

المحاضرة التاسعة + المحاضرة العاشرة

تقويم الصفات البدنية في ألعاب القوى :

إن عملية التقويم التربوي تهدف إلى مساعدة المدرس على معرفة مدى نجاحه في أداء مهمته ، وكذلك مدى استفادة التلاميذ من الدرس ، بالإضافة إلى التحقق من ملائمة وتنفيذ برامج التربية الرياضية بالمؤسسة التعليمية ، كما يمتد إلى أثر البرنامج على تغير السلوك واكتساب مهارات حركية عديدة ، أما عملية التقويم بالنسبة للمدرب فهي تساعده على التعرف على حالة اللاعب ومدى تقدمه أو عدمه ، بالإضافة إلى أسباب ذلك مما يساعد على التوجيه في عملية التدريب .

ومن المؤكد أن للتقويم أهمية كبرى للفرد الرياضي أو التلميذ ، فهو يكشف له مدى التقدم الذي حققه في الأداء ، وكذلك نواحي الضعف والقوة ، ومن ثم عن حاجته لبذل جهد أكبر للوصول إلى المستوى المناسب الذي يرتضيه لنفسه .

ويمكن القول أنه يمكن حصر أهداف التقويم التربوي في المجال الرياضي فيما يلي :

1. يعتبر التقويم أساسا لوضع التخطيط السليم للمستقبل .
2. يعتبر التقويم مؤشرا لكافة طرق التدريب ومدى مناسبتها لتحقيق الأهداف المرجوة .
3. يعتبر التقويم مؤشرا لتحديد مدى ملائمة وحدات التدريب مع إمكانيات اللاعبين .
4. يعتبر التقويم مرشدا للمدرب لتعديل وتطوير الخطة التدريبية وفقا للواقع التنفيذي .

5. يساعد التقويم المدرب في معرفة المستوى الحقيقي للاعبين ، ومدى مناسبة التدريب لإمكانياتهم وقدراتهم ، وكذا تجاوزهم .

6. يساعد التقويم المدرب على التعرف على نقاط الضعف والصعوبات التي تواجه العملية التدريبية .
7. يساعد التقويم في الكشف عن حاجات وقدرات اللاعبين ، كما يساعد في توجيههم للنشاط المناسب أو المراكز الملائمة لقدراتهم داخل النشاط الواحد .

8. يساعد التقويم في تقدير إمكانيات اللاعب ، وتحديد الواجبات المناسبة له ، مما يزيد من دافعية اللاعب للارتفاع بمستوى أدائه .

9. يهدف التقويم إلى معرفة المدى الذي وصل إليه الدارسون ، وفي اكتسابهم لأنواع معينة من العادات والمهارات التي تكونت عندهم نتيجة ممارسة أنواع معينة من أوجه النشاط .

10. للتقويم دور فاعل في توجيه المعلم لطلابه بناء على ما بينهم من فروق تتضح أثناء عمله معهم

11. يزيد التقويم من دافعية التعلم عند الطلاب ، حيث يبذلون جهودا مضاعفة قرب الاختبارات فقط .⁴

- أنماط التقويم حسب المراحل التي يتم فيها :

تمارس عملية التقويم عادة في جميع مراحل العملية التعليمية ، وهي على أربعة أنماط وهي :

1 - التقويم التمهيدي (القبلي) :

ويجرى قبل البدء بتطبيق البرنامج التربوي، للحصول على المعلومات الأساسية القبلية التي تؤثر في تطبيقه،

ويهدف إلى قياس مدى استعداد المتعلمين وامتلاكهم لمتطلبات التعليم السابق للتعليم اللاحق ، أي تحديده

المفاهيم والمبادئ والمهارات السابقة ، الضرورية لفهم المعارف والمهارات الجديدة المتضمنة في وحدة دراسية مثلا .

