلك تكييف البرنامج بحيث تتلائم مع تلك المتطلبات . [٤٨ : ٩٩]

ويتفق كل من سهير بدير (١٩٨٠) وفؤاد سليمان (١٩٨١) وفوزى طه ورجب الكلز (١٩٨٥) في أن براعى المعلم عند اختيار المحتوى أن تعبر الموضوعات والأنشطة المختارة تعبيراً صادقاً عن أهداف البرنامج وتكون مرتبطة به حيث تؤدي إلى النتائج التي يستهدفها ، وأن تكون موضوعات المحتوى ذات فائدة وظيفية للمتعلم وتؤدي إلى تشويقه وزيادة فاعليته ؛ كما يجب أن يكون المحتوى مناسباً لمرحلة النمو وكذلك يتناسب المحتوى مع ميول المتعلمين وأن يكون المحتوى متنوعاً بحيث يقابل الفروق الفردية بين المتعلمين .

[٢٢ : ٨٠] ، [٣٤ : ٣٣٧] ، [٣٦ : ١٠٢]

ولما كان محتوى برنامج الإعداد البدني الخاص بالملاكمين الشباب هو القاعدة الأساسية لعملياته التعليمية ، فإن اختيار هذا المحتوى الذي يحقق الأهداف التربوية ومصاحبته للخبرات التعليمية يعد من الأمور الهامة الرئيسية في بناء البرنامج .

ويرى الباحث أنه من الضروري أن يشتمل محتوى البرنامج على أنشطة متنوعة تتناسب مع احتياجات وميول اللاعبين مراعين في ذلك ضرورة مناسبة تلك الخبرات التعليمية لمستوياتهم وقدراتهم والفروق الفردية فيما بينهم وذلك بتنوع درجة صعوبتها بحيث تتحدى قدراتهم وتسمح لكل منهم في الوصول لمستوى أفضل .

ويتم تنظيم المحتوى بأسلوبين هما التنظيم السيكولوجي والتنظيم المنطقي . ويقصد بالتنظيم السيكولوجي أن يكون نضج المتعلم وإهتماماته وخبراته السابقة فقط محور اهتمام واضعي البرامج والعناية الرئيسية في إعداد المادة التعليمية .

[٧٣ : ٣١] ، [٩٢ - ٩١ : ٩]

أما التنظيم المنطقي فيعنى أن تنظيم المواد التعليمية حسب الترتيب المنطقي للمادة نفسها وفق أساس معين يتمثل في التسلسل الزمني أو غيره من أسس الترتيب دون النظر إلى مشكلات المتعلمين وإهتماماتهم واستعداداتهم إلا قدرأ ضئيلاً من الاعتبار . [٧٥ - ٧٣ : ٣١]

وهناك بعض المعايير التي يجب أن تراعى عند تنظيم محتوى البرنامج والتي أجمع عليها الكثيرون من المتخصصين في مجال المناهج والتي تنحصر في ثلاثة مبادئ أساسية لا بد من توافرها فيه حتى تحكم عليه بالوجود وهي الاستمرارية ، التسلسل ، التكامل . [٩٩ - ٨٨ : ٢٢] ، [٤٢ - ٣٨ : ٨]

ج- طرق وأساليب التدريس

تستند أى عملية تعليمية على محاور ثلاثة هي التلميذ والمادة والطريقة . فمجالات دراسة التلميذ وفهمه يختص بها علم النفس وما يرتبط بها من العلوم الإنسانية المساعدة ، أما المادة فيتضمنها محتوى البرنامج وتوزعها خطة الدراسة ،

وأما الطريقة فهي الرباط الذي يربط بين الأثنين وعلى قدر سلامة هذا الرباط تكون العملية كلها . [١٤ : ٣]

ويذكر محمد عزت عبد الموجود وآخرون أن طريقة التدريس هي " مجموع الأنشطة والإجراءات التي يقوم بها المعلم والتي تظهر أثارها على ناتج التعلم الذي يحققه المتعلمون " . [٤٨ : ١٢٢]

واختيار أى طريقة من طرق التدريس ونجاحها يتوقف على عدة اعتبارات من أهمها ضرورة إدراك المعلم لأهداف البرنامج التي يسعى لتحقيقها والتي على أساسها يختار أنسب الطرق لتحقيقها، ولا بد من إدراكه لخبرات المتعلمين ومستوياتهم، وما توجد بينهم من فروق فردية وضرورة إدراكه لتطبيق المادة الدراسية التي يقوم بتدريسها وأساليب تنظيمها وفهم لمختلف مصادر التعليم الذي يمكن استخدامها في التدريس وأن يكون مدركاً للعلاقة بين طريقة التدريس المستخدمه وبين ما يمكن تنفيذه من نشاط وما تحتاجه من إمكانيات ووسائل . [٩٦:٢٢-١٠٠]، [٤٨ : ١٢٤ - ١٢٥]

ويشير عبد الحميد فايد (١٩٧٥) أن طريقة التدريس الناجحة هي التي توصل إلى الغاية المنشودة وبالتالي تحقق الأهداف في أقل وقت وأيسر جهد . [٥٤ : ٢٦]

كما يذكر كل من سهير بدير (١٩٨٠) وفوزى طه ورجب الكلز (١٩٨٥) الطريقة الجيدة في التدريس هي التي تؤدي إلى وضوح الهدف منها أمام المتعلمين وتستثير دوافعهم نحو العمل ليحققوا ما ينشدونه من أهداف .

