وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بغداد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

الدراسات العليا / الماجستير

الفروق الفردية

أ.م.د. سحر حر مجيد

2023 م **1445 ه**

الفروق الفردية :

لقد اهتم العلماء والباحثين بمسالة الفروق الفردية وكانت هناك الكثير من الدراسات والبحوث في التعلم الحركي لتعالج هذه القضية ورغم ذلك فان هناك وجهات نظر عديدة بهذا الصدد .

دراسة الفروق الفردية من الواجبات المهمة التي يجب دراستها ومعرفتها بصورة مستفيضة وجيدة ذلك لطبيعة ونوع العمل الذي يمارس ، وخاصة في مجال التربية الرياضية حيث هناك فروق في الصفات الجسمية والعقلية والنفسية والذهنية وغيرها والتي تدخل في مجال العمل الرياضي ، وحتى يستطيع المختصون من معرفة أسباب التقدم وكذلك الإخفاق بين الرياضيين لابد من معرفة الفروق الفردية للفرد الواحد .

إن من خلال معرفة الفروق الفردية ستساعد المختصين في المجالات شتى الوقوف على كافة الجوانب التي تخدم العمل الذي يقوم بة المختصون وخاصة المدربين نحو تحقيق الانجاز .

مفهوم الفروق الفردية :

((لقد تطرق الكثير من المفكرين حول تعريف الفروق الفردية حيث عرفها وجبة محجوب قال فيها هي انحرافات عن متوسط الجماعة في الصفات المختلفة ويضيق ويتسع مدى هذه الفرو قات التوزيع المستويات المختلفة أما من خلال المراحل العمرية أو التدريب أو التعليم أو الغذاء))[1](1) .

أما سامي محمد ملحم وقد عرفها ((على أنها لانحرافات الفردية عن متوسط الجماعة في الصفة أو أخرى جسمية أو عقلية آو نفسية وقد يكون مدى هذه الفروق صغيرا أو كبيرا)) (2) .

وعرفها محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ((هي ظاهرة عامة بين أفراد الجنس البشري وهي ظاهرة حدث في جميع الأفراد في السمات والصفات البنائية والوظيفية)) (3) .

حيث نفهم من كل ما تقدم الفروق الفردية هي عبارة عن الانحرافات الفردية عن متوسط المجموعة ، كذلك انحرافات الصفات البدنية آو الذهبية أو النفسية آو السمات للفرد الواحد وهذا ما بين الاختلاف في السلوك للفرد عن بقية الأفراد .

أنواع الفروق الفردية [2]:

توجد أنواع عدة للفروق الفردية في الألعاب آو الفعاليات الرياضية المختلفة يمكن أجمالها بالاتي :

1. فروق فردية بدنية .
2. فروق فردية في الاداء الفني .
3. فروق الفردية في الاداء الخططي .
4. فروق فردية بين اللاعبين أو المتعلمين للعبة أو الفعالية .
5. فروق فردية في الانجاز .
6. فروق فردية في العمر والجنس .

وان هذه الأنواع في الفروق هي التي تحدد مستوى الأداء ، لان من أهم عوامل تطوير مستويات الرياضية العليا هي وجود الفروق الفردية فلولا وجوده لما هرت الانجازات الرياضية

---

(1) وجبه محجوب : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، ط1 ، دار وائل للطباعة والنشر ، عمان ،2001 ، ص 289 .
(2) سامي محمد ملحم : القياس والتقوم في التربية وعلم النفس ، ط3، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان 2005 ، ص 282
(3) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979 ، ص 35 .

(1) [2] محمود داود سلمان : طرائق وأساليب التدريس المعاصر ،ط1 ، دار الكتاب العالمي للنشر ، عمان ، 2006 ، ص 282-283.

