

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة - خميس - مليانة

كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية قسم التربية البدنية و الرياضية

مذكرة لنيل شهادة ماستر في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية  
تخصص: علم النشاط البدني الرياضي التربوي.

الموضوع:

أثر النشاط البدني الرياضي اللاصفي في التخفيف من السلوك  
لدى التلاميذ المراهقين.

دراسة ميدانية على تلاميذ المرحلة الثانوية (15-18) ولاية عين الدفلى.

إشراف الأستاذ الدكتور:

\* مداني محمد

إعداد الطالبتان:

+ تلمات ياسمين.

+ راحو خيرة.

السنة الجامعية: 2014/2013.

# كلمة شكر

نحمد الله عزّ وجل ونشكره على توفيقنا لإنجاز هذا  
العمل ونقدم الشكر الكبير إلى الدكتور "مداني"  
وذلك على الجهود التي بذلها وعلى  
العرفان والجميل الذي قدمه لنا بأن أشرف علينا  
وقدم لنا النصائح.

كما لا نفوت الفرصة بتقديم أسمى عبارات شكر  
وخالص الاحترام لكل أساتذتنا الكرام .  
وإلى كل من ساعدنا في إنجاز بحثنا هذا.

- شكرا -

الحمد لله و نستعينه على إتمام هذا العمل، و الصلاة و السلام على

أشرف المرسلين محمد صلى الله عليه و سلم.

و بعد:

أهدي عملي هذا إلى منبع الحنان و بهجة حياتي إلى أُمي الغالية.

إلى أبي العزيز أطل الله عمره.

إلى من كانت سندي في عملي هذا و ساعدي الأيمن ياسمين

إلى كل عائلتي.حفظهم الله.

و إلى كل من نسرين و شقيقتها آمال.

و إلى الدكتور "مداني محمد"

و الحمد لله على كل شيء.ع.

عبدالله

الحمد لله و نستعينه على إتمام هذا العمل، و الصلاة و السلام على

أشرف المرسلين محمد صلى الله عليه و سلم.

و بعد:

أهدي عملي هذا إلى منبع الحنان و بهجة حياتي إلى أُمي الغالية.

إلى أبي العزيز أطال الله عمره.

إلى من كانت سندي في عملي هذا و ساعدي الأيمن خيرة.

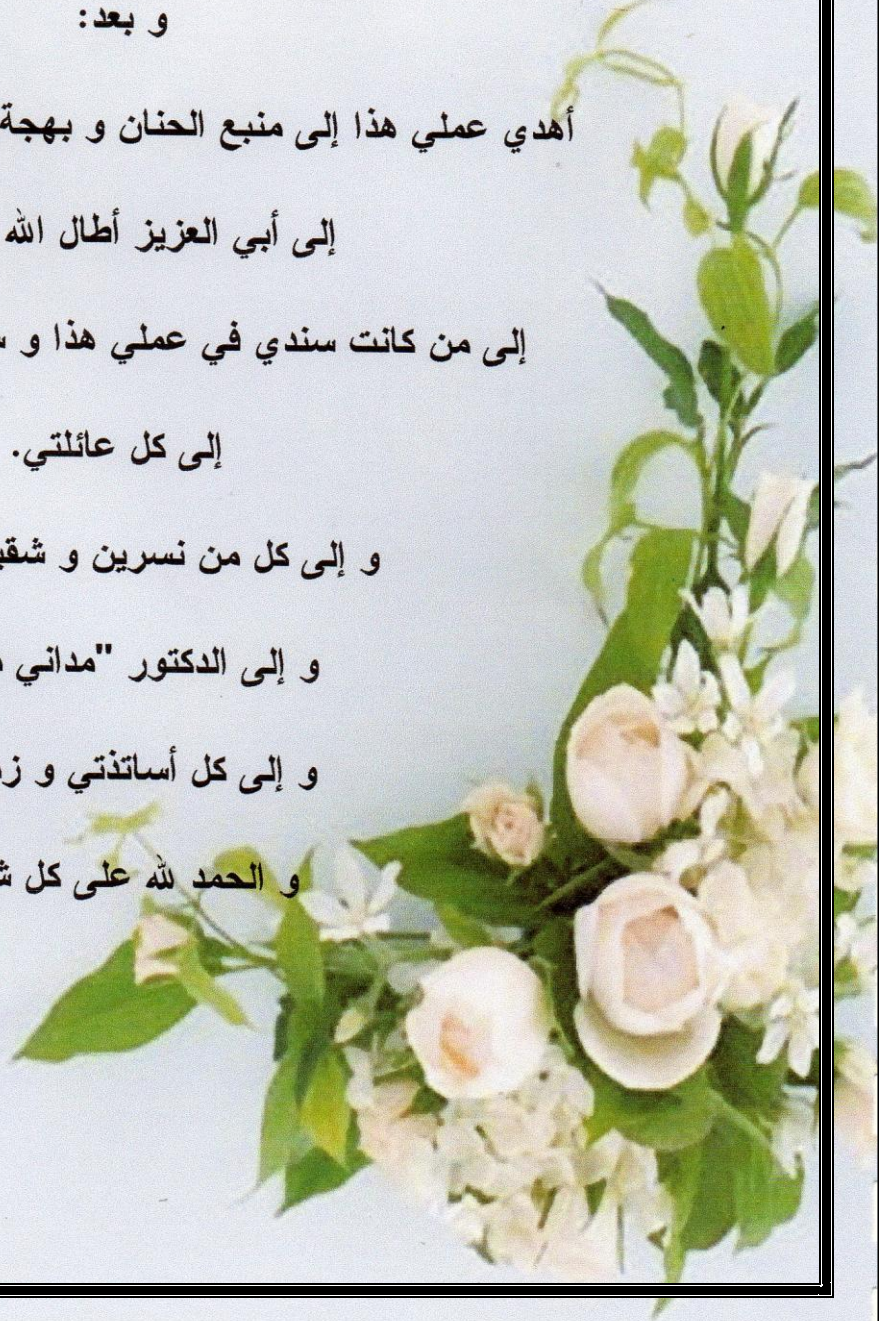
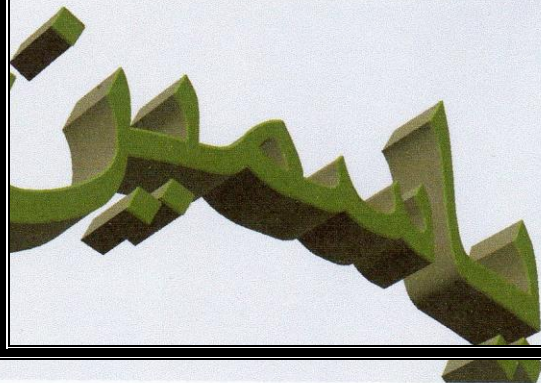
إلى كل عائلتي.

و إلى كل من نسرين و شقيقتها أمال.

و إلى الدكتور "مداني محمد"

و إلى كل أساتذتي و زملائي.

و الحمد لله على كل شيء.