[٢٢ : ١٠٠] ، [٣٦ : ١٠٢ - ١٠٤]

ولكل مادة دراسية ولكل نوع من المهارات سيكولوجية خاصة في تدريسها مستمدة من دلالة نوازلها من جهة ومن خصائص نمو المتعلم من جهة أخرى .
[٢٣ : ١٩٤] ، وهناك العديد من طرق التدريس إلا أن أكثرها استخداماً في مجال أنشطة التربية الرياضية الطريقة المباشرة و الطريقة غير المباشرة و الطريقة المركبة .
[٥٥ : ٨٤] ، [٥٩ : ١٢٩] ، [١٠ : ١٨٢ - ١٩١]

وفي الواقع لا يوجد طريقة تدريس مثالية إذ أن لكل طريقة مميزاتا و عيوبها ويمكن للمعلم أن يحقق أهداف البرنامج بالإستعانة في تدريسه بأكثر من طريقة . وهذا التنوع في طرق التدريس يعمل على الإستفادة من مميزات كل طريقة لأقصى مدى وتلاشي قصور كل طريقة لأقصى مدى مما يؤدي إلى فاعلية عملية التدريس . كما يساعد استخدام أكثر من طريقة في عملية التدريس لمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين ويعطي الفرصة لكل فرد لأن يتعلم وفقاً لقدراته الفعلية وما يسمح له به مستواه . ويستخدم مع طرق التدريس أساليب معينة يقوم المعلم باستخدامها في التدريس وهي الأسلوب اللفظي والأسلوب البصري والأسلوب الحس حركي .

د- التقويم

إن كافة جوانب العملية التربوية على جميع مستوياتها تخضع لعملية التقويم ، وذلك يرجع إلى أن العملية التربوية تستند إلى أهداف يروجها المجتمع وفلسفته التربوية ، ومن ثم فالحاجة ضرورية لمعرفة جدوى و فاعلية ما يبذل من جهود وما يرصد من ميزانيات وما يتوافر من إمكانيات مادية وبشرية . ولما كان الهدف من العملية التعليمية هو إحداث تغيرات معينة مرغوبة في سلوك المتعلمين ؛ لذا كان من اللازم التعرف على المدى الذي وصلت إليه هذه التغيرات والمعدل الذي تتم به والإتجاه الذي تسير فيه وما تحققه من أهداف نسعى إليها . [٤٨ : ١٣٣]

وتشير سهير بدير (١٩٨٠) إلى أن التقويم هو " الوسيلة التي يمكن للمدرس أو التلميذ وكل من له صلة بالعملية التعليمية أن يتعرف عن طريقها على المستوى الذي وصل إليه التلميذ في تعلمه " . [٢٢ : ١٢٠]

ويعتبر التقويم أيضاً " المؤشر لمدى نجاح الفرد في تحقيق الأهداف التي يسعى إليها وهو العملية التي يتم بها الحكم على قيمة الأشياء أو الأشخاص أو الموضوعات" [٣١ : ١]

ولكى يكون التقويم فعالاً بالنسبة للعملية التعليمية بصفة عامة والبرنامج بصفة خاصة لابد أن تتوفر عدة أسس منها أن يكون التقويم عملية مشاركة تعاونية بين كل المهتمين بالعملية التعليمية بما فيهم المتعلم ، ويجب أن يكون شاملاً لجميع النواحي المتعلقة بنمو المتعلم الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي وتغيير سلوكه . [١٦ : ١٩٩ - ٢١٨] ، [٨ : ١٤٩ - ١٥٥] ، [٣٧ : ١٩٤ - ١٩٩]

وهناك العديد من وسائل التقويم منها الاختبارات التحريرية ، الملاحظة ، المقابلة ، الاختبارات الموضوعية ، الاختبارات العملية ، والاستفتاءات ، والتقارير الذاتية ، والوسائل الإسقاطية . وتعتبر الاختبارات العلمية من أهم الأنواع المستخدمة في مجال التربية الرياضية . [١٦ : ٢٢٩]

٣- الخصائص المميزة للمرحلة السنية من ١٦ - ١٨ سنة

أ- النمو الجسمي :

تتميز هذه المرحلة بالبطء في معدل النمو الجسماني ويلاحظ استعادة الفتى لتناسق شكل الجسم كما تظهر الفروق المميزة في تركيب جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة ، ويزداد نمو العضلات والجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو

العظام حتى يستعيد الفرد اتزان جسمه ويصل الفتيان إلى نضجهم البدني الكامل تقريباً.

