

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي خميس مليانة

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج تدرج ضمن متطلبات لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

التربية البدنية والرياضية بين الدوافع والمعوقات في المؤسسات التربوية

تحت إشراف:

العربي محمد

من إعداد الطلبة:

عبد القادر خداوي معمر

ميسومي سيداحمد



دفعة: 2011-2010

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"وَقُلْ رَبِّي زُنَنِي عُلْمًا"

الآية 11 من سورة طه

الحمد لله المتواجد بصفات الكمال والجمال والسلام على سيد الخلق محمد صلى

الله وسلم وعلى آله وصحبه أجمعين.

أما بعد:

شكرا لوطننا الغالي وشكرا للمركز الجامعي خميس مليانة والشكر

الجزيل للطاقم الإداري وكل الأساتذة وعمال قسم علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية واتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف : العربي محمد

من خلال مساهمته في إنجاز هذا العمل المتواضع بإرشاداته ونصائحه القيمة

وكما أتقدم بالشكر الجزيل للدكتور كمال بوعجناق الذي رفع الراية الوطنية

بتمكّنه من الدخول ضمن علماء الموسوعة الدولية لتكنولوجيا الرياضة. وشكرا

إلى كل الأصدقاء والزلاء الذين ساهموا معنا في إنجاز هذا العمل ونتمنى

الأخير كل النجاح والتوفيق بإنشاء الله إلى كل طلبة العلم.

ملاهداء

إن الحمد لله نحمده ونشكره على إتمام هذا العمل المتواضع.

إلى التي كانت ولا زالت دوما مصدرا للفرحة والحنان، إلى الجذر الذي
انماني فانحطني بعطفه وحنانه إلى جدتي العزيزة وإلى الخلى إنسان في الوجود
إلى امي العزيزة، إلى من انار دريبي واعطاني الدعم ولم يبخل علي بشيء، يملكه
إلى من وهبني حياته ابي العزيز إلى حيي وعمري اختي العزيزة.
إلى إخوتي الاعزاء ميسوم ونزالي وإلى اصدقائي عيسى بوعجلة، ادم شيخي،
عبد القادر خداوي معمر، وإلى النذير واسامة وإلى الهادي نجازية وفريد
وإلى حياة وإلى وفاء الغالية وإلى كل الاحبة وإلى فرع علوم وتقنيات والنشاطات
التربية البدنية والرياضية وبالخصوص إلى الدكتور كمال بوعجناق والاستاذ محمد
العربي ...

احمد

إهداء

بسم الله أبدء كلامي الذي بفضلته وصلت لمقامي هذا
الحمد والشكر على ما أتاني نهدي هذا العمل إلى
الوالدين الكريمين والعزيزين أطال الله في عمرهما، وكل
أفراد أسرتي الإخوة والأخوات تمنياتنا لهم بالتوفيق
والنجاح.

وإلى كل من تجمعنا بهم صلة رحم أو صداقة ولم نأتي
على ذكرهم إلى كل من ساندني وشجعني من قريب أو
من بعيد

معمار

إهداء

اهدي هذا

البحث المتواضع إلى روح الجدة الطاهرة ادام الله

و اطال

إن شاء الله.

إلى الوالدين الكريمين امي الغالية و ابي الفاضل و اتمنى دوام

الصحة و العافية

إلى إخوتي و سيلة زهيرة و الهادي و إلى العائلة.

إلى الاصدقاء و إلى اساتذة التربية البدنية و الرياضية و إلى

بأدر انجاز هذا البحث او إلى .

اظافري.

هذا البحث.

إلى

منخل

علم البحث

الفصل التمهيدي

مقدمة:

لقد خطت التربية البدنية والرياضية على المستوى العالمي خطوات عملاقة نحو الأمام الأمر الذي زاد من مكانتها ودورها وازدهارها. كما أخذ النشاط الرياضي يكتسب طابعا خاص في الإهتمام بالتربية البدنية والرياضية في مختلف القطاعات سواء منها التربوية أو التكوينية أو بقصد التحصيل الرياضي. ولهذا تعتبر التربية البدنية والرياضية مظهرا من مظاهر التربية الحديثة وجزء متكامل من التربية العامة، وميدانا تجريبيا هدفه تكوين مواطن لائق من الناحية البدنية والعقلية.

ونظرا للأهمية البالغة للتربية البدنية والرياضية والدور الذي تلعبه في التربية الحديثة، إذا ما علمنا بمدى مشاركتها في التنمية الشاملة للفرد وإيماننا بأن العقل والجسم يمثلان وحدة واحدة، ولهذا أدرجت التربية البدنية والرياضية كمادة مع باقي المواد التعليمية في المؤسسات التربوية وهذا باعتبارها نظام تربوي مرتبط بالنظام التربوي الشامل، وتخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها والرامية إلى الرفع من شأن الإنسان والمواطن والعامل بما لديها من مزايا. وإن أوضاع التربية البدنية والرياضية في بعض بلدان العالم الثالث على ما هي عليه من أساليب ومفاهيم تقليدية لا تعاصر التطور والحدثة في عملية تحويل طاقات وقوى الشعب الهائلة لتكون في خدمة التربية البدنية والرياضية.

وتعتبر التربية البدنية والرياضية في الوقت الحاضر مادة تعليمية تستثمر النشاطات الرياضية كقاعدة تربوية لتطور قدرات التلاميذ لبناء الشخصية المتكاملة له وتستند في ذلك إلى العديد من العلوم الدقيقة والإنسانية وتساهم مع بقية المواد الأخرى في تحقيق غايات المنظومة التربوية بتكوين فرد ذو صحة جيدة ومسؤول ونزيه وذو أخلاق حميدة .

كما أنه يعتبر درس التربية البدنية الرياضية أحد أشكال المادة العلمية ولكنه يختلف عنها كونه لا يمد التلميذ بالمهارات و الخبرات فحسب ، بل يمدهم بكثير من المعارف والمعلومات في مختلف المجالات وذلك باستخدام أنشطة حركية مثل التمارين والألعاب الجماعية والفردية والتي يتم تعليمها من طرف المدرسين أعدوا لهذا الغرض.

ولكن تتعرض التربية البدنية والرياضية لعدة معوقات تحول دون ممارسة التلميذ للأنشطة الرياضية المبرمجة له خلال فترة دراسته، وهذا ما تطرقنا له من دراسة في هذا البحث الذي من خلاله سوف نتعرض إلى بعض المعوقات التي تقلل وتعيق الارتقاء بهذا الجانب والوصول به إلى مستويات عالية.

الإشكالية:

اهتم الإنسان منذ القديم بكل من جسمه وصحته وشكله ولياقته البدنية كما تعرف من خلال ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية التي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب، والرقص والتمارين البدنية، والتدريب البدني كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني والصحي فحسب وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها وعلى الجوانب النفسية والاجتماعية، والجوانب العقلية والمعرفية، والجوانب الحركية المهارية، والجوانب الجمالية الفنية، وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً شاملاً متناسقاً ومتكاملاً، ولقد أشارت بعض النصوص القديمة إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ما ذكره "سقراط" مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب: " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي".

وأما المفكر "شيللر" في رسالته "جماليات التربية" أن الإنسان يكون إنساناً فقط عندما يلعب.

وأما المفكر "ريد" يعتقد أن التربية البدنية تمدنا بتهذيب الإرادة ويقول: "أنه لا يأسف

على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض من ذلك، فإنه هو الوقت الوحيد الذي يمضي على أحسن وجه.

وأما المربي الألماني "جوتس موتس" يذكر أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم¹.

أما في الوقت الحاضر أصبحت التربية البدنية والرياضية مادة مبرمجة تدرس في المدارس والمؤسسات التعليمية، وهذا لأن أول اتصال للطفل هو المدرسة فهناك يمارس عدة أنشطة مختلفة للتربية البدنية والرياضية، وحتى أنه يشارك من خلال هذه الأنشطة في عدة منافسات مدرسية تقام بصفة نظامية وبصفة هادفة ومنظمة، ولكن لكي يحقق التلميذ مستويات جيدة وتكون لديه الرغبة في ممارسة الأنشطة الرياضية المقررة في حصة التربية البدنية والرياضية، إرتأينا أن تكون هناك رؤية عن حجم المعوقات التي تحول دون ممارسة التربية البدنية والرياضية وهذا داخل المؤسسات التربوية، وأن نتطرق لدراسة بعض الدوافع التي تدفع التلميذ على ممارسة التربية البدنية داخل المؤسسات التربوية ومن هنا كان لنا التساؤل التالي:

- هل هناك معوقات لها أثارها السلبية على دافعية وإقبال التلاميذ على ممارسة التربية

البدنية والرياضية ؟

الأسئلة الجزئية:

- 1- هل للمحيط الأسري دور في دفع التلميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية ؟
- 2- هل نقص المنشآت الرياضية له تأثير في عرقلة ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- 3- هل معامل المادة المتدني له دور في عرقلة مزاوله حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- 4- هل يعتبر الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية معوقاً ؟

الفرضية الرئيسية:

رغم الدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية في التقليل من ضغوطات التلاميذ وتساهم في الترويح عنهم وحتى أنها تدخل في الجانب التربوي إلا أنها تبقى تعاني من عدة مشاكل وعراقيل تحول دون أداء التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية .

الفرضيات الجزئية:

- 1- للمحيط الأسري دور في دفع التلميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية.
- 2- نقص المنشآت الرياضية له تأثير سلبي على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- 3- معامل المادة المتدني له دور في عرقلة مزاوله حصة التربية البدنية والرياضية.
- 4- يعتبر الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية معوقاً.

أهمية البحث :

- أمل الباحثين من خلال هذا البحث هو معرفة معوقات ممارسة التربية البدنية والرياضية الموجهة للتلاميذ داخل المؤسسات التربوية.
- دراسة المعوقات ومعرفة الدوافع التي تساعد على نجاح حصة التربية البدنية والرياضية وممارستها.
- معرفة الجوانب المختلفة لممارسة التربية البدنية والرياضية.

أهداف البحث:

- الإطلاع على كيفية سير دروس التربية البدنية والرياضية من خلال التجربة الميدانية المثالية والمتواضعة في بعض المؤسسات التربوية.
- ملاحظة ومعرفة الإقبال على حصة التربية البدنية والرياضية من طرف التلاميذ.
- معرفة رغبة بعض التلاميذ في ممارسة التربية البدنية والرياضية.

أسباب إختيار الموضوع:

- هناك أسباب موضوعية ولأخرى ذاتية دفعتنا إلى اختيار موضوع بحثنا ومن أهمها:
- محاولة المشاركة في الجهود القائمة حول تحسين ممارسة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- العمل على دراسة معوقات التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية وكيفية معالجتها.
- محاولة فهم أسباب عزوف بعض التلاميذ على ممارسة التربية البدنية والرياضية.

الدراسات السابقة:

- دراسة ميدانية لأسباب عزوف تلاميذ الطور الثالث عن ممارسة حصة التربية البدنية .
من إعداد الطلبة :
رحماني قدور – حناش سالم – بليل الحناشي.

بإشراف الأستاذ :

الدين.

السنة الجامعية: 2003 - 2004.

دراسة ميدانية لأسباب عزوف تلاميذ الطور الثالث عن ممارسة التربية البدنية والرياضية .

من إعداد الطلبة:

— رحمانى قدور وآخرون.

سنة 2003-2004م.

- دوافع عزوف بعض الطلبة الجامعيين عن ممارسة النشاط البدني الرياضي في الوسط الجامعي .

من إعداد الطلبة:

الطيب صاش وآخرون

سنة 2006 - 2007م.

صعوبات البحث:

1-نقص المصادر والمراجع التي لها علاقة بموضوع دراستنا .

2- نقص الدراسات السابقة و المشابهة فيما يخص موضوع دراستنا

3- بسبب تزامن التربص الميداني و القيام بالذاكرة و التزامنا بمزاولة الحصص الدراسية طوال

الأسبوع كان دورنا شبه مستحيل في إنجاز هذه المهمة.

الجانب

النظري

الفصل الأول

التربية البدنية والرياضية
مفهومها ودورها
في المؤسسات التربوية

1- تمهيد :

تعتبر التربية البدنية والرياضية عن مدى تطور حضارات الشعوب ونمو ثقافتها المختلفة، ذلك أن التربية البدنية والرياضية باستطاعتها تحقيق أهم الأهداف التي تسعى الشعوب إلى تحقيقها، سواء كانت تربوية أو اجتماعية أو نفسية أو ثقافية، وهذا لكونها تهتم بالجانب البدني والمعرفي، وهو ما دعا إلى إدراج مادة التربية البدنية والرياضية في المنهاج التربوي، حيث أصبح لحصّة التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في حياة التلاميذ في مختلف الأطوار والمراحل الدراسية، مما يعطيهم الفرصة لإظهار قدراتهم ومواهبهم وإمكانيتهم.

فلا يكاد مجتمع يخلوا بشكل أو بآخر من أشكال الرياضة وكل عنصر يختلف عن سابقه وهذا حسب متطلبات الحياة في ذلك العصر. وحسب الأهداف المرجو تحقيقها، فمن الصعب تجاهل الأبعاد النفسية والاجتماعية والأخلاقية والتربوية للتربية البدنية والرياضية.

2- نبذة تاريخية حول تطور التربية البدنية والرياضية:

لقد مرّت التربية الرياضية على مدى العصور من بداية الخليقة حتى يومنا هذا بمراحل عديدة يمكن إيجازها في أربع مراحل رئيسية على النحو التالي:

2-1- المرحلة الأولى:

في العصور القديمة بدأ الإنسان علاقته بالحركة كضرورة مرتبطة بحياته، وكان هذا النشاط الحركي موجهاً إلى الصيد للحصول على الطعام أو الدفاع عن النفس، وكان عبارة عن أنشطة حركية فردية لم تكن مقصورة لذاتها وإنما كانت وسيلة لغاية هي المحافظة على البقاء، باستثناء بعض الأنشطة الحركية الجماعية المحددة جداً والتي كانت تتعلق ببعض الطقوس الدينية أو الرقص للترويح على الأسياد أو الأنشطة الخاصة في أوقات الفراغ.

ففي هذه المرحلة لم يكن لها مسمى واضح وكان الهدف من هذه الأنشطة الحركية هو الحفاظ على الحياة والاستمرار في البقاء.

2-2- المرحلة الثانية:

تتميز هذه المرحلة عن سابقتها ببدء تكون لدى الإنسان بعض المفاهيم الذي يتمثل في التراث الثقافي الذي أثر في بعض الجوانب المختلفة، من هذه الجوانب جانب النشاط الحركي حيث تغيرت النظرة إلى هذا النشاط وأصبح ينظر إليه على أنه ضرورة إجتماعية، بمعنى أنه أخذ أشكالاً عسكرية وسياسية مثل الذي حدث في إسبرطة وفارس ومصر القديمة، فنجد أن إسبرطة وجّهت كل اهتماماتها للتدريب البدني لتكوين أفراد أقوياء لإعدادهم للحرب والتوسع وأنشأت إسبرطة جيوشاً عسكرية قوية قادرة على حمايتها والاستيلاء على أراضي جديدة لإشباع رغباتها التوسعية إذا لزم الأمر.

في حين أن أثينا مارست الأنشطة البدنية بغرض إكساب الفرد الرشاقة والمرونة والجمال علاوة على تكوين جماعات تتميز بالقوة لتحمي حدود أراضيها من الأعداء، ولكن ليس لها أهداف توسعية مثل إسبرطة أما في مصر القديمة فبترجمة النقوش التي تفسر تاريخ مصر نجد أن قدماء المصريين مارسوا العديد من الأنشطة الحركية بغرض الترويح وفي نفس الوقت تكوين فرد قوي قادر على الدفاع عن حقوق الوطن وتوسيع الرقعة إذا لزم الأمر ومن

هنا يمكن القول أن الأنشطة في هذه المرحلة نشأت كضرورةٍ حتميةٍ واجتماعية أخذت أشكالاً ذات أغراض عسكرية بمفهوم تقليدي تحت مسمى تربية البدن Education physique¹.

2-3- المرحلة الثالثة:

في هذه المرحلة أخذت الأنشطة الحركية تظهر كضرورة بيولوجية، أي مرتبطة بعلم الحياة بما تتضمنه من نواحي فيزيولوجية واجتماعية وصحية... إلخ. وظهر هذا المفهوم واضحاً وجلياً في بداية العصر الحديث مع بداية النهضة العلمية في بداية القرن التاسع عشر، ولقد كان لتقدم العلوم المختلفة أثراً بارزاً ودوراً فعالاً في تطور مفهوم النشاط البدني بحيث تحول هذا المفهوم من كونه تربية للبدن إلى تربية عن طريق البدن Education throughof physique وتأثرت مظاهر النشاط البدني في هذه المرحلة بالعقيدة الدينية والظروف السياسية والاقتصادية والبيئية كما أنها كانت تعبيراً عن الأفكار والمثل العليا السائدة في هذه المجتمعات.

2-4- المرحلة الرابعة:

وفي هذه المرحلة من مراحل التطور والتي ظهرت في العصر الحديث حيث ظهرت ووضحت نظرية وحدة الفرد وهي النظر إلى الإنسان على أنه وحدة واحدة (بدنية- نفسية- عقلية واجتماعية)، وأصبحت التربية البدنية والرياضية تهدف إلى تنمية الفرد تنمية شاملة متزنة في جوانبه الأربعة الرئيسة المذكورة آنفاً وما هو معروف حالياً بالتربية البدنية والرياضية².

3- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

تحتوي التربية البدنية والرياضية بمفهومها الواسع على ثلاث نواحي أساسية وضرورية في

حياة الفرد هي :

- التربية .
- البدنية.
- الرياضية.

ولكي يتم توضيح هذه المفردات يجب أن تكون هناك نظرة شاملة ومعقدة وفاحصة لما يلي:

أولاً: النظرة القديمة والنظرة الحديثة للتربية.

ثانياً: النظرة القديمة والنظرة الحديثة للتربية البدنية والرياضية.

¹ عبد الحميد شرف- تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية- مركز الكتاب للنشر- القاهرة- ط1- سنة 2000- ص24/23.
² بوبشير عبد العالي وآخرون- وإشراف نفاذ محمد - دور حصة التربية البدنية والرياضية في بناء روح الجماعة بين تلاميذ المرحلة الثانوية مذكرة البكالوريا - جامعة الحاج لخضر - باتنة- دفعة 2009.

3-1- النظرة القديمة للتربية:

التربية قديماً كان لها هدف رئيسي وأساسي ألا وهو تشكيل طبيعة الطفل تشكيلاً يتماشى مع الطريقة التقليدية في التفكير، والتي تتلخص في إلغاء التأثيرات الطبيعية الغريزية للطفل وإحلال محلها التأثيرات الصناعية التي تركز على الاتجاهات العقلية فقط من خلال عدة أجيال، لذا فإن المربي كان يتحاشى الرغبات الطبيعية التي كانت التربية ترمي إلى كبتها والقضاء عليها ولا يتم العمل إلا بالعمل الذي يحتاج مجهود عقلي كبير، ويكون الحكم على هذا العمل بأن له قيمة تربوية، وبذلك يمكن القول بأن الهدف الرئيسي من التربية هو صب الطفل في قوالب من السلوك الغير الطبيعية الذي يرضاه ويفرضه ويحتم وجوده الكبار¹.

فالتربية في القديم والتربية التقليدية التي كانت تعتمد في تلقين فلسفتها التربوية عن طريق أسلوب التسلط والقوة، مبنية على الحكم والمثالية المبالغ فيها والبعيد كل البعد عن الموضوعية، متجاهلة في بعض الجوانب أن الفرد الذي تسعى في تربيته عبارة عن جزء متكامل بين نفسه وجسمه والعلاقات التي تربطه بالعالم المحيط به².

3-2- النظرة الحديثة للتربية:

التربية الحديثة هي تطوير الكائن البشري، والتنقيب على ما يختزنه وما يحمله من أسرار وعوالم، اتجاه ذاته واتجاه حياته الخاصة والعامة كما قال مونتياني " أن التربية الحديثة هي إفساح المجال أمام كل فرد لكي يتمتع بوجوده بكل إخلاص"³.

والتربية الحديثة توجه بشكل خاص لإكساب الفرد الحياة المتكاملة التي تعود عليه وعلى مجتمعه بالخير والسعادة، والتربية ليست مجرد إعداد للحياة وإنما هي الحياة التي يعيشها الإنسان بكل معانيها، لأنها تشمل على تثقيف الفرد مدى الحياة⁴.

¹ مكارم حلمي أبو هرجة- مدخل التربية الرياضية- ط 1- سنة 2002م- ص15.

² أنجيلا ميسي- التربية الحديثة- ترجمة علي شاهين- منشورات عديدة- بيروت- سنة 1982م- ص03.

³ أنجيلا ميسي- نفس، المجمع- ص 02.

ص16.

وللتربية الحديثة خصائص تتميز بها:

- أصبحت عملية استثمارية وليست استهلاكية بحيث نجد بأن لها أثارها ونتائجها والتي تقاس علمياً لتبين مدى استفادة القوة البشرية من هذه العملية للمجتمع وكل الأفراد وليست محتكرة على جماعة معينة دون الأخرى.
 - التربية الحديثة عملية محضة تخضع للمنهج العلمي والتجريبي والتربوي.
 - نجد بأن التربية الحديثة اليوم لا تخضع لأراء المفكرين والمجتهدين بل تخضع للمناهج العلمية.
 - أصبحت تعتنى بالفرد ككل، وجدانياً وعقلياً وخلقياً، فهناك ترابط بين الجانب المعرفي والجانب السلوكي، والنمو الشخصي بالنمو الاجتماعي والنمو الحركي بالخبرات والمهارات اللازمة للإنتاج والنجاح في مهن المجتمع المتعددة.
 - أصبحت التربية الحديثة لا تفصل بين التلميذ وأستاذه في العملية التعليمية بل تقحمها مباشرة دونما حاجز أو مانع أو عقدة لتطوير التربية وتحقيق أهدافها السامية، ومن أشهر علماء التربية الحديثة **مونتياي القائل: "على المربي أن يتعلم كيف يتوارى أمام تلاميذه"**.
- ويقول أيضاً: "من الأفضل أن يترك المعلم تلميذه يتصرف أمامه لكي يحكم على سرعته وليصل في حكمه إلى أي مدى يجب أن يستوي معه ليتلاءم مع قوته"¹.

وكما لاحظنا، فهناك فرق بين التربية الحديثة والتربية القديمة من حيث أن لكل منها مزايا عديدة، فالتربية القديمة كانت تُفرض فرضاً على عقول الأطفال بشكل تسلطي، والتربية الحديثة بالغة في إعطاء الطفل حق التصرف دون قيد، وتطلق لرغباتهم العنان ولكن تحت التوجيه والإرشاد والمتابعة.

