قسم علوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية

السداسي الثاني: مقياس: مشروع البحث

الثانية ليسانس تربوي

مقياس: مشروع البحث

الأستاذ: لطرش عماد

السنة الجامعية:2026/2025

أهداف التعليم: أن يتمكن الطالب من تصميم وإنجاز مشروع بحث علمي في المجال الرياضي بطريقة منهجية وعلمية مع تعزيز مهارات الكتابة الاكاديمية والعرض

المعارف المطلوبة: منهجية البحث العلمي، استخدام البرمجيات المكتبية فهم احصائي اولي

محتوى المادة (المحاور)

1-اختيار موضوع البحث وصياغة الإشكالية

2-الجزء التمهيدي للد راسة (فرضيات أهداف، أهمية، تحديد المصطلحات....)

3-إعداد الإطار النظري ومراجعة الدراسات السابقة

4-اعداد الإجراءات المنهجية للدراسة

5-التوثيق العلمي للمراجع

6-اعداد التقرير النهائي الشكل والمضمون

7-استخدام التكنولوجيا والذكاء الاصطناعي في اعداد مسودة مشروع البحث

اختيار موضوع البحث وصياغة الإشكالية

تمهيد: إن كلمة بحث مثل كثير من الكلمات في اللغة العربية قد نعني عدة معاني فمن الممكن أن تعني استخدم مصادر المكتبة للوصول إلى المعلومات المسجلة وهي معرفة عامة ويسمى هذا بحثا مكتبيا وقد تعني كلمة بحث استطلاع رأي بعض الأفراد نحو موضوع معين ويسمى بحثا ميدانيا ويمكن أن تعني كلمة بحث عملية اكتساب معرفة جديدة لم تكن معروفة لأحد من قبل وحتى لو كانت معروفة فإنها أصبحت معرفة مغمورة طغى عليها النسيان، هذا وقد يكون دراسة انتقادية لبحث آخر ويكون الهدف منها اكتشاف نقط القوة و نقط الضعف وبالرغم منى هذا التحديد الواضح لكل أنواع البحوث فإننا نتوقع تداخلا بينها .

فالبحث المكتبي قد يعتمد على جمع البيانات من الأفراد من خلال الاستقصاء، وهو بهذا يجمع بين البحث المكتبي والبحث الميداني، ومن المتوقع لأي بحث كان أن يؤدي إلى معرفة جديدة لم تكن معروفة من قبل ولكن يجب أن يغيب عنا أن البحث الأصيل دائما يضيف إلى العلم إضافة كبيرة وواضحة وعلى ذلك يمكن أن نميز بين ثلاث مستويات من البحث:

- بحوث قصيرة: مرحلة البكالوريوس، الليسانس
- بحوث متقدمة: من متطلبات الدراسات العليا على مستوى الماستر
- بحوث ما بعد التدرج أي ما بعد الدكتوراه

البحث العلمي: عملية منظمة تهدف إلى التوصل إلى حلول لمشكلات محددة أو إجابة عن تساؤلات معينة باستخدام أساليب علمية محددة يمكن أن تؤدي إلى معرفة علمية جديدة

التخطيط للبحث:

أخطاء شائعة عامة يرتكبها الباحثون في البحث العلمي: قد يقبل الباحث مشكلة تخطر بباله للوهلة الأولى أو يعرضها عليه آخرون دون تخصيص يذكر لمدى أهميتها أو اتفاقها مع قدراته وطموحاته المستقبلية

- يختار مشكلة غامضة أو واسعة متشعبة في متطلباتها التنفيذية

- يقترح أسئلة فضفاضة للبحث أحيانا، أو أسئلة متعددة غير ضرورية أحيانا أخرى

- يقترح فرضيات غامضة أو غير قابلة للقياس أو يتجاهل الفرضيات بالكامل في البحث أحيانا كثيرة أخرى.

- يغفل بقصد أو بغير قصد عن عامل أو جانب هام للبحث، كأن يغفل مثلا عن مراجعة الدراسات السابقة أو مألا يحدد وسائل وأساليب جمع البيانات وتحليلها وتفسيرها

مخطط البحث وعناصره:

عبارة عن تقرير يعطي الباحث صورة وافية عن مشكلة بحثه ويعطي القارئ بدوره صورة مماثلة عن مشكلة البحث ويقوم الباحث بإعداد مخطط البحث بعد اطلاعه على الأدب التربوي في مجال بحثه والقيام بالدراسات المسحية المستفيضة حول موضوع البحث ثم يقوم الباحث بعرض مخطط بحثه على المختصين يلتم مناقشتها وإجراء التعديلات الازمة لها ثم تعاد إلى الباحث بعد اتفاق لجنة المناقشة ليلتزم بها ويقوم بإجراءات البحث ويشمل عناصر مخطط البحث ما يلي:

عنوان البحث: يعتبر العنوان مرشدا للقارئ لموضوع البحث، ويؤدي بذلك إلى وظيفة إعلامية مهمة عن موضوع البحث ومجاله ويتميز العنوان ب:

- الوضوح
- سهولة اللغة
- العبارات القصيرة المختصرة
- الدقة في التعبير بحيث يبلور مشكلة البحث ويحدد أبعادها وجوانبها الرئيسية

المقدمة: يجب على الباحث أن يبدأ بكتابة مقدمة يوضح فيها مجال مشكلة البحث وأهميتها والجهود التي بذلت في مجالها والدراسات التي تناولت هذا المجال ومدى تفرج هذا البحث عن غيرة من البحوث فمقدمة البحث ليست كلاما إنشائيا تصوغه لبحثك وإنما هي عملية تقديم واعية بموضوع البحث وأبعاده ومنطلقاته وأهميته ولذلك فإن كتابة مقدمة البحث يجب أن تمثل الصورة المشرفة التي توضح مدى وعي الباحث واطلاعه وخبرته في هذا المجال.