وينمو طول الجسم نمواً كبيراً في هذه المرحلة وكذلك الوزن ومحيط الصدر والجهاز العضلي كما يكتمل في هذه المرحلة نمو الجهاز العصبي والحركي وفيما يلي متوسط الطول والوزن للمرحلة السنوية ١٦ - ١٨ سنة .

متوسط الطول والوزن للمرحلة السنوية (١٦ - ١٨ سنة بنين)

| السنة | متوسط الطول (سم) | متوسط الوزن (كجم) |
|--------|------------------|-------------------|
| ١٦ سنة | ١٦٤,٧ | ٥٤,٢ |
| ١٧ سنة | ١٦٧,٧ | ٥٨,٥ |
| ١٨ سنة | ١٦٩,٣ | ٦٠,٤ |

كما يحدث نمو كبير بالجهاز الدوري والذي يحدده نمو حجم القلب وزيادة ارتفاع ضغط الدم وتكون سرعة النبض ٧٠ ضربة /ق تقريباً عندما تكون النهاية العظمى لضغط الدم ١١٠ - ١٢٠مم /والنهاية الصغرى من ٧٠ - ٧٥مم .

[٤٤ : ١٤٦] ، [٢٥ : ٣٦٥ - ٣٦٦]

ب- النمو الحركي :

في هذه المرحلة يظهر الإتزان التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب الحركي ، وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن والرقى

لتصل إلى درجة عالية من الجودة ، كما نلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العضلي بدرجة كبيرة .

وتعتبر هذه المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي ويستطيع فيها اللاعب سرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وثبوتها، وتزداد الرغبة في إظهار المهارات المختلفة وتعلم الحركات المعقدة . بالإضافة إلى ذلك فإن عامل زيادة قوة العضلات الذي يتميز بها اللاعب في هذه المرحلة يساعد كثيراً على إمكان ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية مثل الملاكمة وغيرها . [٤٤ : ١٤٧] ، [٢٥ : ٣٦٥]

ح- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي :

وتختلف الخواص النفسية للاعبين الشباب في هذه المرحلة من العمر كثيراً جداً، فهي تقترب من الخواص النفسية لكبار السن ، ويظهر في هذا السن لدى اللاعبين الإحساس نحو تكوين الصداقات والتعاون ، وتقل لديهم ظاهرة التظاهر وتنمو لديهم الدوافع الاجتماعية إلا أنه أحياناً ما تبقى لديهم ظاهرة عدم الاستقرار النفسي (سرعة الإحراج - التردد في اختيار وأداء الحركات المختلفة - الصراع الداخلي بين الدوافع والنزعات الشخصية والاجتماعية) .

ولذلك لا بد أن يتصف تدريب اللاعبين في هذه المرحلة من العمر ١٦ - ١٨ سنة بالتنشيع الانفعالي الترويحي بحيث يحتوى التدريب على التمرينات العامة والخاصة والمتنوعة وعلى مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المسابقات والمنافسات وأن تكون عملية توضيح الأداء باستخدام الأمثلة والوسائل الإيضاحية المشوقة .

ثانياً : الدراسات المرتبطة

فى حدود ما تمكن الباحث من الإطلاع عليه من دراسات وبحوث سابقة ومرتبطة بموضوع هذه الدراسة يقدم الأتى :-

- ١- دراسات تناولت البرامج التدريبية وتأثيرها على اللياقة البدنية .
- ٢- دراسات تناولت الألعاب التمهيدية أو الألعاب الصغيرة وتأثيرها على الجانب البدنى أو المهارى .

١ - الدراسات التى تناولت البرامج التدريبية وتأثيرها على اللياقة البدنية :

قام الباحث عبد الفتاح فتحى مبروك (١٩٧٥) بدراسة عنوانها " بحث الطرق والوسائل الفعالة لتطوير الجاد الخاص للملاكمين الناشئين " واستهدفت الدراسة تنمية التحمل الخاص للملاكمين الناشئين عن طريق استخدام طريقة التدريب باستخدام الحمل المستمر والفتري والمبارائى وكذلك استخدام طريقة التدريب الدائرى كشكل تنظيمى لهذه الطرق التى تؤدى إلى سرعة تنمية التحمل الخاص لدى الملاكمين الناشئين .

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم تجريبي (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) وبلغ حجم العينة (٦٠) لاعب من طلبة المعهد العالى للتربية الرياضية للبنين بالاسكندرية ، وكانت نتائج هذه الدراسة تطوير التحمل الخاص للملاكمين الناشئين باستخدام أسلوب التدريب الدائرى كشكل تنظيمى لطرق التدريب الثلاثة (المستمر والفتري والمبارائى) ، وكان هذا الأسلوب له تأثير ايجابى لصالح المجموعة التجريبية عن الأسلوب التقليدى . [٢٧]

كما قام ابراهيم حنفى شعلان (١٩٧٦) بدراسة عنوانها " أثر فترات الراحة الينية لتنمية التحمل الخاص للاعبى كرة القدم للمرحلة السنية (١٨ - ٢١ سنة) ."