ويستفيد المعلم من هذا النوع من التقويم ، في التخطيط لبعض التدريبات أو النشاطات التي يمكن أن تتضمنها المادة الدراسية الجديدة ، وذلك لتسهيل عملية التعلم و التعليم ، ويقاس ذلك إما باختبار استعداد أو اختبار

قبلي .⁵

2- التقويم التكويني (البنائي) :

يعتبر سكريفن scriven ، أول من اقترح التقويم التكويني في مجال تطوير المناهج الدراسية، وهو يرى أن هذا النمط من أنماط التقويم يتضمن جميع البيانات الملائمة أثناء بناء المناهج والبرامج الجديدة أو تجريبها ، وذلك على أساس أن أي تعديلات في المناهج أو البرامج ، يجب أن تتم وفقا لهذه البيانات . ويرى بلوم وآخرون ، أن التقويم التكويني مفيد للقائمين على إعداد المناهج والبرامج التعليمية ، كما أنه مفيد بالنسبة للتدريس والتعليم، ويرى أيضا أن التقويم التكويني ، يتضمن إجراءات منظمة تتم أثناء عملية بناء المناهج ، وأثناء التدريس ، وذلك بغرض تحسين هذه العمليات أو الوسائل المستخدمة فيها .

ويستخدم التقويم التكويني خلال تقديم الوحدة الدراسية كجزء مكمل لعمليتي التعليم والتعلم ، ومن المعتقد أن هذا النمط من التقويم يخصص له وقت خارج الوقت المخصص للدروس ، ولكن المتبع هو استخدام هذا النمط التقويمي خلال العملية التعليمية ذاتها كجزء من التدريب على الموضوعات الدراسية المختلفة وليس كجزء منفصل عنها، وتكمن قوة التقويم التكويني ، في كونه يمد القائمين به بمعلومات التغذية الراجعة التي تلعب دورا أساسيا بالنسبة للتعليم ، ولعل من أهم ما يميز التقويم التكويني ، أنه يعمل دائما في ظل مبدأ هام وهو: ملائمة النظم والبرامج لحاجات الناس ، وبدلا من ملائمة الناس لحاجات النظم والبرامج ، فهو يعمل دائما على توفير البيانات

- زكريا محمد الظاهر و آخرون : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط 1 ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ، الأردن ، 2002 ، ص 53 .⁵

التي تفيد في جعل العمليات المختلفة أكثر كفاءة ، أي أنه يهتم بالعمل على توفير الوسائل والطرق اللازمة لتحسين العمليات ، أكثر من اهتمامه بإصدار الأحكام التقييمية على النتائج .⁶

3- التقييم الختامي أو النهائي :

وتجدر الإشارة إلى أن التقييم الختامي ، يتم في ضوء محددات معينة ، من أبرزها تحديد موعد إجرائه ، وتعيين القائمين به ، والمشاركين في المراقبة، ومراعاة الدقة في التصحيح .

وفيما يلي أبرز الأغراض التي يحققها هذا النوع من التقييم:

- قياس مدى تحقيق الأهداف الشاملة للوحدة التعليمية بعد الانتهاء منها ، أو تحديد مدى استيعاب وفهم الطلبة للمادة التعليمية، أي يعمل على تحديد أو قياس التحصيل النهائي للمتعلمين.
- إصدار أحكام تتعلق بالطالب ، من حيث النجاح والرسوب وتوزيع الطلبة على التخصصات المختلفة.
- الحكم على ملائمة المناهج التعليمية والسياسات التربوية المعمول بها.
- الحكم على ما تحققه المدرسة من واجبات وأعباء لكل من المسؤولين و الآباء والمهتمين.
- إجراء مقارنات بين نتائج الطلبة في الشعب الدراسية المختلفة التي تضمها المدرسة الواحدة ، أو بين نتائج الطلبة في الجامعات المختلفة.
- التنبؤ بأداء الطالب مستقبلا، فالطالب الممتاز في تخصص معين في الاختبار الختامي في المرحلة الإعدادية ، تنبأ له بان يكون ممتازا في ذلك التخصص في المدرسة الثانوية، والعكس صحيح شريطة بقاء الظروف على ما هي عليه.