ولهذا فإن مقدمة البحث يجب أن توضح ما يلي:

- مجال مشكلة البحث: وضح مجال مشكلة بحثك وبين البنود الرئيسية التي سوف تتناولها في بحثك كإطار نظري وخلفية نظرية
- أهمية البحث: حدد في مقدمة بحثك أهمية الموضوع الذي تقوم بدراسته وأهمية التوصل إلى حلول جديدة فيه وكذلك توضيح جوانب الضعف والنقص للموضوع الذي ستتناوله وكيف ستتمكن من معالجة النقص في بحثك
- الإشارة إلى الجهود السابقة في مجال البحث موضوع دراستك ويكون ذلك:
  توضيح جوانب النقص والقصور في البحوث السابقة
  تحديد بدقة ما ستتميز به دراستك عن الدراسات الأخرى
  تسليط الضوء في دراستك الحالية على الجوانب التي أغفلتها الدراسات السابق-
- أسباب اختيار المشكلة: توضح في مقدمة البحث عن الأسباب التي دفعتك إلى اختيار المشكلة وطريقة الإحساس بها.
- الجهات التي ستستفيد من بحثك من خلال النتائج التي يمكن أن تتوصل إليها.

إشكالية البحث: الإشكالية هي المقاربة أو المنظور الذي نعتمده لمعالجة الموضوع التي يطرحه السؤال الأول، وبناء الإشكالية يعني الإجابة على السؤال التالي: كيف سأتناول هذه الظاهرة؟

إن وضع تصور عن الإشكالية يمكن أن يتم في مرحلتين:

- في المرحلة الأولى: يجري تحديد الإشكاليات الممكنة وتوضيح خصائصها ومقارنتها فيما بينها، ولبلوغ هذه الغاية يتم الاعتماد على نتائج العمل الاستكشافي وبمساعدة بعض المرتكزات (أنماط المعقولية والتفسير) التي توفرها المحاضرات النظرية أو الكتب والمراجع.
- في المرحلة الثانية: يختار الباحث ويبين بوضوح إشكاليته الخاصة، والاختيار يعني اعتماد إطار نظري متناسب مع الموضوع المدروس ويمكن التحكم به بالقدر الكافي ولتوضيح الإشكالية يجب على الباحث أن يعرف موضوع بحثه عبر تحديد الزاوية التي من خلالها سيتناول هذا الموضوع وإعادة صياغة السؤال الأولي بحيث يغدوا السؤال المركزي لبحثه وبشكل مواز يعرض الاتجاه النظري المعتمد ويرتبه وفقا لموضوع البحث بحيث يحصل على نسق مفهومي منظم ملائم لبحثه.

تحديد مشكلة البحث: تعرف المشكلة أنها تعبر عن موقف غامض يثير اهتمام الباحث فما المقصود بتحديد مشكلة البحث؟ وكيف نعمل على تحديدها؟

*إننا نعني بتحديد مشكلة البحث صياغتها في عبارات واضحة ومفهومة ومحددة تعبر عن مضمون مشكلة البحث ومجالها وتفصلها عن سائر المجالات الأخرى، وما دام تحديد مشكلة البحث يعبر بالضرورة عن صياغة لمشكلة البحث في عبارات واضحة ومفهومة ومحددة

فكيف تصوغ مشكلة بحثك؟

وهل من معايير محددة لصياغة مشكلة البحث؟

حتى نصوغ مشكلة جديرة بالبحث فإننا نستخدم إحدى طريقتين هما:

أ- **أن تصاغ مشكلة البحث بعبارة لفضية تقديرية:** فمثلا إذا أردت ان تبحث العلاقة بين متغيرين (الذكاء والتحصيل الدراسي) فإن مشكلة بحثك تكون على النحو التالي:
علاقة الذكاء بالتحصيل الدراسي
ومع ذلك وبالرغم من وضوح هذه العبارة فإنها تحتاج إلى مزيد من التوضيح
هل تريد أن تدرس علاقة التحصيل الدراسي عند الأطفال؟ تلاميذ المرحلة المتوسطة؟ أو الثانوية
وهنا يمكن أن تصوغ مشكلة بحثك كالآتي:
علاقة الذكاء بالتحصيل الدراسي عند تلاميذ المرحلة الابتدائية. مثلا

ب- **أن تصاغ مشكلة البحث بسؤال أو أكثر:**
مثال: ما علاقة الذكاء بالتحصيل الدراسي عند تلاميذ المرحلة الابتدائية؟
وحتى تتمكن من صياغة مشكلة بحثك صياغة واضحة ودقيقة حاول أن تجيب بنفسك على الأسئلة التالية:
- هل تستحوذ المشكلة على اهتمامك ورغبتك كباحث؟
- هل تعالج مشكلة بحثك موضوعا حديثا أو موضوعا مكررا؟
- هل تستطيع القيام بالدراسة المقترحة؟
- هل سيهم بحثك بإضافة علمية جديدة؟
- هل عبارات المشكلة واضحة ومحددة؟
- هل يمكن تعميم النتائج التي قد تتوصل إليها؟

أهداف البحث:

يجب الا يتم أي بحث بجون هدف أو سؤال أو بكليهما معا حتى يمكن معرفة الشيء الذي سيتم تحقيقه، ثم توجيه الأنشطة والاهتمامات لنيل هذا الشيء

فهدف البحث **يعرف** بأنه نهايات سلوكية يتم تحصيلها نتيجة أنشطة خاصة موجهة لذلك، أو هي عبارات تصف أنواع السلوك الذي سيحصل عليها الأفراد أو الجهات المعنية نتيجة ممارستهم للمعارف والخبرات والأنشطة التي تشير إليها هذه الأهداف

أما المواصفات الخاصة ببناء أهداف البحث فتتلخص في تمثيلها لمشكلة البحث وأسئلتها وقابليتها للقياس

مثال: دراسة بعنوان: أثر برامج الرعاية الاجتماعية والنفسية في دور الرعاية الاجتماعية للمسنين على مشكلات التوافق والشخصية بالمملكة العربية السعودية

لقد تم تحجيج أهداف البحث على النحو التالي:

- تحديد مشكلات التوافق والشخصية التي يعاني منها المسنون في المملكة العربية السعودية
- بيان أثر الرعاية الاجتماعية والنفسية التي تقدمها دور الرعاية في المملكة العربية السعودية للحد من المشكلات النفسية والشخصية فيها
- بناء مقياس للتوافق الخاص بالمسنين
- عرض نتائج الدراسة التطبيقية على عينة مماثلة في بيئة أخرى

أسئلة البحث:

تمثل أسئلة البحث محاور الاهتمام الذي يدور حولها البحث لحل المشكلة المطروحة

فهي تخدم البحث والباحث وتكون مرشدا للإجابة المطلوبة دون المغامرة بكثير من الوقت والجهد والامكانيات في توفير إجابات غير مفيدة في جلاء المشكلة وكشف غموضها.