استهدفت الدراسة تحديد فترات الراحة المناسبة بين تمارين التحمل الخاص ومعرفة تأثيرها على التحمل الخاص للاعبين عينة البحث كما استهدفت تحديد درجات حمل التدريب عن طريق معدل النبض مع وضع برنامج تدريبي مقترح لتنمية مستوى التحمل الخاص للاعبى كرة القدم . واختار الباحث العينة بالطريقة العشوائية العمدية يفترض فيها التجانس من جميع الوجوه من لاعبي كرة القدم للمرحلة السنية من ١٨ - ٢١ سنة بمحافظة القاهرة ، وبلغ حجم العينة (٥٥) لاعباً ، وكانت أهم النتائج لهذه الدراسة أن درجات الحمل التي تعمل على تنمية التحمل الخاص فى كرة القدم هى :

أ- حمل متوسط: معدل النبض [١٤٠ - ١٦٠ نبض/ق] يعقبه فترة راحة ٤٥ ث .

ب- حمل عالى : معدل النبض [١٦٠ - ١٨٠ نبض/ق] يعقبه فترة راحة ٦٠ ث .

ج- حمل أقصى: معدل النبض [فوق ١٨٠ نبض/ق] يعقبه فترة راحة ٩٠ ث . [٢]

كما قام الباحث مسند طلعت إبراهيم (١٩٧٦) بدراسة عنوانها " بحث طرق تنمية التحمل الخاص لدى ملاكمى الأوزان الثقيلة . " واستهدفت الدراسة تنمية التحمل الخاص لدى ملاكمى الأوزان الثقيلة المتقدمة من سن ١٧ - ٢٠ سنة ، كما تهدف إلى معرفة تأثير التحكم فى تدرج شدة الحمل بما يتناسب مع اختلاف الوزن باستخدام التدريب الدائرى كشكل تنظيمى لطرق تدريب الحمل المستمر والفترى مرتفع الشدة والتي يؤدى إلى تنمية التحمل الخاص لدى ملاكمى الأوزان الثقيلة المتقدمين . وأستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم تجريبي (مجموعة تجريبية ومجموعتان ضابطة) وبلغ حجم العينة (٦٠) لاعباً من طلبة كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية ؛ وكانت نتيجة هذه الدراسة تأثير استخدام أسلوب التدريب الدائرى أعطى الفرص لتنظيم الحمل والراحة كما أنه له فاعلية فى تنظيم طرق التدريب المختلفة (التدريب المستمر والفترى مرتفع الشدة) والتي من شأنها تنمية التحمل الخاص لدى ملاكمى الأوزان الثقيلة المتقدمة . [٤٧]

وكذلك قام الباحث عمرو أبو المجد (١٩٧٧) بدراسة عنوانها " أثر برنامج تدريبي مقترح على التقدم بالمستوى البدني والمهاري في كرة القدم للناشئين ". واستهدفت هذه الدراسة التعرف على أثر البرنامج المقترح على التقدم بالمستوى البدني ، والمهاري للاعبين كرة القدم عينة البحث وقد اختار الباحث العينة بالطريقة العمدية العشوائية من الناشئين المتقدمين لممارسة كرة القدم سن ١٤ سنة وكان قوام العينة (٦٠) لاعب ناشيء تم تقسيمهم على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وكانت نتائج هذه الدراسة أن التحسن البدني والمهاري لدى أفراد المجموعة التجريبية في نهاية التجربة أفضل من مستوى التحسن لدى أفراد المجموعة الضابطة ويعزى ذلك لأثر البرنامج المقترح . [٣٠]

وأيضاً قام عز الدين يعقوب حامد (١٩٨٦) بدراسة عنوانها " أثر برنامج فترة الإعداد ودوره في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم ". استهدفت الدراسة معرفة أثر فترة الإعداد على تحسين مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبين الدرجة الأولى لكرة القدم ، وقد اختار الباحث العينة بالطريقة العمدية وعددها (٥٠) لاعب مقسمة إلى مجموعتين (٢٥) لاعب من النادي الاولمبي المصري (٢٥) لاعب من نادي المقاولون العرب ، واستخدم الباحث المنهج المسحي الوصفي نظراً لطبيعة الدراسة وكانت أهم نتائج هذه الدراسة هو وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي المقاولون العرب ولاعبين الاولمبي لصالح لاعبي المقاولون ويرجع ذلك لوجود برنامج تدريبي في نادي المقاولون وعدم وجود برنامج تدريبي في نادي الاولمبي . [٢٩]

وكذلك قام محمد علي محمود (١٩٨٦) بدراسة عنوانها " تأثير برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم للمبتدئين على مستوى الأداء البدني والمهاري ". استهدفت الدراسة التعرف على أثر البرنامج المقترح على التقدم بالمستوى البدني والمهاري للمبتدئين