الفروق الفردية تشمل:-

- ✓ القدرات البدنية: تختلف قدرات الأفراد فيما يتعلق بالقوة واللياقة البدنية، مما يؤثر على أدائهم في مهارات التعلم الحركي الرياضي
- ✓ التفرغ والاهتمام: يؤثر مدى اهتمام الفرد وتفرغه للنشاطات الرياضية على استفادته من عمليات التعلم الحركي
- ✓ التجارب السابقة: تجارب الفرد السابقة في مجال التعلم الحركي الرياضي تلعب دورًا في تطوير مهاراته وفهمه
- ✓ العوامل العقلية: عوامل مثل التحفيز والثقة بالنفس والتحكم العصبي تؤثر على أداء الفرد في هذا المجال
- ✓ العوامل البيئية: البيئة المحيطة بالفرد، مثل التوجيه والتدريب والدعم الاجتماعي، تسهم في تطور مهارات التعلم الحركي

هذه الفروق الفردية تجعل التعلم الحركي الرياضي تجربة فردية مختلفة من شخص لآخر ، ويمكن تحسين أداء الأفراد من خلال معرفة هذه الفروق واستخدامها في تصميم البرامج التعليمية والتدريب

هناك أقسام للفريق الفردية وهي :- (1)

1- الفرق بين الفرد ونفسه : تختلف قدرات الفرد الواحدة وسماته من حيث القوة والضعف فقد يكون الفرد رفيع الذكاء لكنة ضعيف الإرادة أو سيء الخلق أو مصابا بمرض نفسي . وقد يكون متفوقاً في الرياضة وغيرها، وعلى هذا الأساس فالفرد في عمل ما لا يتحتم علية أن يفشل في عمل أخر

2- بين فرد وأخر : يختلف الإنسان عن الأخر دون النظر إلى النوع والجنس ويعني هذا الفروق الفردية من حيث الفروق الجسمية من الطول وقصر وسمنة أي من أهم هذه الفروق (جسمية أو عقلية آو نفسية).

3- الفروق الجنسية : هناك فروق بين الذكور والإناث وهذه الفروق هي (القياسات الجسمية ، الفروق النفسية ، فروق نصائح والنمو ، فروق في إفراز الهرمونات ، الفروق الوظيفية .... الخ)

خصائص الفروق الفردية :- (2)

1- التشتت والمدى : اكبر تشتت واسع مدى يظهر للفروق في السمات الشخصية ويلي ذلك مدى الفروق الفردية في القدرات العقلية الخاصة بالذكاء .

2- معدل ثبات الفروق الفردية : تختلف باختلاف نوع الصفات وقد كشفت الدراسات أن الفروق العقلية والمعرفية وبالذات بعد مرحلة الطفولة هي الأكثر ثباتا .

3- التنظيم الهرمي للفروق الفردية : أثبتت البحوث العلمية أن أهم الفوارق هي التي تتضمن الذكاء تليها الصفات الأقل كالقدرات العقلية الاكبر بما فيها الشخصية المهنية .

4- توزيع الفروق الفردية : يشير علماء النفس أن الفروق الفردية بين الأفراد تتوزع توزيعا محددا وذلك أن أكثر المستويات انتشارا بين الأفراد هو المستوى المتوسط من مستويات السمه .

القدرات التي تحدد الفروق الفردية [1] :

1 _ القدرات البدنية :-

وتحتوي على عدة مفردات (سرعة ، وقوة ، ومرونة ، ومطاولة . . . . الخ) إضافة إلى التوازن حيث تصبح الفروقات أكثر وضوحاً في عمر 12 سنة .

2_ القدرات الحركية :-

في القدرات الحركية تظهر الفروق الفردية بشكل واضح للإناث والذكور مع تقدم العمر ففي عمر (9 سنوات) تظهر الفروق الفردية في اللياقة البدنية عند الجنسين ، والقدرات الحركية هي قابلية واستعداد فطري تساعد في الفعاليات الرياضية وتعتمد على الإمكانيات التي يتمتع بها الرياضي وتكون تحت سيطرته مثل الدقة وتوحيد الاستجابة وتنسيق الأمر.