4- التقييم التبعي :

- ذكرها محمد الظاهر وآخرون ، مرجع سابق ، ص 55 .⁶

ويعني الاستمرار في التقويم للوقوف على آثار البرنامج التربوي البعيد المدى وهو شائع في مجال التعليم المهني والتفني ويطلق عليه أحيانا تقويم الصيانة وذلك لضمان فعالية البرنامج أطول فترة ممكنة في خدمة المهن المختلفة ويأتي هذا التقويم إجابة عن السؤال :

هل مادة البرنامج التدريبي والتكنولوجيا المستخدمة فيه ملائمة في ضوء المستجدات والتغيرات ؟

هل التكنولوجيا المستخدمة تعطي النتائج المرجوة من حيث المهارات والاتجاهات ؟

ويمكن أن يستخدم هذا النوع من التقويم في مجال التعليم الجامعي وباستخدام أدوات ووسائل شائعة مثل: المقابلة أو الإستبانة والاختبارات وتحليل الأداء ودراسة التقارير والسجلات ولعل نتيجة التقويم في هذا المجال تعطى بمعادلة على النحو التالي:⁷

ماذا يجب أن يكون - ماهو كائن = التعديل المطلوب .

والمخطط التالي يبين أنواع التقويم السابقة

التقويم التمهيدي ← التقويم التكويني ← التقويم الختامي ← التقويم التبعي
(القبلي) (البنائي) (النهائي) .

- تقويم التطبيق العملي في التربية البدنية والرياضية :

إن المهنة التربوية تتطلب التكامل الحالتين أساسيتين هما المهارات العقلية وإعداد مهني نظري وعملي خاص ، وهذا الإعداد الخاص ينقسم إلى قسمين -الأول إعداد نظري وأهم محتوياته الأساسيات في علم النفس التربوي

- أحمد حامد الخطيب ، حسين مد الله الطراونة : القياس والتشخيص في التربية الخاصة ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، ط1، الأردن ، 2002 ، ص31.⁷

وفي العلوم التربوية العامة وطرائق التدريس ، بالإضافة إلى مقررات العلوم الأكاديمية التخصصية ومقررات اختيارية تثقيفية ، أما الآخر فهو التربية العملية التي تعتبر تطبيقاً للإعداد النظري وأداة تقويمية أولى له .

وبما أن إعداد مدرسي التربية الرياضية يتطلب عدداً من الخصائص التي تعطي مميزات تخصصية تربوية رياضية للمدرس وتظهر لديه طباع ثابتة ومحددة ، لذا فإن نشاطه يعتمد على التفكير بذكاء صحيح ومحدد لقيادة نشاط المهتمين بالتربية الرياضية من خلال وضع الرؤية الصحيحة لهم ورفع مستوى الإحساس لديهم وبتكثيف وتوزيع الأنشطة الرياضية في برامجهم .

إن مناهج التطبيق لطلبة كليات التربية الرياضية والمعاهد المتخصصة بالتربية الرياضية ، هي الوسيلة المثلى لتحقيق أهداف التربية الرياضية من خلال ترجمتها إلى سلوك وممارسة فعلية يعمل على تطبيقها الطلبة ، فيجب أن ينصب الاهتمام على تطوير المناهج المقررة باستخدام التطبيق العملي كوسيلة لتحقيق التنمية الفكرية وهذا لا يتم إلا من خلال تضافر جهود العاملين ودعم

المسؤولين الذين يتم التطبيق داخل مؤسساتهم ، وذلك بفسح المجال أمام المطبق ليتمكن من إتباع أنماط متعددة من الأعراف التربوية والأنشطة الرياضية أثناء التطبيق وتمكينه من تنمية ذاتية والتعرف على طرائق التعليم وخلق روح المبادرة فيه .⁸

إن الواجبات الملقاة على عاتق مطبق التربية الرياضية كثيرة ومتنوعة ، فهي تتضمن التدريب على الألعاب ، إدارة اختبارات اللياقة البدنية ، تعليم الألعاب والإسعافات الأولية والتدريس النظري والعملي والقيام بالشؤون الإدارية ، وهكذا يرى أنها ليست مقصورة على التربية الرياضية وحدها بل تعداها إلى مجال أوسع وأكبر من الواجبات الأساسية في وظيفة المدرسة أو المعسكر أو النادي الرياضي أو مركز شباب أو أي منظمة أو اتحاد رياضي أو شبابي ، لذا يمكن على المطبق عمل تخطيط سليم لبرامجه وزيادة فعالياته القيادية للوصول إلى نتائج طيبة

- محمود داوود سلمان الريمي : الإشراف والتقويم في التربية الرياضية ، دار المناهج ، ط1 ، الأردن ، 2001 ، ص90⁸