3-3 النظرة القديمة للتربية البدنية والرياضية:

تأثرت التربية البدنية والرياضية بالمفهوم الذي سيطر على معنى التربية قديماً، ولذا فقد أطلق عليها قديماً مصطلح تربية بدنية وبناء على التعبير فقد ظهرت بعض المعتقدات الخاطئة في التربية يمكن تلخيصها فيما يلي:

- 1- التربية البدنية عبارة عن فترة راحة بين درسين أكاديميين.
- 2- يمكن لأي شخص القيام بتدريس التربية البدنية وليس هناك ضرورة للإعداد المهني.
- 3- مدرسو التربية البدنية ينتمون إلى مستوى أكاديمي أقل من مستوى بقية المدرسين .
- 4- درس التربية البدنية فترة لعب ليس له قيمة تعليمية ولا تربوية.
- 5- توضع دروس التربية البدنية في الجدول المدرسي لإعطاء المدرسين آخرين فترة راحة لكنها لا تفيد التلاميذ.

- 6- فترة التربية البدنية والرياضية فترة "إفعل ما تشاء" وهذا ما يتنافى مع الهدف من التربية العامة لذا فهي ليست ضرورية.
- 7- التربية البدنية لا تتمتع بالتقدير الأكاديمي أو الأهمية التربوية التي تتمتع بها بقية المواد الدراسية
- 8- عنصر المعرفة لا ينتمي للتربية البدنية والرياضية، وعلى هذا الأساس فهي لا تساهم بأي نصيب في التربية العامة.
- 9- رجال التربية البدنية غير مثقفين .
- 10- يفضل تدريس التربية البدنية من الكتب .
- 11- أغراض التربية العامة لا يمكن الحصول عليها من خلال دروس التربية البدنية .
- 12- اللياقة حالة عقلية وليست بدنية .
- 13- الاشتراك في الألعاب لا يليق بالوقار الذي يفرضه المعلم على التلاميذ.
- 14- الراحة والاسترخاء والعمل واللعب كلها غير ضرورية للفرد.

3-4 النظرة الحديثة للتربية البدنية والرياضية:

وتعني التربية نقل التراث الثقافي من جيل إلى جيل آخر أي من الجيل القديم إلى الجيل الحديث، وذلك بعد إدخال التعديلات التي تتماشى مع التطور المنشود، وقد يكون نقل هذا التراث مقننا كما هو الحال في مدارسنا أو قد يكون في إطار يسوده التنظيم. أو قد يكون مقننا ومفتوحا كما هو الحال في الأندية وبين الأصدقاء والإعلام بصفة عامة والصحف بصفة خاصة.¹

فالتربية تفيد في مجموعة من العمليات التي، توجه بشكل خاص لإكساب الفرد الحياة المتكاملة.

3-5- كثرة تداول كلمة التربية بين الناس:

إن كلمة التربية من الكلمات الشائعة التداول بين الناس في الحياة العامة، و يستعملونها كثيرا فيقولون مثلا: "فلان قليل التربية أو فلان حسن التربية والأخلاق"، والتربية كما يقولون فلان ربّي أولاده تربية حسنة، أو فلان أهمل تربية أولاده. وكما يقولون إن هذه المرأة تعرف كيف تربي أولادها، وتلك لا تحسن تربية أولادها، وفلان أرسل أولاده إلى المدرسة كي يتعلموا ويتربوا، ولذا فان التربية بالمعنى العلمي مدلولها أوسع واشمل مما يستعمله الأشخاص العاديون في حياتهم.

3-6- معنى التربية:

التربية: هي تبليغ الشيء إلى كماله، أو هي كما يقول المتحدثون: " تنمية الوظائف النفسية بالتمرين حتى تبلغ كمالها شيئا فشيئا"، يقال: ربّيت الولد إذا قوية ونميت قدراته وهذبت سلوكه، حتى يصبح صالحا للحياة في بيئة معينة.

والتربية هي عبارة عن طريقة يتوصل بها إلى نمو قوي للإنسان بصفة طبيعية، فتطوى تحتها جميع ظروف التعليم والتهديب التي من شأنها إنارة العمل، وتقويم الطبع وإصلاح العادات، وإعداد الإنسان لنفع نفسه، وغيره في مراكزه المستقبلية والاعتناء به في جوانب الحياة، التي يكون فيها قاصرا عن الاعتناء بنفسه.¹

3-7- مفهوم التربية:

تعني كلمة " التربية " أشياء مختلفة بالنسبة للأفراد، فقد يراها البعض بأنها عملية تدريب تأتي عن طريق الدراسة والتدريس وأما إجتماعيا، فيراها آخرون على أنها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أفضل والتعامل معها. والتربية في مختلف دول العالم وليدة ظروف مجتمعاتها إذ أن التربية وأسلوبها يكونان صورة حية من المجتمع، الذي يوجهها. وما يتصل بهذا المجتمع من ظروف مختلفة سواء كانت ظروف تاريخية، أو سياسية، أو إجتماعية، أو ثقافية، أو دينية. حيث أن هذه الظروف أو العوامل أو القوى لا بد أن تكون وثيقة الصلة بأساليب التربية.²

أما الاجتماعيون فينظرون إلى التربية على أنها عمليات تطبيع وتنشئة إجتماعية للأطفال والشباب على تقاليد المجتمع وثقافته ونظامه الإجتماعي.

وهناك مفهوم آخر للتربية: إذ ينظر إليها أنها مجموعة العمليات التي توجه بشكل خاص نحو اكتساب التعلم بهدف الإعداد للحياة .

كما أن هناك مفهوم الذي أبرزه المفكر التربوي ديوي DEWEY، والذي يرى أن التربية ليست مجرد إعداد للحياة وإنما هي الحياة نفسها ومعاشتها، وهنا معانى التربية التي لا يتوقف اكتسابها على سن معين، كما يبرر مفهوم التربية المستمرة من خلال تثقيف الفرد مدى الحياة.³

3-8 مفهوم التربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة، التي تهتم بمعظم الأنشطة الفعالة والقادرة على منح توازن طبيعي للتلاميذ، كما تحرص على تنشئتهم على أحسن وأفضل ما نشؤوا عليه من قوة الجسم وسلامة البدن، ومظاهر الصحة والحيوية والنشاط لكي يصلوا في النهاية إلى تحقيق الانسجام والجمال.

¹ رابع تركي- أصول التربية والتعليم- ديوان المطبوعات الجامعية- ط2- الجزائر- سنة 1990- ص 15.
² عصاه الدين- مته ل. عدد الله- مدخل في أسس التربية الرياضية- دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر- ط1- سنة 2008- ص 15.
³ والرياضية- المدخل، التاريخ، الفلسفة- دار الفكر العربي- سنة 2005م- ص 30.

وكما نعلم أن التربية البدنية والرياضية من المواد التربوية التي لها حاجة ماسة وضرورية للوسائل والإمكانات، إذ بدونها لا يمكن تحقيق الأهداف المسطرة من جهة، ومن جهة أخرى تتجاهل وتحقر مادة التربية البدنية والرياضية، وهكذا يجد المربي نفسه في مفترق الطرق، أمام مجموعة كبيرة من التلاميذ ينتظرون منه أن يكسبهم المهارات الحركية، وأن يطور قدراتهم البدنية، وأمامه أيضا من العراقيل والموانع التي تحد من نشاطه التربوي وتخص التجهيزات الرياضية التي تمكن من بلوغ هذه الأخيرة وهذا بفضل الوسائل التربوية النشطة، ليحصل التلميذ على كل حاجياته الإنسانية لبناء شخصيته نفسيا وفيزيولوجيا وبتقدمه هذا تكون قد ارتفعت قيمته¹.

وتحتل التربية البدنية والرياضية مكانة تربوية مهمة بعد أن وضح تماما دورها التطبيقي للأطفال والشباب من خلال اللعب والألعاب والرياضة التي تحكمها معايير وقواعد ونظم أشبه بتلك التي توجد في المجتمعات المعيارية الإنسانية، فهي صورة مصغرة لها، ومن هذه الأشكال الحركية يتم تدريب الأطفال والشباب على قيم المجتمع ومعاييرها في إطار يتسم بالحرية والرضا والبهجة فضلا عن التلقائية وبعيدا عن التلقين².

ومن جهة ينظر المرء إلى التربية البدنية و الرياضية على أنها مجموعة من القيم والمهارات والمعلومات والاتجاهات التي يمكن أن يكسبها برنامج التربية البدنية والرياضية للأفراد لتوظيف ما تعلموه في تحسين نوعية الحياة ونحو المزيد من تكيف الإنسان مع بيئته ومجتمعه.

التربية البدنية والرياضية ينظر إليها من جهة أخرى على أنها أسلوب للحياة وطريقة مناسبة لمعيشة الحياة وتعاطيها من خلال خبرات الترويح البدني واللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط التوازن وتنظيم الغذاء والنشاط.

كما يشير المفكر فندر زواج VANDER ZWAAG إلى أن مفهوم التربية البدنية والرياضية وليد القرن العشرين، فهي تتعامل مع برامج الرياضة والرقص وغيرها من أشكال النشاط البدني في المدارس، وهكذا ظهرت التربية البدنية والرياضية كفرع من التعبيرات المظلية في الوضع التربوي.

ويعتقد مفكر التربية البدنية والرياضية البريطاني مورجن MORGAN أن التعبير "تربية بدنية ورياضية" يتضمن في حد ذاته الوسط الذي يمكن للتربية أن تتأثر به والذي يتمثل في أطر منظمة من النشاط البدني، وعلى الرغم من أن الأنشطة البدنية والرياضية متباينة ومختلفة إلا أن هناك خصائص مشتركة فيما بينها، أهمها أنها توظف الحرية، الحيوية، والحركات المهارية، فضلا عن القيم ونواحي

¹ انحلالا مسد - ما حج ساعة - ص ، 129.

31

الإشباع والرضا تتيحها ممارسة هذه الأنشطة، والقيم التي تكتسبها الأنشطة البدنية والرياضية يصعب تحقيقها من خلال أنشطة ومواد أخرى، كما يصعب الحصول عليها بهذا العمل والتأثير في السلوك، وهذا من أهم ما يميز التربية البدنية والرياضية ويضفي عليها المعنى ويبرز المفهوم ويوضحه.¹

وأما التطرق إلى دراسة مفهوم التربية البدنية والرياضية يعد أمراً حيويًا وهامًا وذلك لأن معرفة مدى اتفاق رواد التربية البدنية حول مفهومها يعد بمثابة انطلاقة ضرورية للدراسة.

فقد أطلق علي التربية البدنية والرياضية وقت ظهورها بالمدرسة في العصر الحديث مصطلح التدريب البدني، ثم استبدل بعد ذلك بمصطلح التربية البدنية والرياضية وأخذ المصطلح الجديد معنى جديدًا لاقتران البدن فيه بالتربية.

ولقد أدت الدراسات النظرية التي أجريت في مجال علم النفس إلى تغيير جوهرى في مفهوم التربية البدنية والرياضية، فلم تصبح تربية البدن فحسب، بل تجاوزت حدود الجسم لتشمل إقامة الفكر والإدراك والإحساس والانفعال والدوافع والميول والاتجاهات فصارت تربية الفرد ككل وبذلك اهتمت بالجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية للفرد.²

4- تعريف التربية البدنية والرياضية:

4-1 تعريف التربية:

4-1-1 تعريف التربية لغة:

التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى يربو أي غذى الولد وجعله ينمو وربى الولد هذبه فأصلها يربو أي زاد ونما، ومنها قوله تعالى " وترى الأرض هامدة فإذا أنزلنا عليها الماء اهتزت وربت وأنبتت من كل زوج بهيج" .

ومن جعل أصلها رب فلا بد أن يجعل المصدر تربيًا لا تربية، يقال رب القوم يربيهم بمعنى ساسهم وكان فوقهم ورب النعمة زادها وربى الولد رباه حتى أدرك.

¹ أمبارك بده، الخلد - ما حه سنة - ص 31/30.
مع سابق - ص 18.

4-1-2- تعريف التربية اصطلاحاً:

التربية في الاصطلاح معناها التنمية، وهي تتعلق بكل كائن حي النبات والحيوان والإنسان ولكل منها طرق للتربية. باختصار أن نهى الظروف المساعدة لنمو الشخص نمواً متكاملاً، من جميع النواحي الشخصية، العقلية والخلفية والجسمية والروحية.¹

4-2- اختلاف بعض الفلاسفة والمربون في تعريف التربية:4-2-1- التربية في نظر أفلاطون:

يرى أفلاطون أن الغرض من التربية هو أن يصبح الفرد عضواً صالحاً في المجتمع وبضيف إلى ذلك قول إن تربية الفرد ليست غايتها غاية لذاتها وإنما هي غاية بالنسبة لغاية كبيرة وهي نجاح المجتمع وسعادته. ولذلك فهو يعرف التربية بالتعريف التالي "هي إعطاء الجسم والروح كل ما يمكن من الجمال وما يمكن من العمال".

4-2-2- التربية في نظر أرسطو:

يرى أرسطو الذي هو تلميذ أفلاطون أن الغرض من التربية يتلخص في الأمرين التاليين:

الأمر الأول: أن يستطيع الفرد عمل كل ما هو مفيد وضروري في الحرب والسلام.

الأمر الثاني: أن يقوم الفرد بكل ما هو نبيل من الأعمال وبذلك يصل الفرد إلى حالة السعادة، كما يعرف التربية بأنها إعداد العقل لكسب العلم وكما تعد الأرض للنبات والزرع.²

4-2-3- التربية في نظر كانت:

يرى كانت أن الغرض من التربية هو الوصول بالإنسان إلى العمال الممكن.³

4-2-4- التربية في نظر جون ديوي:

عرف جون ديوي التربية بأنها الحياة، وهي عملية التكيف بين الفرد والبيئة، وهي تكوين لفعالية الأفراد ثم صبها في قوالب معينة. أي تحويلها إلى عمل اجتماعي مقبول من الجماعة.⁴

¹ رابع تركي- منهاج البحث في علوم التربية وعلم النفس- المؤسسة الوطنية للكتاب- الجزائر سنة 1984- ص 18

² رابع تركي- مرجع سابق- ص 20/19.

³ محمد عطنة الأشرف- التربية والتعليم- دار الفكر العربي- القاهرة- سنة 1993- ص 118.

البدنية والرياضية- المدخل، التاريخ الفلسفة- دار الفكر العربي- ط1- القاهرة- سنة 1996 ص 04.

4-2-5- التربية في نظر هيل:

يرى هيل أن التربية الكاملة هي تلك التي تحفظ الصحة البدنية والجسمية للتلميذ، وتمكن من السيطرة على قواه العقلية والنفسية والجسمية، وتزيد في سرعة إدراكه وحدة ذكائه، وتعوده سرعة الحكم ودقته، وتقوده إلى أن يكون رقيق الشعور ويؤدي واجباته بذمة وضمير.¹

4-2-6- التربية في نظر بستالوزي:

يرى بستالوزي أن التربية هي تنمية لكل قوى الطفل تنمية كاملة وملائمة.²

4-2-7- التربية في نظر هربرت سبنسر:

يقول هربرت سبنسر: أن التربية عملية إعداد الإنسان ليحيا حياة كاملة.³

4-2-8- التربية في نظر جون ديوي:

التربية كما فسرها جون ديوي كون الفرد يفكر تبعا لخبراته السابقة، أو أنها تعني أن تربية الفرد تتكون من كل شيء يفعله منذ الولادة وحتى الموت.

هذا في قوله: " إن التربية ليست عملية إعداد الإنسان للحياة بل هي الحياة ذاتها".⁴

4-3- تعريف التربية عند علماء التربية الحديثة:

إن علماء التربية في العصر الحديث ذكروا عدة تعاريف منها:

4-3-1- التعريف الأول:

التربية عملية تتكيف ما بين الفرد والبيئة فالوظيفة الأساسية حسب هذا التعريف هي أن تجعل الإنسان قادرا على ملائمة حاجاته مع الظروف المحيطة به.

4-3-2- التعريف الثاني:

إن التربية هي عملية نمو الفرد وهذا يعني أن الطفل الذي يتربى ينمو تدريجيا في جسمه وعقله وأخلاقه.

¹ محمد عطية الأبراشي- مرجع سابق- ص 119.

² أحمد مختار عضاضة- التربية العلمية والتطبيقية في لمدارس العراقية والتكميلية- مؤسسة الشرق الأوسط للطبع والنشر- ط3- بيروت سنة 1968 ص 115.

³ عصاه الدين: مقتله. عبد الله- ما جمع سابق- ص 16/15.

⁴ رقي تحقيقها- ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر- سنة 1989- ص 31/30.

5- تعريف التربية البدنية والرياضية:

فسر بعض العلماء التربية الرياضية على أنها " التمرينات والألعاب والمسابقات الرياضية والرقص بأنواعه ولكن إذا تطرقنا إلى هذا التفسير نجده يعبر عن الحركة فقط وليس على التربية الرياضية بشكل عام، وإذا أردنا توضيح المعنى المناسب للتربية الرياضية فإنه يجب توضيح الدور الذي تلعبه في تحقيق أغراض التربية العامة، فعن طريق ممارسة أنشطتها الموجهة توجيهها علميا سليما يحقق الاتزان العقلي والنفسي والاجتماعي فهي بذلك تعتبر تربية شاملة كاملة عن طريق نشاط عضوي أساسه الحركة ويتميز هذا النوع من التربية بشمولية الفرد كله جسما وعقلا ونفسا ووجدانا، كما يتميز أيضا باستخدامه لأحدث النظريات التربوية وأعمقها أثرا وهي التربية عن طريق الممارسة إذ أنها بأوجه أنشطتها المتعددة تتناول حالة اجتماعية، وعرفها تشارلز بيوتشر على أنها الجزء المتكامل من التربية العامة هدفها تكوين الفرد ويرى ناش على أنها جزء من التربية العامة التي تستغل دوافع النشاط الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية. ويرى شارمان أنها جزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم فيه الجهاز الحركي لجسم الإنسان والذي ينتج عنه اكتساب الاتجاهات السلوكية.¹

وقد عرفها الأستاذ شلتوت والدكتور حسن معوض أنها جانب متكامل من التربية والذي يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسمانيا وعقليا واجتماعيا ووجدانيا عن طريق الأنشطة البدنية المختارة والتي تمارس تحت قيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الإنسانية، ويعرفها كمال درويش على أنها تربية عن طريق الرياضة وهي في الحقيقة تربية شاملة ووسيلتها الرياضية، ويعرفها المجلس الأعلى لرعاية الشباب في جمهورية مصر بالآتي " إن التربية الرياضية إحدى وسائل التربية التي تستخدم النشاط البدني الذي يختاره المربون والقادة ليمارسه الأطفال والفتيات والشباب وغيرهم بالنسبة لقيمتهم في النمو العضلي والوظيفي للإنسان والرفاهية الشاملة لهم وما يحدثه من تأثير على سلوكه الاجتماعي كمواطن نافع لنفسه ولمجتمعه عامة "².

كما عرفها نيكسون وكوتر بأنها " ذلك الجزء من التربية العامة الذي يختص بالأنشطة القوية والتي تتضمن عمل الجهاز الفصلي وما ينتج من فرص الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط المتعلم ". كما يعرفها وليام زوبراول ويفرنر بأنها " عبارة عن أوجه أنشطة بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة لممارسة هذه الأوجه من النشاط.

¹ مكاء، حلم. أنه ه. حة. آخ. ١٠٠٠ - مدخل علم التربية - مركز الكتاب للنشر - سنة 2002 - ص 20/19.
نفس المرجع - ص 21.

- من هذه التعاريف المتعددة للتربية الرياضية نجد أي تعريف لهذا المصطلح لابد وأن يتضمن بعض المفاهيم الأساسية مثل:

-أنشطة بدنية مختارة والتعليم الذي يصاحب هذه الأنشطة والذي يتحقق عن طريق ممارستها. وأن التربية الرياضية جزء من التربية العامة وبذلك يمكن القول أن التربية الرياضية هي " ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة الذي يتم عن طريق الأنشطة المختارة على أسس علمية والمطبقة تحت قيادة رشيدة للمساهمة في تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد"¹.

6- أهداف التربية:

تهدف التربية إلى تنشئة الفرد بصفة سليمة ومنسجمة من جهته، ومع مجتمعه من جهة أخرى، فيجتمع الفرد بجملة من المعارف الحياتية التي تساعد على العيش، ومواجهة المشاكل التي تواجهه في حياته اليومية، ومبدئياً ليتمكن تكوين فرد كامل في مجال ما دون تعليمه القراءة والكتابة ودون تزويده بقاعدة علمية تقنية متينة، كما لا يمكن تعليم أي شخص جملة من الخصائص النفسية والسلوكية السامية قبل أن تعلمه القيم والمعتقدات وتقاليد مجتمعه الأصلي وقبل اكتساب القدرة على التكيف معه، وأهداف التربية يشترك فيها كل المجتمع وتعلق أساساً في تكوين الشخصية الإنسانية من شتى جوانبها الجسمية والعقلية والوجدانية والاجتماعية.

وتتمثل هذه الأهداف في تكوين الشخصية المتكاملة. إذن أهداف التربية متكاملة، فالتركيز على هدف معين لا يعني أبداً إهمال الأهداف الأخرى، وانطلاقاً من أن التأكيد على عمل الأهداف صعب تحقيقها مرة واحدة ولهذا أدرك معلمو القرن التاسع عشر والقرن العشرين بوعي الدول المتقدمة الحديثة بهذه الحقيقة وذلك قصد دراسة العوامل التي تؤثر في إعداد الأجيال الناشئة وتوجه شخصيتها. فالتربية إذن: " وحدة متماسكة العناصر يكمل بعضها بعضاً"².

التربية إذن تهتم بالجانب الصحي للطفل، حيث تشرف على سلامة صحته بحيث تجرى عليه الكشوف الطبية الدورية كما تربي العقل على حسن التفكير وحسن إدراك الفرد بما يصادفه من مواقف متعددة.

وتهدف كذلك إلى تنمية الروح الاجتماعية التي تتمثل في حسن التعامل مع الآخرين، كما تهتم بالجانب النفسي للفرد.

وقد أعلن مكتب التربية بالولايات المتحدة الأمريكية أن الفرد يتعلم من أجل:

¹ هنية محمد الكاشف- ده ، التربية الرياضية في تنمية الوعي السياسي- دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر- ص17/16.
لوم التربية- عالم الكتب- ط1 القاهرة- سنة 1981- ص 99/98.