في كرة القدم ومقارنة نسبة التحسين بين المجموعتين ، وقد اختار الباحث العينة بطريقة عمدية (طبقية) من بين المبتدئين المتقدمين لممارسة لعبة كرة القدم تحت سن (١٣ سنة) بالنادى الأهلى وبلغ حجم العينة (٥٠) لاعب وقسمت العينة عشوائياً إلى مجموعتين كل منهما (٢٥) إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية وكان أهم النتائج أن نسبة التحسن فى الاختبارات البدنية والمهارية المقيسة تتراوح ما بين (١٣,٥ ٪ - ٥١,٤ ٪) فى المجموعة التجريبية بينما تتراوح نسبة التحسن ما بين (٧,٥ ٪ - ١٩,٧ ٪) للمجموعة الضابطة وذلك يرجع إلى التخطيط الجيد للتدريب والتنظيم السليم لمحتوى البرنامج ومراعاة مبادئ الحمل ومراعاة تقنين وتحديد درجات حمل التدريب لكل وحدة فى البرنامج التدريبى المقترح . [٤٩]

وأيضاً قام ممدوح محمود محمدى (١٩٩٠) بدراسة عنوانها " تأثير برنامج تدريبى مقترح لفترة الإعداد على تحمل الأداء لناشئ كرة القدم . " استهدفت الدراسة تطوير البرامج التدريبية الخاصة بالتحمل العام وتحمل الأداء للاعبين مجال البحث تحت سن (١٥ سنة) خلال فترة الإعداد وكذلك التقدم بمستوى الأداء العام (بدنى - مهارى - خطى) وبصفة خاصة التحمل العام وتحمل الأداء فى فترات التدريب الأخرى غير الفترة الإعدادية التى يطبق البحث فى عضونها ، وقد اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة القدم بنادى الزمالك تحت سن (١٥ سنة) وبلغ حجم العينة (٣٠) لاعب ، وكانت أهم النتائج فى هذه الدراسة أن درجات حمل التدريب التى تعمل على تنمية تحمل الأداء لدى لاعبي كرة القدم تحت سن (١٥ سنة) هى :

أ- حمل متوسط : معدل النبض حوالى (١٦٠ نبض/ق) يعقبه فترة راحة ١٠٠ ثا تقريباً .

ب- حمل عالى : معدل النبض حوالى (١٨٥ نبض/ق) يعقبه فترة راحة ١٢٠ ثا تقريباً .

ج- حمل أقصى: معدل النبض أكبر من (١٨٥ نبض/ق) يعقبه فترة راحة ١٨٠ ث
تقريباً . [٥١]

٢- دراسات تناولت الألعاب التمهيدية أو الألعاب الصغيرة وتأثيرها على الجانب البدني أو المهاري :

قامت دولت عبد الرحمن عبد القادر (١٩٨١) بدراسة عنوانها " أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تنمية بعض الصفات الاندنية والإنتاج لعاملات الشركة الشرقية للكتان والقطن . " وقد استهدفت الدراسة رفع مستوى اللياقة البدنية الخاصة للعاملات عن طريق استخدام الألعاب الصغيرة وذلك لرفع عنصر الملل وزيادة عنصر التشويق وقد اختارت الباحثة عينة بالطريقة العشوائية من بين العاملات بالشركة وبلغ حجم العينة (٨٠) عامله ، وقد أسفرت نتائج البحث إلى أن ممارسة الألعاب الصغيرة ساعدت على رفع المستوى البدني الحاص للعاملات كما تعمل على زيادة كفاءة الجهاز التنفسي نتيجة لزيادة السعة الحيوية ، وكذلك زيادة قوة عضلات القبضة وقصر زمن رد الفعل وزيادة الدقة ، والتي أدت بالتالي إلى ارتفاع مستوى الإنتاج وزيادته مما يشير إلى الدور الذي تلعبه الألعاب الصغيرة في تنمية الصفات البدنية لدى ممارسيها . [١٧]

كما قام محمد توفيق الوليلي (١٩٨٢) بدراسة عنوانها " أثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى الأداء المهاري وبعض الوظائف الفسيولوجية للاعبين كرة اليد . " بهدف التعرف على أثر البرنامج على المستوى المهاري للاعبين وتم اختيار عينة البحث من ناشئي كرة اليد بأندية منطقة القاهرة والجيزة وعددهم (٨٢ لاعباً) وقد استخدم الباحث الألعاب الصغيرة في دراسته في جزء الأحماء والنشاط التطبيقي ومن أهم النتائج التي توصل إليها هي إتقان المجموعة التجريبية للمهارات كان أفضل من

المجموعة الضابطة بدلالة إحصائية ؛ وهذه النتيجة تشير إلى أن استخدام الألعاب الصغيرة يُحسن مستوى الأداء المهارى بصورة أفضل من النمط التقليدى فى تدريب اللاعبين . وهناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية فى المهارات الحركية الهجومية ، وبعض الوظائف الفسيولوجية ، وإن تأثير البرنامج النمطى كان أقل ايجابية على بعض الوظائف الفسيولوجية ومستوى مهاره الحركية للاعبى كرة اليد عينة البحث الضابطة . [٤١]