الموضوع الصفحة

2	كلمة شكر
3	الإهداء
5	الفهرس
13	قائمة الأشكال والجداول
14	الباب الأول: الجانب التمهيدي
15	مقدمة
16	2/ إشكالية البحث
16	3/ الفرضيات
17	4/ أهمية البحث
17	5/ أهداف البحث
18	6/ أسباب اختيار البحث
18	6/1 أسباب ذاتية
18	6/2 أسباب موضوعية
18	7/ تحديد المفاهيم والمصطلحات
18	7/1 تعريف التربية
19	7/2 التربية البدنية والرياضية
19	7/3 الأنشطة اللاصفية
19	7/4 السلوك العدواني
19	7/5 العدوان الجسدي
20	7/6 العدوان اللفظي
20	7/7 العدوان غير المباشر
20	7/8 الغضب
20	8/ الدراسات السابقة

25	الباب الثاني: الجانب النظري
26	الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية.
27	مقدمة
28	2/ مفهوم التربية البدنية
29	3/ التربية البدنية والرياضية
29	4/ التفسيرات الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية
30	1/4 نظرية الطاقة الزائدة (سبانسر تشيلر)
30	2/4 نظرية الترويح (غوتس ماتس)
31	3/4 نظرية الميراث ستانلي هول
31	5/ التصور الاجتماعي المعاصر للتربية البدنية والرياضية
32	1/5 النظرية الوظيفية (FUNCTIONALIST)
32	1/1/5 ضبط التوتر
33	2/1/5 التكامل الاجتماعي
34	3/1/5 تحديد الهدف
34	2/5 نظرية الصراع
35	1/2/5 التحكم
35	2/2/5 التحويل
36	3/2/5 العنصرية
36	6 أهمية التربية البدنية والرياضية
37	1/6 تنمية القدرات والمهارات الحركية
38	2/6 التنمية الاجتماعية
39	3/6 تنمية القدرات المعرفية
39	4/6 من الناحية النفسية
40	7 درس التربية البدنية والرياضية
40	1/7 واجبات درس التربية البدنية

41	2/7 بناء درس التربية البدنية
41	8/أهداف التربية البدنية والرياضية
43	9/الدوافع المرتبطة بممارسة النشاط البدني الرياضي
44	10/العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع الفرد للإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي
44	1/10 الدوافع المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي
45	2/10 الدوافع الغير المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي
45	11/مشكلات التربية البدنية والرياضية
46	12/مكانة التربية البدنية والرياضية
47	خلاصة
48	الفصل الثاني: الأنشطة اللاصفية
49	تمهيد
50	2/الأنشطة اللاصفية
50	3/أنواع الأنشطة الرياضية اللاصفية
50	1/3 النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
52	1/1/3 أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
52	2/1/3 أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
53	3/1/3 أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
53	4/1/3 واجبات المدرس نحو النشاط اللاصفي الداخلي
53	2/3 النشاط اللاصفي الخارجي
55	1/2/3 أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
55	2/2/3 أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
57	3/2/3 أسس إعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
58	4/2/3 أهداف النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
58	5/2/3 واجب المدرس اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي
59	6/2/3 مميزات النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
59	7/2/3 الفرق الرياضية المدرسية

- 60 8/2/3 طرائق اختيار الفرق الرياضية المدرسية
- 61 1/8/2/3 العملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية
- 62 2/8/2/3 اشتراك الفرق المدرسية في المنافسات الرياضية
- 63 9/2/3 معوقات النشاط الرياضي اللاصفي
- 64 خلاصة
- 65 الفصل الثالث: السلوك العدواني عند الرياضي
- 66 مدخل
- 67 2/ مفهوم العدوان في الرياضة
- 67 1/2/ أنواع العدوان الرياضي
- 67 1/1/2/ العدوان العدائي
- 68 2/1/2/ العدوان الوسيطي
- 68 3/1/2/ السلوك العدواني الجازم (الإيجابي)
- 71 3/ العدوان كسمة وكحالة
- 71 1/3/ العدوان كحالة
- 71 2/3/ العدوان كسمة
- 71 4/ نظريات السلوك العدواني الرياضي
- 71 1/4/ نظرية الإحباط
- 72 2/4/ نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة)
- 73 3/4/ نظرية التعلم الاجتماعي
- 74 5/ العوامل المثيرة للعدوان
- 74 1/5/ الإحباط
- 74 2/5/ الشعور بالألم
- 74 3/5/ المهاجمة أو الإهانة الشخصية
- 74 4/5/ الشعور بعدم الراحة
- 75 6/ أسباب السلوك العدواني في الرياضة
- 75 1/6/ أسباب مرتبطة بخصائص المنافسة الرياضية



75 2/6 عوامل مرتبطة بخصائص الأنشطة الرياضية

77 خلاصة

78 الفصل الرابع: المراهقة

79 تمهيد

80 2/ مفهوم المراهقة

81 3/ أنواع المراهقة

82 1/3 المراهقة المتكيفة

82 2/3 المراهقة الإسحابية (المنطوية)

82 3/3 المراهقة العدوانية

82 4/3 المراهقة الجانحة

82 4/ أزمة المراهقة

83 5/ أشكال أزمة المراهقة

83 6/ العوامل النفسية الاجتماعية لأزمة المراهقة

84 1/6 تأكيدات الذات

84 2/6 البحث عن الأصالة

84 3/6 البحث عن الهوية

84 7/ العوامل المعرفية

85 8/ مشاكل المراهقة

85 1/8 المشاكل النفسية

85 2/8 المشكلات الانفعالية

85 3/8 المشاكل الاجتماعية

86 4/8 الأسرة كمصدر للسلطة

86 5/8 المدرسة كمصدر للسلطة

86 6/8 المجتمع كمصدر للسلطة

86 7/8 مشكلة الرغبات الجنسية

87 8/8 المشاكل الصحية

87	9/8 النزعة العدوانية
88	9/خصائص ومميزات المراهقة
88	1/9 الخصائص الجسمية و الفيزيولوجية
90	2/9 الخصائص الحركية
90	1/2/9 الارتباك الحركي العام
90	2/2/9 الافتقار للرشاقة
90	3/2/9 نقص هادفية الحركات
91	4/2/9 الزيادة المفرطة في الحركات
91	5/2/9 اضطرابات القوى المحركة
91	6/2/9 نقص في القدرة على التحكم
91	7/2/9 التعارض (التضاد) في اللاسلوك الحركي العام
92	10/النمو العقلي
93	1/10 الذكاء
93	2/10 الإدراك
93	3/10 الانتباه
94	4/10 التفكير
94	5/10 التذكر
94	6/10 التخيل
95	11/النمو الاجتماعي
96	12/النمو الانفعالي
97	13/النمو الأخلاقي للمراهق
97	14/التغيرات النفسية
97	15/حاجيات ومتطلبات مرحلة المراهقة
97	1/15 الحاجة إلى الأمن
97	2/15 الحاجة إلى حب القبول
98	3/15 الحاجة إلى مكانة الذات والانتماء
98	4/15 الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار

98	5/15 الحاجة إلى تحقيق الذات والحرية
99	16/علاقة الأستاذ المربي بالمراهق
99	17/أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
100	18/العلاقات الاجتماعية المختلفة للمراهق
101	1/18 علاقة التلميذ بالأسرة
102	2/18 علاقة التلميذ بالمؤسسات التربوية
102	1/2/18 علاقة التلميذ بالمدرسة
103	2/2/18 علاقة التلميذ بالأستاذ
104	خلاصة
105	الباب الثالث: الجانب التطبيقي
106	الفصل الأول: الطرق المنهجية للبحث
107	1/متغيرات البحث
107	1/1/المتغيرات المستقلة
107	2/1/المتغيرات التابعة
107	2/منهج البحث
107	3/مكان الدراسة
108	4/الدراسة الاستطلاعية
109	5/عينة البحث
110	6/تصميم الدراسة
110	6/1اختبار الصدق
111	6/2ثبات أدوات الدراسة
111	7/أدوات البحث
111	7/1تعريف المقياس
113	7/2الاستبيان

## الفصل الثاني: تحليل ومناقشة النتائج

114

115

تمهيد

115

2/ الطرق الإحصائية

117

3/ تحليل ومناقشة نتائج مقياس السلوك العدواني

121

خلاصة

122

5/ تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الموجه للأساتذة

122

تمهيد

136

خلاصة

137

الخاتمة

138

الاقتراحات والتوصيات

139

قائمة المصادر والمراجع

140

قائمة المراجع العربية

145

قائمة المراجع الأجنبية

147

الملاحق

الباب الأول

الجانب التمهيدي

## مقدمة:

تعتبر مشكلة العدوان من أهم المشاكل التي شغلت اهتمام العاملين في مجال التربية خاصة في الآونة الأخيرة، وهذا لانتشارها المفزع في المؤسسات التربوية خاصة عند المراهقين، هذا ما جعل الساهرين على التربية يكثفون الدراسات لتقصي أسباب هذه الظاهرة، حيث أنها أثرت على التلميذ والأستاذ وكذا المؤسسة، فالتلميذ يرجع سبب عدوانه إلى الأستاذ وبالمقابل يلقي الأستاذ عبأ هذا السلوك على التلميذ، علا أنه توجد مؤثرات تعمل على إظهار هذا السلوك منها الاجتماعية والثقافية والنفسية التي تفرز ظهور هذه السلوكات، خاصة إذا تعلقت بتلميذ المرحلة الثانوية التي تقابل مرحلة المراهقة التي هي منعطف خطير في حياة الطفل وذلك لأنها تؤثر على مدار حياته في سلوكه الاجتماعي، الخلفي والنفسي، لذلك لا بد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية والسلوكية التي تعترى الكائن البشري أثناء هذه الفترة الحرجة.

وبما أن التربية الرياضية مادة ذات أهمية كبيرة لما تكتسبه من فوائد نفسية واجتماعية وتعليمية وهذا لما تتميز به عن باقي المواد الدراسية، حيث تساعد المراهق على اجتياز فترة المراهقة على أحسن وجه. إن التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي يندرج في إطار النظام التربوي العام الذي يسعى إلى تحقيق أهدافه وتطبيق مهامه، أي بمعنى تنمية المهارات الفردية للتلاميذ في النشاط البدني الرياضي الذي يميلون إليه، وذلك من خلال التدريب والمنافسة بطريقة منظمة بين أفراد القسم الواحد أو بين الأقسام الدراسية، وجعل المنافسة شريفة بعيدة عن التحايل واستعمال العدوان الذي كثيرا ما يؤثر على السير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية وجعل من هذه الحصة أداة للتقليل والتخفيف من السلوك العدواني عند التلاميذ.

وبالتالي يصبح النشاط البدني الرياضي اللاصفي وسيلة لتحقيق غاية مجيدة، ونظرا للتأثير الكبير الذي تلعبه حصص التربية البدنية والرياضية في مختلف المراحل العمرية باعتبارها فضاء واسعا لتحقيق الأغراض السامية للتربية البدنية والرياضية داخل الثانوية.

وكان اختيارنا لهذا الموضوع نظرا لما لاحظناه من تجاوز السلوكات العدوانية للتلاميذ الحد المعقول، وتمت أهمية البحث في إبراز دور النشاطات الرياضية وخاصة النشاطات اللاصافية في التقليل أو الحد من ظاهرة العدوان، وهذا باعتبار أن ظاهرة العدوان هي نتاج أو حسيطة لتصرفات التلاميذ، ففي هذه الدراسة كان التركيز على هذا الجانب.

ومن هذا المنظور تطرق الباحث لتعريف المصطلحات المرتبطة بموضوع البحث، والمتمثلة في:

الأنشطة اللاصافية، المراهقة، التربية البدنية، السلوك العدواني، تم تناول الدراسات السابقة وما وصلت إليه من نتائج، وبعد ذلك أتى على ذكر أهميته والأهداف المتوخاة عن هذا البحث.

أما الباب الأول والمتعلق بالجانب النظري تناول الباحث أربعة فصول:

\*الفصل الأول في التربية البدنية والرياضية، مفهوما، تعاريفها، تفسيراتها الاجتماعية، أهميتها وأهم الدوافع المرتبطة بممارسة النشاط البدني الرياضي.

\*الفصل الثاني فتناول الباحث فيه إلى التفصيل عن السلوك العدواني، تعريفه، أسبابه، أنواعه، تفسيراته النظرية والعوامل المؤثرة فيه، وظائفه، مع دراسة السلوك العدواني عند الرياضي.

\*الفصل الثالث فقد تناول الباحث فيه الأنشطة الرياضية اللاصافية، مفهوما، أنواعها.

\*الفصل الرابع فقد تناول الباحث فيه مرحلة المراهقة، مفهومها، أنواعها، أزمة المراهقة، أشكالها ومشاكل المراهقة، كما تطرق إلى خصائصها ومميزاتها والعلاقات المختلفة للتلميذ، وأهمية ممارسة النشاطات الرياضية في هذه المرحلة.

أما فيما يخص الباب الثاني فيتضمن الجانب التطبيقي الذي يتضمن الجانب التطبيقي الذي يتضمن فصلين وهما ما يلي:

\*الفصل الأول تعرض فيه الباحث إلى منهجية البحث تحديداً المتغيرات، وكذا الدراسة الاستطلاعية مع ذكر أدوات وعينة البحث، كما تم تعريف المقياس والاستبيان، وفي الأخير تحديد أدوات تحليل البيانات.

\*الفصل الثاني فتضمن عرض وتحليل ومناقشة نتائج المقياس والاستبيان، وقد خلص الباحث في الأخير إلى خلاصة عامة للبحث ثم بعض الاقتراحات ثم المراجع والملاحق.

## **2/ إشكالية البحث:**

وعلى ضوء ما سبق ذكره، ومن خلال هذه الدراسة، نريد معرفة مدى تأثير ممارسة النشاطات الرياضية اللاصفية على السلوكيات العدوانية للتلاميذ المراهقين، ومن هذا المنطلق نطرح السؤال التالي:  
\*هل تختفي السلوكيات العدوانية مع ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية؟. وكتساؤل عام لهذه الدراسة:  
\*ما مدى فعالية ممارسة الأنشطة اللاصفية في التخفيض من السلوك العدواني عند التلاميذ في المرحلة الثانوية؟

ومن خلال هذا التساؤل العام فإننا نطرح الأسئلة الجزئية فيما يلي:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العدوان الجسدي بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير ممارسين؟.