- الصحة.
- السيطرة على العمليات الأساسية .
- عضوية صالحة في الأسرة.
- الكفاءة المهنية
- المواطنة
- حسن استغلال أوقات الفراغ.¹

7- أهداف التربية البدنية والرياضية:

قد يبدو غريبا لأول وهلة أن تختلف أهداف التربية الرياضية من مجتمع إلى آخر مع أننا لو عمقنا النظر لوجدنا، أنه اختلافٌ تنوع لا إختلافَ تضادٍ. وهذا التنوع في الأهداف لا يتسم بالاختلاف بقدر ما يتصف بأنه تنوع له شروطه وقوانينه وأساسه الفلسفية والعلمية الموحدة والتي تجعل من هذه الأهداف المختلفة وحدة متكاملة في النهاية.

يمكن القول أن من بين العوامل التي تؤدي إلى اختلاف الآثار التربوية للتربية الرياضية، الطرق التي يتلقاها التلميذ والبيئة التي يوجد بها، فقد رأينا من بين الأمم من استغل الرياضة لتنمية الطاقة وسرعة التلبية والتضحية والعناء في سبيل النصر. في حين استغلتها أمم أخرى لمجرد الإحساس بالجمال ومن أجل حياة أفضل، كما وجدنا من بين الأمم من استغلها لتنمية الاتجاهات النازية والفاشية، في حين استغلتها أمم أخرى لتنمية الاتجاهات الديمقراطية والاشتراكية وهذا الاختلاف في آثار التربية الرياضية يعود إلى مرونتها حسب المناخ الذي يعيشه الأفراد، وفيما يلي بعض النقاط الهامة التي وردت في هذا الميثاق:

- 1- يجب إتاحة الفرصة لكل شخص، أن يكتسب القيم التي توفرها التربية البدنية وذلك بأن يشترك في الأنشطة المختارة تبعا لميوله.
- 2- يجب تشجيع كل شخص على الاشتراك في أوجه النشاط التي تتناسب مع حالته الجسمانية ومقدرته وميوله الاجتماعي.
- 3- يجب العمل على النهوض بكل ما من شأنه نشر التربية البدنية للحصول على أكبر فائدة تربوية من التربية البدنية.

هذا الميثاق يوضح أن التربية الرياضية والتربية تسييران في طريق واحد لتحقيق الحياة السعيدة، السليمة لمواطن القرن العشرين الذي يتميز بالتطبيق العلمي التكنولوجي والتخطيط وسرعة

التغير والتطور، كما يتميز هذا القرن بحاجة الدول إلى نمو كل فرد من أبنائه إلى أقصى ما تستطيعه قدراته واستعداداته لتمكين من استغلال كل طاقاتها البشرية لتسير في ركب التقدم.¹

الأمر الذي يحتم تعميم الوعي الرياضي، تعميم التربية حتى يستطيع الإنسان في القرن العشرين التكيف مع هذا العصر الذي يعيش فيه.

- كل ذلك أدى إلى زيادة العبء على التربية الرياضية ولجأت بعض الدول إلى التربية الرياضية لتحقيق هذه الأهداف المتعددة.

وتتميز التربية الرياضية بأنها تستجيب بما تتطلبه الدول المختلفة أيا كانت نضمها في تكوين مواطنيها، فالتربية الرياضية كانت على مر العصور ومازالت من أهم الوسائل التربوية لإعداد الأهداف المطلوبة.²

¹ نه فلحة غياث- ما حة سانة - ص 27.

الرياضية في تنمية الوعي السياسي- دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر - ص 23.

10- أهمية التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:

تلعب التربية البدنية والرياضية دورا كبيرا في هذه المرحلة ويظهر ذلك من خلال درس التربية البدنية والرياضية، الذي يضمن النمو الكامل والمتزن للتلاميذ، فالتربية البدنية عامل رئيسي في تنمية صفات التوافق بين العضلات والأعصاب والتنسيق في كل ما يقوم به التلميذ.

أما من الناحية التربوية فوجود التلاميذ في مجموعة واحدة خلال حصة التربية البدنية والرياضية يُحسن عملية التفاعل بينهم وينمي روح الجماعة ويكسبون كثيرا من الصفات التربوية، إذ يكون الهدف الأساسي هو تنمية السمات الخلقية كالإحساس بالحب والصدقة والزمالة والتعاون والمسامحة.....إلخ

أما من الناحية الاجتماعية فإنها تلعب دورا كبيرا في تنشئة المراهق إذ تكمن أهميتها في زيادة أواصر الصداقة والأخوة بين التلاميذ والاحترام واتخاذ القرارات الجماعية والمساعدة على التكيف¹.

11- علاقة التربية العامة بالتربية البدنية والرياضية:

التربية العامة تعبير يطلق على النمط الواسع للتربية، وهو مفهوم قريب الصلة من مفهوم التربية الاجتماعية، ويقصد به كافة المحاولات التي تبذل لتنمية القدرات والاتجاهات ولكن ليس على نحو غرضي خاص يخدم مهنة ما أو إعدادا لوظيفة معينة، فهي جزء من التربية الشاملة تتعامل بشكل أساسي مع المشكلات والموضوعات العامة التي بين الفرد ومجتمعه.

والاستفادة من الأنشطة البدنية والحركية كوسيلة لتحقيق أهداف التربية العامة تعد من الظواهر التربوية للقرن العشرين، فالتربية للبدن من خلاله أصبحت من الاتجاهات المطروحة والمقبولة منذ عام 1955. ولقد قام العديد من مفكري التربية البدنية مقترحات وأفكار جديدة بالدراسة من أجل العمل على تقبل التربية البدنية والنشاط الحركي بالتربية، فكان ذلك بمثابة تدعيم لهذا الإتجاه.

ويعد النظام الفرعي التربوي الحديث " التربية الحركية " انعكاسا وصدى لهذه الإتجاهات والجهود².

¹ جراف سمير وآخرون- دور المتابعة الطبية في السير الحسن لحصة ت.ب.ر. مذكرة ليسانس - جامعة متورى قسنطينة- سنة 2008 ص 16/15

الخلاصة:

من خلال ما قدمناه في هذا الفصل يتضح لنا بأن التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة وأنها تعتبر أحد العوامل الهامة لبناء الجيل الصاعد المتكامل من النواحي الأربعة (العقلية والنفسية والاجتماعية والجسمية) وهذا من خلال ممارسة الحصص التربوية التي تساهم بشكل كبير هي والأستاذ المشرف عليها في صقل المواهب وجعل الوقت المخصص لمادة التربية البدنية والرياضية هو الوقت الذي يمضي على أحسن حال.

وبالرغم من أهميتها الكبيرة تبقى بحاجة إلى وجود دعم خارجي يدفعها إلى المضي قدما دونما قيد وهذا ما سنتطرق إليه في الفصل الموالي.

الفصل الثاني

دافعية التلاميذ
لممارسة التربية البدنية والرياضية
في المؤسسات التربوية

1- التمهيد:

يعتبر موضوع الدافعية من أحد المواضيع التي كان لها الاهتمام الكبير والحوار الطويل. وهذا بين علماء النفس عامة، وعلماء النفس التربوية خاصة، وكذا من جهة أخرى كان لها اهتمام من طرف المهتمين بتخطيط البرامج الدراسية وتحديد الطرق التعلّيمية، أما الاهتمام بالتلميذ فمن المعروف أنه لم يكن ظاهرة جديدة وإنما هو موقف عرفته المجتمعات القديمة، وتضمنته أولى الفلسفات التربوية والتي اتخذت من الإنسان هدفاً لأية عملية تربوية أو نشاط تعليمي.

وقد يتساءل أستاذ التربية البدنية والرياضية.

لماذا يمارس بعض التلاميذ أنشطة رياضية معينة؟

أو لماذا لا يمارس التلميذ التربية الرياضية؟ وكيف يكون الدفع بالتلميذ إلى ممارسة الأنشطة الرياضية بصفة دائمة؟

وكذلك أيضاً التساؤل عن الدوافع وكيفية استغلالها تطبيقياً، ومن هنا يكون للمربي الرياضي زيادة في أهمية معرفة دوافع وحاجات ممارسة التربية البدنية والرياضية وأهمية كل ذلك له، ومن هنا سيكون لنا الواجهة حتى نتعرض لموضوع الدوافع متناولين فيه بعض النظريات التي يكون صلبها في تفسير دوافع الإنسان المرتبطة بالنشاط الرياضي.

2 – مفهوم الدافعية:

تعتبر الدافعية مجموعة من العوامل التي تحدد سلوك الفرد وهذا حسب ما جاء في قاموس علم النفس، حيث نستطيع اعتبار الدافعية أنها العنصر الأول الذي يؤدي بالفرد إلى سلوك ما، فهي التي تجعل الجهاز العضوي في حركة. لكن تدوم هذه الدافعية حتى انخفاض الشدة.¹

ومن بين الذين اهتموا بدراسة الدافعية "بيار شازو pierre chazauo" الذي يرى بأن الدافعية هي مجموعة العوامل التي تؤدي بعض الأهداف وإن بعض العلماء يعرفون الدافعية كما يلي:

لانا دونالد لندزلي 1957donald lendezi م إنها " مجموعة من القواعد التي تدرك السلوك وتوجهه وتقوده نحو هدف معين".²

ويعرفها "أسامة كامل راتب" على أنها استعدادات الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين يكون النجاح دافعا للشخص لكي يصل إلى مستوى تعليمي معين، بينما الخوف دافع بيولوجي يدعو إلى المحافظة على النفس والدافعية ترتبط بالمحيط الخارجي وتخضع إلى الحوافز والمؤثرات الخارجية وهناك علاقة وطيدة بين هذه المؤثرات، وهكذا يمكننا أن نعبر عن الأداء الرياضي بهذه المعادلة³:

$$\text{الأداء الرياضي} = \text{التعلم} + \text{الدافعية}$$

¹ الطيب صاش محمد- وآخرون- دوافع عزوف بعض الطلبة الجامعيين عن ممارسة النشاط البدني والرياضي في الوسط الجامعي- مذكرة ليسانس – جامعة دالي إبراهيم ص 20.

² طلعت منه ١٠٠٠ - ١٠٠٠ دافعية الانجاز وقياسها- المكتبة الأنجلو مصرية- القاهرة- المجلة الثانية- سنة 1999 - ص137.

والدافعية- دار الفكر العربي- القاهرة سنة 1999- ص137.

ولهذا تعتبر دراسة الدوافع وقوتها وتأثيراتها في سلوك التلميذ وسيلة هامة تساعد الأستاذ الباحث على فهم شخصية التلميذ فهماً عميقاً وشاملاً، وتحث أهمية الدوافع عند المربي الرياضي في المجال التربوي مركزاً أساسياً، فبواسطتها يمكن التنبؤ بإمكانية التلميذ وقدرته ومستوى وعيه وحجم إسهامه في الحركة الرياضية.

وفي ميدان علم النفس الرياضي إهتم علماء علم النفس وخاصة الباحثين منهم بدراسة موضوع الدوافع من باب المعرفة العلمية، وهذا لطبيعة السلوك الإنساني والوصول إلى صيغ لتعديله وتوجيهه في ظروف ومواقف معينة لأن هناك من يعرف الدوافع على أنها الطاقات الكامنة في الكائن الحي التي تدفعه لسلوك معين وهذه الطاقات هي التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق أحسن تكيف ممكن مع البيئة الخارجية.¹

والأنشطة الرياضية هي التي تعمل على تكوين دوافع الممارسين لها، فهذه الدوافع تعمل على تحفيز التلميذ لعملية الإقبال والممارسة والتعلم الأفضل، ويعتبر دافع النشاط الرياضي من أهم الدوافع التي تعمل على تحفيز الفرد لممارسة الرياضة فهذا السلوك يصدر من الفرد ككل لأنه يتعامل مع بيئته حركياً وذهنياً وانفعالياً.

وتعتبر وجود الدوافع لدى التلاميذ أمر أساسياً في ممارسة التربية البدنية والرياضية. ومن خلال تحدثنا عن الدوافع لا يمكن أن تتم الممارسة من دونها فلا تعلم بدون دافع ولا نتيجة بدون هدف.

ومن منطلق هذا الأساس، يجب على المربي أن يعمل بالدرجة الأولى على استثارة دوافع التلاميذ، ويهتم بإتاحة الفرص أمامهم لكي يشتركوا اشتراكاً فعلياً في اختيار الألعاب الرياضية واجتياز المشكلات التي تمس نواحي هامة في حياتهم، وكذا في توزيع المسؤوليات وتقسيم العمل حتى يشعر كلا منهم بوجود دافع حقيقي يدفعه إلى العمل، وتحقيق الأغراض المرجو إنجازها. ولهذه الأسباب لا بد أن نتطرق إلى أنواع الدوافع وخصائصها.²

¹ محمد مصطفى . د. دنان - علم النفس الاجتماعي - ديوان المطبوعات الجامعية - الجزائر - ص 58 .
بق - ص 19.

5-أنواع الدوافع:

1-5 الدوافع الأولية:

هي أساسية ولا غنى للفرد عنها وهي حاجات أساسية نسميها بالدوافع الفيزيولوجية أو الجسمية لأنها تتبع من طبيعة التكوين الفيزيولوجي للجسم، فهي ضرورية لنموه وتوازنه واستعدادات الفرد تولد معه، فهي فطرية وذلك حتى يتسنى له التأقلم مع محيطه. ومن بين هذه الدوافع: دافع الراحة، دافع اللعب، الجوع العطش والحاجة إلى الحركة والنشاط. فقديمًا كانت تسمى هذه الدوافع بالغرائز فكل هذه الدوافع غريزية تتجسد في ردود أفعال غريزية أيضا وهناك دوافع أخرى مثل الجنس، الأمومة، الحب..... إلخ.

فالإنسان يختلف عن الحيوان في طريقة إشباعه لهذه الدوافع لذلك ميزه الله سبحانه وتعالى عن سائر المخلوقات بالعقل وأحسن صورته وكرمه أحسن تكريم.

2-5 الدوافع الثانوية:

إن الإنسان بطبيعة خلقته لا يسكن في حالة واحدة، فهو دائم البحث واستمرار نحو تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي اللائق به، ولكن لا يقتصر فقط على إشباع حاجاته ودوافعه الأولية أو العضوية بل يجب عليه استكمال دوافع أخرى التي تنمي فيه إنسانيته وانتمائه الاجتماعي فهي حاجات يتعلمها ويكتسبها من خلال المراحل الاجتماعية التي يمر بها في حياته مثل الحاجة إلى الحب والرغبة في التفوق وتملك الأشياء والحاجة إلى الأمن الذي يعتبر من أهم أمور الاتزان النفسي والاستقرار الانفعالي وتأكيد الذات وتقديرها ومد الشعور بأننا كالأخرين وكل هذه العوامل تؤدي إلى تميز الإنسان عن الحيوان وتسمى هذه الدوافع بالدوافع الاجتماعية والنفسية أو بالدوافع المكتسبة.

وفي فترة المراهقة تزداد أهمية إشباع هذه الدوافع فيحاول المراهق من خلال التدرج إلى الاستقلالية عن الإطار الأسري وإضافة إلى هذه الدوافع الاجتماعية هناك حاجة إلى تنمية القدرات والمهارات الحركية وخاصة إشباع دافع القيم والأخلاق والحاجة لإيجاد أسلوب لفهم الحياة والتفاهم معها.¹

6- خصائص ودوافع النشاط الرياضي:

إن فهم النواحي المتعلقة بالدوافع هي أهم المعايير التي يتم على أساسها معرفة أثر الدوافع، ولعل أبرز هذه الدوافع ما يختص في مضاعفة وزيادة قوة الدافع وذلك من أجل ممارسة الرياضة وكذا التواصل وتحديد الطبيعة والنوعية الخاصة بهذه الدوافع التي يبرز دورها وعملها في المواقف الخاصة في الممارسة الرياضية وتحديدها وتكون هذه الدوافع في شكلين إما مفردة أو مركبة.

6-1 قوة الدافع:

يعتبر الدافع من محفزات الممارسة والتمرن أي أن أي حركة أو نشاط يقوم بها الكائن الحي هو محدث للدافع. ولكن يختلف الدافع من حالة إلى أخرى فكل من الدوافع الجسمية هي حاجات أساسية تكون أقوى من الدوافع النفسية الاجتماعية في تأثير على سلوك الفرد وعملية تفكيره فالشخص الذي يبقى بضعة أيام من دون طعام يكون قد صبّ معظم تفكيره في كيفية الحصول على الطعام وتصبح كل من الدوافع الأولية دوافع ثانوية وهذا بالرغم من أن الدوافع الأولية هي أقوى من الدوافع الثانوية، وفي هذا السياق يمكن أن نجزم أن هناك طرق عديدة لاستقلال الدوافع الثانوية وتحفيز التلميذ على العمل.¹

7- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

إن من الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وحتى لو تعددت هذه الأنشطة الرياضية تعتبر ذات أهمية للمربي الرياضي، بحيث يتعرف على أهم الدوافع التي تحفز التلميذ على ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة و، أهمية ذلك بالنسبة للتلميذ أو الفرد الرياضي أو حتى المجتمع الذي يكون فيه.

ومن هنا نرى أن روديك-rudik قد قسم أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى الدوافع المرتبطة مباشرة بالنشاط الرياضي ودوافع غير مباشرة للنشاط الرياضي.

7-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي أو البدني.
- المتعة الجمالية بسبب الرشاقة وجمال المهارة الحركية الذاتية للفرد.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.
- الاشتراك في المنافسات (المباريات الرياضية) التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يربطها من خبرات وفعالية متعددة.
- تسجيل الأرقام وبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.

2-7- الدوافع الغير المباشرة للنشاط الرياضي:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط البدني الرياضي.
- الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة.¹

8- الدوافع والتعليم:

إن من أهم الطرق التي تساعد التلميذ على فهم المهارة وتسهيلها له لتحفيزه على تعلم تلك المهارة وهذا حتى يتقنها ويتعلمها، هناك دوافع كثيرة يمكننا استخدامها لتحفيز التلميذ على أداء المهارة الفيزيولوجية والنفسية والتي يمكن استخدامها لتحفيز التلميذ على التعلم.²

أما في المجال التربوي فإن عمل الدوافع هو تنشيط التلميذ وتهيئته للتعلم، فالتلميذ المحفز سيوجه نشاطه البدني أو الفكري لتحقيق أهداف معينة قد تكون نفسية أو معرفية أو اجتماعية أو فيزيولوجية، وتعد الدوافع من أهم العوامل التي تساهم في التربية بوجه عام والتعلم بوجه خاص " فالتعلم الناجح هو التعلم القائم على دوافع التلميذ وميوله، وكلما كان موضوع الدرس مشبعاً بهذه الدوافع والحاجات كانت عملية التعلم أقوى وأكثر حيوية ". ولهذا وجب أن يكون اتجاه نشاط التلاميذ بحيث يشبع الحاجات الناشئة لديهم ويتفق مع ميولهم ورغباتهم، ومن الطبيعي أن المربي الرياضي لا يجب أن يعمل على إشباع ميول التلاميذ ودوافعهم الراهنة فحسب، ولكن يجب أن يعمل على إبراز وخلق ميول ودوافع لدى التلاميذ تكون جديدة حتى تعمل على إنهاء شخصياتهم وإكسابهم مهارات ومعارف واتجاهات نافعة.³

¹ محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي- دار المعارف- القاهرة- ط 8- سنة 1992- ص 161.

² نواز الطالب- مبادئ علم النفس الرياضي- مطبعة الشعب- بغداد العراق 1976 ص 68.

علم النفس التربوي- دار الشروق القاهرة- ط 2- 1985- ص 83.

9- وظيفة الدافعية:

يمكن شرح وظيفة الدافعية بأنها تسعى للإجابة عن التساؤلات الثلاثة وهي:

1- ماذا نقرر أن نفعل؟

2- مقدار تكرار العمل؟

3- كيفية إجادة العمل؟

وأما الإجابة عن السؤال الأول والسؤال الثاني، فهما يتطرقان إلى اختيار التلميذ لنوع النشاط الرياضي الذي يريد أن يمارسه، وفترة الاستمرار بممارسة هذا النشاط الرياضي، وليس ثمة شك في أن الدافعية عندما تكون مرتبة نحو نشاط رياضي معين، فهذا يدل على أن التلميذ قد اختار نوع النشاط الذي يريد أن يمارسه وعلى الرغبة في ذلك النشاط ومدى اهتمامه بهذا النشاط الرياضي والاستمرار في ممارسته، وكل هذا يمثل عملية الاهتمام والمثابرة في العمل حتى يضمن التعلم واكتساب المهارات الحركية اللازمة لهذا النشاط الرياضي.

وأما بخصوص السؤال الثالث، فإن الإجابة هي أن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال، تبرز لنا من خلال مستوى أداء اللاعب باعتبار أن مستوى الدافعية الأمثل وخاصة في موقف الاختبار أو المنافسة فإنه يتطلب مستوى معيناً وملائماً من الحالة الاستثنائية وهذا حق يحقق أفضل أداء في موقف الاختبار لنشاط رياضي أو لأداء رياضي معين، وقد قسم كل من فيشر وكريج الدافعية إلىوظيفتين هما:

9-1 الوظيفة التوجيهية:

يعتبر سبب اختيار اللاعب لنشاط رياضي معين مرتبط بالوظيفة التوجيهية وهناك يهمل الأنشطة الأخرى. وتدخل هذه الفئة يعتبر سبب اختيار اللاعب لنشاط رياضي معين مرتبط بالوظيفة التوجيهية وهناك يهمل الأنشطة الأخرى. وتدخل هذه الفئة في دراسة الدوافع والحاجات والبواعث، ويطلق بعض العلماء على هذه الفئة الوظيفة التوجيهية الدافعية.

2-9 الوظيفة التنشيطية :

وترتبط بالبحث عن سبب تأدية اللاعب لأداء معين مع اختلاف درجة الشدة، وهناك تكون معالجة هذه الفئة للسلوك الذي يعد وينشط ويستثير نحو الأداء، وهي ترتبط بالجانب الوجداني للدافعية، ويطلق بعض العلماء على هذه الفئة: الوظيفة التنشيطية للدافعية، باعتبار أن دورها يتضح مع تخزين الطاقة الانفعالية الكامنة، ومن الانفعالات الهامة في مجال الأداء والتفوق الرياضي، انفعال القلق وانفعال الخوف وانفعال الغضب.

10- العوامل النفسية والاجتماعية الدافعة لممارسة التربية البدنية والرياضية:

من خلال الدراسة والمطالعة لعدة كتب ومراجع، وهذا حتى يكون إبراز وتوضيح العوامل النفسية والاجتماعية الدافعة لممارسة التربية البدنية والرياضية، وحتى يكون هناك حفاظ للتوازن الذاتي للشخصية، وجدنا أن هناك عاملان رئيسان يقفان وراء الدافع لممارسة التربية البدنية والرياضية، فالعامل الأول يتمثل في الفرد نفسه بما في ذلك صحته النفسية والجسمية وكل من حاجاته وقدراته العقلية، وأما العامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد خصوصاً البيئة الاجتماعية كالمحيط الأسري والمدرسي والاجتماعي بوجه عام وكل ما يحيط بالفرد.