ويمكن الأخذ بعين الاعتبار الأمور التالية عند صياغة أسئلة البحث:

- تمثيلها المباشر لمشكلة البحث وأهدافه وفرضياته وأنواع البيانات المطلوبة منه.
- أن تكون واضحة محددة بدقة لا تحتاج إلى أي تفسير إضافي لما تعنيه.
- قابلة للإجابة في ضوء المعرفة الإنسانية، والإمكانات العلمية والمادية والبشرية المتوفرة
- قابلة للقياس ليمكن تبرير إجاباتها والدفاع عن صحتها منطقيا وصفيا أو إحصائيا

فروض البحث: الفروض إجابات ذكية واعية لأسئلة البحث بناءا على الفجوات الملاحظة في المعارف الراهنة أو الدراسات السابقة وهي في حد ذاتها تمثل الطموح العلمي الذي يسعى الباحث إلى تحقيقه.

وتعرف أيضا بأنها حلول أو تفسيرات مؤقتة يضعها الباحث لحل مشكلة البحث، كما تعني الاجابة المحتملة لأسئلة البحث بحيث تمثل الفروض علاقة بين متغيرين هما متغير مستقل ومتغير تابع.

بناء الفروض: عند بناء فرض ما، فإنه لابد من الأخذ بعين الاعتبار الأمور التالية:

- معرفتك الواسعة واطلاعك على البحوث والدراسات السابقة فبناء الفرض يمثل عملية ذكية تتطلب جهدا عقليا واضحا تتميز به كباحث من خلال تخصصك في موضوع معين حتى قادرا على صياغة فرض واضح يفسر مشكلة بحثك.
- لابد أن تكون لديك قدرة واسعة على التخيل وعقلية متحررة قادرة على تصور الأمور وبناء علاقات غير موجودة وقضايا غير مطروحة واستخدامها في تفسير قضايا أخرى.

خصائص الفرض الجيد: إن الفروض الجيدة لابد من توفرها على عدة خصائص يجب الاخذ بعين الاعتبار بها:

1- المعقولية: بحيث تكون منسجمة مع الحقائق العلمية المعروفة وليست خيالية.
2- إمكانية التحقق منها: حيث تخضع الفروض للفحص والتجريب

3- القدرة على تفسير الظاهرة المدروسة
4- الاتساق الكلي او الجزئي مع النظريات القائمة بحيث يبنى الفرض الجيد على النظريات والحقائق التي سبقته لينسجم معها.
5- البساطة: فالفرض الجيد هو السهل البسيط الذي يفسر الظواهر المختلفة بأقل تعقيدات ممكنة

أهمية البحث:

- يتحدث مورفي Murphy عن قاعدة تقول: أنه إذا كان هناك احتمال لحدوث خطأ فإن هذا الخطأ سوف يحدث ويضيف جي gay على هذه القاعدة قائلا: أنه إذا كان احتمال لحدوث خطا ما، فإن هذا الخطأ سوف يحدث إلا إذا بذلنا جهدا كافيا يتضمن عدم حدوثه. ومن هنا جاءت أهمية البحث والتخطيط الملائم والتنسيق الجيد له، وتوجيه مناحي الدراسة بعناية فائقة

تشير أهمية البحث إلى ما ترمي إلى تحقيقه الدراسة أو المساهمات التي سوف تقدمها للمعرفة العلمية أو للفرد والمجتمع، بحيث يشير الباحث هنا إلى الفوائد التي سوف تفرزها الدراسة بعج انتهائها وتعميم نتائجها.

مجال البحث وحدوده:

كباحث تحتاج إلى وضع الحدود الإضافية المتعلقة ببعض جوانب مشكلة بحثك ومجالاتها، بهدف التوجه نحو الغرض الرئيسي للمشكلة، بحيث تكون كل اهتماماتك كباحث مركزة على محور المشكلة

مثال لديك مشكلة البحث التالية:

ما هي الكفايات الأساسية الازمة لمعلم الطور الابتدائي لمادة التربية البدنية والرياضية في ولاية سطيف؟

فكيف يمكن صياغة حدود البحث؟

سوف تقتصر الدراسة الحالية على معلمي التربية البدنية في الشق الأول للتعليم القاعدي الذين يزاولون مهنتهم في حدود ولاية سطيف.

إعداد الإطار النظري ومراجعة الدراسات السابقة

نهدف من خلال هذا الدرس إلى مساعدة الطالب على

.بناء خلفية علمية قوية قبل تنفيذ مشروعه البحثي

.تجاوز مرحلة "الكتابة من عند نفسه" إلى مرحلة البحث العلمي المنظم

:فكرة بسيطة تشبيهية

.مشروع البحث = بناء مبنى

.الإطار النظري = التصميم والأساس

.الدراسات السابقة = تجارب المباني المشابهة التي تُستَفيد من أخطائها ونجومها

المحور الأول – الإطار النظري-

الإطار النظري: هو الجانب المفاهيمي والنظري الذي يبني عليه الباحث مشروعه، ويضم

.المفاهيم الأساسية (مثل: التعلم الحركي، التنشيط البدني، الدافعية، التقييم الحركي)

النظريات والاتجاهات التي تفسر هذه الظاهرة (مثل: نظرية التعلم الحركي، نظرية التعلم البنائي، نظرية التقويم التكويني).