3_ الشكل والأسلوب :-

إن الإفراد يختلفون في المظهر الخارجي عند الاشتراك في الاداء الحركي ، وهذا المظهر يأتي من خلال العمر التدريبي ، كذلك يمكن معرفة الشكل من خلال المدرب والمشاهدين . وهناك عدة عوامل تلعب دوراً هاماً في إعطاء الشكل منها مستوى المهارة والذكاء والعوامل الشخصية .

4- الذكاء والقدرات الخاصة :-

الذكاء (هو القدرة العقلية لدى الكائن الحي يكيف سلوكه وفقاً للوسط الذي يعيش فيه) وللذكاء دور مهم وفعال في النشاطات الرياضية ويعد الكثير من الباحثين الأساس في الفروق الفردية بين الرياضيين ومن خلال معرفة المدرب للفروق الفردية بين اللاعبين من ناحية الذكاء والقدرات الخاصة يستطيع إن يكون ناجحاً في عملة .

أساليب الكشف عن الفروق الفردية هي ([2]):-

1_ الأسلوب ألتفاضلي :-

يتم الكشف عن الفروق الفردية بين اللاعبين بهذا الأسلوب عن طريق الملاحظة وان هذا الأسلوب كان متبعاً في السابق حيث كان المدربون يعتمدون في اختباراتهم للاعبين على الشكل الظاهري دون التجريبي ولهذا يكون الأسلوب هو الأمثل في اختيار اللاعبين.

2 _ الأسلوب التجريبي :-

---

(1) وجبه محجوب: محاضرات على طلبة الدراسات العليا الماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1999 .
(2) وجبه محجوب: مصدر سبقي ذكره ، ص 296 .
(3) سامي محمد ملحم : مصدر سبق ذكره ، ص 282-283 .

([2])وجبه محجوب : مصدر سبق ذكره ، ص 313

يتم الكشف عن الفروق الفردية بين اللاعبين من خلال استخدام التجريب (التجربة) حيث يهدف هذا الأسلوب إلى إدراك ومعرفة تأثير متغيرات مستقلة معينة وعلى متغيرات تابعة غير مستقلة للكشف عن الفروق الفردية .

- **العوامل المؤثرة في الفروق الفردية [1]:**

توجد عوامل عدة تؤثر في الفرق الفردي ومن أهمها :-

أ- الوراثة : ومن أهم عواملها هي :-

النمط الجسمي . النضج . نسبة الهرمونات الذكرية والأنثوية . أعمار الوالدين .

ب- العوامل البيئية [2]:

البيئة جغرافية . البيئة الاجتماعية . البيئة ثقافية . البيئة التعليمية . البيئة الاقتصادية ... الخ

ج- التعليم والتدريب ومن أهم عوامله هي :-

الإعداد والعمر العقلي . الإعداد البدني . الإعداد المهاري . النضج والاستعداد . العمر الزمني . العمر التدريبي .

د- العوامل الغذائية : وتشمل جميع المكونات الغذائية وهي :-

الكربوهيدرات و البروتينات و المعادن و النشويات و الأملاح و المياه و الدهون و الفيتامينات .

لملاحظة الفروق الفردية بين الرياضيين فى التعلم الحركى الرياضى يمكن اتباع الخطوات التالية:-

1)تقييم القدرات البدنية : قد يتضمن ذلك اختبارات لقياس القوة، اللياقة، والمرونة البدنية للرياضيين

2)مراقبة الأداء : قم بمتابعة أداء الرياضيين أثناء أداء التمارين والمهارات الحركية. احترس من الاختلافات في تنفيذ الحركات والتقنيات

3)استخدام استبيانات ومقابلات : يمكنك إجراء مقابلات شخصية مع الرياضيين أو توزيع استبيانات لفهم تجاربهم السابقة وأهدافهم وتوجهاتهم

---

1) [1] محمد جسام عرب وحسين على كاظم : علم النفس الرياضي ط1 (دار الضياء للطباعة والتصميم)، 2009 ، ص 205.