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العدوان اللفظي بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين؟.

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الغضب بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير الممارسين؟.

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العدوان غير المباشر بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير الممارسين؟

## **3/ الفرضيات:**

من خلال التساؤلات السابقة فإننا نطرح الفرضيات التالية:

### **الفرضية العامة:**

\*إن لممارسة الأنشطة اللاصفية فعالية كبرى في التخفيض من السلوك العدواني عند التلاميذ المراهقين.

### **الفرضيات الجزئية:**

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العدوان الجسدي بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير الممارسين.

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العدوان اللفظي بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير الممارسين.

3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الغضب بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير الممارسين.

4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العدوان غير المباشر بين التلاميذ الممارسين للأنشطة اللاصفية والتلاميذ غير الممارسين.

#### 4/أهمية البحث:

إن العلوم الاجتماعية التي تدرس الإنسان في كل جوانبه مازالت تواجه صعوبات كبيرة، ويحلل ألكسيس كاريل بقوله: (إن معرفة أنفسنا لن تصل أبداً إلى تلك المرتبة من البساطة المعبرة والتجرد والجمال التي بلغها عالم المادة، إذ ليس من المحتمل أن تختفي العناصر التي أخرجت تقدم علم الإنسان، فعلياً أن ندرك أن علم الإنسان هو أصعب العلوم جميعاً). (1)

وبالرغم من ذلك فإن الباحثين واصلوا بحوثهم قصد فهم ومعرفة خبايا الإنسان حتى يتسنى توجيه ما يلاءم بناءه المورفولوجي والسيكولوجي والسوسيولوجي، والتربية باعتبارها أهم المجالات التي تهدف إلى تكوين وتهيئة الشخص الذي يتكيف مع الظروف المحيطة به، ويقول في هذا الصدد محمد زيدان:

إذا كان التبدل والتطور هي السمات التي تميز المجتمعات الحديثة فإن مسؤولية التربية العظمى اتجاه الأفراد أن تعدهم للتكيف مع ظروف العمل المستجدة ومتطلبات المجتمع المتغير(2) وفي هذا المجال تأتي هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي وقلة العدوان والعنف لدى طلاب المرحلة الثانوية، ويمكن تلخيص الأهمية في النقاط التالية:

\*تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي.

\*إبراز القدرات الذاتية الكامنة للمراهق أثناء النشاط الرياضي اللاصفي.

\*دور وأهمية النشاطات الرياضية في تحقيق الذات لدى المراهق.

\*دور ومكانة التربية البدنية والرياضية كجزء من التربية العامة.

#### 5/أهداف البحث:

إن أهم هدف من هذا البحث هو محاولة الوقوف على مدى أهمية النشاط البدني الرياضي اللاصفي

(1)- ألكسيس كاريل: الإنسان ذلك المجهول، مكتبة المعارف، ط7، بيروت، 1985، ص 24

(2) - نجيب اسكندر إبراهيم: الدراسة العلمية للسلوك الإنساني، مؤسسة المطبوعات، القاهرة، ط 1961، ص 2، ص 75 في المرحلة الثانوية، لأن حصة التربية البدنية والرياضية لا تكفي وحدها بحجمها الساعي الحالي، ومدى



مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه، وكذا الهدف من هذا البحث هو محاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة، وأيضا مساعدة الأسرة ولو بشكل قليل تفهم أبنائهم في هذه المرحلة وكيفية التعامل معهم.

وكذا الهدف من هذا البحث هو وضع الأسرة التربوية في الطريق الصحيح نحو معرفة مكانة النشاط البدني الرياضي اللاصفي خاصة والتربية البدنية والرياضية عامة في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية وتفهم المراحل التي يمر بها المراهق وما ينجر عن ذلك من سلوكيات عدوانية اتجاه المحيط الخارجي الذي يعيش فيه.

## **6/أسباب اختيار البحث:**

### **1/6/أسباب ذاتية:**

رغبنا الشخصية في معالجة هذا الموضوع، وذلك لما لاحظناه في الكثير من الأحيان من صراعات و سلوكيات عدوانية عنيفة تسود المنافسات، وكذا السلوكيات للأخلاقية التي تصدر من بعض التلاميذ والتي تتنافى مع المبادئ والقيم السامية للتربية البدنية والرياضية.

### **2/6/أسباب موضوعية:**

\*قلة الدراسات في هذا المجال بالذات، مما يجعله مجالا ثريا وخصبا للبحث والتحليل.

\*عدم استغلال الأساتذة للفرص التي تمنحها التربية البدنية والرياضية من خلال الأنشطة الرياضية اللاصافية، وذلك لتهيئة التلميذ ودفعه نحو التخلي عن السلوكيات العدوانية اتجاه الآخرين، وبالتالي التفاعل داخل الجماعة والقيام بالسلوك الايجابي نحو المجتمع.

## **7/تحديد المفاهيم والمصطلحات:**

### **1/7تعريف التربية:**

تعني التربية في أبسط معنى لها التوافق والتكيف، فهي عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد وبيئته الاجتماعية، وذلك بغرض تحقيق توافق بين الإنسان والقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة تبعا لدرجة التطور المادي والروحي فيها(1).

---

(1) تركي راع:أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ط 1997 ، 2، ص( 14

## **2/7/التربية البدنية والرياضية:**

هي جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق المهام.(1)

### **3/7/الأنشطة اللاصافية:**

هي عبارة عن نشاط تربوي خارج ساعات الدوام الهدف منها إتاحة الفرصة للتلاميذ المتفوقين ودوي الهواية للرفع من مستوى أدائهم ويمكن التلاميذ دوي المستوى الضعيف من تدارك ضعفهم وتحسين مستواهم(2)

#### **4/7/ السلوك العدواني:**

يعرف السلوك العدواني في ميدان علم النفس الاجتماعي على أنه ذلك السلوك الذي يهدف إلى إلحاق الأذى بالآخرين أو يسبب القلق لديهم(3)

أو هو سلوك يقصد به المعتدي إيذاء الآخرين، كما أنه نوع من السلوك الاجتماعي يهدف إلى تحقيق رغبة صاحبه في السيطرة إيذاء الغير أو الذات تعويضا عن الحرمان أو بسبب التنشيط(4)

#### **5/7/ العدوان الجسدي:**

يكون فيه الجسد أو الجسم هو الأداة التي تطبق السلوك العدواني، حيث يستفيد البعض من قوة أجسامهم في إلقاء أنفسهم أو صدم أنفسهم بالآخرين، و يستعمل البعض اليدين أو الأرجل كأدوات فاعلة في السلوك العدواني وقد تكون للأظافر والأسنان أدوار مفيدة للغاية لهذا السلوك(5)