وكذلك قامت ايلين وديع فرج (١٩٨٣) بدراسة عنوانها " تأثير برنامج مقترح من الألعاب لتنمية القدرات الادراكية الحركية فى المرحلة الابتدائية . " تم اختيار عينة البحث عشوائياً من تلميذات الصف الثالث الابتدائى قوامها (٦٠) تلميذاً قسمت إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وقد أسفرت أهم النتائج أن البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة كان أكثر فاعلية من البرنامج التفاضلى فى تنمية القدرات الحركية لعينة البحث ؛ الأمر الذى يوضح مدى أهمية استخدام الألعاب الصغيرة لتحسين الادراك الحركى لدى أطفال المرحلة الابتدائية. [١١]

وأيضاً قامت أبتهاج أحمد عبد العال (١٩٨٥) بدراسة عنوانها " أثر برنامج مقترح من الألعاب الصغيرة التمهيدية على مستوى أداء المهارات الأساسية لبعض الألعاب الكبيرة لتلميذات المرحلة الإعدادية . " استهدفت الدراسة ادخال الألعاب الصغيرة التمهيدية فى درس التربية الرياضية لذات المرحلة الإعدادية ومعرفة مدى تأثير الألعاب الصغيرة التمهيدية على أداء المهارات الأساسية لبعض الألعاب الكبيرة (كرة السله - كرة اليد) . وقد اختارت الباحثة العينة من تلميذات الصف الأول بالطريقة العشوائية وبلغ حجم العينة (١٢٨) تلميذة من المرحلة الإعدادية قسمت إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وقد أسفرت أهم نتائجها أن البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة التمهيدية أثر ايجابياً على تحسين

المهارات الحركية لكل من كرة اليد وكرة السله ، وهذا يوضح الأثر البارز للألعاب الصغيرة التمهيدية فى تحسين المهارات الحركية للألعاب الكبيرة . [١]

كما قام أحمد ممدوح ذكى عبد الباسط (١٩٨٥) بدراسة عنوانها " أثر استخدام الألعاب الصغيرة على تحسين اللياقة البدنية بحزء الإعداد البدنى فى درس التربية الرياضية للمرحلة الاعدادية . " وقد استهدفت الدراسة معرفة العائد من استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة فى جزء الإعداد البدنى وبمقارنته بمثيله الذى يستخدم التمرينات التقليدية لنفس الغرض. وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصف الأول الإعدادى وبلغ حجم العينة (٩٠) تلميذاً ، وقد أسفرت أهم النتائج إلى أن استخدام الألعاب الصغيرة بجزء الإعداد البدنى فى درس التربية الرياضية يؤثر تأثيراً ايجابياً على مستوى اللياقة البدنية ككل وكعناصر منفردة الأمر الذى يشير إلى إن الألعاب الصغيرة تؤثر بدرجة تفوق استخدام التمرينات التقليدية فى جزء الإعداد البدنى وذلك على تحسين مسرى اللياقة البدنية . [٤]

وأيضاً قامت نبيلة عبد المنعم على شحاتة (١٩٨٧) بدراسة عنوانها " أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تحسين الأداء المهارى فى الكرة الطائرة . " استهدفت الدراسة تحسين الأداء المهارى لطالبات الفرقة الثانية بالكلية والمبتدئات فى تعليم كرة الطائرة وقد اختارت الباحثة عينة البعث بالطريقة العشوائية البسيطة وبلغ حجم العينة (٩٦) طالبة وكانت أهم النتائج أن البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية كان أكثر فاعلية من البرنامج الحالى المستخدم بالكلية على تحسين مستوى أداء مهارتى الإرسال من أسفل والتمرير من أعلى فى الكرة الطائرة . [٥٢]

وكذلك قام أشرف حافظ (١٩٩٢) بدراسة عنوانها " تأثير برنامج مقترح للارتقاء بمستوى اللياقة البدنية للمصارعين الناشئين . " واستهدفت الدراسة ادخال

الألعاب الغرضية فى برنامج لتنمية الصفات البدنية للمصارعين الناشئين والتعرف على تأثير البرنامج التقليدى ، وقد اختار الباحث العينة بالطريقة العمدية من اللاعبين الناشئين بمراكز تدريب الناشئين بمنطقة القاهرة وعددهم (٦٠) لاعباً وتم تقسيم اللاعبين إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة واستخدم الباحث المنهج التجريبي فى معالجة مشكلة البحث وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية نتيجة استخدام الألعاب الغرضية يفوق استخدام البرنامج التقليدى. [٦]

وفى مجال الدراسات الأجنبية فلم يقع تحت يد الباحث أى دراسة مرتبطة يمكن الاستعانة بها فى هذا البحث وذلك لحد علمه.