1-10 عوامل مرتبطة بالمراهق نفسه:

وهذه العوامل مرتبطة بالمحيط الداخلي للمراهق وتتمثل في جميع مكونات الشخصية من حاجات وخبرات ودوافع، وقيم وميول وقدرات وعواطف وانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي.¹ وتأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر، وهذا لوفرتها وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد سواء كانت متوافقة أو غير متوافقة، حيث يتفق الكثير من علماء النفس على أن الحاجات هي نقطة البدء في عملية التكيف، وإشباعها وهي نقطة النهاية، فلا يمكن تصور سلوك بدون دافع ولا دافع بدون هدف معين له.

فعملية التكيف ترتبط بالدافع كنقطة بداية وبالهدف كنقطة نهاية، يتحقق فيها الإشباع أو الإرضاء، كما أن عمل الإنسان يمثل سلسلة أو حلقة من محاولات السعي المتكررة وهذا من أجل الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق بين نفسه ومحيطه الذي يعيش فيه، فوراء كل سلوك بشري دافع يثيره وهدف يسعى إلى تحقيقه، وكلما نجح في إشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل من التكيف.²

¹ الطيب صالح ، محمد ه. أخوه - ما جع سابق- ص 27/24 .
² جع سابق- ص 27 .

وأما تحقيق المراهق لتكيف نفسي مقبول لا يقصر فقط على إشباع دوافعه الأولية أو العضوية والتي تمثل الحاجات النفسية أو الفيزيولوجية التي لا غنى للفرد عن إشباعها وهذا كدافع الجوع والعطش والنوم والجنس والبحث عن الراحة وأيضاً عليه أن يدع دوافع أخرى تنمي فيه الجانب الإنساني حتى تربطه بالمجتمع. وكل هذه الحاجات أو الدوافع يتعلمها ويكتسبها من خلال عدة عمليات ذات تنشئة اجتماعية مرتبط به طول حياته مثل: الحاجة إلى الأمن، وهي الشيء الذي يعتبر من أبرز وأهم عناصر الاتزان النفسي والاستمرار الانفعالي والحاجة للحب في التملك وامتلاك الأشياء وتقدير الذات وتأكيدهما.

ومن هنا فإن الفرد يسعى جاهداً لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق، وفي حالة عدم وجود ذلك يلجأ إلى عدة طرق أخرى غير مباشرة حتى يحاول من خلالها بلوغ مستوى مرموق من الانسجام والتوافق أو ميكانيزمات الدفاع، وهي وسائل الإنسان في سعيه وراء التكيف لأنها تشير إلى مجموعة أشكال السلوك التي يلجأ إليها في سعيه وراء تحقيقه بغية إعادة التوازن والتلاؤم العنصري أو النفسي.

10-2- عوامل مستقلة بالمدرسة أو المحيط:

إن كل كائن حي إنساني يعيش في المجتمع وتحدث داخل إطاره عمليات من التأثير، والتأثير المتبادل الذي يتم بين أفراد ذلك المجتمع، بحيث يحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والعادات والتقاليد والقيم التي يخضعون لها للوصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسياً واجتماعياً.

ولكن عادة ما يكون تأثير المجتمع أكثر من تأثير الفرد، إذ أن المجتمع بواسطة وسائطه التربوية والثقافية والذي يصنع الشخصية، كما يجعل من الصعوبة بمكان خروج هذا الأخير، أي الشخص عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة وهكذا تأثير البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية، الثقافية وبطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحديد الأسلوب الذي يحقق له التكيف والملائمة من كل جانب من جوانب البيئة.

كما ترتبط الطبيعة بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الاجتماعية والثقافية فتظهر من خلال الجماعات التي يندمج فيها الشخص كالأُسرة والمدرسة وجماعة الرفاق والمؤسسات الثقافية والإعلامية، وهذه كلها تؤثر بشكل خاص على توافق الفرد، ومن أهم هذه المجموعات أو الجماعات الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسمي والنفسي والاجتماعي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته تأثيراً وظيفياً وديناميكياً وتوجه سلوكه من طفولته المبكرة، وهنا تلعب العلاقة بين الأب والأم والعلاقة بينهما وبين الطفل وإخوته دوراً هاماً في تكوين شخصيته وأسلوب حياته.

كما تعد المدرسة المؤسسة الاجتماعية ذات الأهمية الكبرى التي تلي الأسرة، فالمدرسة لها رسالة تربوية إلى ما هو أشمل وأوسع من مجرد التعليم وتحصيل المعرفة، ومن أهم أهداف هذه الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ وإعداده ليكون مواطناً صالحاً، ورعاية نموه البدني والوجداني والاجتماعي في آن واحد.

كما أن المدرسة تعتبر من أكبر المجالات الاجتماعية وهذا لإثارة الفوارق بين القدرات بما يؤهل لإعادة توزيع الطبقات، فالتفوق الدراسي يغذي الطموح لقيادة المجتمع أو الانتقال على الأقل من طبقة دنيا محكومة ومغلوبه على أمرها إلى طبقة عليا ذات مكانة متحكمة ومتميزة خلال التقديرات من مرحلة لأخرى، وعمد الانتقال من سنة لما بعدها في الرحلة الواحدة يتقدم ذوي المواهب والطموح وقد يكونون من الضعاف والمتخلفين وغير ذوي الاستعداد للدراسة.

كما تؤثر جماعة الرفاق على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين حيث يشعر هذا الأخير بالسعادة لما يكون وسط رفاقه يكلمهم ويلاعبهم ويأكل معهم دوماً دون حرج، ومما ذكره هارلوك يمكن استنتاج عدة نقاط تشبع في المراهقين من أهدافها متنوعة عندما يكون ضمن هذا الإطار الاجتماعي فالجماعة توفر له الشعور بالأمن الارتياح والثقة، ومجموعة الرفاق تساعد على تعلمه من التعامل مع الآخرين، كما أنه يستطيع عن طريق تفاعله في وسط مجموعته أن يصبح أكثر تساهلاً ومرونة، ومنها يكتسب المهارات الاجتماعية والولاء الاجتماعي.¹

الخلاصة:

في هذا الفصل ومن خلال ما تم دراسته والتطرق إليه في الدافعية وأهمية استعمال الدوافع في عملية التعلم، يجب أن توفر الراحة النفسية والشروط اللازمة للمراهق وهذا حتى يكون تعلمه إيجابياً، وأن تؤثر على سلوكه وحته على المثابرة والعمل بطريقة جيدة ونشيطة وفعالة، والاستمرار في هذا النشاط حتى يكون تحقيق الهدف المسطر من طرف الأستاذ والذي هو تحفيزه واندفاعه لممارسة التربية البدنية والرياضية.

من هنا نرى أن الدافعية تلعب دوراً هاماً وفعالاً، وعليه يجب أن نبحت دوماً على مصادر الدافعية لدى التلميذ ونوجهها ونكيفها حسب كل من استعداداته وقدراته النفسية حتى نحقق التعلم الأمثل ومن ثم نخلص إلى إبداع نتائج تساعد المتعلم على تحقيق ذاته.

وهذا كل ما تسعى إليه حصة التربية البدنية والرياضية في جميع ومختلف المؤسسات التربوية ومع جميع ومختلف التلاميذ، وعليه يجب على الأستاذ أن يبدع ويخلق أساليب جديدة تكون بمثابة دافعية للتلميذ على أن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثالث

مصادر المعوقات
لمادة التربية البدنية والرياضية
في المؤسسات التربوية

1-التمهيد:

تعتبر المعوقات من الأسباب التي تحول دون ممارسة التربية البدنية والرياضية حيث أصبحت من بين المشكلات التي تواجه مسيرة التربية والتعليم خلال حصة التربية البدنية والرياضية ومن هنا سوف نتناول وفي هذا الفصل تعريف المعوقات مع ذكر الأسباب التي تعيق ممارسة التربة البدنية والرياضية.

2- تعريف المعوقات:1-2 المعوقات لغة:

عاق يعوق عوقا.

عوقه عن الأمر ومنعه عنه وشغله وأخره.⁵¹

2-2 المعوقات اصطلاحا:

كل ما يعيق الشيء أي يقف في طريقه ويمنعه ويمكن تعريف المعوقات بأنه المشاكل والأشياء التي

تعرقل السير العادي لأمر من الأمور.⁵²

⁵¹ - حدائق مسعود - معجم الفوائد - في اللغة والإعلام - الرائد - دار العلم للملايين - ط2005 - ص 1591.
سي المؤسسة الوطنية للكتاب - الجزائر - سنة 1991.

3- معوقات التربية البدنية والرياضية:**3-1- الأستاذ الناجح:**

إن للأستاذ الناجح دور مهم في نجاح حصته حيث يقوم بدورين مهمين، ويتمحور هذان الدوران في الدور النفسي والدور التربوي، وهذا اتجاه التلاميذ وبالخصوص المراهقين فلقد توصل سيمونز في عام 1955 إلى أن " الأستاذ الناجح والحق هو من يستطيع حب الأطفال، وأثبتته معظم الدراسات، كما وجدت ترابطاً بين حب الأستاذ لتلاميذه وبين حبه لنفسه وتقييمه لها.⁵³

وهذا لأن مرحلة المراهقة تعتبر من المراحل التي تمتاز بعدة اضطرابات نفسية، وعدة مشكلات سلوكية فإنه لا بد من اهتمام أكبر من طرف الأستاذ المشرف.

ومن هنا يجب لفت انتباه الأستاذ إلى التركيز على الانعكاسات النفسية للتطبيقات التربوية وأخذها بعين الاعتبار عند رسم الأهداف التربوية، كما لا يجب إهمال تصرفات الأساتذة وسلوكياتهم وأخلاقهم، لما لذلك من انعكاسات على شخصية التلاميذ.⁵⁴

وأما المعلم الناجح فإنه أولاً وقبل كل شيء أن يكون قادر على التأثير وبصورة بناءً في حياة الناشئين، ومن الطبيعي أن يؤدي هذا الأستاذ الناجح دوره في توجيه المسار النهائي للناشئ ويساعد على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها، وحتى مساعدته على تخطي الصعوبات والصمود أمامها وحتى التكيف والتعايش والتأقلم على مواجهة الاتجاهات المنحرفة والعادات التي تكون مدمرة وغيرها من المعوقات التي تعرقل وتحول دون سيرورة شخص لكائن سوي وشخصية نامية ومتطورة.⁵⁵

3-2- أستاذ التربية البدنية والرياضية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أستاذاً كباقي الأساتذة، ولكن دوره يتعدى دور الأستاذ وهذا بمحاولته للوصول إلى أهداف بيداغوجية وهذا باستعمال النشاط الرياضي، حيث لا يمكن أن ينكر أي أحد عن مدى الدور المهم الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية والرياضية في حياة الطفل في المدرسة، حيث يساعده على التطور في الاتجاه الاجتماعي وهو الذي يوجه القواعد الطبيعية للتوجيه السليم وهي القواعد المكتسبة التعليمية الملائمة حتى تتحدد محصلة جهودات الطفل للاتجاه النافع ويمكن تلخيص مهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

⁵³ ميخائيل إبراهيم أسعد- مشكلات الطفولة والمراهقة- دار الأفاق الجديدة- ط2- بيروت- سنة 1991- ص 399.
⁵⁴ رحمانى قدور وآخرون - دراسة ميدانية لأسباب عزوف تلاميذ الطور الثالث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية - مذكرة ليسانس سنة 2002- 2004، ص 27- 28.

جع- ص399.

- لا بد على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يجتهد لجعل الطالب يكتشف بنفسه أهمية النشاط البدني بعيدا عن ممارسة أي ضغوطات.

- إمكانية التكيف مع مختلف الحالات، خاصة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

- يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية مربيا بالدرجة الأولى وبأسمى معانيها.

- يجب أن تكون شخصية الأستاذ متفتحة وغنية بالمعارف ونو ثقافة عامة وواسعة. 56.

3-3- تأثير سوء البرمجة في حصة التربية البدنية والرياضية:

وهنا نقصد البرمجة والتخطيط لعدد الحصص في الأسبوع، ووقت كل حصة ومدتها

والبرنامج السنوي المسطر.

وإن معظم المدارس أو المؤسسات التربوية تقوم ببرنامجه الذاتي أي الداخلي بنفسها وهذا بعد الاجتماع والاتفاق عليه من طرف مدرسي التربية البدنية والرياضية حيث يعالجون فيها مختلف العراقيل والمشاكل الموجودة في المؤسسة التربوية أو المدرسة ثم تكون حسب الإمكانيات والأجهزة الرياضية المتوفرة ثم يسطرون برنامجهم السنوي.

3-4- تأثير نقص الوسائل والعتاد الرياضي بالمؤسسة المدرسية:

إن من أهم الأشياء التي تحفز على ممارسة التربية البدنية والرياضية هي الوسائل والعتاد الرياضي حيث هي من الدوافع التي تدفع بالتلاميذ إلى ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسة التربوية، ونقصها يعتبر من أكبر العراقيل والمعوقات وعلى الرغم من أن الجزائر أولت اهتماما كبيرا لهذا الجانب وبرز ذلك في المادتين 57- 58 من قانون التربية البدنية والرياضية والذي ينص على أن لكل مؤسسة تعليمية لها حق في منشأ رياضي، لكن بالرغم من بناء هذه المنشآت الرياضية لكن لم تكن كافية أولا ولا تخضع لمعايير السلامة وفي بعض المدارس تكون شبه منعدمة وكذا الأمر نفسه يقال عن الوسائل الرياضية.

فحتى بعض المناطق الأخرى نجد أنها تعاني من نقص كبير في توفير الوسائل الرياضية، فعدم توفر المال والميزانية اللازمة تحد وتحول من فاعلية البرنامج وأثاره وحتى في السير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية. وهذا الشيء يسبب الإحباط والعزوف من جانب التلاميذ.

3-5- العامل الصحي:3-5-1- المرض:

إن للتربية البدنية والرياضية أهمية كبرى في بناء جسم الإنسان، حيث تساعده على كسب مناعة ضد الأمراض وتساعد على رفع قدراته الفيزيولوجية كما أنها ترفع درجة تحمله وتغلبه على المشاق وتساعد على المداومة في العمل، ولكن بقدر ما هي تساهم في الزيادة من رفع القدرات الفيزيولوجية للفرد إذا كان مؤهلاً لممارسة الرياضة ولكن إذا كانت موجهة لغير الرياضي أي أنها استعملت في غير محلها ووجهت إلى غير أهلها فإنها تزيد من حدة ودرجة المرض.

فالتربية البدنية والرياضية موجهة وحسب البرنامج الدراسي إلى التلاميذ الأصحاء والمتمتعين بكامل قواهم البدنية وحتى العقلية وهذا باعتبارها أساساً تعتمد عليه الحركة وبذل الجهد، فمن خلال هذه الحصة يعبر التلميذ عن مدى إمكانياته الفكرية وقوته البدنية وهذا بواسطة الحركة وعن طريق القيام بالتمارين، وأداء مهارات تتطلب منه السيطرة على أعضائه الجسدية والتحكم فيها في شتى الأوضاع فهو يثبت ويجر وحتى يقذف ويرمي ويتدرج مستعملاً قوته للتأثير على جسمه وجميع عضلاته وهذا للقيام بحركات تكون إما عادية أو غير عادية وهذا كما هو الحال في الجمباز وحتى أنه يستخدم شجاعته وعزمه.⁵⁷

3-6- الإعفاء:

هنا نقصد بالإعفاء أي الإغفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية، وعلى العكس من بعض المواد الأخرى والموازية لها في التدريس نجد أن القانون المدرسي يسمح بعدم ممارسة التربية البدنية والرياضية ولكن بشرط أن يثبت هذا رسمياً بعد كشف طبية يشهد فيها الطبيب المختص ويقرر عدم استطاعت هذا التلميذ القيام بدروس التربية البدنية والرياضية وتكون هذه العملية في بداية كل سنة دراسية حيث تجري فحوص طبية على كل التلاميذ التابعين للمؤسسة.

3-6-1- تسهيل عملية الإعفاء في حصة التربية البدنية والرياضية:

يعتبر انتشار ظاهرة منح تسهيل الإعفاء وهذا من قبل الأطباء ظاهرة منتشرة بكثرة ولهذا يجب أن تكون هنالك قواعد الإعفاء من النشاط الرياضي المدرسي نابعة من قانون الدولة، وأن يكون هنالك فحص طبي فإذا تعذر هذا الفحص لأي سبب كان، فلا يسمح للتلاميذ المرضى أن يشاركوا في نشاط

التربية البدنية والرياضية كلياً أو جزئياً أو مرحلياً ويفضل أن يكون هذا التصريح من سلطة طبيب المدرسة فقط أو عن من ينوب عنه.⁵⁸

3-7- الأسباب النفسية :

يرى أسامة كامل راتب عن النضج البدني "ما يجب أن نلفت النظر إليه أن النضج البدني وحده لا يكفي لضمان استمرار النشء في الممارسة والتدريب ، ولكن من الأهمية أيضاً أن يحقق الناشئ النضج النفسي الذي يؤهله للإقبال على ممارسة النشاط البدني وتحمل التعب البدني والنفسي والنتائج عن عملية التدريب واحتمال الاشتراك في المنافسة "

وإن الناشئ الذي يفقد القدرة والاستعداد النفسي لا شك أنه سوف يكون أكثر عرضة للمشكلات النفسية والشخصية ومن ثمة ينعكس ذلك على مستوى تقدمه.⁵⁹

نرى أن التلميذ سواء كان ضعيفاً بدنياً أو سليماً، وقد فقد الاستعداد النفسي وثقته في نفسه وروح المبادرة وعدم الخوف من الفشل والتي تكون سبباً في الإقبال عن ممارسة الدرس في حيوية ونشاط وتجاوب مع التلاميذ الآخرين فإنه سيكون ملزماً بتقديم شهادة الإعفاء من درس التربية البدنية والرياضية.

كما نرى أن التلميذ إذا لم يثق في نفسه وفي قدراته يلجأ إلى الهروب من درس التربية لبدنية والرياضية، حيث تكون لديه نظرة مسبقة في مخيلته إذا ما فشل في أداء المهارة أو تمرين ما بأسلوب جيد وبالتالي يفضل الانسحاب والتهرب من الممارسة كمركب نقص ناتج عن الخجل أو الخوف ويتحول تدريجياً إلى عقدة نفسية يعسر حلها.

وعندما يوضع الأطفال أو الكبار في مواقف بالغة الصعوبة بالنسبة لقدراتهم وإمكاناتهم فإنهم يكونون عرضة للشعور بالإحباط مما ينتج عنه انحرافات في السلوك.

نرى أن التلاميذ الذين يتعرضون إلى مواقف تعليمية صعبة فمثلاً القيام بمهارة معقدة في درس التربية البدنية والرياضية قد يعرضهم للإحباط والإحراج وذلك أمام مرأى من زملائهم فهذا ما يدفعهم إلى النفور من حصة التربية البدنية والرياضية وذلك لمنع تعرض وقوعهم مرة أخرى في موقف محرجة أمام زملائهم.

⁵⁸ ، حماد ، قده ، أخاه ، ما حو سابق- ص 40.

رجع- ص 41.

ويرى كذلك **فتحي السيد عبد الرحيم** عن المشكلات الشخصية للتلميذ ما يلي:

" يتميز هذا النوع من المشكلات بإشكال السلوك التي تتسم بالقلق أو الانسحاب ومن بينها"
 1- الخوف. 2- الخجل. 3- الحساسية الزائدة.

ونرى أن الخجل والخوف من أداء مهارة ما في درس التربية البدنية والرياضية ناتج عن صعوبة هذا الموقف التعليمي الذي يقوم به التلميذ أو قد يفوق قدراته البدنية وبالتالي يحس التلميذ بالضعف أمام زملائه مما يؤدي ذلك إلى احتقاره لنفسه ويظهر عليه الخوف في بعض الأحيان والخجل أمام زملائه وفي جهة أخرى فالحساسية الذاتية والشعور بالذات شعورا مبالغا فيه نتیجته أن التلميذ يفقد الثقة بنفسه وينزوي فلا يتعامل مع أحد.

ويبقى في نظره أنه أدنى من قدراتهم مما يؤدي به إلى الهروب وبالتالي يأخذ نظرة خاطئة عن درس التربية البدنية والرياضية على أنه شيء صعب أو لا فائدة منه.

ومن جهة أخرى نرى أن الأستاذ عامل أساسي في نفسية الطفل والمراهق بصفة خاصة وذلك من حيث توفير الأمن وإعطاء حصص بها كامل متطلبات التلميذ من سعادة ومتعة ونشاط حتى لا يشعر بالملل أو الخوف فإذا لم تتوفر هذه الشروط في الأستاذ. يتحتم على التلميذ النفور من حصة التربية البدنية والرياضية، وفي الأخير نلخص أهم الأسباب المتعلقة بالأستاذ التي تدفع بالتلميذ إلى النفور حيث يذكرها أسامة راتب فيما يلي:

- يتسم النشاط بالملل
- يفقد نشاط المتعة والسعادة.
- شعور الناشئ بالخوف من النجاح.
- تتسم الخبرات المتضمنة في النشاط بأنها محبطة ومخيبة لآمال الناشئ.
- عدم حصول الناشئ على الاحترام والتقدير.
- ضعف المساعدة والمساندة من قبل الأسرة والأصدقاء والمدرّب. 60.

3-8- الأسباب الاجتماعية :

وهناك أسباب اجتماعية تحول دون ممارسة التربية البدنية والرياضية وتتمثل فيم يلي:

- أن من خلال البحوث التي أظهرت عدة متغيرات اجتماعية تؤثر في مشاركة الفرد في الرياضة ومن بين هذه العوامل:

- الأفراد المهمين والذين يؤثرون تأثيراً كبيراً ويقومون بتشجيع وتعزيز المشاركة في الرياضة والأفراد المهمين هم :

- الوالدين.
- الأصدقاء.
- المعلمين المدربين.
- الإخوة كلهم يؤثروا في قرار الطفل.

إن هذا التأثير يعتمد على شخصية الطفل المشارك وعلاقته مع ذلك الفرد وعلى القيم الحضارية والاجتماعية وكذلك البيئة التي يعيش فيها الطفل.