- (1) محمد عوض بسيوني وآخرون: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية ط 1992 ، 2، ص( 23
- (2) حسن شلتوت وآخرون: التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، ص( 117
- (3) رومان محمد: المجلة العلمية للثقافة البدنية والرياضية، جامعة مستغانم، عدد 01 ، ص( 84
- (4) زكريا الشربيني: المشكلات النفسية عند الأطفال، دار الفكر العربي، ط1962 ، 1، ص( 84
- (5) نعيم الرفاعي: سيكولوجية التكيف، مطبعة ابن حيان، ط1 ، القاهرة، مصر، 1979 ، ص( 211

#### **6/7/العدوان اللفظي:**

يقف هذا النوع من العدوان عند حدود الكلام ولا تكون مشاركة الجنس ظاهرة فيه(1) ، حيث لا يبلغ الناشئ مراهقته إلا ويكون قد اكتسب الكثير من مهارات التعبير اللغوي عن الغضب التي تشمل التنازح بالألقاب والتعابير اللاذعة، والاستخفاف ونقل الأخبار السيئة عن الشخص المكروه وإشاعتها بين الناس (2)، وقد يتربع الشخص نحو العنف بصورة الصياح أو القول والكلام ويرتبط السلوك العنيف مع القول البذيء الذي غالبا ما يشمل السباب والشتائم ووصف الآخرين بالعيوب أو الصفات السيئة أو استخدام كلمات أو جمل تهديد(3)

#### **7/7/العدوان غير المباشر:**

يتخذ في بعض الأحيان نتيجة لتأثير المحيط صورا غير مباشرة كإبداء الملاحظات والانتقادات خارج نحو الشخص مصدر الإحباط، كما يستعمل الفرد سلوكات عدوانية مباشرة كالغش أو الخداع ليقوع الآخرين في مواقف مؤلمة أو يلحق بهم الضرر(4)

#### **8/7/الغضب:**

هو عبارة عن انفجار نوبة من الغضب، والتي لا يمكن التحكم فيها، ويستعمل الشخص فيها جميع الوسائل كالضرب، الشتم، التوبيخ، الصراخ، وهناك غضب قوي الشدة وهناك غضب ضعيف الشدة(5)

## 8/الدراسات السابقة:

كثيرة هي الدراسات التي تناولت موضوع السلوك العدواني العربية منها والأجنبية، وكل بحث منها عالج متغيرات تختلف عنها في البحث الآخر، فمنها ما كان يهدف إلى كشف أسباب السلوك العدواني ومنها ما ربطه بعوامل أخرى، ومنها ما قارنه حسب الجنس أو البيئة، ومن هذه الدراسات نذكر ما يلي

### 1-دراسة مديحة منصور (1981) :

على عينة اشتملت 219 تلميذا، أسفرت النتائج عن ارتباط إيجابي بين العدوان والتكيف السيئ، كما ظهرت فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في العدوان تفوق فيها الذكور(1)

### 2- Wessel "دراسة" وسيل

على عينة مكونة من 206 من الطلاب أظهرت نتائج الدراسة أن الطلاب ذوي مفهوم الذات المنخفض أكثر عدوانية واكتئابا وقلقا، من الطلاب ذوي مفهوم الذات المرتفع، كما أظهرت هذه الدراسة أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في القلق والاكتئاب والعدوانية.

### 3- Stein et Hoffman "دراسة" ستاين وهوفمان

عن العدوانية عند الذكور والإناث توصلت الدراسة على أن الفروق الدالة بين متوسطات درجات العدوانية عند الذكور لا تعود إلى الفروق بين الجنسين، وإنما تعود إلى أساليب التنشئة الاجتماعية التي يتبعها الآباء مع كل من الذكور والإناث فهي في الحقيقة فروق ثقافية واجتماعية(2)

### 4- Boulton " (1993) :دراسة" بولتن

التي أوردت ثلاث دراسات فرعية للعدوانية في ملاعب المدارس الابتدائية من(8-11) سنة، باستخدام المقابلات والملاحظة، ففي الدراسة الأولى كانت أكثر أسباب الشجار شيوعا هي رد الفعل للمضايقات، ورد الفعل للاعتداءات الاستفزازية وعدم الاتفاق على أسس لعبة لم يتم لعبها، وفي الدراسة الثانية كانت نسبة كبيرة من الشجار بين التلاميذ أصغر سنا بدون سبب مباشر تبعا لرأي الملاحظ الشاب، ولكن الاعتداءات الأخرى كان سببها الانتقام والثأر من التلميذ المازح والعدواني، وبين التلاميذ الكبار فإن أكثر سببين للاعتداء كانا رد الفعل العدواني للمضايقات أو الإصابات العارضة.

وفي الدراسات الثالثة تمت ملاحظة الملاعب التي يلعب فيها أطفال الفصول ما بين (9-10) سنوات وكانت

الأسباب الشائعة للاعتداء والشجار مشابهة لما جاء في الدراستين السابقتين. (3)

أما البحوث المتوفرة على مستوى أقسام التربية البدنية والرياضية فنجد ما يلي:

### 1-بحث (بومسجد عبد القادر):

بعنوان " استخدام اللعب الحركي لخفض السلوك العدواني لدى أطفال ما قبل المدرسة"، قسم التربية

البدنية والرياضية-مستغانم2003

(5-6) و (5-5) أجري هذا البحث على عينت أطفال ما قبل المدرسة تتراوح أعمارهم من (4-5) و (5-6) سنوات يقدر عددها ب 40 طفلا من الجنسين، وكان هذا البحث موضوع مداخلة في الملتقى الدولي الثاني حول "النشاط البدني الرياضي والفئات الاجتماعية" بجامعة مستغانم في 9-10 ديسمبر 2003. وكانت مشكلة البحث: "هل للعب الحركي دور في خفض السلوكيات العدوانية لأطفال التعليم التحضيري؟". وكانت أهداف البحث كما يلي:

\* معرفة نوع الدلالة الإحصائية في السلوك العدواني لدى أطفال موضوع البحث تبعا للسن من (4-5) و من (5-6) سنوات.

\* معرفة نوع الدلالة الإحصائية في السلوك العدواني لدى أطفال موضوع البحث تبعا للجنس.

\* إعداد برنامج مقترح للعب الحركي يسمح بتحقيق خفض السلوك العدواني عند طفل التعليم التحضيري.

أما عن أدوات البحث التي استخدمها الباحث فيمكن إجمالها فيما يلي:

\* اختبار رسم الرجل ل" جوندانف وهاريس "للذكاء.

\* مقياس السلوك العدواني لطفل ما قبل المدرسة، من إعداد: د. فاطمة حنفي محمود مدرسة في علم النفس بجامعة عين شمس) مصر، وتقنين الباحث.

\* إعداد برنامج للعب الحركي لخفض السلوك العدواني لدى أطفال التعليم التحضيري من إعداد الباحث وبعد الدراسة الميداني والإحصائية خرج الباحث باستنتاجات:

\* الأطفال الذين تتراوح أعمارهم من (5-6) سنوات أكثر عدوانية من الأطفال المتروحة أعمارهم ما بين (4-5) سنوات.

\* الذكور أكثر عدوانية من الإناث في كلا المرحلتين.

\* البرنامج المقترح يعمل على خفض السلوك العدواني لدى هاته العينة.