في التربية البدنية يساعد الإطار النظري على فهم:

كيف يتعلم الجماعة المهارة الحركية؟

كيف تؤثر طرق التدريس والبيئة التربوية على الأداء والحافز؟

1.2 أهمية الإطار النظري في مشروع البحث

يحدد حدود الموضوع ويبعِّد البحث عن "التشتت".

يساعد على:

اختيار المتغيرات (العوامل المدروسة في الحصة مثل: طريقة التدريس، مدة التمرين، نظام التقييم).

صياغة الفرضيات أو الأسئلة البحثية بطريقة علمية.

يجعل المشروع:

منسجماً مع ما كُتِب سابقًا.

قابلاً للتقييم والتحليل في ضوء النظرية.

1.3 مكونات الإطار النظري :

هنا يمكن تبسيط الإطار النظري إلى ثلاثة أجزاء رئيسة:

المفاهيم الأساسية

الطالب يكتب قائمة بـ 3–5 مفاهيم مرتبطة بموضوعه لكل مفهوم.

تعريف علمي من مصدر موثوق (كتاب، رسالة، مقال).

مثال من حصة التربية البدنية (مثلاً: كيف يرتبط "التعلم الحركي" بتعلم مهارة الكرة الطائرة؟).

مفهوم: التعلم الحركي:مثال

تعريف: "التعلم النسبي الدائم في الأداء الحركي الناتج عن ممارسة منظمة".

مثال: "في حصة الكرة الطائرة يتدرّج التلميذ من الخطأ إلى التمكن التدريجي للمهارة".

النظريات التربوية والحركية

يختار الطالب نظرية أو نظرتين مناسبة لموضوعه، مثل

نظرية التعلم الحركي.

نظرية التعلم البنائي.

نظرية التقويم التكويني.

يكتب لكل نظرية:

مبدأ بسيط بكلماته.

.ربطها بحصة التربية البدنية (مثلاً: كيف يساعد التقويم التكويني في تحسين الأداء الحركي؟)

النموذج المفاهيمي (الرسم التخطيطي)

:الطالب يرسم شكلًا بسيطًا (مربعات + أسهم) يوضح

.المتغيرات المستقلة (التي تتحكم فيها مثل: طريقة التدريس، عدد الحصص)

.المتغيرات التابعة (النتائج مثل: تحسين الأداء، زيادة الدافعية)

.العلاقة بينها (كيف يُفترض أن تؤثر الأولى على الثانية؟)

المحور الثاني – مراجعة الدراسات السابقة

2.1 تعريف مراجعة الدراسات السابقة

مراجعة الدراسات السابقة: هي عرض تحليلي للبحوث والرسائل والدراسات التي تناولت موضوعاً قريبًا من موضوع مشروعك.

.هي ليست مجرد "قائمة" للدراسات، بل تحليل يربط بينها وبين موضوع مشروعك

وظيفة مراجعة الدراسات السابقة في مشروع البحث 2.2

تُظهر للقارئ:

.ماذا تم بحثه سابقاً في مجالك

.ما هي النتائج التي توصل إليها الباحثون

تساعد الباحث على:

.تجنب تكرار الدراسات

.اكتشاف الفراغ العلمي الذي يملأه مشروعك

.تبرير اختيار المنهجية، الأداة، والعينة

خطوات عملية لكتابة مراجعة الدراسات السابقة (لتلاميذ ثانية ليسانس) 2.3

جمع الدراسات المناسبة

مصادر مقترحة:

.رسائل ماجستير في التربية البدنية والنشاط البدني الرياضي

.مقالات في المجلات المتخصصة (مثل: مجلات العلوم الرياضية)

معايير الاختيار:

.سنة النشر (يفضّل 5–10 سنوات الأخيرة)

تقارب الموضوع مع مشروعك

مثال:

الرقم	اسم الباحث /السنه	موضوع الدراسة	العينة/ المنهج	النتائج ارئيسية
01	عبد القادر (2022	أثر التعلم المتناسق على تعلم مهارة الكرة الطائرة	تلاميذ المرحلة الثانوية / تجريبي	تحسن ملحوظ في الأداء الحركي والدقة
02	محمد2020	علاقة التدريس التفاضلي بالتعلم الحركي	تلاميذ المرحلة المتوسطة/ الوصفي الارتباطي	زيادة في مستوى الدافعية والانضباط

كتابة فقرة مناقشة قصيرة بعد الجدول، يكتب الطالب فقرة يوضح فيها ما الذي تتفق معه هذه الدراسات مع استنتاجاته المتوقعة؟

ما الفراغ العلمي الذي يملأه مشروعه؟

كيف يُجَدِّد مشروعه قائمة المعرفة الحالية؟

المحور الثالث – العلاقة بين الإطار النظري والدراسات السابقة

3.1 كيف تتكامل الاثنين في مشروع البحث؟

الإطار النظري يجيب عن:

."ما هو المفهوم الذي أبني عليه مشروعي؟ وما هي النظرية التي تفسر ظاهرتي؟"

مراجعة الدراسات السابقة تجيب عن:

."من قبلني بحث مثل هذا؟ وماذا وجدوا؟ وكيف يختلف مشروعي عنهم؟"

مثال تطبيقي في التربية البدنية: إذا استخدمت في الإطار النظري "نظرية التعلم الحركي"، تعرض في الدراسات السابقة

.دراسة ركزت على تعلم مهارة الكرة الطائرة

.دراسة أخرى ركزت على تعلم مهارة رمي القرص

ثم توضح في فقرة المناقشة كيف يختلف مشروعك (مثلاً: مستوى الجماعة، وسيلة التدريس، زمن التدريب).

خطوات ربطهما في مشروع ثانية ليسانس 3.2

ابدأ بالإطار النظري

.المفاهيم ← النظريات←النموذج المفاهيمي

ثم انتقل إلى مراجعة الدراسات

.الجدول ← فقرة المناقشة

في النهاية اكتب فقرة تربط بينما تقوله النظرية وما توصلت اليه الدراسات السابقة، ما يضيفه مشروع بحثك.