وإن تأثير الوالدين وتوجيههم الخاطئ لأبنائهم وعدم ترغيبهم في الرياضة وذلك خوفاً من الإصابة الرياضية هو سبب في منعه عن الرياضة أو نظراً لقناعاتهم بأن الرياضة هي مضيعة وقت ولعب ولهو وإنما ليست مادة علمية ضرورية، ومن شخصية وثقافة الوالدين يستنبط الولد فكرة سلبية عن الرياضة وعلى العكس من ذلك فإذا كان الوالدان محبين للرياضة وممارسين لها، فإن هذا هو بمثابة تشجيع للطفل على ممارستها وهذا ما يدفع الطفل إلى المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، وكذا الشأن عندما يكون أحد الإخوة ممارس للرياضة فهذا يساعد الطفل على التفاعل من خلال محاولة التقليد وكذلك الأصدقاء الممارسون للرياضة يدفعون بالطفل ويجذبونه إلى ممارسة الرياضة.

وهذا معناه أن توفر الراحة المادية وتوفر ظروف التغذية الجيدة والرعاية الصحية والملبس والمؤوى في بعض العائلات يساعد الطفل على المشاركة وممارسة الرياضة بخلاف الأسرة التي تعاني ظروف مادية واقتصادية، وهناك بُعد عام يلعب دوراً في التفاعل مع الرياضة وهو مدى التعاون والتحاور والتفاهم والتواصل داخل العائلة وأفرادها وهذا ما يخلق نوعاً من الطمأنينة والمحبة والاستقرار النفسي الذي هو أول شرط للقيام بأي عمل إيجابي وعلى العكس من جو التوتر الأسري والانشقاق والتشتت لا يسمح بالتفكير وإعطاء وقت لممارسة الرياضة، لأن حل المشاكل يكون ضمن الأولويات والرياضة مجرد مضيعة للوقت.

كما أن إنعزال بعض الأسر وعدم تعايشهم مع الغير يؤثر في نفسية الأطفال ويمنعهم من التعايش مع الغير بحيث ينشئون على العزلة والانطواء مما يعطيهم صعوبة في المشاركة وفرض الذات،

وهناك ظاهرة انفصال الأبناء عن الآباء لفترة طويلة يضع الأبناء في حالة اكتئاب دائمة ونفسية غير مستقرة وإن كل هذه العوامل تؤدي بالطفل إلى التوحد والخروج من الجماعة وعدم المبادرة ومحاولة اثبات الذات والقدرات وهذا يبعد الأطفال عن درس وحصة التربية البدنية والرياضية ويعمق الفجوة ويوسع الهوة بينهم وبين الرياضة ومع مرور الزمن يزيد النفور من الرياضة حتى يصبح جد صعب كما أن المدرسة لها أثر أساسي في مدى جلب وجذب الأطفال إلى الرياضة من خلال منشآتها وظروفها الداخلية.

3-9- الاختلاط:

ويقصد به اختلاط الرجال بالنساء والإسلام يمنع هذا الاختلاط وغرضه من ذلك الحفاظ على شرف وعزة والأنفة للمسلمين ونقاء مجتمعهم من الخبث.

فالاختلاط ليس من تعاليم ديننا إذ يمكن للمرأة أن تمارس الرياضة في منعزل على الرجال في قاعات خاصة بهن.

ونرى أن مشكلة الاختلاط لا تتوافق مع تعاليم ديننا ولهذا يكون سببا في تزايد الإعفاء من الجنسين خوفا من المعاكسة من طرف الجنسين نتيجة عدم الانجاز الجيد وكذلك الخجل انكشاف للعورات وخصوصا إن مرحلة الثانوية هي مرحلة المراهقة لدى التلاميذ والله المستعان.

كما نرى أن لمكان الممارسة دور كبير في زيادة الإعفاء وهذا في حالة وجود منشأ أو مركب رياضي بجوار الثانوية بحيث يقام داخل هذا المركب درس التربية البدنية والرياضية كما هو الشأن في بعض الثانويات فدخل الأجانب قد يؤثر على السير الحسن للدرس وربما يصل الأمر إلى معاكسة البنات أو إذا كان هذا المكان غير صالح للممارسة التعليمية التربوية لكثرة الفساد والانحلال فيه، فشيء منطقي أن نسبة المعفيين ترتفع من كلا الجنسين.⁶¹

الخلاصة:

رغم الدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية خاصة لفئة المراهقين إلا أنها في الواقع لا تقوم بالدور المنوط لها وهذا لأنه حتى يمكن تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية فإنها تحتاج إلى دعم مادي ومعنوي، غير أنها في بلادنا تعاني من التجاهل والإهمال، ويتجلى ذلك في عدم توفير أدنى الشروط اللازمة لممارستها في المدارس ومن خلال دراستنا لمعوقات ممارسة التربة البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية فقد تبين لنا أن من أهم العوامل والأسباب التي تساعد وتزيد من إنتشار وتفاقم هذه المعوقات هو عدم اهتمام المسؤولين بها وهذا ما يؤدي إلى عدم توفير الإمكانيات والوسائل البيداغوجية اللازمة للإعدادها.

وخلاصة القول هو أن معوقات التربية البدنية والرياضية وليدة عدم وعي المسؤولين على شؤون المادة وأهميتها، وتكمن الحلول في إعادة نظر المسؤولين إلى هذه المادة وإعطائها مكانتها اللائقة بها.

الفصل الرابع

مفهوم المراهقة
ومختلف مراحلها

1- تمهيد:

تعتبر فترة المراهقة أهم فترات الحياة إطلاقاً حيث الصحة الجسدية والنفسية للإنسان تتوقف إلى حد كبير على اجتيازه لهذه الفترة بأمان واطمئنان، لذلك لا بد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية والسلوكية التي توجد في الكائن البشري أثناء هذه الفترة الإنتقالية من حياته، حيث تشهد بداية رجولة الفتى وأنوثة الفتاة كما تعرف تطورات جسدية عميقة لا تقتصر على الأعضاء الجنسية فقط بل تتعداها إلى كامل الجسد وما ينصب فيه من هرمونات جديدة وما يحدث في الجسم من تغيرات فيزيولوجية وتعرف كذلك تغيرات نفسية وعقلية وعاطفية ففي فترة المراهقة تتخذ الأفعال أشكال جديدة وتختلف الدوافع السلوكية والحوافز الاجتماعية والنمو إشكالية جسدية وانفعالية وفعالية تتسارع على شكل قفزات حيناً وبشكل متضامن أحياناً أخرى.

2- تعريف المراهقة:

المراهقة لفظا معناها النمو، وقولنا راهق الفتى، راهقت الفتيات بمعنى أنهما نميا نموا مستطردا، وفي هذا تكمن الدالة على الاقتراب من الحلم والنضج، فالمراهقة بهذا تعني الفترة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي باكتمال الرشد، وتنتع أحيانا بأنها مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة¹.

ويعرفها فؤاد البهي السيد أنها "... مرحلة تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي بهذا عملية بيولوجية عضوية في بدنها، واجتماعية في نهايتها"².

أما مالك سليمان مخول فعرفها بقوله " هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الشباب، وتتسم بأنها فترة من التحول والنمو والتحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية ذهنية واضحة تقلب الطفل الصغير عضوا في مجتمع الراشدين"³.

فجميع التعريفات اتفقت على أن المراهقة هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى سن الرشد أو النضج مرفقة بتغيرات شاملة وعلى كل المستويات الفيزيولوجية والمرفولوجية والعقلية فهي تبدأ من بداية البلوغ أي النضج الجنسي حتى اكتمال نمو العظام وبلوغ قامته أقصى طولها. هذا من الناحية البيولوجية، أما من الناحية النفسية والاجتماعية فإن مرحلة المراهقة تعتبر مرحلة انتقال من طفل يعتمد على الآخرين إلى راشد مستقل بذاته، ولذا تعتبر المراهقة جسر يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته.

3- أهمية مرحلة المراهقة:

من المؤكد حسب ما اعتمدنا عليه أن أصعب المراحل هي المرحلة الانتقالية، أصعب النقاط هي نقاط الإنعطاف، والمراهقة تنطبق عليها هذه الأوصاف في جميع النواحي والجوانب التي تتميز بها من قلق واضطراب وحاجة للتكيف والحرمان بشتى أشكاله، إذ كان من الأجدر أن نُولي اهتماما كبيرا ودراسة معمقة حول هذه المرحلة ومتطلباتها وكذا مشكلاتها وطرق علاجها.

¹ ترجمة الدكتور عبد العلي الجسماني- سيكولوجية الطفل والمراهقة- الدار العربية للعلوم- بيروت- ط1 - سنة 1994- ص169.

² فؤاد البهي- السيد الأسس النفسية للنمو- دار الفكر العربي- القاهرة- سنة 1975- ص 257- دون طبعة.

لمراهقة- الطبعة الجديدة- دمشق- ط2- سنة 1985- ص52.

ومما يزيد من أهمية هذه المرحلة هي " إن حياة الكائن الحي سلسلة متصلة متكاملة الحلقات، يؤثر فيها السابق باللاحق لإدراكنا أهمية المراهقة السوية المتكيفة لأنها تقود إلى مرحلة شباب ومتكيفة أيضا".¹

والعكس صحيح " فإن كانت المراهقة تسلك سلوك غير عادي وغير سوي، فستقود إلى مرحلة شباب منحرفة".²

ويقول في هذا المعنى **علي بو عناققة**: " النمو سلسلة متكاملة من الأحداث المتلاحقة، يتميز بشيء من التغيرات في كل فترة من فتراتها، وكل مرحلة تعتمد على سابقتها وتؤثر في تابعتها، وفترة المراهقة تشبه ما سبق في كونها من المراحل الأكثر تأثيراً في حياة الفرد ذلك لأنها تشكل مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرجولة".³

4-أنواع المراهقة:

المراهقة المكيفة: تتسم بالهدوء والميل إلى الإستقرار العاطفي والخلو من جميع التوترات الانفعالية والسلبية وتتميز علاقة المراهق فيها مع الآخرين بالحسن والتفتح.

المراهقة الإنسحابية: وهي عكس المراهقة المكيفة، وتتميز بالانطواء والانعزال والخجل والصفات للأخلاقية.

المراهقة المنحرفة: يتميز فيها المراهق بالإنحلال الخلفي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وإيذاء الآخرين.

المراهقة العدوانية: تميز بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع وعدم التكيف والتخلي بالصفات للأخلاقية.

¹ عبد الرحمن عيسوي- الصحة النفسية والعقلية- دار النهضة العربية للطباعة والنشر- دون طبعة- سنة 1992- ص 266.

² عبد الحميد عيسوي- نفس المراجع- ص 266.

وانعكاساتها على الشباب- دون طبعة- ص 22.

5-خصائص المراهقة:

كما قلنا سابقا أن مرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل الحياة بشيء هام ألا وهو التحولات أو التغيرات التي تطرأ على الفرد من الناحية الجسمية والحركية والعقلية والنفسية والانفعالية والاجتماعية.

5-1-الخصائص الجسمية:

إن مرحلة المراهقة تتميز بسرعة النمو الجسمي، واكتمال النضج حيث يزداد الطول والوزن وتتمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة وفي جميع الجوانب الجسمية، كذلك تؤدي هذه السرعة إلى فقدان المراهق الخفة، ويؤدي ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي.

وفي الفترة من 11 إلى 15 سنة يكون متوسط وزن الجسم عند البنات أكبر منه عند البنين، كمال يزيد متوسط طول البنات عن البنين في هذه الفترة، ومن أهم نواحي التغيرات الجسمية في هذه المرحلة ظهور الأعراض الجنسية الثانوية، وقد تسبب هذه الأعراض المزيد من المشكلات التي تعترض الأفراد، كخشونة الصوت، أو السمنة أم النحافة وغالبا ما تعود أساليب ظهور الأعراض الجنسية الثانوية إلى نشاط الغدد الجنسية ونضجها.

5-2-الخصائص الحركية:

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة في النمو الحركي حيث يرى كولين أن حركات المراهق في سن الثالثة عشر تتميز بالاختلاف في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والانسجام، وهذا الاضطراب يحمل طابع الوقت في مرحلة الفتوة. كما يرى ميكمان أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية تمتد لفترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي.

ويمكن تلخيص أهم مواطن الاضطراب والاختلال كما يلي:

- الارتباك الحركي العام، أي انعدام التناسق والانسجام في الحركات.
- الافتقار للرشاقة.
- نقص هادفية الحركة حيث لا يتوفر للمراهق تنظيم حركته لمحاولة تحقيق هدف معين.
- الزيادة المفرطة في الحركات.
- اضطراب القوى المحركة، يعني هذا افتقاره في اقتصار الجهد وعدم قدرته على ضبط القوى المحركة للعضلات وأحيانا يمكن ملاحظة أن حركته بالرخاوة والطرأوة.
- نقص في القدرة على التحكم الحركي، حيث نجد أن المراهق يجد صعوبة في اكتساب بعض المهارات الحركية الجديدة.

- التعارض في السلوك الحركي حيث يتسم المراهق بعدم الاستقرار الحركي الذي يظهر في مختلف الحركات الغير مقصودة.

3-5- الخصائص العقلية:

تتطور الحياة العقلية نحو التمايز وتكسب حياة الأفراد ألوانها من الفعالية تساعده على إعداد نفسي للتكيف الصحيح مع البيئة الثقافية والاجتماعية التي يعيش فيها ولهذا تبدو مهمة مع العمليات الفكرية لدى المراهقين والمتدرسين ويتضح هذا في ما يلي:

الذكاء:

عرفه "بيرت" بأنه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية بل تأثره بالنواحي الإدراكية، وفي هذه المرحلة يجب استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة واكتشاف إمكانيات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لتضمن له بدء التعمق الدراسي بالأخص التوافق الدراسي الجيد.¹

الإدراك: يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة، وعلى هذا الأساس نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي لا تقوم على البرهنة والإقناع.

التفكير:

يتأثر تفكير المراهق بالبيئة، وهذا ما يحفزه إلى اللجوء لمختلف الطرق في حل المشاكل، وما يهم المراهق أن تفكيره دائما يكون مبنيا على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات.²

التذكر:

ينمو التذكر في المراهقة وتنمو معه قدرة الفرد على الاستيعاب والتعرف والقدرة على الاحتفاظ ويعتمد على الفهم والاستنتاج.³

¹ فؤاد البيهي السيد- الأسس النفسية للنمو- دار الفكر العربي- القاهرة- دون طبعة- سنة 1975- ص283.
² مح. الدين المختار، - محاضرة علم النفس الاجتماعي- ديوان المطبوعات الجامعية- قسنطينة- سنة 1988- ص166.
- ص166.

التخيل:

هو الوسيلة التي يتجاوز من خلاله المراهق حواجز الزمان والمكان، وهو أداة ترويحية كما أنه مسرح الطموحات الغير محققة وهو يرتبط بالتفكير، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشاكل بالنسبة للمراهق، بل يعتبر وسيلة هامة لتحقيق الانفعالات.

4-5- الخصائص النفسية:

تعتبر هذه المرحلة أصعب مرحلة من الناحية النفسية، فيها سيجابه المراهق صراعا نفسيا قويا ويتأرجح من حالة إلى أخرى، ويميل إلى التفكير في المشاكل المحيطة به، فهو لا يرى نفسه صغيرا فيجتمع بالأطفال ويشاركهم أحاديثهم وألعابهم، بل يرى نفسه كبيرا فيقحم نفسه في أحاديث الكبار لكن هؤلاء يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيرا¹

5-5- الخصائص الانفعالية:

إن مرحلة المراهق عنيفة من الناحية الانفعالية حيث تمس المراهق ثورات تمتاز بالعنف والاندفاع وهذه الاضطرابات الانفعالية راجعة إلى التغيرات الإفرازية للغدد كذلك إلى العوامل البيئية والمحيطية بالمراهق.

6-5- الخصائص الاجتماعية:

تتزايد أهمية العلاقات للناشئ بتقدمه في الطفولة ودخوله المراهقة، وذلك لتشعب تلك العلاقات وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه ولهذا اعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة، حيث: يميل المراهق في السنوات الأولى إلى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهرهم ويتصرف بتصرفاتهم، لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة النزاع بينه وبين أفراد الجماعة، ويجعل من احترامه وإخلاصه لهم وخضوعه لأفكارهم نوعا من تحقيق الشعور بالإثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه ومدرسيه.

في السنوات الأخيرة من مراهقته يشعر أن عليه مسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يقوم ببعض الخدمات وبعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها، وهذه الصدمات تجعله لا يرغب في القيام بأي محاولات أخرى، ويزداد هذا الشعور شدة حتى ينتقل من المجتمعات الصغيرة إلى المجتمع العام.

اختيار الأصدقاء، أي ما يتطلبه المراهق من صديق هو أن يكون قادر على فهمه ويظهر له الود والحنان بما يساعده على التغلب على حالات الضيق، ففي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر سناً منه، ويشترط عدم السلطة المباشرة وأن العلاقة تكون على الود والاحترام.

6- مشاكل المراهقة:

إن مشكلات المراهقة من المشاكل الرئيسية التي تواجه المراهقين في هذه الفترة، والسبب يعود إلى المجتمع نفسه والمدرسة والهيئات الاجتماعية والأسرة والنوادي وكل المنظمات التي لها علاقة بهذه الفئة، لهذا سوف نتناول مختلف المشاكل التي يتعرض إليها المراهق.¹

1-6- المشاكل النفسية:

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق وانطلاقاً من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التجديد والاستقلال وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب، فهو لا يخضع لأمر البيئة وتعاملها وأحكام المجتمع وقيمه الخفية والاجتماعية، بل أصبح يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله، وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس بإحساسه الجديد لذا فهو يسعى دون قصد لأن يؤكد بنفسه وبثورته وتمرده وعناده، فإذا كانت كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدراته ولا يقدرون مواهبه ولا يعامله كفرد مستقل تشبع فيه حاجاته الأساسية في حين أنه يحس بذاته وأن يعترف الكل بقدراته وقيمه.²

2-6- المشاكل الانفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحاً في عمق الانفعالات وحدثها واندفاعها وهذا الاندفاع الانفعالي ليست أسبابه نفسية خاصة، بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية فإحساس المراهق بنمو جسمه وشعوره أن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال، وصوته قد أصبح خشناً فيشعر المراهق بالزهو والفخر وكذلك في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا التغير المفاجئ.

كما يتجلى بوضوح خوف المراهق من هذه المرحلة الجديدة، التي ينتقل إليها والتي تتطلب أن يكون رجلاً في سلوكه وتصرفاته.³

¹ مصطفى فهمي - سيكولوجية الطفولة والمراهقة - دار النشر للطباعة - دون طبعة - سنة 1974 ص 301.
² مخائنا / خلنا / معض - مشكلات المراهقين في المدن والريف - دار المعارف القاهرة - دون طبعة - سنة 1975 - ص 73.
جمع - ص 72.

3-6- المشاكل الجنسية:

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر، ولكن التقاليد والدين في مجتمعه تقف حائلاً دون أن ينال ما ينبغي، فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق تجاه الجنس الآخر وإحباطها، وقد يتعرض إلى انحرافات وغيرها من السلوك الأخلاقي وبالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يقرها المجتمع، كعكاسة الجنس الآخر والتشهير بهم.¹

4-6 المشاكل الصحية:

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها الشباب في سن المراهقة متعددة حيث يشعر المراهق بسرعة التعب والدوران، كذلك البدانة إذ يصاب بسمنة بسيطة مؤقتة، ولكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل، وعرضه على طبيب أخصائي وقد تكون ورآها اضطرابات شديدة بالغدد، كما يجب عرض المراهقين على انفراد مع الطبيب للاستماع إلى مشاكله، وهو في حد ذاته جوهر العلاج، لأن للمراهق إحساس خانق بأن أهله لا يفهمونه.²

5-6- المشاكل الاجتماعية:

إن مشاكل المراهقة تنشأ من الاحتياجات السلوكية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في الأسرة، في المجتمع وفي المدرسة كمصادر للسلطة على المراهق.

- الأسرة كمصدر للسلطة:

إن المراهق في هذه المرحلة من العمر يميل إلى الاستقلال والحرية والتحرر من عالم الطفولة وعندما تتدخل الأسرة في شأنه فإنه يعتبر هذا الموقف تصغيراً من شأنه واحتقاراً لقدراته، كما أنه لا يريد أن يعامل معاملة الصغار، لذلك نجد ميل المراهق إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من آراء وأفكار، ولا يتقبل كل ما يقال له، بل تصبح له مواقف وآراء يتعصب لها أحياناً لدرجة العناد.

إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والنزاعات الموجودة بينه وبين أسرته، وقد تكون نتيجة هذا الصراع إما خضوع هذا المراهق وامتناله، أو تمرده وعدم استسلامه.³

¹ ميخائيل خليل معوض- مرجع سابق- ص73.

² محمد، فعت- المراهقة، سن، النله غ- دار المعارف للطباعة والنشر- بيروت- سنة 1974- ص 220.

جع- ص162.

- المدرسة كمصدر للسلطة:

إن المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق معظم أوقاته، وسلطة المدرسة تتعرض لثورة المراهق، فالتلميذ يحاول أن يتمرّد عليه بحكم طبيعة هذه المرحلة من العمر، بل أنه يرى أن السلطة المدرسية أشد من سلطة الأسرة فلا يستطيع المراهق أن يفعل ما يريد في المدرسة، ولهذا فهو يأخذ مظهرًا سلبيًا للتعبير عن ثورته كاصطناع الغرور أو الاستهانة بالدرس أو قد تصل الثورة أحيانًا لدرجة التمرد والخروج عن السلطة المدرسية والمدرسين بوجه خاص لدرجة تصل إلى العدوان.¹

- المجتمع كمصدر للسلطة:

إن الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية أو إلى العزلة، فالبعض يمكنهم عقد صلات اجتماعية بسهولة، لتمتعهم بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب أصدقاء، والبعض الآخر يميلون إلى العزلة والابتعاد عن الآخرين، لظروف اجتماعية نفسية وكل ما يمكن قوله في هذا المجال. أن الفرد لكي يحقق النجاح الاجتماعي وينهض بعلاقاته الاجتماعية لا بد أن يكون محبوبًا من الآخرين وأن يكون له أصدقاء وأن يشعر بتقبل الآخرين له.²

¹ ميخائيل، معوض، ما جمع سناة، ص 163.

ص 162-163.

7- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة، وميدان هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية، العقلية، الانفعالية والاجتماعية. وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني الذي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأهداف، وعلى مستوى المدرسة فهو يحقق النمو الشامل والمتزن للتلميذ، ويحقق اختياراتهم البدنية والرياضية التي لها دور هام جدا في عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلميذ من حركات وهذا من الناحية البيولوجية. أما من الناحية التربوية، فيوجد التلاميذ في مجموعة واحدة خلال حصة التربية البدنية والرياضية، فإن عملية التفاهم تتم بينهم ويكتسبون كثير من الصفات التربوية، إذ يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلقية كالطاعة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والزمالة واقتسام الصعوبات مع الزملاء. أما من الناحية الاجتماعية فإن التربية البدنية والرياضية تلعب دورا كبيرا من حيث التنشئة الاجتماعية للمراهق، إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أواصر الأخوة والصدقة بين التلاميذ وكذا الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الاجتماعية وكذا مساعدتها للفرد على التكيف مع الجماعة.¹

إذا فممارسة نشاطات التربية البدنية والرياضية لها تأثير على جسم المراهق من الناحية البيولوجية وكذلك هي تؤثر على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.

الخلاصة:

من خلال هذا الفصل تبين لنا أن فترة المراهقة مرحلة غير عادية، تصاحبها تغيرات فيزيولوجية ونفسية لا مفر من حدوثها وهي طبيعية وضرورية كمرحلة انتقالية من سن الطفولة إلى سن النضج الكامل، ولكي تمر هذه المرحلة بسلام. دون أن تترك أي أثر ضار في الشخصية، لا بد أن يكون هناك وعي وفهم لطبيعة هذه المرحلة، خصوصا من طرف الوالدين، ويجب أن تتعاون المؤسسات التعليمية والتربوية ووسائل الإعلام وجمعيات رعاية الشباب مع الأهل في توجه لرعاية المراهقين الذين يعتبرون جيل لمستقبل.

والنشاط البدني والرياضي بجلب للمراهق المتعة والراحة والترويح عن النفس حيث تعتبر من أنجح الأنشطة الترويحية وأكثرها فاعلية، ويساهم في التحكم في سلوك المراهق وتصريف طاقته الكامنة بصفة مقبولة اجتماعيا، كما يساعد على اكتشاف مفهوم السعادة السرور لتحقيق الراحة النفسية الكامنة.

الجانِب

التطْبِيقِي

الفصل الخامس

منهجية البحث

1- تمهيد:

لقد تطرقنا في هذا الفصل عن المنهج العلمي المستخدم في هذه الدراسة، كيفية إختيار العينة الأدوات والوسائل الدراسية وأهم وسائل الدراسة الإستطلاعية وتقنيات الدراسة مع وصف الطريقة الإحصائية ومجالات الدراسة وكافة الإستنتاجات الهامة والنظريات التي إعتدنا عليها في هذه الدراسة.

2- عينة البحث:

تعتبر عينة البحث العلمي أحد ركائز البحث كما أن العينة هي أساس عمل الباحث في البحوث المسحية حيث يعرفها أغلب الباحثين على أنها مجموعة من الأفراد يبني الباحث عمله عليها وهي مأخوذة من المجتمع الأصلي وتكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً واختيرت عينات البحث من ثلاث ثانويات:

1- ثانوية قويدري محمد بخميس مليانة .

2- ثانوية حمزة بن عبد المطلب بخميس مليانة .

3- ثانوية إبي ذر الغفاري بخميس مليانة.

وهذا على التلاميذ المتمدرسين حيث شمل 180 تلميذ وبالطريقة العشوائية البسيطة

3- مجالات البحث:3-1- المجال البشري:

شملت عينة البحث على 180 تلميذ في الطور الثانوي وكانت مقسمة على النحو الآتي:

- ثانوية قويدري محمد 60 تلميذ

- ثانوية إبي ذر الغفاري 60 تلميذ

- ثانوية حمزة بن عبد المطلب 60 تلميذ

3-2- المجال المكاني:

تم إجراء البحث على مستوى ثلاث ثانويات والتي هي متمركزة بمدينة خميس مليانة وهي كالاتي:

1- ثانوية قويدري محمد بخميس مليانة .

2- ثانوية حمزة بن عبد المطلب بخميس مليانة .

3- ثانوية أبي ذر الغفاري بخميس مليانة.

3-3- المجال الزمني:

تم إجراء البحث على مدى 10 أيام من 10 أبريل 2011 .

وتم توزيعه في 11 أبريل 2011 خلال حصة التربية البدنية والرياضية وبعد الحصة مباشرة تم إسترجاع الإستبيان .

وتم عرض الإستبيان على الأساتذة المحكمين في 18 أبريل 2011 .

4- أدوات البحث:

استمارة استبائية عرضت على تلاميذ الثانويات.

- المراجع باللغة العربية.

- الأنترنت.

- المقابلات الشخصية مع الأستاذ المشرف.

5- الدراسة الإستطلاعية:

إن الدراسة الإستطلاعية تعتبر ذات أهمية بالغة في تسهيل عمل الباحث حتى يطمئن على مستوى الأسئلة وسلامة صياغتها.

وتتضمن الدراسة الإستطلاعية العديد من المقابلات مع أولئك الذين يفترض أن لديهم معلومات أساسية وهامة.

وتمكن كذلك من معرفة صعوبات سواء تحديد المشكلات الهامة ذات القيمة العلمية، وتساعدنا على المرور بمختلف الظواهر الجديدة بالدراسة وبالضروف المحيطة بها أو حتى في مراحل صياغة صحيحة أو تحديد فروضها التي تجيب على التساؤلات المطروحة بصيغة مفهومة وصحيحة.

وتساعدنا أيضا بالتعرف على الصعوبات المتعلقة بمنهج البحث والأدوات المستعملة والعينة المختارة ومجالات الدراسة وطرق جمع المعلومات ومعالجتها والتأكد من مصداقية الإستبيان المستخدم في البحث والتي تؤدي إلى نتائج مضبوطة.

6- تقنيات البحث:

1- الإستبيان:

للبحوث الوصفية عدة أساليب تجمع من خلالها البيانات والمعلومات من أهمها الإستبيان وهو من الوسائل المهمة للحصول على المعلومات والبيانات الميدانية لأغراض البحث العلمي في مختلف المجالات ولا سيما التربوية والتعليم⁸¹.

وإستبيان كما عرفه دارفر في قاموس علم النفس هو عبارة عن سلسلة من الأسئلة التي تتعلق بموضوع أو موضوعات بهدف الحصول على المعلومات حول موضوع من خلال إجابات المستجوبين.⁸²

2- الأسئلة المغلقة:

وتعتمد على أفكار الباحث وتكون الإجابة في أغلب الأحيان بـ (نعم) أو (لا) وقد تتضمن إختيارين أو ثلاثة في الإجابة عن السؤال مع إختيار الإجابة المناسبة مع كل فرد.

7- الطريقة الإحصائية:

إستعملنا الطريقة الإحصائية في هذه الدراسة لكي يساعدنا على التعرف على المجتمع الكلي للموضوع، فالدراسة الإحصائية تعطينا نتائج ميدانية أكثر دقة وقد قمنا باستعمال الطريقة الثلاثية من أجل تحديد النسب المئوية لكل سؤال.

القانون الأساسي للطريقة الثلاثية

عدد التكرارات 100x

= النسبة المئوية

المجموع التكراري

⁸¹ هادم، مستعان، 1998- طة، البحث التربوي- مكتبة المجتمع العربي- عمان-سنة 2006- ص 133.
البحث التربوي النفسي من المنظور الكمي والكيفي- عالم الكتاب مصر- ط1- السنة 2004 ص 82.

الخلاصة:

- وفي خلال بحثنا حرصنا على جملة من الشروط وهذا لضمان دقة نتائج الإستبيان وهي:
- تبسيط أسئلة الإستبيان حتى يكون هناك فهم سهل للسؤال ومن ثم الإجابة عليه.
 - تفادي تدخل عنصر خارجي غير معني بالبحث للمساعدة على الإجابة.
 - التحدث مع التلاميذ بصفة جدية وذلك لأخذ الإجابة المناسبة حسب كل فرد في العينة.

الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة
نتائج الإستبيان

1الفرضية الأولى:

- للمحيط الأسري دور في دفع التلميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية.

1- هل يشجعك والداك على ممارسة التربية البدنية والرياضية ؟

نعم لا امتناع

2- هل يوجد في أسرتك من يمارس النشاط الرياضي ؟

نعم لا امتناع

3- هل يشاهد والديك البرامج الرياضية؟

نعم لا امتناع

4- هل يمارس والديك النشاط الرياضي؟

نعم لا امتناع

5- هل تعتقد أن التشجيع الأسري راجع للمستوى الفكري للوالدين؟

نعم لا امتناع

6- كيف تنتظر أسرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

مفيدة غير مفيدة

2-الفرضية الثانية:

- نقص المنشآت الرياضية له تأثير في عرقلة ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

1- هل لديكم مرش خاص بكم؟

نعم لا امتناع

2- هل نقص المنشآت الرياضية والعتاد يحول دون ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

3- كيف ترى ميدان الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية؟

خطير عادي جيد

4- هل هناك إستغلال منطقي للعتاد الرياضي في المؤسسة؟

نعم لا امتناع

5- هل لديكم قاعات تبديل الملابس؟

نعم لا امتناع

6- هل تستطيع أن تمارس التربية البدنية والرياضية في الطقس الماطر؟

نعم لا امتناع

3-الفرضية الثالثة

- معامل المادة المتدني له دور في عرقله مزاولة حصة التربية البدنية والرياضية.

1- هل العلامة المتحصل عليها في مادة التربية البدنية والرياضية ترفع من المعدل الإجمالي ؟

نعم لا امتناع

2- هل تشعر بالإحباط إذا ما تحصلت على علامة متدنية في مادة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

3- هل للعلامة المتحصل عليها دور في ممارستك للتربية البدنية والرياضية ؟

نعم لا امتناع

4- هل أنت راض عن معامل التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

4-الفرضية الرابعة

- يعتبر الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية معوقا.

1- إذا كان زميلك من الجنس الآخر أثناء التمرين هل ؟

تقوم بالتمرين بصفة عادية تظهر عليك علامات الخجل تمتنع عن القيام بالتمرين

2- في رأيك هل المناسب أن يكون صف ذكور وصف إناث في حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

3- هل تجد صعوبة في ممارسة التربية البدنية والرياضية مع الجنس الآخر ؟

نعم لا امتناع

4- هل تشعر أن هناك تمييزا من طرف الأستاذ في تعامله مع الجنسين؟

نعم لا امتناع

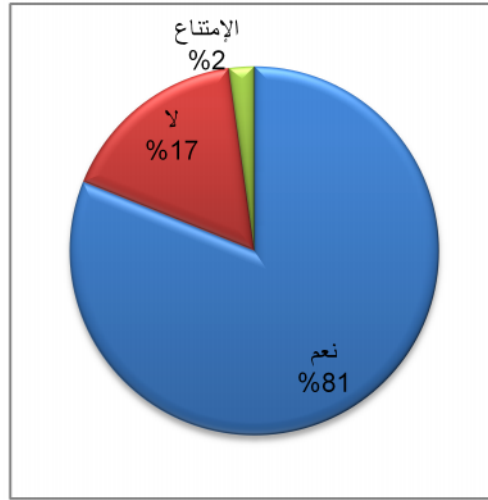
الفرضية الأولى:

- للمحيط الأسري دور في دفع التلميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول:

هل يشجعك والدك على ممارسة التربية البدنية والرياضية؟

| الإجابة | | | | السؤال 1 |
|---------|----------|-----|-----|--|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل يشجعك والدك على ممارسة التربية البدنية والرياضية؟ |
| 180 | 4 | 30 | 146 | |
| %100 | %2 | %17 | %81 | |



- المراد من هذا السؤال معرفة ما إذا كان هنالك تشجيع أسري لممارسة التربية البدنية والرياضية أم لا.

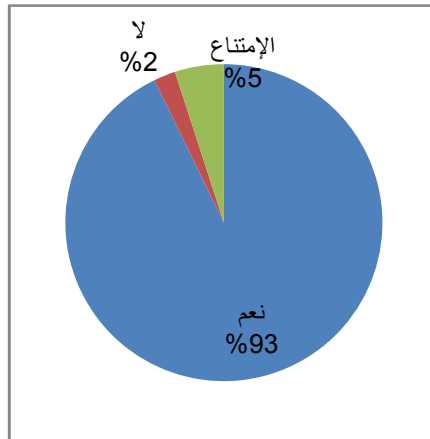
تحليل الجدول رقم الأول:

من خلال الجدول السابق والذي يبين نسبة الأولياء الذين يشجعون أبنائهم على ممارسة التربية البدنية والرياضية وجدنا أن نسبة كبيرة من الأولياء والمتمثلة في 146 والمناسبة لـ 81% تحت أبنائها على ممارسة التربية البدنية والرياضية مقابل 30 تلميذ أجابوا بـ "لا" المناسبة لـ 17% مع امتناع لا يؤخذ بعين الاعتبار المتمثل في 4 والمناسبة لـ 2%.

السؤال الثاني:

هل يوجد في أسرتك من يمارس النشاط الرياضي؟

| الإجابة | | | | السؤال 2 |
|---------|--------|----|-----|---|
| المجموع | إمتناع | لا | نعم | هل يوجد في أسرتك من يمارس النشاط الرياضي؟ |
| 180 | 9 | 04 | 167 | |
| %100 | %2 | %3 | %81 | |



- المراد من هذا السؤال هو معرفة إن كان هنالك ممارس للرياضة داخل المحيط الأسري

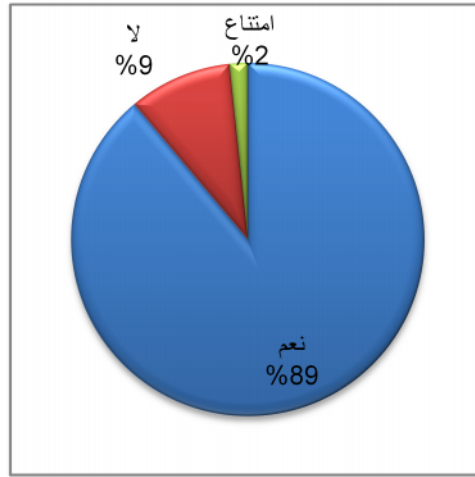
تحليل الجدول رقم الثاني:

حسب الجدول المبين أعلاه فإننا نرى بأن الأسر تتمتع بحس رياضي وذلك بأن الأغلبية الساحقة من الأسر والتي تمثل 93% يوجد بها على الأقل فرد يمارس النشاط الرياضي فيحين هناك أقلية غير معتبرة تتقاسم الإمتناع عن التصويت مع عدم الممارسة.

السؤال الثالث :

هل يشاهد والديك البرامج الرياضية؟:

| الإجابة | | | | السؤال 3 |
|---------|--------|----|-----|-----------------------------------|
| المجموع | إمتناع | لا | نعم | هل يشاهد والديك البرامج الرياضية؟ |
| 180 | 3 | 17 | 160 | |
| %100 | %2 | %9 | %89 | |



-المراد من هذا السؤال هو معرفة إذا كان هناك ميول داخل الأسرة للبرامج الرياضية

تحليل الجدول الثالث:

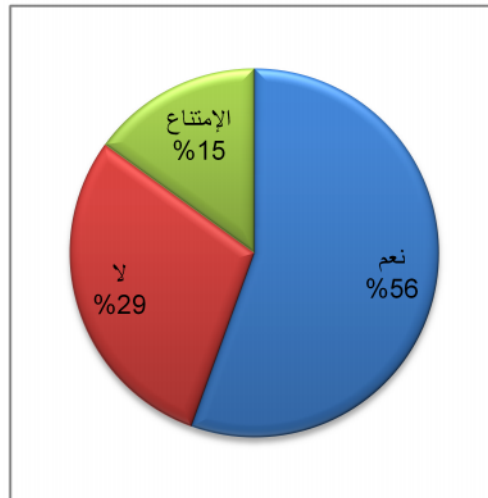
نلاحظ من الجدول أن نسبة الإجابة الكبيرة كانت لمشاهدة البرامج الرياضية من طرف الوالدان وبنسبة 89% ، و أما عدم المشاهدة فكانت النسبة بـ 17 أي 9% وهي نسبة ضئيلة جدا أما الذين امتنعوا عن الإجابة فكانت النسبة بـ 3 أي 2%.

ومنه نستنتج أن للوالدين الدور الكبير في حب التلميذ لمادة التربية البدنية والرياضية فاهتمامهم بالرياضة جزء من اهتمام الأبناء

السؤال الرابع:

4- هل يمارس والديك النشاط الرياضي؟

| الإجابة | | | | السؤال 4 |
|---------|----------|-----|-----|---------------------------------|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل يمارس والديك النشاط الرياضي؟ |
| 180 | 27 | 53 | 100 | |
| %100 | %2 | %17 | %81 | |



- المراد من هذا السؤال معرفة ما إذا كان الأولياء يحبون ممارسة التربية البدنية والرياضية أم لا.

تحليل الجدول الرابع:

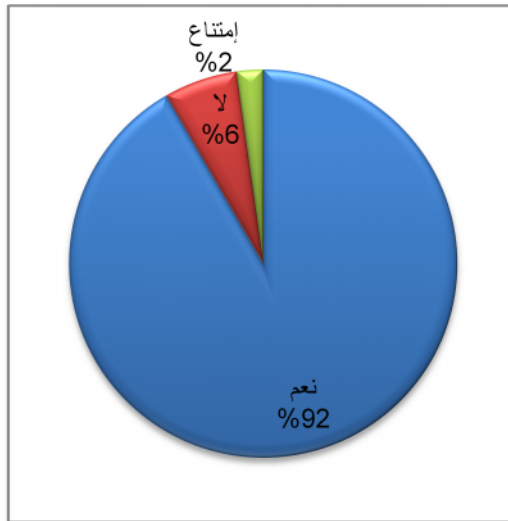
من خلال الجدول السابق والذي يبين نسبة الأولياء الذين يحبون ممارسة التربية البدنية والرياضية وجدنا أن نسبة كبيرة من الإجابات والمتمثلة في 100 و المناسبة لـ 56% أنها تميل وتحب ممارسة التربية البدنية والرياضية مقابل 53 تلميذ أجابوا بـ "لا" المناسبة لـ 29% مع امتناع المتمثل في 27 والنسبة لـ 15%.

ومنه نستنتج أن أغلب الأولياء يحبون ويمارسون النشاط الرياضي في حين الذين أجابوا بـ "لا" هذا لا يعني أنهم لا يمارسون الرياضة لأنهم لا يحبونها وإنما راجع للظروف الاجتماعية والصحية وغيرها

السؤال الخامس:

هل تعتقد أن التشجيع الأسري راجع للمستوى الفكري للوالدين؟

| الإجابة | | | | السؤال 5 |
|---------|--------|----|-----|--|
| المجموع | إمتناع | لا | نعم | هل تعتقد أن التشجيع الأسري راجع للمستوى الفكري للوالدين؟ |
| 180 | 4 | 11 | 165 | |
| %100 | %2 | %6 | %92 | |



- المراد من هذا السؤال معرفة ما إذا كان التشجيع الأسري لممارسة أبنائهم التربية البدنية والرياضية هو مجرد صدفة أم نابع من المستوى الثقافي للوالدين

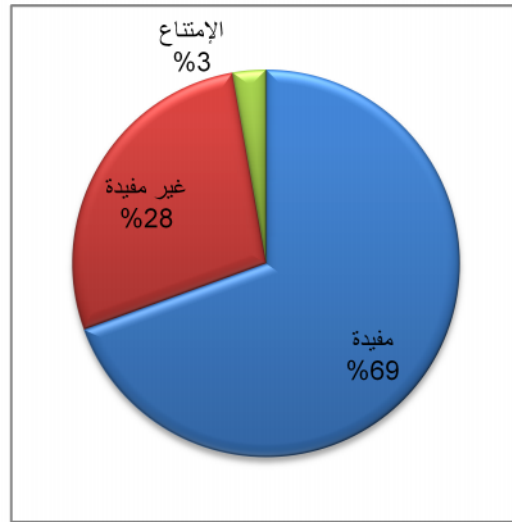
تحليل الجدول الخامس:

وجدنا أن نسبة كبيرة من التلاميذ والمتمثلة في 92% تلميذ تجيب بوعي الوالدين بأهمية التربية البدنية والرياضية من خلال مستواهم الفكري وتشجيع ممارسة أبنائهم مقابل 6% تلميذ الذين أجابوا بـ لا مع وجود إمتناع لا يؤخذ بعين الإعتبار المتمثل في 2%

السؤال السادس:

كيف تنظر أسرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

| الإجابة | | | | السؤال 6 |
|---------|----------|-----------|-------|---|
| المجموع | الامتناع | غير مفيدة | مفيدة | كيف تنظر أسرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟ |
| 180 | 5 | 50 | 125 | |
| %100 | %3 | %28 | %69 | |



- الغرض من هذا السؤال معرفة نظرة الأسرة لحصة التربية البدنية والرياضية.

تحليل الجدول السادس:

نلاحظ من الجدول أن نسبة الإجابة الكبيرة كانت لموقف الرياضة مفيدة أي نسبة 69% ونسبة الموقف

غير مفيدة تمثل 28% وهي الأقل بالنسبة للآراء الأخرى.

ومنه نستنتج أن نسبة معتبرة من الأسرة ترى أن التربية البدنية والرياضية مفيدة لأبنائهم

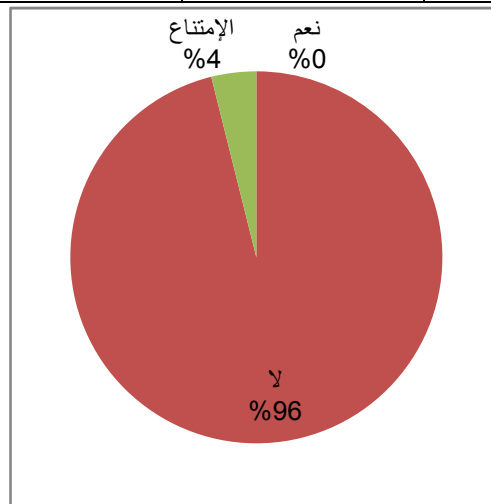
الفرضية الثانية :

- نقص المنشآت الرياضية له تأثير سلبي على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول :

1- هل لديكم مرش خاص بكم؟

| الإجابة | | | | السؤال 1 |
|---------|----------|-----|-----|-------------------------------------|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | 1- هل لديكم مرش خاص بكم في مؤسستكم؟ |
| 180 | 7 | 173 | 0 | |
| %100 | %4 | %96 | %0 | |



الغرض من هذا السؤال هو مدى إهتمام المؤسسات بالمرافق التابعة للنشاط الرياضي

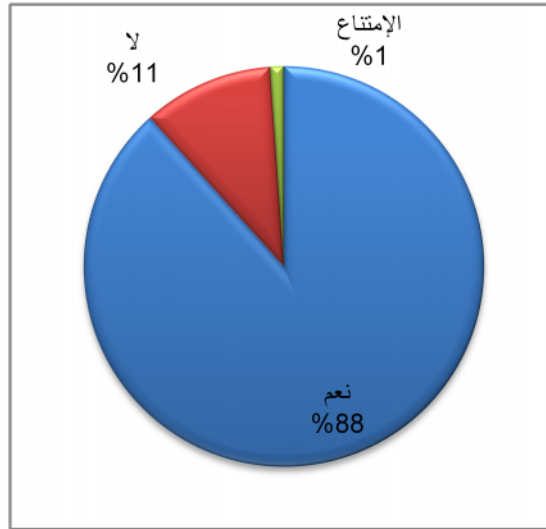
تحليل الجدول الأول:

وجدنا ومن خلال الجدول أن نسبة الإجابة بنعم منعدمة في حين الإجابة بـ"لا" هي المسيطرة تقدر بـ96% أما الذين امتنعوا عن الإجابة فهم 7 تلاميذ ما نسبتهم 4% وهي نسبة لا تؤثر ومنه نستنتج أن المؤسسات التربوية تنعدم فيها المرافق الضرورية التابعة لمادة التربية البدنية والرياضية

السؤال الثاني :

هل نقص المنشآت الرياضية والعتاد يحول دون ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

| الإجابة | | | | السؤال 2 |
|---------|----------|-----|-----|--|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل نقص المنشآت الرياضية والعتاد يحول دون ممارستك لحصة (ت.ب.ر)؟ |
| 180 | 2 | 19 | 159 | |
| %100 | %1 | %11 | %88 | |



- من خلال السؤال غرضنا هو معرفة نقص المنشآت الرياضية والعتاد وتأثيرها على ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية.