2) ناهد عبد زيد : أساسيات التعلم الحركي، ط1 (الدار المنهجية للنشر والتوزيع) 2016، ص 147

4)تقييم العوامل العقلية : قد يتضمن ذلك استخدام مقاييس نفسية لقياس الثقة بالنفس، والتحفيز والتركيز لدى الرياضيين

5)مراقبة البيئة : قم بتقييم البيئة التي يتدربون فيها، بما في ذلك مدى توفر المعدات والتوجيه والدعم الاجتماعي

6)تسجيل البيانات : قم بتوثيق جميع المعلومات والبيانات التي تجمعها بحيث يمكن استخدامها لتحليل الفروق الفردية

7)تحليل البيانات : استخدم البيانات التي جمعتها لتحليل الفروق الفردية والاستنتاجات المتعلقة بأداء الرياضيين واحتياجاتهم

*فباستخدام هذه الخطوات يمكن للمدربين والباحثين والمعنيين بمجال التعلم الحركي الرياضي فهم الفروق الفردية بين الرياضيين وتصميم برامج تدريبية مخصصة تستند إلى احتياجات كل فرد

يمكن للمدرس أن يراعي الفروق الفردية بين الطلاب من خلال اتباع الاستراتيجيات التالية:

1. تقييم الاحتياجات الفردية: يجب على المدرس أن يقوم بتقييم احتياجات كل طالب على حدة لفهم مستوى معرفتهم ومهاراتهم واحتياجاتهم الخاصة.
2. تنويع وسائل التعليم: يمكن للمدرس استخدام مجموعة متنوعة من وسائل التعليم والموارد لتلبية احتياجات الطلاب المختلفة. مثلاً، استخدام مواد تعليمية متعددة الوسائط وتنظيم أنشطة تعليمية متنوعة.
3. تقديم دعم إضافي: يجب على المدرس تقديم دعم إضافي للطلاب الذين يحتاجون إلى ذلك، سواء كان ذلك من خلال جلسات تعليم إضافية أو موارد إضافية.
4. تفهم الاحتياجات الخاصة: إذا كان هناك طلاب باحتياجات خاصة، يجب على المدرس أن يتعلم عن احتياجاتهم ويتعاون مع الخبراء المختصين لتقديم الدعم اللازم.
5. تشجيع التعلم التعاوني: تشجيع التعاون بين الطلاب يمكن أن يساعد في تعزيز التفاعل بينهم وتبادل المعرفة.
6. توفير تغذية راجعة: يجب على المدرس أن يقدم تغذية راجعة للطلاب لمعرفة مدى تقدمهم والعمل على تحسين أدائهم.
7. تحفيز التفكير النقدي: يمكن للمدرس تشجيع الطلاب على التفكير النقدي وتنمية مهاراتهم في حل المشكلات.

ملاحظة : يجب أن يكون المدرس حساساً لاحتياجات الطلاب ويعمل على توفير بيئة تعليمية ملائمة تلبي احتياجاتهم الفردية.

لتجنب الفروق الفردية عند تخطيط المنهاج التعليمي والوحدات الدراسية يجب اتباع بعض الخطوات:

1. فهم الفصل الطلابي: قبل بدء التخطيط، يجب على المدرس أن يفهم جيدًا مستوى واحتياجات الفصل الدراسي. ذلك يتضمن تقييم المعرفة السابقة والمهارات والاهتمامات المختلفة للطلاب.
2. تحديد الأهداف التعليمية: يجب على المدرس تحديد أهداف تعليمية واضحة وقابلة للقياس لكل وحدة دراسية.
3. تنويع المواد والأنشطة: يمكن للمدرس تقديم مجموعة متنوعة من المواد والأنشطة لتلبية احتياجات الطلاب المتنوعة. ذلك يتضمن استخدام مصادر متنوعة، وأساليب تعليم مختلفة، وأساليب تقييم متنوعة.
4. تقديم دعم فردي: يمكن للمدرس تقديم دعم إضافي للطلاب الذين يحتاجون إليه، سواء كان ذلك من خلال جلسات تعليم إضافية أو مهام إضافية.
5. توفير توجيه فردي: يجب على المدرس أن يتواصل مع الطلاب بشكل فردي لتقديم التوجيه والدعم اللازم.
6. متابعة التقدم: المتابعة الدورية لأداء الطلاب تساعد على تعديل الوحدة التعليمية وفقًا لاحتياجاتهم.
7. تطوير مهارات التفكير: يمكن للمدرس تشجيع الطلاب على تطوير مهارات التفكير النقدي والاستقلالية.