المحور الرابع – تطبيقات عملية في الصف (خطط للحصة)

نشاط جماعي داخل الصف (لمدة 20–30 دقيقة) 4.1

اختيار موضوع مشروع بسيط مثلاً: "أثر أسلوب تدريس تفاعلي على تعلم مهارة الكرة الطائرة في طلبة السنة الثالثة ثانوي".

تقسيم الصف إلى مجموعات (3–4 طلاب)

كل مجموعة تقوم بما يلي:

تكتب 3 مفاهيم أساسية (كل مفهوم بتعريف مختصر).

تختار دراسة واحدة سابقة (تخيلية أو حقيقية) وتستخرج:

اسم الباحث / سنة.

موضوع الدراسة.

نوع المنهج.

النتيجة الرئيسية.

ترسم نموذجًا مفاهيميًا بسيطًا.

كل مجموعة تعرض عملها، ويناقشها بقية الزملاء من خلال الأسئلة:

هل ربط الطالب بين النظرية والتطبيق في حصة التربية البدنية؟

هل الفراغ العلمي واضح؟

نشاط منزلي (تلوّن على مشروع البحث) 4.2

يطلب من الطالب:

اختيار موضوع مشروع بحثي في مجال التربية البدنية.

كتابة صفحة واحدة تحت عنوان: "المفاهيم الأساسية في موضوعي".

جمع دراسة واحدة سابقة وإعداد جدول تحليلي (المثال السابق).

رسم نموذج مفاهيمي بسيط يربط بين طريقة التدريس والأداء الحركي.

سادساً: المحور الخامس – تنظيم النص في مشروع البحث

المقترح التوزيعي للصفحات (ثانية ليسانس) 5.1

الصفحات 1–3: المفاهيم الأساسية في المشروع.

الصفحات 4–6: النظريات الأساسية + النموذج المفاهيمي.

الصفحات 7–9: مراجعة الدراسات السابقة (جدول + فقرة مناقشة).

نصائح تجنّبك الأخطاء الشائعة 5.2

لا تنسخ التعريفات أو النتائج من الدراسات السابقة حرفيًا.

اكتب بأسلوبك واحتاج دائمًا إلى إحالات ومصادر بين قوسين.

.لا تعمّق في نظرية معقدة، اختَر نظريتين بسيطتين وافهمهما جيدًا

.ركّز في الدراسات السابقة على النتائج والمنهاج أكثر من التفاصيل التقنية

الخاتمة التوجيهية (تذكير للطلبة)

كل خطوة في الإطار النظري ومراجعة الدراسات السابقة تُعدّ تدريباً عملياً على:

.القراءة المنظمة

.التحليل العلمي

الكتابة المنهجية.

الإجراءات المنهجية للدراسة

مفهوم الإجراءات المنهجية للدراسة:

تُعرف الإجراءات المنهجية للدراسة بأنها الخطوات المنظمة والمتسلسلة التي يمر بها الباحث من أجل دراسة ظاهرة أو موضوع ما، وجمع البيانات، وتحليلها، ثم الوصول إلى نتائج واضحة وموثَّقة علميًا.

في مجال العلوم الإنسانية والتربية البدنية، تُعد هذه الإجراءات بمثابة «خريطة طريق» تربط بين المشكل العلمي والأدوات الميدانية، مما يضمن الدقة والشرعية العلمية للدراسة.

مكونات الإجراءات المنهجية الأساسية

يتضمن الجزء المتعلق بالإجراءات المنهجية عادة العناصر التالية التي تُدرَّس في دروس المنهجية بمعهد التربية البدنية والرياضة:

أهمية المنهجية:

يُبرز المُعدُّ ضرورة اختيار منهج مناسب يتوافق مع طبيعة الظاهرة المراد دراستها (سلوكية، بدنية، تربوية...).

تُبيّن المنهجية كيف تُحوِّل الفكرة إلى بحث علمي منظم بدلًا من مجرد آراء أو خبرات شخصية.

مجاول الدراسة (المجال الزماني والمكانى)

يوضّح الباحث مكان إجراء الدراسة (مدارس، متوسطات، مراكز، ملاعب...)

وتحديد الزمن (الفترة الزمنية لجمع البيانات، مثل شهر أو فصل دراسي).

المنهج العلمي المُتَّبع

يُذكر المنهج الذي يعتمده الباحث، مثل

المنهج الوصفي لوصف الظاهرة وتوصيفها.

المنهج التحليلي لفهم العلاقات بين المتغيّرات.

أو المنهج التجريبي إذا تم التدخل بوضع تجربة (مثلاً: تطبيق برنامج تدريبي جديد).

يُوضّح سبب اختيار المنهج وملاءمته لمشكلة البحث.

مجتمع وعينة الدراسة

مجتمع الدراسة: يشمل جميع الأفراد أو الأماكن التي تُمثّل موضوع الدراسة (كل تلاميذ قسم، جميع الأساتذة في ولاية، مثلاً).

عينة الدراسة: الجزء المختار من المجتمع للدراسة، ويُذكر:

عدد المشاركين (مثال: 60 تلميذًا من 3 متوسطات).

كيفية اختيارهم (عشوائي، مقصود، طبقي...).

أدوات جمع البيانات: في مجال العلوم الإنسانية والتربية البدنية تُستعمل أدوات مثل:

الاستبيانات لتقييم مواقف أو آراء التلاميذ أو الأساتذة.

الملاحظة (مراقبة دروس التربية البدنية أو تصرفات التلاميذ أثناء الحصة).

الاختبارات الجسمانية أو المهارية (اختبارات السرعة، القفز، اللياقة البدنية...).

المحاضر والسجلات (تقارير المدرسين، كشوف غياب، تقارير الملاحظة).

ويُوضّح في الدرس كيف تُبنى الأداة، وكيف تُختبر صلاحيتها وثباتها.