وبالتالي كاستنتاج عام: للعب الحركي له دور في خفض السلوك العدواني لدى أطفال التعليم التحضيري.

## 2-دراسة عكوش كمال:

تحت عنوان: "دور التربية البدنية والرياضية في التخفيف من الاضطرابات السلوكية للمراهقين

الجانحين".

هذا البحث عبارة عن مذكرة ماجستير لسنة 2003 بقسم التربية البدنية والرياضية، الجزائر. كانت مشكلة البحث: "ما مدى فاعلية التربية البدنية والرياضية للتخفيف من الاضطرابات السلوكية لدى المراهقين الجانحين؟".

اشتملت الدراسة على عينة بحث تتكون من 20 مراهقا جانحا بمؤسسة إعادة التربية بالأبيار (الجزائر)، تولى الباحث إعداد برنامج رياضي والإشراف على النشاطات الرياضية للعينة، وقد طبق في هذه الدراسة مقياس السلوك التكيفي وشبكات ملاحظة لمدة لا تقل عن ثلاثة أشهر.

وفي الأخير بعد الدراسة الميدانية والإحصائية خرج الباحث بالاستنتاجات التالية:  
\*الممارسة الفعلية للتربية البدنية والرياضية تدفع الجانح إلى مراعاة القواعد الاجتماعية.  
\*التربية البدنية وسيلة للإفراج عن المكبوتات والتخلص من أنواع الشذوذ.  
\*الجانحون الذين يمارسون النشاطات البدنية يكونون أقل عرضة للاضطرابات الانفعالية والنفسية.  
وكاستنتاج عام لهذه الدراسة:  
إن لممارسة التربية البدنية والرياضية أهمية كبرى في تخفيف الاضطرابات السلوكية للمراهقين الجانحين.

### 3-دراسة بوخملة سفيان:

تحت عنوان " السلوكات العدوانية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية "مذكرة ماجستير -  
قسم التربية البدنية والرياضية، الجزائر سنة(2001)  
كان الهدف من وراء هذه الدراسة هو معرفة أسباب السلوك العدواني لدى التلاميذ المراهقين خلال حصة  
التربية البدنية تبعاً ل:  
1-الجنس -2. الاكتظاظ - 3. أسلوب الأستاذ.

قام الباحث بهذه الدراسة على عينة تتكون من 140 تلميذاً في المرحلة الثانوية، باستخدام مقياس  
الأسلوب البيداغوجي للأستاذ، ومقياس تحليل الذات وشبكة ملاحظة السلوك العدواني. وقد خرج الباحث  
بالاستنتاجات التالية:

\*توجد علاقة قوية بين الأسلوب البيداغوجي للأستاذ ودرجة العدوان عند التلاميذ، حيث تبين أن الأسلوب  
الأوتوقراطي للأستاذ يعزز ظهور وزيادة العدوان عند التلاميذ.  
\*توجد فروق في درجة العدوان عند التلاميذ في حالتها الاختلاط وعدم الاختلاط. حيث تبين أن التلاميذ  
في حالة الاختلاط أكثر عدواناً من التلاميذ في حالة عدم الاختلاط.  
\*درجة العدوان عند الذكور أكثر من درجة العدوان عند الإناث في حالة الاختلاط.  
\*درجة العدوان عند التلاميذ في حالة الاكتظاظ أكبر منها في حالة عدم الاكتظاظ.  
\*درجة العدوان عند الذكور أكبر منها عند الإناث في حالة الاكتظاظ.  
أما فيما يخص مذكرة الليسانس متوفرة على مستوى مكتبة قسم التربية البدنية والرياضية، التي  
عالجت الموضوع من أحد متغيراته نجد:

### 1-مذكرة للطالب بالعالم عبد القيوم:

بعنوان الكونغفو وشو وأثره في تقليل السلوكات العدوانية لدى المراهقين (15-18) سنة قسم التربية  
البدنية والرياضية دالي إبراهيم سنة. 2002 كان الهدف من هذه الدراسة معرفة أو إبراز دور رياضة

الكونغفو في التقليل من السلوكيات العدوانية عند الممارسين المراهقين، وقد اشتملت الدراسة على (4) أربعة نوادي للكونغفو في الجزائر العاصمة، أخذت منها عينة ممارسين تقدر ب 40 رياضيا. اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وقدم استبيان للممارسين. أما الاستنتاجات التي توصل إليها بعد الدراسة الإحصائية فكانت كما يلي:  
\* طرق التدريب في الكونغفو تجعل المراهق يثق بنفسه ويتحكم في انفعالاته.  
\* الاستمرارية في ممارسة الكونغفو تتيح وسطا اجتماعيا يساعد على استعراض العدوانية والتنفيس عنها بصورة إيجابية.

\* الكونغفو يساعد على تسوية السلوك الانحرافي للمراهق.

وكاستنتاج عام فإن لممارسة رياضة الكونغفو دور فعال في التقليل من السلوكيات العدوانية.  
\* مذكرة للطالب حناط عبد القادر بعنوان " دور في رياضة الكراتي في تقليل السلوكيات العدوانية للمراهقين العدوانيين."

الهدف من هذه الدراسة معرفة مدى تأثير ممارسة رياضة الكراتي على الحالات النفسية للمراهقين وتهذيب سلوكهم العدواني.

اشتملت الدراسة على عينتين 10 :مدربين و 100 تلميذ، من 10 نوادي رياضية موزعين على 05 ولايات (الجزائر، الجلفة، عين الدفلة، تيزي وزو، عين صالح).  
أما الدراسة الميدانية لهذا البحث كانت باستخدام استبيان المقابلة الشخصية والملاحظة.  
ومن بين الاستنتاجات التي خرج بها الطالب:

\* ممارسة رياضة الكراتي تقلل من السلوكيات العدوانية وتحسن سلوك المراهقين مقارنة بسلوكهم قبل الممارسة.

\* طريقة معاملة المدرب الحسنة والتوجيه التربوي الجيد يؤثر على نفسية المراهق ويجعله أكثر تحكما في انفعالاته وتصرفاته.

الباب الثاني

الجانب النظري

# الفصل الأول

الثلاثة اللاتية واللاتية  
واللاتية



## مقدمة:

إن مستقبل المجتمعات يتوقف على ضرورة وكيفية استغلال التربية بطريقة بناءة تعود على المجتمع بالنفع والايجابية، وهي بالعكس تعود سلبا على المجتمع إذا استغلت بأساليب هدامة.

والتربية عملية اجتماعية تختلف من مجتمع لآخر وتعتبر وسيلة المجتمع للمحافظة على بقائه واستمراره وثبات نظمه ومعاييره الاجتماعية وتهدف إلى نقل التراث الثقافي عبر الأجيال بعد إجراء عمليات التعديل والانتقاء والمفاضلة بين مشتملات هذا التراث بما يلائم روح العصر الجديد، واتجاهاته الحضارية فهي بذلك تعتبر عملية إعداد الفرد للحياة وتطبيعها وتنشئته.

ودرس التربية البدنية أحد أشكال ومظاهر التربية العامة، وهو اللبنة الأولى والوحدة الأساسية التي تحقق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية وتحقيق أهدافها وغاياتها.