تحليل الدراسات المرئية بالبحث

| م | أسم الباحث | عنوان البحث | الدرجة العلمية | التاريخ | عدد أفراد العينة | المرحلة المنهجية | التجريبية | أسم النتائج |
|---|--------------------|--|----------------|---------|------------------|------------------|-----------|---|
| ١ | صد الفلاح فتحي | بحث الطرق والرسائل للعالمه لتطوير الجاه الخاص الملاكمين الناشئين". | ماجستير | ١٩٧٥ | ٦٠ لاعب | الناشئين | التجريبية | تطوير التحمل الخاص للملاكمين الناشئين باستخدام أسلوب التدريب الاثري كتمل تطهسي للثريه تدريب العمل المستمر والثري والمبارتي |
| ٢ | إبراهيم حنفي شعلان | أثر فترات الراحة اللديه لتسمية العمل الخاص للاعبين كره القدم للمرجه السنيه (١٨-٢١ سنه)". | ماجستير | ١٩٧٦ | ٧٥٥ لاعب | ١٨-٢١ سنه | التجريبية | تحديد درجات حمل التدريب التي تعمل على تنمية التحمل الخاص في كرة القدم |
| ٣ | محمد طلعت إبراهيم | بحث طرق تسمية التحمل الخاص لدى ملاكمي الأوزان الثقيله باستخدام أسلوب التدريب للاثري | ماجستير | ١٩٧٦ | ٦٠ لاعب | ١٧-٢٠ سنه | التجريبية | تطوير التحمل الخاص لدى ملاكمي الأوزان الثقيله باستخدام أسلوب التدريب للاثري |
| ٤ | عمرو أبو المحد | أثر برنامج تدريبي مقترح على التقدم بالمستوى اللدني و المهارى في كرة القدم للناشئين". | ماجستير | ١٩٧٧ | ٦٠ لاعب | الناشئين | التجريبية | أثر البرنامج المقترح تأثيراً ايجابياً على تحسني المستوى اللدني و المهارى لافراد عينة البحث التحريبيه بمقارنه بمستوى تحسني المجموعه المتسابه |

تحليل الدراسات المرتبطة بالبحث

| م | أسم الباحث | عنوان البحث | الدرجة العلمية | التاريخ | عدد أفراد العينة | المرحلة المنهجية | ألمع النتائج |
|---|-------------------------------|--|----------------|---------|------------------|---------------------|--|
| ٥ | دولت عبد الرحمن عبد القادر | أثر برنامج مقترح للألعاب للمصغرة على تنمية بعض المصنات البدنية والانتاج لعاملات الشركة الشرقية للإكس و القطن . | إنتاج علمي | ١٩٨١ | ٨٠ عاملة | عوامل التجريبى | ممارسة الألعاب المصغرة تعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية وكذلك زيادة كفاءة الجهاز التنفسي وذلك زيادة القدرة وزمن رد الفعل والنتيجة مما أدى إلى زيادة الانتاج |
| ٦ | محمد توفيق الوائلى | أثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى الأداء المهارى وبعض الوظائف الفسيولوجية للاصغر كرة اليد . | دكتوراه | ١٩٨٢ | ٨٢ لاعب | التجريبى التشخيص | إيقان المصغرة التجريبية للمهزلات أفضل من المصغرة المنضبطة مما يدل على أهمية "الألعاب المصغرة" فى تنمية الأداء المهنى . |
| ٧ | أولين ودع | تأثير برنامج مقترح من الألعاب لتنمية القدرات الأركية الـركية فى المرحلة الابتدائية . | إنتاج علمي | ١٩٨٣ | ١٠ تلميذ | التجريبى التالى | إن البرنامج المقترح باستخدام الألعاب المصغرة كان أكثر فاعلية من البرنامج التقليدى فى تنمية القدرات الحركية لمتبة للبحث |

تحليل الدراسات المرتبطة بالبحث

| م | أسم الباحث | عنوان البحث | الدرجة العلمية | التاريخ | عدد أفراد العينة | المرحلة المنهجية | المنهج المستخدم | أسم المؤلف |
|----|--------------------------|--|----------------|---------|------------------|----------------------|-----------------|---|
| ٨ | إتيحاح أحمد عبد المال | أثر برنامج مقترح من الألعاب الصغيرة التمهيدية على مستوى أداء المسارات الأساسية لبعض الألعاب الكبيرة للتحديات المرحلة الإعدادية . | دكتوراه | ١٩٨٥ | ١٢٨ تلميذ | تلميذات ابتدائي | التجريبي | إن البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة التمهيدية أثر تأثيراً واضحاً في تحسين المهارات الحركية لكل من كرة اليد وكرة السلة |
| ٩ | أحمد ممدوح ذكي | أثر استخدام الألعاب الصغيرة على تحسين اللياقة البدنية بجزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية يؤثر إيجابياً على مستوى اللياقة البدنية ككل ومفاصل مفردة | ماجستير | ١٩٨٥ | ٩٠ تلميذ | تلاميذ ابتدائي | التجريبي | إن استخدام الألعاب الصغيرة بجزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية يؤثر إيجابياً على مستوى اللياقة البدنية ككل ومفاصل مفردة |
| ١٠ | عز الدين يعقوب | أثر برنامج فترة الإعداد وحوره في تحسين عناصر اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم | ماجستير | ١٩٨٦ | ٥٠ لاعب | لاعبين للدرجة الاولى | المسح الرصفي | تحسين مستوى لاعبي المقارون نتيجة لوجود برنامج فترة الإعداد بينما لم يحدث تحسين بدرجة عالية للاعبي الاولى |