خطوات إجراء الدراسة الميدانية:

يُعدّ هذا الجزء من النواة العملية في الإجراءات المنهجية، ويتضمن:

- التحضير المسبق
- مراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة ذات الصلة.
- إعداد أدوات البحث (تصنيع استبيان أو قائمة ملاحظة، تجهيز الأجهزة المطلوبة مثل الساعات، المسطرة، الخ.
- الاتصال بالمؤسسات والجهات المعنية
- تنظيم الاتصال بالمدارس أو المدارس المتوسطة أو الثانويات للحصول على تصريح بإجراء الدراسة.
- جمع البيانات في الميدان
- يُوزّع الاستبيان أو تُطبّق الاختبارات أو تُجرى الملاحظة في الحصص الفعلية للتربية البدنية، مع مراعاة المواعيد والظروف المثلى (الحرارة، التجهيز، السلامة...).
- التوثيق والتسجيل الدقيق
- تسجيل كل ما يحصل خلال الملاحظة أو التجربة في مذكرات ملاحظة أو استمارات معيّنة.
- معالجة البيانات وتفسير النتائج
- بعد الانتهاء من جمع البيانات، ينتقل الباحث إلى المرحلة التحليلية:
- التنظيم الأولي للبيانات
- تجميع الاستبيانات، ملء الجداول، التحقق من عدم وجود أخطاء أو فراغات.
- ترميز البيانات (تحويل الإجابات إلى أرقام لتيسير التحليل).
- المعالجة الإحصائية
- استخدام الإحصاء الوصفي (متوسط، نسبة، تكرار، انحراف معياري...) لوصف النتائج.

في بعض الأبحاث يُستخدم الإحصاء الاستدلالي (اختبارات التطابق، نسبة التباين...) لدراسة العلاقات بين المتغيرات.

عرض النتائج وتحليلها، تُعرض النتائج في جداول ورسومات بسيطة (مخططات عمودية، دائرية...)

يُحلّل الباحث معناها في ضوء فرضيات البحث ويلحظ ما إذا كانت مقبولة أو تُرفض.

التوثيق العلمي للمراجع

التوثيق العلمي يشمل التهميش والاقتباس كأدوات أساسية لضمان الأمانة في البحوث، خاصة في التربية البدنية حيث يُستخدم لتوثيق دراسات اللياقة والتدريب. يساعد ذلك الطلاب في سنة ثانية ليسانس على تجنب السرقة العلمية وتعزيز مصداقية عملهم.

التوثيق العلمي

التوثيق هو إثبات مصادر المعلومات وإرجاعها إلى أصحابها للحفاظ على الأمانة العلمية والاعتراف بجهود السابقين. يُقاس مصداقية البحث بعدد وتنوع المراجع الحديثة، ويُطبق في التربية البدنية عبر أنظمة مثل .APA يمنع التأخير في التوثيق من الوقوع في أخطاء غير مقصودة كالسرقة.

التهميش (الهوامش)

التهميش هو إشارة رقمية في نهاية الجملة تُفسر في أسفل الصفحة أو نهاية الفصل بتفاصيل المرجع. في نظام شيكاغو، يشمل اسم المؤلف والعنوان والصفحة، مثال: "حيدر عبد الرزاق (2021)، ص18". يُفضل في الرسائل الجامعية بالتربية البدنية للإشارات الإضافية دون تعطيل النص.

أولاً: مفهوم الاقتباس

الاقتباس هو نقل جزء من نص مؤلف (كتاب، مقال، مقالة علمية...) إلى بحثك، مع الإبقاء على معناه ونسبته إلى صاحبه.

الاقتباس ليس مجرد نسخ، بل نقل موثق ودقيق يُستخدم لدعم الأفكار أو توضيح المفاهيم.

أنواع الاقتباس:

- الاقتباس الحرفي (النصي) نقل كلمات المؤلف حرفيًا كما وردت.

يوضع النص بين علامتي تنصيص «...» أو (...) في النص، مع ذكر رقم الصفحة في التهميش.

يُستخدم في النصوص الدقيقة، التعريفات العلمية، النتائج، القوانين.

مثال:

» التدريب الرياضي المنتظم يُحسّن اللياقة الهوائية والقدرة العضلية لدى المراهقين » (بن سليمان، 2021، ص 34).

الاقتباس غير الحرفي (التلخيص أو التوظيف)

إعادة صياغة فكرته بكلماتك مع المحافظة على المعنى.

لا يوضع بين تنصيص، لكن يُذكر المصدر في التهميش.

يُستخدم لتقليل النص الطويل أو تبسيط المعلومة العلمية.

مثال:

أشارت دراسات التربية البدنية إلى أن التدريب اليومي يرفع اللياقة البدنية العامة لدى المراهقين، خاصة في المدرسة الابتدائية (الحاج علي، 2020، ص 88).

ثانياً: مفهوم التهميش: التهميش هو إضافة ملاحظات أسفل الصفحة أو داخل النص (بين قوسين أو بترقيم) تشير إلى:

المصدر الذي استعنت منه، أو توضيح معنى مصطلح أو فكرة.

أهمية التهميش في البحث العلمي: يضمن الأمانة العلمية وحماية الباحث من السرقة العلمية.

يساعد القارئ على التحقق من صحة المعلومة بالرجوع إلى المصدر الأصلي.

يعزز تصنيف البحث كعمل علمي موثق.

يظهر احترامك لحقوق المؤلف والملكية الفكرية.

ثالثًا: أنواع التهميش:

التهميش التوثيقي يُستخدم لذكر المصدر (كتاب، مقالة...) الذي اقتبست منه.

يكون إما مباشرًا (اقتباس حرفي) أو غير مباشر (تلخيص).

التهميش التعريفي (الشرحي) يُستخدم لتوضيح معنى مصطلح أو فكرة مركّزة.

لا يرتبط دائمًا بمصدر خارجي، بل يشرح مفهومًا في بحثك.

مثال: اللياقة الهوائية: هي قدرة الجسم على استهلاك الأكسجين أثناء التمرين المطوّل» [1]

رابعًا: طرق التهميش المشهورة:

1 .طريقة شيكاغو(Chicago) تُستخدم كثيرًا في العلوم الإنسانية والاجتماعية، وتُقسم إلى نوعين رئيسيين:

أ. نظام الهوامش السفلية + قائمة المراجعفي النص: يوضع رقم صغير فوق السطر عند نهاية الجملة المقترنة بالمصدر.