فالتلميذ يتعلم من خلال درس التربية البدنية والرياضية أشياء كثيرة وفي مجالات مختلفة كالتدريب والتمرين، والنظرية والتطبيق والقيادة والتبعية والتنمية والتطور، والتوازن في بناء شخصيته المستقبلية لهذا فإننا نلقي الضوء في هذا الفصل على مفهوم التربية البدنية والرياضية مع توضيح أهمية درس التربية البدنية والأسس التي يقوم عليها.

## 2/ مفهوم التربية البدنية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية عند العلماء وإن نجدها تختلف في شكلها فإن مضمونها لم يتغير، فالتربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح أو اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني.(1)

ويعرف "لوبوف J.c le beuf" التربية البدنية بأنها عملية تربوية و تطويرية لوظائف الجسم، من أجل وضع الفرد في حالة تكيف حسنة للحالات الممارسة.(2)

ومن فرنسا " روبرت روبين robert robin" عرف التربية البدنية على أنها أنشطة بدنية مختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية، والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد.

ومن بريطانيا ذكر " بيتر أرنولد peter arnold" تعريف التربية البدنية ' :ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي توافق الجوانب البدنية والعقلية، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني.(3)

ويرى " ويستب وتشتر west bucher" 1990 " التربية البدنية ' :هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك.

وذكر كذلك " لوميكين lumpikin" أن التربية البدنية هي العملية التي يكسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية الاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني.

ولذا نحن نتفق مع تعريف " كوبسكي كوزليك Kopesky kozlik" الذي يعرف التربية البدنية على أنها جزء من التربية العامة، هدفها تكوين للمواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق هذا الهدف.

- (1)- صالح عبد العزيز : التربية وطرق التدريس، ج1 ، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1968 ، ص(57)
- (2) le beuf. J.c : léveil sportif, édition l'ecol des classiques africain, paris, 1974, P60.
- (3) أحمد عبد الرحمان : لغة الحياة والتشريع، العدد الأول، مؤسسة شباب جامعة الإسكندرية، 1994 ، ص 20
- (4) أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية والرياضية :التاريخ، المدخل، الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997 ، ص- 94 95

### 3/التربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية ليست بالأمر الجديد والمستحدث، وإنما هي قديمة وأساسية، إلا أن النظر إليها اقتصر على الناحية البدنية وحدها بسبب ارتباط أنشطتها بالجانب الجسمي إلى حد كبير، يعتقد البعض أن التربية البدنية والرياضية هي مختلف الرياضات، والبعض الآخر يعتقد أنها عضلات وعروق، أو عملية تدريب تأتي عن طريق الممارسة، لكن الواقع أنها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم تجارب جديدة بطريقة أفضل، لذلك دخلت نطاق مفهومها الحديث لطبيعة الكائن البشري، الذي يبرز وحدة الفرد وجعل التربية البدنية والرياضية تعني: التربية عن طريق النشاط الجسمي، وما يترتب عن ذلك من الناحية التطبيقية ومن ضرورة الاهتمام بالاستجابات الانفعالية والعلاقات الشخصية والسلوك الاجتماعي، الوجداني والجمالي(1) ، كما أن التربية البدنية والرياضية تستمد مفهومها من الأغراض التي وجدت من أجلها والتي تتلاءم ومتطلبات المجتمع الحديث حيث ترى الدكتورة عفاف عبد الكريم أن المهمة الكبرى للتربية البدنية في مجتمعنا هي أن تقوم بدورها في تنمية الشخصية المتكاملة من خلال النهوض بالمستوى البدني والرياضي للناشئ(2) ، وهذا يعتبر مطلب أساسي تقتضيه أي سياسة تنمية لأي بلد كان، فتضافر الجهود استعمال جميع الوسائل المشروعة من أجل بناء مواطن قوي وفعال في مجتمعه يوصلنا في الأخير إلى مجتمع قوي وفعال وحركي، لذلك وجب أن توجه مجهوداتنا للنهوض بالمستوى البدني والعقلي وتحسين الصحة، وتكوين الصفات الاجتماعية والحقلية لدى الناشئ. (3)

### 4/التفسيرات الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية تحمل في طياتها أهمية اجتماعية منبثقة من جوهرها فهي تعتبر الفرد محور كل العمليات التربوية التي بنيت عليها، فهي تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة، مما يدفعه للانسجام معها من خلال اللعب مثلا الذي يعتبر أحد أهم مظاهر الحياة الاجتماعية.

وفيما يلي نذكر أهم النظريات التي حاول من وضعها تفسير عملية اللعب عند الناس من خلالها:

(1) أحمد مختار عضاضة : التربية العملية التطبيقية في المدارس العراقية والتكميلية، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، ط 1994 ، 3، ص( 123

(2) عفاف عبد الكريم : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1993 ، ص( 67

(3) عفاف عبد الكريم :نفس المرجع، ص( 67

### **1/4.نظرية الطاقة الزائدة (سبانسر تشيلر):**

يرى هذا الفيلسوف الألماني أن اللعب مخرج وشكل من أشكال صرف الطاقة الزائدة لدى الإنسان يحاول بذلها في اللعب، وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة ولكنها لا تستخدم في وقت واحد، كنتيجة وأثناء فترة التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي حفظها، حتى يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة، واللعب وسيلة ممتازة للاستعادة من هذه الطاقة الزائدة المتراكمة.(1)

### **2/4.نظرية الترويح(غوتس ماتس):**

لا أحد ينكر الدور الذي لعبه غوتس ماتس في تطوير الرياضة العالمية عامة والألمانية منها خاصة، حيث أنه أثناء انشغاله بالتدريس بمعهد شنفثال بألمانيا أين قدم أنشطة مماثلة لما قدمه بيسادوا في مدرسة حب الإنسانية بالإضافة إلى أفكار جديدة للأجهزة الرياضية.(2)

ويعتبره المفكرون رائد التربية البدنية والرياضية في ألمانيا، وهذا من خلال إسهاماته الفكرية في تطوير الرياضة وتحسينها خاصة الجمباز، ويظهر ذلك في مؤلفاته: الجمباز، الألعاب، وتفترض نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة حيويته، فاللعب وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة ويساعد أيضا على استعادة الطاقة المستنفذة في العمل، وهو مصدر مضاد لتوتر الأعصاب والإجهاد العقلي والنفسي. (3)

اعتبر غوتس ماتس اللعب مصدرا لاسترجاع الطاقة المبذولة وهو عكس ما جاء به سبانسر، كما اعتبره كذلك أحد أهم وسائل الاسترجاع العصبي لكنه أهمل البعد الاجتماعي للعب من خلال تكوين العلاقات الاجتماعية وتعلم الصفات الحميدة كالتعاون والصداقة.