ومثمرة لعمله . وأن يكون يقظا لاستغلال ما يسمح له من فرص أثناء ممارسة طلبته للألعاب والأنشطة المتنوعة

لخلق التوافق التعليمي والتربوي السليم والذي ينجم عنه الاستجابات السلوكية المرغوبة.⁹

إن استخدام التقويم أمر يبدو حتميا إذا ما سعى المطبق إلى معرفة مدى فاعلية البرامج التي قام بوضعها من خلال تحقيق الأغراض الموضوعية من أجلها . فعملية التقويم تساعد المطبق على معرفة مواطن الضعف والقوة عند طلبته وكذا البرامج ، كما أنها تبين قيمة التعليمات ومدى التقدم فيها .

وإن أساليب التقويم في التربية الرياضية تساعد كثيرا في تحديد الحالة الجسمية للطلبة وخصائصهم من نواحي كثيرة ، وقد تستخدم لأغراض التوجيه التشخيصي وتصنيف الطلبة في مجموعات متجانسة وترتيبهم في مستويات وتحديد مقدار القوة والضعف لكل مستوى ، لهذا يجب إعادة تقويم البرامج بصورة دورية على ضوء النتائج التي يتم الحصول عليها وإجراء ما يلزم من تعديلات ضرورية ، ومثل هذا الإجراء يجعل التربية الرياضية تسير على أسس علمية وسليمة ويجعلها قادرة على تقديم خدمات جليلة أكثر وأعظم للمشتغلين في ميدانها .

إن تقويم التطبيق العملي في التربية الرياضية لمعرفة المستوى الذي وصل إليه المطبق بعد انتهاء فترة التطبيق يعتمد على مدى حصوله على القدرات والخبرات الجيدة والتي يمكن تشخيصها من خلال ما يأتي¹⁰ :

1. صياغة وترتيب أهداف ومهام مدرس التربية الرياضية وبرامج الأنشطة اللاصفية الخارجية والداخلية .
2. قدرته على معرفة فاعلية البرامج التي قام بوضعها ومدى تحقيقها لأغراضها .
3. تنبئه في حقل اختصاصه وتمكنه من المادة التي يدرسها .
4. اهتمامه بالتخطيط والبرمجة لعمله ومقدرته على تنفيذ الخطط الموضوعية .
5. خبرته في طريقة تصحيح الأخطاء الشائعة في الفعاليات والأنشطة والمهارات المختلفة .

- محمود داوود سلمان الربيعي : مرجع سابق ، ص 91 .⁹

- نفس المرجع ، ص 91¹⁰



6. قدرته على اكتشاف ذوي المواهب الرياضية والعناية بهم .

7. مراعاته للفروق الفردية أثناء درس التربية الرياضية واهتمامه بتوجيه وتشجيع الطالب للمشاركة في

الأنشطة الرياضية المختلفة .

8. قدرته على حل المشاكل التي تواجهه في عمله وتذليل الصعاب وتجاوز النواقص الخاصة بواجباته بنجاح

9. تحية وترتيب وتنظيم المستلزمات المطلوبة كافة لعمله في التدريس والتدريب والأنشطة الأخرى الداخلية

والخارجية .

10. إمكاناته القيادية الراشدة وشخصيته المؤثرة على طلبته وضبطهم وسيطرته عليهم

- الاختبارات :

لاشك أن كل طالب قد ألف الاختبارات منذ الوهلة الأولى لخبرته في التقدم للفحوص العديدة وفي

مناسبات متنوعة ولأغراض مختلفة . وبعض هؤلاء الطلبة قد مارس أنواعا مختلفة من الاختبارات مثل

القدرات أو القبول في برنامج تعليمي أو تدريبي . أو اختبار تحصيلي لمختلف الموضوعات الدراسية التي

يستعملها في المدرسة أو الكلية . أو اختبار على إجراء الطبيب له بهدف تقييم وضعه الصحي وتحديد

الأعراض المرضية التي قد يعاني منها هذا الطالب أو ذلك .

-1- تعريف الاختبار :

ولما كان كل واحد منا يعتقد أنه يعرف ما هو الاختبار ومفهومه وأنه مرتبط بخدمة صاحبه كأداة لجمع

البيانات أو المعلومات بهدف تكوين الأحكام وصنع القرارات .