مثال: التدريب المنتظم يُحسّن اللياقة العامة» [1]

في الهامش أسفل الصفحة: يُكتب:

[1] بن سليمان، محمد، 2021، أسس التربية البدنية، دار المعارف، ص 34–36.

في نهاية البحث:

قائمة المراجع الكاملة مرتبة أبجديًا حسب اسم المؤلف.

ب. نظام اسم–سنة في النص(Chicago Author–Date)

في النص:يُذكر اسم المؤلف وسنة النشر ورقم الصفحة بين قوسين.

مثال:(بن سليمان، 2021، 34)

في نهاية البحث: قائمة المراجع الكاملة مرتبة أبجديًا، مع ذكر جميع التفاصيل (اسم المؤلف، عنوان الكتاب، دار النشر، سنة النشر، مكان النشر).

2 .**طريقة APA (الجمعية الأمريكية لعلم النفس)**

تُستخدم بكثرة في العلوم التربوية والنفسية والرياضية، وهي نظام اسم–سنة في النص مع قائمة مراجع.

أ. شكل التهميش في النص: اقتباس مباشر (حروفياً)

يُوضع بين تنصيص، مع ذكر اسم المؤلف، السنة، ورقم الصفحة.

مثال عربي مبسّط: التدريب اليومي يرفع اللياقة الهوائية لدى المراهقين» (بن يوسف، 2020، ص 56).

اقتباس غير حرفي (تلخيص) لا يُوضع بين تنصيص، لكن يُذكر اسم المؤلف وسنة النشر فقط.

مثال: أشار بن يوسف (2020) إلى أن التدريب اليومي يحسّن اللياقة البدنية العامة لدى المراهقين.

تجاوز أكثر من مؤلف واحد في نفس الجملة تُفصل بين الأسماء بفواصل.

مثال: (بن يوسف، 2020؛ الحمدوني، 2021)

اقتباس له مؤلفان:

مثال:(بن يوسف وحميد، 2022)

ب. قائمة المراجع بنظامAPA في نهاية البحث تُكتب المراجع بالشكل التالي:

للكتاب:

اسم العائلة، الحرف الأول من الاسم. (سنة النشر). عنوان الكتاب مائلًا. دار النشر، البلد.

مثال عربي مبسّط:

بن يوسف، م. (2020). أسس التربية البدنية والرياضية. دار المعارف، الجزائر.

للمقالة العلمية:

اسم العائلة، الحرف الأول. (سنة النشر). عنوان المقالة. عنوان المجلة المائلة، رقم المجلة(العدد)، رقم الصفحات.

مثال (مختصر):

بن سليمان، س. (2021). أثر التدريب على اللياقة الهوائية. مجلة التربية البدنية، 12(3)، 45–58.

خامسًا: طرق التهميش الأخرى:

النظام العددي (ترقيم): يوضع رقم صغير فوق السطر في النص، ثم تُكتب قائمة المراجع في نهاية البحث بالترتيب نفسه.

يُستخدم في بعض المجلات العلمية والحاسوبية.

النظام الفرنسي (الهوامش السفلية + ترقيم): يشبه نظام شيكاغو، لكنه يُستخدم في العلوم الاجتماعية والفلسفية في بعض الجامعات العربية.

سادسًا: أهم الأخطاء التي يجب تجنبها

الاقتباس بدون تهميش: أي نسخ أي جملة أو فكرة من كتاب دون الإشارة إلى المصدر = سرقة علمية.

الاقتباس غير الحرفي مع تغيير المعنى: يجب أن تلتزم بالمعنى الأصلي للمؤلف.

تكرار التهميش ذاته على الصفحة نفسها بدون تعديل:

إذا استخدمت نفس المصدر في نفس الصفحة مرة أخرى، يمكن كتابة:

مثال: (المصدر نفسه، ص 60)

quên **التهميش في الجمل التي تحمل أفكارًا مركزة أو نتائج بحثية**، حتى لو لم تنْسخ النص حرفيًا.

اعداد التقريرالنهائي شكلا ومضمونا وفقا للخطوات العملية

ابدأ بإعداد الملف في Word أو Google Docs للتنسيق التلقائي.

الخط والحجمTraditional Arabic :، حجم 14 للعناوين (غامق)، 12 للنص العادي، مسافة بين السطور 1.5.

الهوامش والصفحات: 3 سم كل جانب، ترقيم أسفل الوسط (روماني للتمهيدي، عربي للمتن).

الغلاف: أدرج شعار الجامعة، عنوان مثل "تأثير برنامج تدريبي على القدرة الهوائية لطلبة"STAPS ، أسماء الطلبة (3 أقصى)، المشرف، السنة 2025-2026.

الطول الإجمالي: 35-45 صفحة، مطبوع أبيض عالي الجودة، مرتبط بغلاف بلاستيكي أزرق.

نصيحة: استخدم "فهرس تلقائي" في Word لتحديث الأرقام تلقائياً.

الصفحات التمهيدية: نموذج جاهز

خصص 7-10 صفحات، هكذا:

صفحة 1: الغلاف (غير مرقمة).

صفحة :i الإهداء ("إلى أساتذتي وأسرتي").

صفحة :ii الشكر") شكراً للمشرف د X .على إرشاده.("

صفحة :iii فهرس المحتويات (مثال: المقدمة ص 1، الفصل الأول ص 5).

صفحة :v قائمة الجداول (جدول 1: نتائج الاختبار ص 20).

صفحة :vi قائمة الاختصارات (STAPS: Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives).

انسخ هذا الهيكل واملأه ببيانات مشروعك.

اكتب ملخصاً موجزاً (200 كلمة) بالعربية ثم ترجم إلى الفرنسية.

نموذج: "يهدف هذا المشروع إلى قياس تأثير برنامج تدريبي لمدة 8 أسابيع على القدرة الهوائية لـ30 طالب .STAPS استخدم اختبار كورسا 20م. النتائج أظهرت تحسناً بنسبة 15 .(p<0.05) %التوصية: دمج البرنامج في المناهج. كلمات مفتاحية: تدريب هوائي، لياقة، ".STAPSضعه في صفحة واحدة، يليه الملخص الفرنسي.