تحليل الدراسات المرتبطة بالبحث

| م | اسم الباحث | عضوان البحث | الدرجة العلمية | التاريخ | عدد أفراد العينة | المرحلة المنهجية | المنهج المستخدم | أسم التتبع |
|----|-------------------|--|----------------|---------|------------------|-----------------------------|-----------------|---|
| ١١ | محمد سني محمود | تأثير برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم للمبتدئين على مستوى الأداء البدني والمهارى. | ماجستير | ١٩٨٦ | ٥٠ لاعب | تحت إشراف ١٣ سنة | التحريبي | ارتفاع نسبة تحسن المجموعة التجريبية بالمقارنة بالمجموعة الضابطة ويرجع ذلك للتخطيط الجيد للتدريب والتعليم السليم لمحتوى البرنامج |
| ١٢ | نبيلة عبد المنعم | تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تحسين الأداء المهارى فى الكرة الطائرة. | ماجستير | ١٩٨٧ | ٩٦ طالبه | طلبة الفرقة الثانية بالكلية | التحريبي | أن التعليم باستخدام برنامج الألعاب التمهيدية كان أكثر فاعلية من البرنامج العالى على تحسين أداء مهارتى الأرسال من أسفل والتمرير من أعلى فى الكرة الطائرة |
| ١٣ | مشورح محمود محمدي | تأثير برنامج تدريبي مقترح لفرقة الإعداد على تحمل الأداء لانشىء كرة القدم. | ماجستير | ١٩٩٠ | ٣٠ لاعب | الناشئين ١٥ سنة | التحريبي | الوصول إلى درجات حمل يمكن من خلالها تنمية تحمل الأداء للاعبين تحت ١٥ سنة |
| ١٤ | أشرف حافظ | تأثير برنامج مقترح للارتقاء بمستوى اللياقة البدنية للمسارعين الناشئين. | ماجستير | ١٩٩٢ | ٦٠ لاعب | الناشئين | التحريبي | المجموعة التجريبية التي استخدمت الألعاب الفرصية ارتفع مستوى اللياقة البدنية عن المجموعة الضابطة التي تخفض لبرنامج الاتحاد |

- التعليق على الدراسات المرتبطة :

يتضح من عرض نتائج الدراسات السابقة أن بعض الباحثين أمثال " دولت عبد الرحمن ومحمد توفيق الوليلي وإيلين وديع فرج وابتهاج أحمد عبد العال وأحمد ممدوح ذكي ونبيلة عبد المنعم " قد تعرضوا للتعرف على أثر الألعاب الصغيرة على نوعيات مختلفة من المجال السرقي وقد أسفرت جميع نتائج هذه الدراسات على فاعلية الألعاب التمهيدية فيما وضعت من أجله ، مما دفع الباحث إلى إجراء هذه الدراسة للتعرف على إمكانية الاستفادة من الألعاب الصغيرة التمهيدية كمتغير تجريبي في رفع المستوى البدني للملاكمين المصريين .

كما أن عرض الدراسات والبحوث السابقة قد أوضح للباحث الخطوات الأساسية والاطار العام لبحثه وتحديد منهجه والأدوات التي يمكن استخدامها وذلك بعد تقنينها من قِبل الباحث وكذلك كيفية اختيار وتصميم الألعاب التمهيدية اللازمة للبرنامج وطرق تنفيذها وكيفية تلافى الصعوبات واستغلال الإمكانيات المتاحة.

وقد أفادت الدراسات السابقة الباحث فيما يأتي:

أفادت دراسة كل من عبد الفتاح فتحى ومحمد طلعت على أهمية تنمية التحمل الخاص لدى الملاكمين مما أدى إلى تركيز الاهتمام بزيادة الألعاب الخاصة بتنمية عنصر التحمل الخاص للملاكمين.

أفادت دراسة إبراهيم حنفى شعلان وعمرو أبو المجد وعز الدين يعقوب ومحمد على محمود على أهمية فترة الإعداد ووضع برامج على أسس علمية فى هذه الفترة على أساس أنها القاعدة الأساسية لما يليها من فترات ، كما أفادت دراسة إبراهيم حنفى شعلان وممدوح محمود فى تحديد درجات الحمل للأداء وكذلك فترات الراحة البدنية.

أفادت دراسة عمرو أبو المجد الباحث فى تحديد الزمن المناسب لكل عنصر خلال أسابيع التدريب ، كما أفادت هذه الدراسة إلى جانب دراسة محمد على محمود فى تحديد العلاقة بين المستوى البدنى والمستوى المهارى مما دفع الباحث إلى اختيار ألعاب تمهيدية تخدم المستوى البدنى وكذلك تساهم فى تنمية المستوى المهارى لدرجة معينة .

استفاد الباحث من دراسة كل من عمرو أبو المجد ونبيلة عبد المنعم فى تحديد الشكل العام للبرنامج ودرجات الحمل.