ولما كانت هذه الأداة تمثلا جانبا هاما جدا في العملية التربوية ، فإنه لا بد من تحديد مفهوم الاختبار

وتعريفه .



فيرى فؤاد أبو حطب أن " الاختبار هو طريقة منظمة للمقارنة بين الأفراد أو داخل الفرد الواحد ، في السلوك أو في عينة منه ، في ضوء معيار أو مستوى أو محك "11

أما انتصار يونس فتقول أن " الاختبار هو ملاحظة استجابات الفرد في موقف يتضمن منبهات منظمة تنظيمًا مقصودًا وذات محددة ، و مقدمة الفرد بطريقة خاصة تمكن الباحث من تسجيل هذه الإجابات تسجيلًا دقيقًا "

الاختبار على أنه " إجراء منظم لقياس سمة ما من خلال عينة من السلوك " Brown و يعرف براون

12

2- أغراض الاختبارات :

يرى سبع أبو لبدة أن الاختبارات بحد ذاتها لا أغراض أو أهداف لها . فأغراضها أو أهدافها هي في الحقيقة أغراضنا وأهدافنا وهي أدوات قياس محايدة كالمتري . إلا أنه يمكن تحديد بعض أغراض الاختبارات واستخداماتها في المجال التربوي على النحو التالي :¹³

1- قياس تحصيل الطلبة وتقديمهم :

يقدم لنا الاختبار معلومات هامة عن سير العملية التعليمية ومدى تحقيق الأهداف التعليمية.

2- القبول والاختيار :

- ليلي السيد فرحات ، مرجع سابق ، ص 36.11

- سامي ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ط1 ، عمان ، الأردن ، 2000 ، ص 53.12

- سامي ملحم ، مرجع سابق ، ص 55.13

يحقق لنا الاختبار اتخاذ قرارات حول قبول الطلبة أو اختيار الأفضل منهم في ضوء المعلومات التي يقدمها لنا . كما أنه يفرز لنا الأفراد المؤهلين لاستلام وظيفة ما أو عمل ما في ضوء تلك المعلومات التي يزودنا بها الاختبار .

3- تحديد المستوى :

ويحقق لنا الاختبار مستويات الطلبة وتصنيفهم إلى عدة مجموعات حتى يمكننا من إلحاق كل طالب بالمجموعة التي تناسب مستواه . مما يمكن المسؤولين بعدئذ من وضع الاستراتيجيات التعليمية التي تتلاءم و مستوى كل مجموعة .

4- التشخيص :

وعندما يواجه المتعلمون صعوبات متكررة في مجال تعليمي معين . فإن الاختبار التشخيصي يزودنا بمواقف القوة والضعف في المعارف والمهارات التعليمية المستخدمة مما يسمح لنا باتخاذ القرارات المناسبة في تطوير الأساليب التعليمية وتنويعها واستخدام استراتيجيات جديدة لذلك .

5- تنشيط الدافعية :

وقد تشير الاختبارات دافعية الطلبة فيقبلون على الدراسة بشكل مستمر ومنظم .

6- التغذية الراجعة للمدرس والطلاب :

كما تقدم الاختبارات تغذية راجعة فورية حول سير العملية التعليمية . فتكشف عن مواطن القوة والضعف لدى الطلبة . مما يسمح بإتاحة الفرصة للمدرس في تعديل أساليبه في التعليم أو السير بها قدما . وتسمح للطلاب أيضا في تقويم نفسه وتنظيم وقته وجهده وتطوير عاداته الدراسية نحو الأفضل .

7- تقويم المناهج والبرامج الدراسية :



تستخدم الاختبارات عادة من أجل جمع المعلومات عن المناهج الدراسية المختلفة . ومتمدى تحقيق الأهداف التربوية لها ، مما يتيح للمسؤولين من اتخاذ القرارات المناسبة لتطوير المناهج الدراسية بما يحقق كلب الأهداف التربوية المرجوة .

8- المقارنة والترتيب :

وقد يلجأ المعلمون إلى ترتيب الطلبة و إجراء المقارنات بينهم في ضوء ما يراه مناسباً لسير العملية التعليمية .

9- البحث التربوي :

ويعد الاختبار أحد الأدوات الرئيسية الهامة التي تستخدم على نطاق واسع في جميع البيانات والمعلومات في مجال البحث التربوي في مختلف أنواعها .