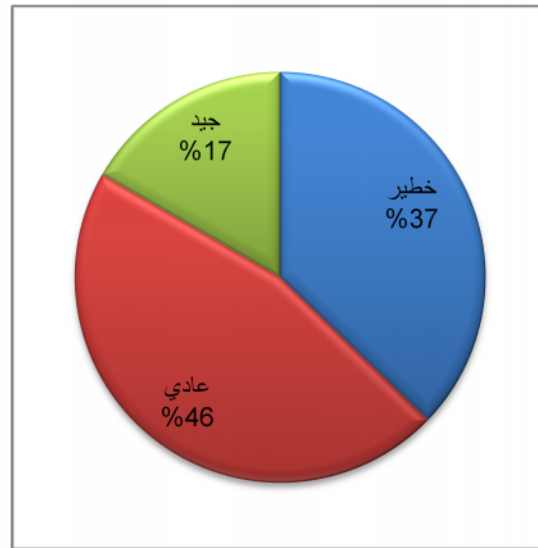
تحليل الجدول الثاني:

نلاحظ من خلال الجدول أن الإجابة بنعم كانت ب 159 أي ما يعادل نسبة 88% ،وأما الإجابة ب لا كانت 19 أي ما يناسب 11% ولاحظنا أن الامتناع كان ب 2 أي بنسبة 1% . ونستنتج أن نقص المنشآت الرياضية و العتاد الرياضي يحول ويعيق التلاميذ على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية.

السؤال الثالث:

كيف ترى ميدان الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

| الإجابة | | | | السؤال 3 |
|---------|-----|------|------|---|
| المجموع | جيد | عادي | خطير | كيف ترى ميدان الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية ؟ |
| 180 | 30 | 83 | 67 | |
| %100 | %17 | %46 | %37 | |



- المراد من هذا السؤال هو معرفة مدى تأثير حالة الميادين في المؤسسات التعليمية على ممارسة التربية البدنية والرياضية.

تحليل الجدول الثالث:

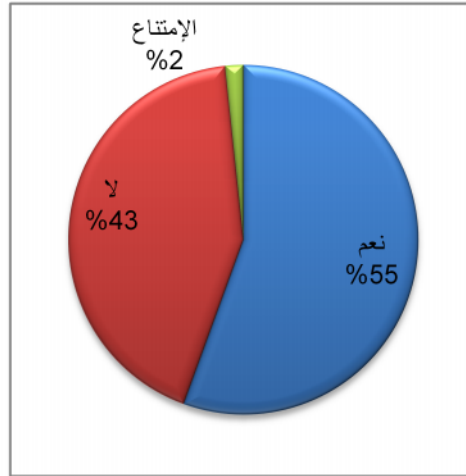
تبين من الجدول أن نسبة الإجابة بـ (خطير) كانت تمثل 37% والإجابة بـ (عادي) كانت تمثل 46% والإجابة بـ (جيد) كانت تمثل 17%.

ومن هذا نستنتج عدم ملائمة ميادين المؤسسات للتلاميذ إذا لم نقل خطيرة

السؤال الرابع:

هل هناك استغلال منطقي للعتاد الرياضي في المؤسسة التعليمية؟

| الإجابة | | | | السؤال 4 |
|---------|----------|-----|-----|--|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل هناك استغلال منطقي للعتاد الرياضي في المؤسسة؟ |
| 180 | 3 | 77 | 100 | |
| %100 | %2 | %43 | %55 | |



- المراد من السؤال هو معرفة هل هناك وجود كفاءة في استعمال الوسائل البيداغوجية

تحليل الجدول الرابع:

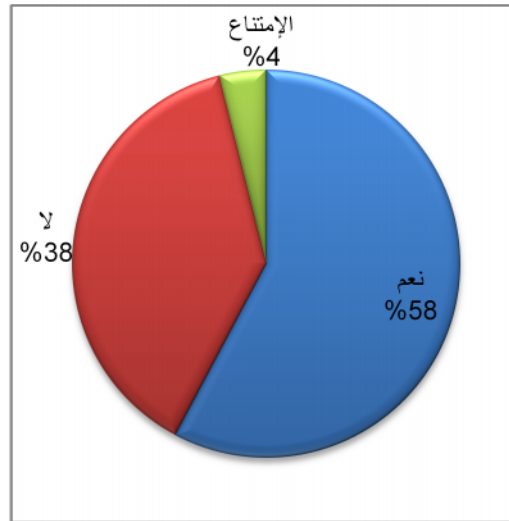
من خلال الجدول تبين لنا أن مجموعة لا يستهان بها والتي تقدر بـ 55% أجابت أن هناك إستغلال منطقي للوسائل الرياضية في حين أنه يوجد 43% أجابوا بسوء الاستغلال للوسائل وفي وجود أقلية قليلة جدا لم تصوت والتي تقدر بـ 2%.

نستنتج أنه يوجد نقص من حيث القدرة الجيدة على الإستغلال الحسن للوسائل البيداغوجية المتاحة في المؤسسات التعليمية.

السؤال الخامس:

هل لديكم قاعات تبديل الملابس؟

| الإجابة | | | | السؤال 5 |
|---------|----------|-----|-----|-------------------------------|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل لديكم قاعات تبديل الملابس؟ |
| 180 | 7 | 69 | 104 | |
| %100 | %4 | %38 | %58 | |



- القصد من هذا السؤال معرفة هل المؤسسة تعطي أهمية لأماكن تغيير الملابس الخاصة

للجنسين

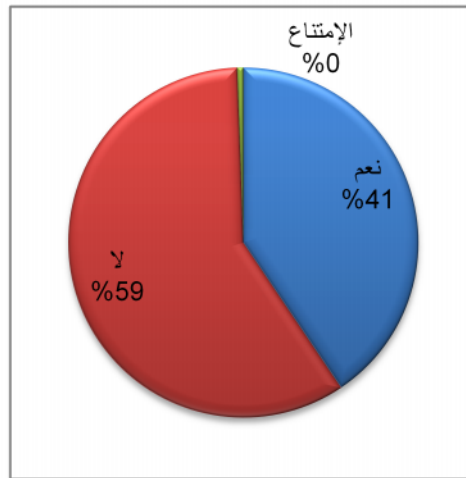
تحليل الجدول الخامس:

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول المسطر أعلاه والنسب المئوية التي تقدر بـ 58% من نسبة الإجمالية من التلاميذ أجابوا بأن هناك قاعات تغيير الملابس في حين 38% أجابوا بعدم وجود قاعة تغيير الملابس مع وجود 4% لم يجيبوا عن السؤال ومن هنا نستنتج أنه مع وجود قاعات لتغيير الملابس في المؤسسات إلا أنها ليست في كل المؤسسات وهذا تقصير في هذا الجانب لأنها أكثر من ضرورية

السؤال السادس:

هل تستطيع أن تمارس التربية البدنية والرياضية في الطقس الماطر؟

| الإجابة | | | | السؤال 6 |
|---------|----------|-----|-----|---|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل تستطيع أن تمارس (ت.ب.ر) في الطقس الماطر؟ |
| 180 | 1 | 106 | 73 | |
| %100 | %0.5 | %59 | %41 | |



- المراد من السؤال هو معرفة إذا كان من الإمكان ممارسة التربية البدنية والرياضية في

الشتاء الماطر

تحليل الجدول الرابع:

من خلال الجدول تبين لنا أن مجموعة لا يستهان بها والتي تقدر بـ 59% أجابت باستحالت مزاوله النشاط الرياضي في الجو الماطر فيحين أن 41% أجابوا بـ "نعم" مع وجود إنعدام لا يؤخذ بعين الاعتبار

ومنه نستنتج أنه يستحيل ممارسة التربية البدنية الرياضية في الشتاء الماطر في غياب وجود

قاعة مغطاة تحمي من المطر والرياح

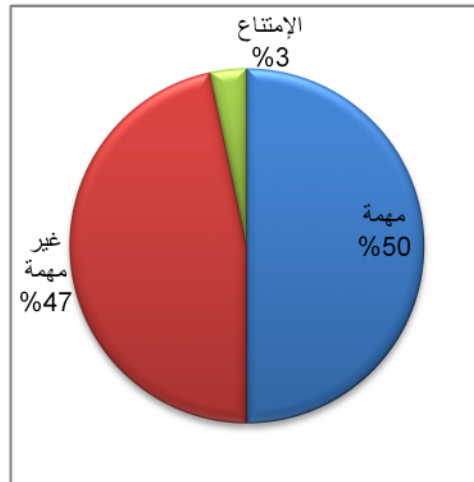
الفرضية الثالثة :

- معامل المادة المتدني له دور في عرقلة مزاولة حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول :

1- هل العلامة المتحصل عليها في مادة التربية البدنية والرياضية ترفع من المعدل الإجمالي؟

| الإجابة | | | | السؤال 1 |
|---------|----------|----------|------|---|
| المجموع | الامتناع | غير مهمة | مهمة | هل العلامة المتحصل عليها (ت.ب.ر) ترفع من المعدل الإجمالي؟ |
| 180 | 06 | 84 | 90 | |
| %100 | %03 | %47 | %50 | |



- القصد من هذا السؤال هو معرفة مدى وعي التلاميذ بأهمية العلامة المتحصل عليها في مادة التربية البدنية والرياضية

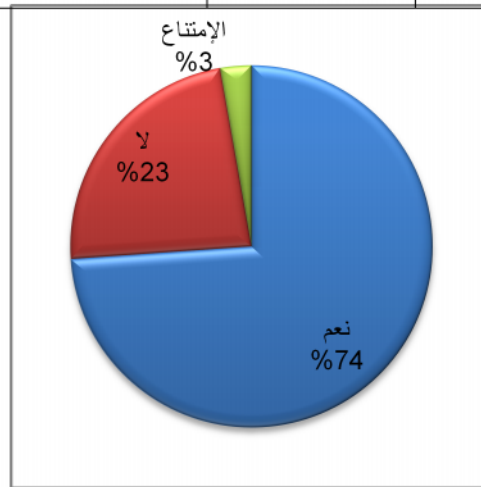
تحليل الجدول الأول:

من خلال النتائج المسطرة في الجدول والتي تعبر عن نصف التلاميذ يولون اهتمام للعلامة المعطاة في مادة التربية البدنية والرياضية ناهيك أن قرابة 50% لا يأنهون لها في حين أن 3% من التلاميذ امتنعت عن التصويت. ومنه نستنتج أنه مازال التلاميذ لا يعتبرون مادة التربية البدنية والرياضية كباقي المواد

السؤال الثاني:

هل للعلامة المتحصل عليها دور في ممارستك للتربية البدنية والرياضية؟

| الإجابة | | | | السؤال 2 |
|---------|----------|-----|-----|--|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل للعلامة المتحصل عليها دور في ممارستك للتربية البدنية والرياضية؟ |
| 180 | 5 | 42 | 133 | |
| %100 | %3 | %23 | %74 | |



- الغرض من هذا السؤال هو معرفة ما إذا كان للعلامة المرتفعة دور في التشجيع على ممارسة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية

تحليل الجدول الثاني:

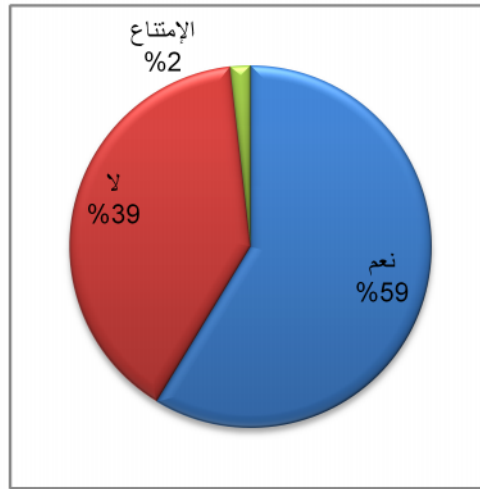
حسب الجدول المبين أعلاه فإن نسبة الإجابة بنعم" تمثل 74 % و التي كانت بتصويت 133 تلميذ ، أما الإجابة ب لا " تمثل 23 % أي ما يوافقها من تصويت بلغ 42 صوت ، كما بلغ الامتناع نسبة 3 % التي ما يقابلها 5 تلاميذ .

ومنه نستنتج أن أغلب التلاميذ تشجعهم العلامة المرتفعة لمادة التربية البدنية والرياضية فيحين توجد نسبة تقدر بالربع لا تهتمها معدل العلامة ولكن مع هذا فهي تزاوّل دروس التربية البدنية والرياضية وهذا لاختلاف تفكير التلاميذ وانطباعاتهم

السؤال الثالث

هل تشعر بالإحباط إذا ما تحصلت على علامة متدنية في مادة التربية البدنية والرياضية؟؟

| الإجابة | | | | السؤال 3 |
|---------|----------|-----|-----|---|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل تشعر بالإحباط إذا ما تحصلت على علامة متدنية في مادة (ت.ب.ر)؟ |
| 180 | 3 | 66 | 98 | |
| %100 | %2 | %39 | %59 | |



- القصد من هذا السؤال هو معرفة إذا كان للعلامة المتدنية تأثير على ممارسة التربية

البدنية والرياضية

تحليل الجدول الثالث:

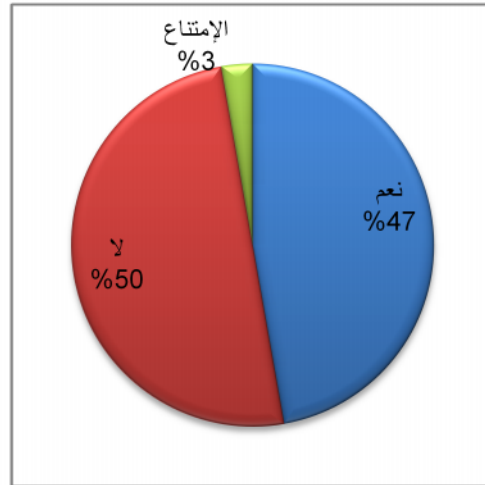
يرى بعض التلاميذ أن علامة التربية البدنية والرياضية مهمة وهذا ما يدفعه للإحباط إذا تحصل على علامة متدنية وتقدر نسبة هؤلاء بـ 59% في حين أن 66 من التلاميذ والذين يقدرون بـ 39% أجابوا بـ "لا" و 2% من التلاميذ امتنعوا عن التصويت.

ومنه نستنتج أن هناك أغلبية من التلاميذ لهم وعي بأهمية العلامة المتحصل عليها في مادة التربية البدنية والرياضية خاصة للدور الذي لعبته في المساعدة على نيل شهادة البكالوريوس. ونسبة لا يستهان بها لم تولي اهتماما بالعلامة المتدنية وهذا راجع للسن ونسبة النضوج العقلي وترتيب الأولويات.

السؤال الرابع:

- هل تعتبر معامل التربية البدنية والرياضية كاف ؟

| الإجابة | | | | السؤال 4 |
|---------|----------|-----|-----|---|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | - هل تعتبر معامل التربية البدنية والرياضية كاف؟؟ |
| 180 | 5 | 90 | 85 | |
| %100 | %3 | %50 | %47 | |



- القصد من هذا السؤال هو معرفة إذا كان للمعامل المتدني تأثير على ممارسة التربية

البدنية والرياضية

تحليل الجدول 04:

من خلال تحليل الجدول تبين لنا أن الغلبية والتي تمثل 90% صوتت بعدم كفاية المعامل
رغبة منها في الزيادة وأما 47% تعتبر أن معامل المادة كافي.

ومنه نستنتج أن معظم التلميذ يطمحون إلى زيادة معامل التربية البدنية والرياضية وهذا
بغية الرفع من المعدل الدراسي العام.

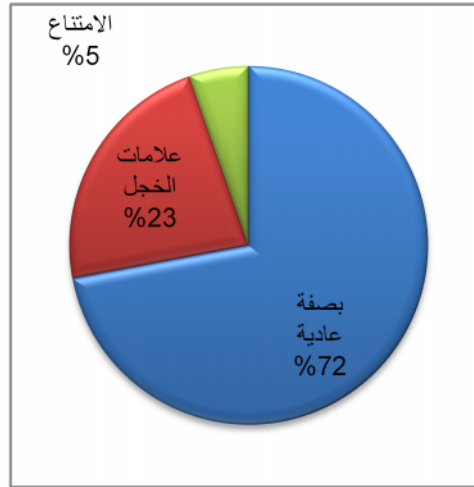
الفرضية الرابعة:

- يعتبر الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية معوقا

السؤال الأول:

إذا كان زميلك من الجنس الآخر أثناء التمرين هل تؤدي التمرين أم تظهر عليك علامات الخجل أم تمتنع عن القيام بالتمرين ؟

| الإجابة | | | | السؤال 1 |
|---------|---------------------|--------------|------------|---|
| المجموع | الامتناع عن التمرين | علامات الخجل | بصفة عادية | إذا كان زميلك من الجنس الآخر أثناء التمرين هل ؟ |
| 180 | 04 | 42 | 134 | |
| %100 | %5 | %23 | %72 | |



- الغرض من هذا السؤال هو معرفة العلاقة الموجودة بين الجنسين في حصة التربية البدنية والرياضية.

تحليل الجدول الأول :

نلاحظ من الجدول أن الإجابة بـ (بصفة عادية) كانت 72% والإجابة بـ (علامات

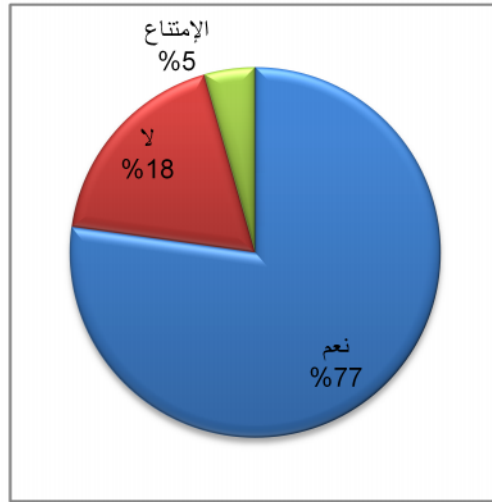
الخجل) كانت 23% وكانت الإجابة بـ (الامتناع عن التمرين) 5%.

ومنه نستنتج أن معظم التلاميذ لا يجدون صعوبة في الاحتكاك بالجنس الآخر في حصة التربية البدنية والرياضية . كما أنه هناك فئة قليلة تقوم بالتمارين بصفة غير عادية أي تظهر عليه علامات الخجل وهذا راجع إلى عقلية المراهقين في وقتنا الحاضر.

السؤال الثاني:

هل المناسب أن يكون صف ذكور وصف إناث في حصة التربية البدنية والرياضية؟

| الإجابة | | | | السؤال 2 |
|---------|----------|-----|-----|---|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل المناسب أن يكون صف ذكور وصف إناث في حصة التربية البدنية والرياضية؟ |
| 180 | 08 | 33 | 139 | |
| %100 | %05 | %18 | %77 | |



- المراد من هذا السؤال هو معرفة مدى قابلية التلاميذ للإختلاط

تحليل الجدول الثاني:

نلاحظ من الجدول أن نسبة الإجابة بنعم كانت 77% والإجابة ب لا 18% والامتناع ب

5%.

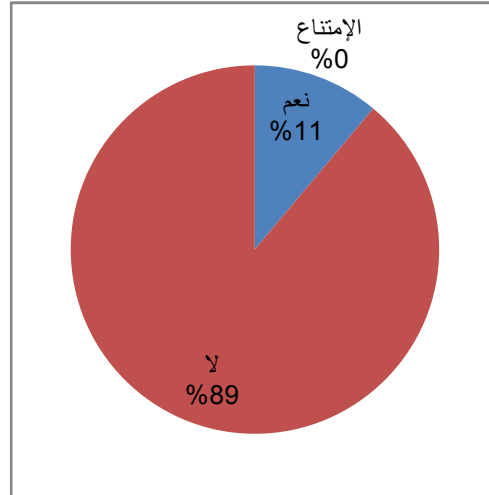
ونستنتج أن التلاميذ يعتبرون أن الإختلاط عائق في حصة التربية البدنية والرياضية ومن

إجابات التلاميذ على السؤال يرون أنه لو كان فوج ذكور وفوج إناث لكانت المبادرة أكثر.

السؤال الثالث:

هل تجد صعوبة في ممارسة التربية البدنية والرياضية مع الجنس الآخر؟

| الإجابة | | | | السؤال 3 |
|---------|----------|-----|-----|--|
| المجموع | الامتناع | لا | نعم | هل تجد صعوبة في ممارسة التربية البدنية والرياضية مع الجنس الآخر؟ |
| 180 | 0 | 160 | 20 | |
| %100 | %0 | %89 | %11 | |



- الغرض من هذا السؤال معرفة التلميذ وكيفية تعامله مع الجنس الآخر في حصة التربية البدنية والرياضية.

تحليل الجدول الثالث:

نلاحظ من الجدول أن النسبة 78% كانت بنعم و 22% فقط كانت ب لا ونسبة 0%

إمتناع.