المقدمة: بناء الأساس (4 صفحات)

المشكلة: "انخفاض مستوى اللياقة الهوائية لدى طلبة STAPS بسبب قلة البرامج التدريبية."

الأهداف: عام (تحسين اللياقة)، خاص (قياس التأثير قبل/بعد).

الفرضيات: "البرنامج يحسن القدرة بنسبة 10."%

الأهمية والحدود: أهمية للصحة الرياضية، حدود (عينة محلية).

استشهد بـ3-5 مصادر أولية.

متن التقرير: الفصول التفصيلية (25 صفحة)

الفصل الأول: الإطار النظري (8 صفحات)

راجع 10-15 مصدراً: تعريف القدرة الهوائية، نماذج تدريبية، دراسات سابقة في.STAPS

الفصل الثاني: المنهجية (7 صفحات)

العينة: 30 ذكراً (عمر 20 سنة، وزن 70 كجم).

الأدوات: اختبار الجري المكوكيcours navette) 20م، مقياس.VO2 max

الإجراء: 3 جلسات أسبوعياً، 45 دقيقة.

الفصل الثالث: النتائج والتحليل (10 صفحات)

استخدم جداول ورسوم:

المجموعة	قبل (م/دق)	بعد (م/دق)	p-value
تجريبي	2400	2760	0.01
ضابط	2450	2500	0.40

مناقشة: مقارنة مع دراسات مشابهة.

الخاتمة والختاميات: الإغلاق القوي (5 صفحات)

استنتاجات: تأكيد الفرضية.

توصيات: "تطبيق البرنامج في التدريب الجامعي."

المراجعAPA :، مثال: "الكاتب، ع. (2020). علم وظائف الأعضاء. دار النشر".

ملحقات: نموذج الاستبيان، بيانات خام في.Excel

الذكاء الاصطناعي في البحث

الذكاء الاصطناعي هو تقنيات تحاكي الذكاء البشري لمعالجة البيانات وتوليد محتوى، مثل تحليل أداء الرياضيين أو تلخيص دراسات اللياقة البدنية. في التربية البدنية، يساعد في دراسات مثل "تأثير التمارين على الصحة القلبية."

أهمية الاستخدام العقلاني: الاستخدام العقلاني يعني استخدام AI كمساعد لا كبديل، مع التحقق اليدوي لتجنب الأخطاء وضمان الأصالة، مما يوفر الوقت بنسبة 40-60%.

أدوات الذكاء الاصطناعي الرئيسية:

أدوات توليد الأفكار والكتابة:

ChatGPTأو :(GPT-4o) يولد مواضيع ومسودات أولية؛ مثال: "اقترح خطة بحث عن تحسين الأداء في كرة القدم."

Claude.ai:يصيغ هياكل بحثية مفصلة مع أقسام فرعية؛ مثال: صياغة مقدمة عن الواقع الافتراضي في التدريب.

أدوات البحث والمراجع

SciSpaceأو :Elicit تلخيص دراسات سابقة؛ مثال: "ابحث عن بحوث AI في التربية البدنية وتلخيصها."

Google Scholarمع :Perplexity AI اقتراح مراجع محدثة؛ مثال: تحليل بيانات القدرة البدنية.

أدوات التحليل والبيانات

Grammarlyأو :QuillBot تدقيق لغوي وإعادة صياغة؛ مثال: تحسين نصوص عن فسيولوجيا الرياضة.

Zoteroمع :AI تنظيم المراجع تلقائياً؛ مثال: ترتيب مصادر دراسات الإصابات الرياضية .

تقسم المهام إلى خطوات صغيرة : خطوات إعداد المشروع البحثي باستخدامAI

الخطوة 1: اختيار الموضوع

ابدأ بـ" :ChatGPTاقترح 5 مواضيع في التربية البدنية تتعلق بـ AIمثل تحليل الحركة". راجع لتتناسب مع اهتماماتك مثل الصحة القلبية.

الخطوة 2: مراجعة الأدبيات

استخدم SciSpace لتلخيص 10 دراسات: "تلخيص بحوث عن الذكاء الاصطناعي في الرياضة". أضف مصادر يدوياً من.Google Scholar

الخطوة 3: صياغة الهيكل والمسودة

في" :Claude.ai أعد هيكل مشروع بحث كامل (مقدمة، منهجية، نتائج) عن دور AI في تقليل الإصابات". قم بإعادة صياغة بـ.QuillBot

الخطوة 4: جمع وتحليل البيانات

استخدم AI لتصميم استبيانات: "صمم استبياناً عن أداء الطلاب في التربية البدنية". حلل بـ Excelأو AI toolsمع التحقق الإحصائي اليدوي.

الخطوة 5: الكتابة النهائية والمراجع

دقق بـGrammarly، رتب مراجع بـZotero، وأضف قسماً: "استُخدم AI في المسودة الأولية."

أمثلة تطبيقية في التربية البدنية:

مثال 1: بحث عن اللياقة البدنية

ChatGPTللمقدمة: "تأثير التمارين الهوائية على معدل ضربات القلب."

SciSpaceللدراسات السابقة.

مثال 2: تحليل أداء رياضي

Claudeللمنهجية: استخدام تطبيقات AI مثل VMA لقياس القدرة الهوائية.

الاستخدام العقلاني والأخلاقيات

مبادئ الاستخدام العقلاني

قسم المهام: توليد AI+ مراجعة بشرية للدقة.

تحقق الدقة AI :قد يخطئ في الحقائق، فتحقق من المصادر الأصلية.

القواعد الأخلاقية

أشر إلى AI في المنهجية للشفافية.

تجنب النسخ: أعد صياغة دائماً، واحترم الملكية الفكرية.

في التربية البدنية: ركز على تطبيقات حقيقية مثل تحليل الفيديو للحركة دون انتهاك خصوصية البيانات.

التحديات والحلول

نقص الدقة: الحل يكمن في التدقيق و التحقق اليدوي.

الاعتماد الزائد: حل: حدد 30% من العمل لـ AIفقط.