- تطبيق الاختبارات في التربية البدنية والرياضية :

يمكن تطبيق الاختبار تبعاً للنوعية التي سوف يطبق عليها الاختبار ، فهناك اختبارات يمكن أن تأخذ الشكل الجماعي من حيث تطبيقها ، أو الشكل الفردي .

ويرتبط بذلك ما يحتويه الاختبار من وحدات . فهناك الاختبار الذي يتضمن عدة وحدات ويطلق عليه اختبار

أو اختبار يتضمن وحدة واحدة وهو ما يعرف باختبار العنصر الواحد أو الصفة **battery test** البطارية

single tests الواحدة

- تطبيق اختبارات البطارية :



يتطلب تطبيق اختبار البطارية أن يعد مكان تنفيذ الاختبار إعدادا جيدا بحيث ترتب محطات الاختبار (وحدات الاختبار) ترتيبا يسهل على الممتحن التحرك من وحدة إلى وحدة أخرى ولعل الإشارات والعلامات الموضحة خير معين لذلك سواء ما كان مرسوما منها على الأرض أو على لوحات معلقة في أماكن يسهل رؤيتها وقراءتها . ويلتزم أيضا عند التطبيق أن تتوافر عوامل الأمن والسلامة في منطقة الاختبار من أية أخطاء ويرى عند التطبيق أن ينتقل الفرد من وحدة اختبار إلى وحدة أخرى دون الإحلال بترتيب الوحدات (المحطات) وكذلك لباقي الأفراد ، بمعنى إتاحة الفرصة المتكافئة الواحدة للجميع دون استثناء.

- خطوات بناء الاختبارات :

تتضمن الطرق الخاصة ببناء الاختبارات ناحيتين رئيسيتين هما :

أ- الخطوات التي يجب اتباعها عند بناء الاختبار .

ب- كيفية الربط بين وحدات الاختبار المختلفة في هيئة بطارية اختبار .

و يتضمن الجزء التالي الخطوات الأساسية التي يمكن اتباعها عند بناء الاختبار و كذلك توضيح كيفية الربط بين

وحدات الاختبار المختلفة في هيئة بطارية تقيس الجوانب الكلية للمهارة أو السمة أو الصفة أو القدرة .

و تتضمن خطوات بناء الاختبار ما يلي :

1- تحديد الغرض من الاختبار .

2- تحديد الظاهرة المقيسة (المطلوب قياسها) .

3- تحليل الظاهرة و اعداد جدول المواصفات .

4- تحديد وحدات الاختبار .

5- الاختيار النهائي لوحدة الاختبار.

6- اعداد شروط و تعليمات تطبيق الاختبار.

7- حساب المعاملات العلمية للاختبار.

8- اعداد الشروط و التعليمات النهائية للاختبار.

9- تطبيق الاختبار و اعداد المعايير.

ومن الملاحظ ان الخطوات السابقة تشكل الأسس الهامة لبناء أي اختبار.

مثال عن نموذج بطارية مقترحة لتقويم الأداء المهاري في مسابقة الوثب الثلاثي

الرقم	المرحلة من المسابقة	المهارات المقترحة للتقييم في كل مرحلة	العلامة المقترحة	الموافقة (X)	الرفض (X)	ملاحظات و اقتراحات للتعديل
01	مرحلة الاقتراب (اكتساب اعلى	الاقتراب بإيقاع موزون و متزايد.	0.75			
	سرعة اقتراب ممكنة عند لوحة الارتفاع.)	تغيير ايقاع الخطوات الاخيرة (تقصير الخطوات نسبيا) .	0.75			
02	مرحلة الحجلة .	الارتكاز الجيد.	0.5			
		الطيران و التوازن.	0.75			
		الهبوط والإعداد للارتقاء القادم.	0.5			
03	مرحلة الخطوة .	هبوط جيد من الحجلة بقدم الارتفاع.	0.5			

		0.75	المحافظة على التوازن.		
		0.5	دفع المقعدة للأمام .		
		0.75	اطالة قوس الطيران.	مرحلة الوثبة .	04
		0.75	حفظ التوازن و الاعداد لهبوط جيد و قانوني.		
		0.5	خروج صحيح و قانوني		