بالقيام بهذه الخطوات، يمكن للمدرس تحسين فرص النجاح لجميع الطلاب وتقليل الفروق الفردية في التعلم.

المصادر :-

1) وجبه محجوب: محاضرات على طلبة الدراسات العليا الماجستير، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1999 .
2) وجبه محجوب : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، ط1 ، دار وائل للطباعة والنشر ، عمان ،2001.
3) سامي محمد ملحم : القياس والتقوم في التربية وعلم النفس ، ط3، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان 2005 .
4) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979 .
5) محمود داود سلمان : طرائق وأساليب التدريس المعاصر ،ط1 ، دار الكتاب العالمي للنشر ، عمان ، 2006
6) محمد جسام عرب وحسين على كاظم : علم النفس الرياضي ط1 (دار الضياء للطباعة والتصميم) ، 2009 .
7) ناهد عبد زيد : أساسيات التعلم الحركي ، ط1 (الدار المنهجية للنشر والتوزيع) 2016

ABSTRACT

Studying individual differences is a crucial task that must be thoroughly explored and understood due to the nature and type of work individuals engage in, especially in the field of physical education. In this domain, variations in physical, mental, psychological, and cognitive traits, among others, impact sports performance. Understanding these individual differences is essential for professionals to identify the reasons for both success and failure among athletes, emphasizing the need to recognize the unique characteristics of everyone. Through a comprehensive understanding of individual differences, professionals in various fields, particularly coaches, can address all aspects that contribute to achieving success in their work, ultimately leading to significant accomplishments.

The concept of individual differences refers to the unique and distinctive qualities, characteristics, and variations that exist among individuals. These differences can encompass a wide range of aspects, including physical, cognitive, emotional, and social dimensions. Studying individual differences is crucial in fields such as education, psychology, and sports, as it helps professionals understand and account for the diverse traits and abilities people possess. Recognizing and appreciating these differences is essential for tailoring approaches, interventions, or educational strategies to meet the specific needs and potentials of everyone.

The concept of individual differences :-

Many thinkers have addressed the definition of individual differences. Wajba Mehjoub described them as deviations from the group average in various traits. The scope of these differences narrows or widens based on distribution levels, which can vary through different life stages, training, education, or nutrition.

Mohamed Hassan Alawi and Mohamed Nasr El-Din defined individual differences as a universal phenomenon among individuals of the human species. It is a phenomenon that occurs in all individuals in terms of structural and functional characteristics.

From the explanations provided, it is understood that individual differences refer to deviations of an individual from the group average. These deviations can manifest in various aspects, including physical, cognitive, psychological, and personality traits. They highlight the uniqueness of each individual and contribute to differences in behavior compared to others in the group.

Types of Individual Differences:

1. Physical Individual Differences
2. Artistic Performance Individual Differences
3. Strategic Performance Individual Differences
4. Individual Differences among Players or Learners
5. Achievement-Related Individual Differences
6. Age and Gender-Related Individual Differences

Individual differences encompass various aspects, including:

1) Physical Abilities
2) Commitment and Interest
3) Prior Experiences
4) Cognitive Factors
5) Environmental Factors

The teacher can consider individual differences among students by following the following strategies:

1. Assessing individual needs
2. Diversifying teaching methods
3. Providing extra support
4. Understanding special needs
5. Encouraging cooperative learning
6. Offering feedback
7. Stimulating critical thinking

To avoid individual differences when planning the educational curriculum and units, certain steps should be followed:

1. Understanding the student body

2. Defining educational objectives
3. Diversifying materials and activities
4. Providing individual support
5. Offering individual guidance
6. Monitoring progress
7. Developing thinking skills

By following these steps, the teacher can enhance success opportunities for all students and reduce individual differences in learning.