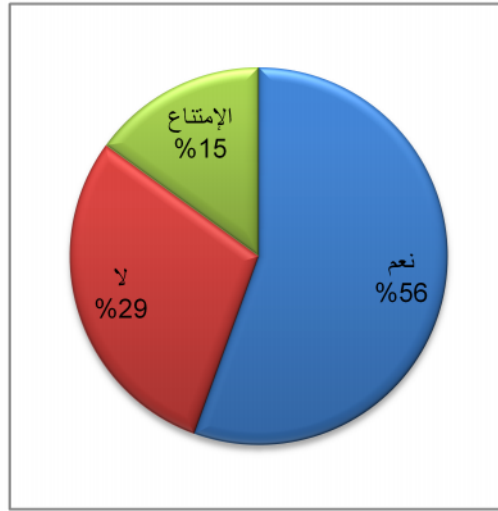
وهذا ما يجعلنا نستنتج أن التلاميذ لا يجدون صعوبة في التعامل مع الجنس الآخر خلال

حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الرابع:

هناك تمييز من طرف الأستاذ في تعامله مع الجنسين ؟

| الإجابة | | | | السؤال 4 |
|---------|--------|-----|-----|--|
| المجموع | إمتناع | لا | نعم | هل هناك تمييز من طرف الأستاذ في تعامله مع الجنسين؟ |
| 180 | 27 | 53 | 100 | |
| %100 | 15% | %29 | %56 | |



- القصد من هذا السؤال هو معرفة شعور التلميذ تجاه تعامله مع الجنس الآخر

تحليل الجدول الرابع:

يبين لنا الجدول أعلاه، التلاميذ الذين أجابوا بـ"نعم" والذين هم 100 تلميذ ويشكلون نسبة 56% يظهرون أن المعلم يميز بينهم وبين الجنس الآخر وهم أغلبية إذا ما قورنوا بنسبة الإجابة بـ"لا" والتي تقدر بـ29%، فيحين يلاحظ أن نسبة الامتناع عالية نوعا ما والتي تقدر بـ15% ربما لحساسية السؤال بالنسبة للتلاميذ.

ومنه نستنتج: أن هناك تمييز من طرف المعلمين بين الجنسين لاحتمايين:

- إما لعقلية بعض الأساتذة

- وإما تفريق بينهم للأخذ بعين الاعتبار للفوارق الفيزيولوجية.

مقابلة النتائج بالفرضيات:

الفرضية الأولى:

على ضوء الفرضية المطروحة تبين أن الأسرة تلعب دورا بالغ الأهمية في دفع التلميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية إما عن طريق تقليد الوالدين اللذان يمارسان النشاط البدني او عن طريق الحث على ممارسة ومن خلال مطابقة النتائج المتحصل عليها بالفرضيات تبين لنا أن الفرضية الأولى قد تحققت

الفرضية الثانية:

من خلال الأسئلة المطروحة توضح لنا أن نقص المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية، لها دور كبير في عرقلت السير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية وتحد من إقبال التلاميذ إليها لأنها تفتقر للعتاد والوسائل البيداغوجية التي بدونها تصبح حصة التربية البدنية والرياضية لا معنى لها بالنسبة للتلميذ لأنه لا يجد ضالته فيها وهي الغاية الترويحية .

الفرضية الثالثة:

من خلال مقابلة النتائج بالفرضية وجدنا أن لمعامل المادة المتدني له دور في عرقلة حصة التربية البدنية والرياضية لأنه لو رفعنا من معامل التربية البدنية والرياضية كان مشجعا لمن لم يكن له ميول اتجاه الحصة ومنه تكون الفرضية الثالثة تحققت نسبيا.

الفرضية الرابعة:

ومن النتائج المتحصل عليها من الفرضية المتعلقة بالاختلاط والتي تتزامن وفترة المراهقة التي يشعر فيها التلميذ بنوع من الرجولة في حين أن للبنات نفس الشعور بالأنوثة وعليه يحدث نوع من الحساسية تجاه بعضهم البعض لذا يجب على المربي أن يراعي هذه الفترة بالذات مراعاة مع الله ومع نفسه حتى يبرأ ذمته ويطمئن في قرارات نفسه بأنه أدى ما عليه، وحتى يكون هنالك إنسجام بين التلاميذ ويكون تحقيق الأهداف المسطرة.

الإستنتاج العام للإستبيان:

في ضوء الفرضيات السابقة ومن خلال تحليلنا للنتائج المتعلقة بالاستبيان والذي ضم مجموعة من الأسئلة، وصلنا إلى إثبات صحة فرضياتنا العامة والتي تصب في قالب واحد وهو التلميذ وما هي دوافعه وما هي معيقاته عن ممارسة التربية البدنية في المؤسسات التربوية.

فتبين أن لكل من المؤثرات الأولية والثانوية، المباشرة وغير مباشرة لها دور في إقبال أو عزوف التلميذ عن ممارسة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

وإن أكبر مؤثر بالإيجاب أو بالسلب هو الأستاذ فهو الذي له اليد العليا في هذه العملية البيداغوجية لذا تقع على كاهله مسؤولية التلميذ بالدرجة الأولى، فلا بد أن لا يندى له جبين ولا تفتر له عزيمة وأن يسعى جاهدا في تحقيق مراده وهو الأخذ بيدي التلميذ إلى بر النجاح.

وكذا المنشآت الرياضية ومرافقها تعتبر مشكلا حقيقيا يجب النظر إليه من طرف المسؤولين ومحولة إيجاد حلول تخدم التلميذ وتسهل على الأستاذ مهامه.

ولا يفوتنا ذكر الأسرة فهي مثل النور الذي ينير درب التلميذ، فيجب الحرص على توعية الوالدين وخاصة كبار السن، وغرس فيهما ثقافة الرياضة ناهيك أن ديننا الحنيف يوصي بالرياضة مصداقا قول نبينا الكريم صلى الله عليه وسلم : " علموا أبنائكم السباحة والرمية وركوب الخيل"

الإقتراحات:

تبعاً للنتائج المتحصل عليها في دراستنا للمعوقات والدوافع لممارسة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية ووقفنا على واقعها الحقيقي والأسباب التي أدت إلى ظهورها، وإبراز أهمية هذه المادة ومحاولة جعلها تؤدي الدور المنوط بها والوصول إلى تحقيق الأهداف المسطرة لها.

وعليه قدمنا بعض الإقتراحات علا وعسى أن تجد أذانا صاغية:

- توعية أولياء التلاميذ بأهمية المادة في البرنامج السنوي وذلك من خلال عقد ندوات دراسية يحضرها أولياء التلاميذ في بداية كل موسم.

- توفير الإمكانيات البيداغوجية والميادين والعتاد الرياضي والأجهزة، وهذا كله لتسهيل الممارسة الرياضية مع زيادة الحجم الساعي لهذه المادة خلال الأسبوع لتحقيق الأهداف المسطرة لها من تنمية كاملة للتلاميذ.

- على أستاذ التربية البدنية الرياضية أن يقوم بدوره إتجاه التلاميذ وأن يكون ذو شخصية متفتحة وغنية بالمعارف النظرية و ذو ثقافة عامة واسعة.

الخاتمة:

وصلنا والحمد لله إلى نهاية بحثنا، وهذا بعد بذل جهد جهيد من العمل والبحث والتحليل، ومن خلال دراستنا لهذا الموضوع والإلمام ببعض جوانبه، فبالرغم من تطور هذه المادة في الآونة الأخيرة إلا أنها مازالت تعاني من عدة مشاكل، وعراقيل تحول دون ممارسة التلميذ لحصة التربية البدنية والرياضية وتعرقل الأستاذ في أداء مهمته. يمكننا القول أنه لا بد من دراسة هذه الأخيرة دراسة جيدة ومعقدة من ذوي الخبرة والاختصاص والتي يجب أن تأخذ حظا وافرا من الاهتمام والجدية.

فممارسة التربية البدنية والرياضية تلعب دورا كبيرا في حياة الإنسان بصفة عامة، والمراهقين بصفة خاصة، وعلى هذا الأساس فمن الواجب أن نوفيها حقا كاملاً من الاهتمام، وهذا بتوفير لها المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية اللازمة لها داخل المدارس والمؤسسات التربوية حتى يتمكن التلميذ من ممارسة التربية البدنية والرياضية ويكون هنالك إقبال كبير لتحرير شحنتهم النفسية والتخلص منها و حتى يسهل على الأستاذ أداء حصة التربية البدنية والرياضية ويكون هناك انسجام بينه وبين التلاميذ.

وفي الأخير نرجو أن نكون قد وفقنا في مجهودنا المتواضع وأن يكون فاتحة خير لنا إلى بحوث أخرى أكثر جدية ومثابرة.

تم بحمد الله

1الفرضية الأولى:

- للمحيط الأسري دور في دفع التلميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية.

1- هل يشجعك والداك على ممارسة التربية البدنية والرياضية ؟

نعم لا امتناع

2- هل يوجد في أسرتك من يمارس النشاط الرياضي ؟

نعم لا امتناع

3- هل يشاهد والديك البرامج الرياضية؟

نعم لا امتناع

4- هل يمارس والديك النشاط الرياضي؟

نعم لا امتناع

5- هل تعتقد أن التشجيع الأسري راجع للمستوى الفكري للوالدين؟

نعم لا امتناع

6- كيف تنتظر أسرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

مفيدة غير مفيدة

-الفرضية الثانية:2-

- نقص المنشآت الرياضية له تأثير سلبي على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

1- هل لديكم مرش خاص بكم في مؤسستكم؟

نعم لا امتناع

2- هل نقص المنشآت الرياضية والعتاد يحول دون ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

نعم لا امتناع

3- كيف ترى ميدان الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

خطير عادي جيد

4- هل هناك إستغلال منطقي للعتاد الرياضي في المؤسسة _____ ؟

نعم لا امتناع

5- هل لديكم قاعات تبديل الملابس؟

نعم لا امتناع

6- هل تستطيع أن تمارس التربية البدنية والرياضية في الطقس الماطر؟

نعم لا امتناع

3-الفرضية الثالثة

- معامل المادة المتدني له دور في عرقله مزاولة حصة التربية البدنية والرياضية.

1- هل العلامة المتحصل عليها في مادة التربية البدنية والرياضية ترفع من المعدل الإجمالي؟

نعم لا امتناع

2- هل للعلامة المتحصل عليها دور في ممارستك للتربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

3- هل تشعر بالإحباط إذا ما تحصلت على علامة متدنية في مادة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

4- هل تعتبر معامل التربية البدنية والرياضية كاف؟

نعم لا امتناع

4-الفرضية الرابعة

- يعتبر الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية معوقا.

1- إذا كان زميلك من الجنس الآخر أثناء التمرين هل ؟

تقوم بالتمرين بصفة عادية تظهر عليك علامات الخجل تمتنع عن القيام بالتمرين

2- في رأيك هل المناسب أن يكون صف ذكور وصف إناث في حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا امتناع

3- هل تجد صعوبة في ممارسة التربية البدنية والرياضية مع الجنس الآخر ؟

نعم لا امتناع

4- هل هناك تمييز من طرف الأستاذ في تعامله مع الجنسين؟

نعم لا امتناع

قائمة المراجع:

1- قائمة المعاجم:

جبران مسعود- معجم الفدائي في اللغة والإعلام الرائد- دار العلم للملايين- ط 2005- ص 1591.

علي بن هادية- قاموس المدرسي للمؤسسة الوطنية للكتاب- الجزائر 1991.

2- قائمة الكتب:

- عبد الحميد شرف- تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية – مركز الكتاب للنشر- القاهرة – الطبعة الأولى – سنة 2000م.

- مكارم حلمي أبو هرجة – مدخل التربية الرياضية – الطبعة الأولى – سنة 2002م.

- أنجيلا ميسي – التربية الحديثة – ترجمة علي شاهين – منشورات عديدة – بيروت – سنة 1982م.

- رابح تركي – أصول التربية والتعليم – ديوان المطبوعات الجامعية – الطبعة الثانية – الجزائر – سنة 1990م.

- عصام الدين متولي عبد الله – مدخل في أسس التربية الرياضية – دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر – الطبعة الأولى – سنة 2008م.

- الدكتور/ أمين أنور الخولي – أصول التربية البدنية والرياضية – المدخل- التاريخ- الفلسفة- دار الفكر العربي – سنة 2005م.

- رابح تركي – مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس- المؤسسة الوطنية للكتاب – الجزائر – سنة 1984م.

- أحمد مختار عضاضة - التربية العلمية والتطبيقية في المدارس العراقية التكميلية- مؤسسة الشرق الأوسط للطبع والنشر- الطبعة الثالثة – سنة 1968.

- محمد عطية الأبراشي – روح التربية والتعليم – دار الفكر العربي – القاهرة – سنة 1993م.

- بوفلجة غياث – أهداف التربية وطرق تحقيقها – ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر- سنة 1989م.

- إسماعيل علي سعيد- مدخل إلى علوم التربية – عالم الكتاب- الطبعة الأولى- سنة 1981م.
- أسامة كامل راتب وآخرون – النمو والدافعية – دار الفكر العربي – القاهرة –سنة 1999م.
- نزار الطالب – مبادئ علم النفس الرياضي – مطبعة الشعب – بغداد العراق- سنة 1976م.
- محمد حسن علاوي – علم النفس الرياضي – القاهرة – الطبعة الثامنة – سنة 1992م.
- ميخائيل إبراهيم أسعد – مشكلات الطفولة والمراهقة – دار الأفاق الجديدة - بيروت – الطبعة الثانية- سنة 1991م.
- ترجمة الدكتور عبد العلي الجسماني – سيكولوجية الطفل والمراهقة – الدار العربية للعلوم – بيروت – الطبعة الأولى – سنة 1994م.
- فؤاد البهي السيد – الأسس النفسية للنمو – دار الفكر العربي – القاهرة – سنة 1975م.
- مالك سليمان مخول – علم النفس والمراهقة – المطبعة الجديدة – دمشق – الطبعة الثانية- سنة 1985م.
- عبد الرحمان عيشاوي – الصحة النفسية والعقلية – دار النهضة العربية للطباعة والنشر- دون طبعة- سنة 1992م.
- ميخائيل خليل معوض – مشكلات المراهقين في المدن والريف – دار المعارف – القاهرة – دون طبعة – سنة 1975م.
- محمد رفعت – المراهقة وسن البلوغ – دار المعارف للطباعة والنشر – بيروت – سنة 1974م.

3- المجالات:

- طلعة منور وآخرون - دافعية الإنجاز وقياسها - المكتبة الأنجلو مصرية - القاهرة - المجلة الثانية- سنة 1999م.

- نصر الدين إبرادي - مشاكل المراهقة - مجلة التكوين والتربية - العدد الثالث - سنة 1973م.

4- المذكرات:

- جراف سمير وآخرون - إشراف مرتاب محمد - مذكرة ليسانس - دور المتابعة الطبية في السير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية - جامعة متورى قسنطينة - دفعة 2008م.

- نور الدين بوسليمانى وآخرون - مذكرة ليسانس - الرياضة والأمراض العصبية - جامعة الجزائر - سنة 1999م.

- بوشير عبد العالي وآخرون - إشراف نفاذ محمد - مذكرة ليسانس - دور حصة التربية البدنية والرياضية بناء روح الجماعة بين التلاميذ في المرحلة الثانوية - جامعة الحاج لخضر باتنة - سنة 2009م.

- رحمانى قدور وآخرون - مذكرة ليسانس- دراسة ميدانية لاسباب عزوف تلاميذ الطور الثال عن ممارسة التربية البدنية والرياضية - سنة 2003-2004م.

- الطيب صائش وآخرون - مذكرة ليسانس - دوافع عزوف بعض الطلبة الجامعيين عن ممارسة النشاط البدني الرياضي في الوسط الجامعي - جامعة دالي إبراهيم - سنة 2006- 2007م.

الفهرس

تشكرات 2.....
الإهداءات Erreur ! Signet non défini.

عام الفصل التمهيدي

- 7 مقدمة:
8 الإشكالية:
9 الأسئلة الجزئية:
9 الفرضيات الجزئية:
10 أهمية البحث :
10 أهداف البحث:
10 أسباب إختيار الموضوع:
10 الدراسات السابقة:
11 صعوبات البحث:

الجانب النظري

الفصل الأول التربية البدنية والرياضية مفهومها ودورها في المؤسسات التربوية

- 14 1- تمهيد :
15 2- نبذة تاريخية حول تطور التربية البدنية والرياضية:
15 1-2- المرحلة الأولى:
15 2-2- المرحلة الثانية:
16 3-2- المرحلة الثالثة:
16 4-2- المرحلة الرابعة:
16 3- مفهوم التربية البدنية والرياضية:
17 1-3- النظرة القديمة للتربية:
17 2-3- النظرة الحديثة للتربية:
18 3-3- النظرة القديمة للتربية البدنية والرياضية:
19 4-3- النظرة الحديثة للتربية البدنية والرياضية:
19 5-3- كثرة تداول كلمة التربية بين الناس:
19 6-3- معنى التربية:
20 7-3- مفهوم التربية:
20 8-3- مفهوم التربية البدنية والرياضية:
22 4- تعريف التربية البدنية والرياضية:
22 1-4- تعريف التربية:
22 1-1-4- تعريف التربية لغة:
23 1-1-2- تعريف التربة اصطلاحا:

| | |
|--|---|
| 23 | 2-4 اختلاف بعض الفلاسفة والمربون في تعريف التربية: |
| 23 | 1-2-4- التربية في نظر أفلاطون: |
| 23 | 2-2-4- التربية في نظر أرسطو: |
| 23 | 3-2-4- التربية في نظر كانت: |
| 23 | 4-2-4- التربية في نظر جون ديوي: |
| 24 | 5-2-4- التربية في نظر هيل: |
| 24 | 6-2-4- التربية في نظر بستالوزي: |
| 24 | 7-2-4- التربية في نظر هربرت سينسر: |
| 24 | 8-2-4- التربية في نظر جون ديوي: |
| 24 | 3-4- تعريف التربية عند علماء التربية الحديثة: |
| 24 | 1-3-4- التعريف الأول: |
| 24 | 2-3-4- التعريف الثاني: |
| 25 | 5- تعريف التربية البدنية والرياضية: |
| 26 | 6- أهداف التربية: |
| 27 | 7- أهداف التربية البدنية والرياضية: |
| 29 | 8- أهداف التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي: |
| 29 | 9- أهمية التربية: |
| 30 | 10- أهمية التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي: |
| 30 | 11- علاقة التربية العامة بالتربية البدنية والرياضية: |
| 31 | الخلاصة: |
| الفصل الثاني دافعية التلاميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية | |
| 33 | 1- التمهيد: |
| 34 | 2 - مفهوم الدافعية: |
| 35 | 3- عملية الدافعية: |
| 35 | 4 - أهمية الدافعية: |
| 37 | 5-أنواع الدوافع: |
| 37 | 1-5- الدوافع الأولية: |
| 37 | 2-5- الدوافع الثانوية: |
| 38 | 6- خصائص ودوافع النشاط الرياضي: |
| 38 | 1-6- قوة الدافع: |
| 38 | 7-الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي: |
| 38 | 1-7-الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي: |
| 39 | 2-7-الدوافع الغير المباشرة للنشاط الرياضي: |
| 39 | 8 -الدوافع المتعلقة: |

| | |
|----|--|
| 40 | 9- وظيفة الدافعية: |
| 40 | 1-9 الوظيفة التوجيهية: |
| 41 | 2-9 الوظيفة التنشيطية : |
| 41 | 10- العوامل النفسية والاجتماعية الدافعة لممارسة التربية البدنية والرياضية: |
| 41 | 1-10 عوامل مرتبطة بالمرهق نفسه: |
| 42 | 10-2 عوامل مستقلة بالمدرسة أو المحيط: |
| 44 | الخلاصة: |

الفصل الثالث مصادر المعوقات لمادة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية

| | |
|----|---|
| 46 | 1-التمهيد: |
| 47 | 2- تعريف المعوقات: |
| 47 | 1-2 المعوقات لغة: |
| 47 | 2-2 المعوقات اصطلاحا: |
| 48 | 3- معوقات التربية البدنية والرياضية: |
| 48 | 1-3 الأستاذ الناجح: |
| 48 | 2-3 أستاذ التربية البدنية والرياضية : |
| 49 | 3-3 تأثير سوء البرمجة في حصة التربية البدنية والرياضية: |
| 49 | 4-3 تأثير نقص الوسائل والعتاد الرياضي بالمؤسسة المدرسية: |
| 50 | 3-5 العامل الصحي: |
| 50 | 3-5-1 المرض: |
| 50 | 3-6- الإعفاء: |
| 50 | 3-6-1 تسهيل عملية الإعفاء في حصة التربية البدنية والرياضية: |
| 51 | 3-7- الأسباب النفسية : |
| 52 | 3-8- الأسباب الاجتماعية : |
| 54 | 3-9-الاختلاط: |
| 55 | الخلاصة: |

الفصل الرابع مفهوم المراهقة ومختلف مراحلها

| | |
|----|-------------------------------|
| 57 | 1- تمهيد: |
| 58 | 2- تعريف المراهقة: |
| 58 | 3-أهمية مرحلة المراهقة: |
| 59 | 4-أنواع المراهقة: |
| 60 | 5-خصائص المراهقة: |
| 60 | 5-1-الخصائص الجسمية: |
| 60 | 5-2-الخصائص الحركية: |
| 61 | 5-3- الخصائص العقلية: |

| | |
|----|---|
| 62 | 4-5- الخصائص النفسية: |
| 62 | 5-5- الخصائص الانفعالية: |
| 62 | 6-5- الخصائص الاجتماعية: |
| 63 | 6- مشاكل المراهقة: |
| 63 | 1-6- المشاكل النفسية: |
| 63 | 2-6- المشاكل الانفعالية: |
| 64 | 3-6- المشاكل الجنسية: |
| 64 | 4-6- المشاكل الصحية: |
| 64 | 5-6- المشاكل الاجتماعية: |
| 66 | 7- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق: |
| 67 | الخلاصة: |

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس منهجية البحث

| | |
|----|-------------------------|
| 70 | 1- تمهيد: |
| 71 | 2- عينة البحث: |
| 71 | 3- مجالات البحث: |
| 71 | 1-3- المجال البشري: |
| 71 | 2-3- المجال المكاني: |
| 71 | 3-3- المجال الزمني: |
| 72 | 4- أدوات البحث: |
| 72 | 5- الدراسة الاستطلاعية: |
| 73 | 6- تقنيات البحث: |
| 73 | 1- الاستبيان: |
| 73 | 2- الأسئلة المغلقة: |
| 73 | 7- الطريقة الإحصائية: |
| 74 | الخلاصة: |

الفصل السادس عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان

| | |
|-----|----------------------------|
| 100 | مقابلة النتائج بالفرضيات: |
| 101 | الإستنتاج العام للإستبيان: |
| 102 | الإقتراحات: |
| 103 | الخاتمة: |
| 108 | قائمة المراجع: |