---

(1)حسن أحمد الشافعي :المسؤولية في المنافسات الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998 ، ص( 19

(2) أمين أنور الخولي :الرياضة والمجتمع، عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، 1996 ، ص ( 278

(3) حسن أحمد الشافعي :نفس المرجع، ص( 20

### **3/4. نظرية الميراث (ستانلي هول):**

يرى أصحاب هذه النظرية أن اللعب هو عبارة عن تقليد وراثته عن أجدادنا وأبائنا، وهذا إجحاف في حق الفكر التربوي الرياضي، فإذا كانت هذه نظرياتهم، فماذا يفسرون ظهور الألعاب الحديثة؟ فستانلي

هول يرى أن: الماضي هو مفتاح اللعب فقد انتقل من جيل إلى جيل فاللعب جزء لا يتجزأ من ميراث كل فرد. (1)

بالرغم من كون النظريات السابقة قد أهملت أو لم تلم بجميع أبعاد اللعب النفسية والاجتماعية والثقافية منها، وفسرت ومارست التربية البدنية كل من زاوية، واتسمت نظريتهم بالبعد الأحادي غير أنه لا أحد ينكر الدور الذي لعبه في تطوير الممارسة الرياضية، فهذه المساهمة أدت إلى بناء نظريات جديدة جاءت كتنقذ لسابقتها وامتازت بالليوننة والنضج، وملمة بأبعاد كثيرة.

## 5/التصور الاجتماعي المعاصر للتربية البدنية والرياضية:

كانت النظرة القديمة للتربية البدنية والرياضية تولي اهتماما بجانب دون الآخر، فمنها من اهتمت بالجانب البدني كالحضارة الرومانية، ومنها من اهتمت بالجانب التروحي كالحضارة اليونانية في حين أن الحضارة الإسلامية اهتمت واعتنت بالجانب الروحي والجسدي معا، وقد اعتمد التصور المعاصر للتربية البدنية والرياضية على أن الإنسان وحدة متكاملة وجب علينا الرقي بها والاعتناء بجميع جوانبها.

ولقد أحدث الفكر التربوي التقدمي المعاصر تغيرات مهمة وكبيرة في وضع المناهج لتحديد البرامج التي من شأنها التسامي بالكائن البشري إلى أعلى المراتب، فاعتبرت التربية البدنية والرياضية أحد أهم هذه الطرق، والواقع أن الاتجاه التقدمي الراض باقتصار التربية البدنية على تنوير العقل فقط، كان له الأثر الأكبر في ازدهار التربية البدنية والرياضية وربطها بأسرة المنهج المدرسي، فلم يعد ينظر إليها كنشاط خارج جداول الدراسة الأكاديمية، الأمر الذي فجر طاقات البحث الإمبريقي والفلسفي في كافة المجالات الموصلة للتربية البدنية والرياضية كمجالات التقويم- المناهج والطرق - والوسائل، وعلم نفس الرياضة واجتماعيات التربية الرياضية من أجل وضع نظرية ونظام متكامل للتربية البدنية والرياضية يستطيع أن يقف شامخا بجوار سائر النظم المعرفية والأكاديمية. (2)

(1) حسن أحمد الشافعي: مرجع سابق، ص (20)

(2) أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص (381)

فالتربية البدنية والرياضية لم تغدوا حبيسة الملاعب والقاعات بل أصبحت تسعى إلى ما هو أسمى من ذلك وهو استثمار الرأسمال البشري، من خلال الاعتناء بالفرد الحالي وتحضيره للمستقبل بشكل يسمح له أداء واجبه على أحسن وجه، ويأتي له ذلك عن طريق تنمية إحساسه بمعنى المواطنة الصالحة التي يسعى القائمين على التربية البدنية والرياضية إلى تسهيل سبل تحقيقها بتعويد الفرد على التعاون دون انتظار المقابل والتبعية عن وعي وانصياعه لأوامر من هم أحكم منه وأحق منه بالقيادة.

وما يميز التصور الاجتماعي المعاصر نظريتين سائدتين يعبران عن اتجاهين كبيرين، وهما النظرية الوظيفية ونظرية الصراع.

## 1/5. النظرية الوظيفية (FUNCTIONALIST):

ويبني أنصار هذه النظرية مفهومهم على أساس أن الرياضة أصبحت نظاما قائما بحد ذاته، يوجد بين مختلف أجزائه وأنظمتها ارتباطا، هذا ما يجعله على علاقة دائمة ومتشابهة مع مختلف الأنظمة الاجتماعية

الأخرى فالرياضة من خلال المنظور الوظيفي نظام مرتب الأجزاء ومتناسق توجد بينها علاقات مرتبة ومتبادلة. (1)

هذا ما جعل الأفراد الممارسين للرياضة أجزاء في هذا النظام المتكامل، وبما أن هناك علاقات تبادل متشابكة بين مختلف هذه الأنظمة أصبح بالضرورة وجود علاقة مهما كان نوعها بين العثرات لهذا النظام، ومن ميزات هذا التنظيم، الحركية الدائمة فهو (أي المجتمع) طبيعة بيولوجية. (2)

وقد ذكر أصحاب هذه النظرية ثلاث أسس تبنى عليها وهي:

### 1/1/5 ضبط التوتر:

فالتوتر لغة كما جاء في القاموس العربي الوسيط " توتر :اشتد وذهب لينه(3) "، والضبط هو " حفظ الشيء بالحزم " (4)

(1) خير الدين علي عويص، عصام الهلايلي: الاجتماع الرياضي، دار الفكر

العربي، القاهرة، مصر، ط 1997 ، 1، ص( 71

(2) خير الدين علي عويص، عصام الهلايلي: نفس المرجع، ص( 71

(3) راتب أحمد فبيعة: القاموس العربي الوسيط، دار الراتب الجامعية، ط 1، 1999 ، ص( 193

(4) جبران مسعود: رائد الطلاب، دار العلم للملايين بيروت، لبنان، 1998 ، ص( 516

وبالتالي ضبط التوتر هو التحكم في النفس عندما تكون في حالة غير عادية كالتوتر، فالتحكم في النفس ليس سهل المنال ولا يمكن إدراكه إلا لذوي العقول الراجحة والنفوس الهادئة، ويرى العلماء هذه السمة وظيفية من الوظائف التي يمكن أن يكتسبها الفرد عند ممارسته للنشاط البدني والرياضي، فهو أثناء تلك الممارسة يتعرض لمواقف ومنها ما يتطلب جهدا بدنيا، ومنها ما يتطلب جهدا عقليا، ومنها ما يتطلب جهدا نفسيا وفي مواقف أخرى يستدعي حضورهم كلهم وينسب مختلفة.

فعلى القائمين على الممارسة الرياضية بجميع أشكالها يجب أن يعملوا على: "توسيع قاعدة المشاركة الشعبية بشكل متقن ولائق"، كما علينا أن نشجع الأفراد على المشاركة الإيجابية من خلال هيئات وجمعيات لها القوة والشرعية بدلا من التعبير العفوي غير اللائق في معظم الأحيان. (1)

فعند توسيع المشاركة بشكل يضمن اشتراك عدد كبير من الأفراد في النشاط البدني والرياضي بجميع أشكاله يجعلهم على اتصال مباشر بجميع فوائد هذه الممارسة، كما يعمل على تطبيعهم اجتماعيا مع التيار الاجتماعي الرئيسي. (2)

### 2/1/5 التكامل الاجتماعي:

إن الممارسة الاجتماعية لنشاط ما، تخلق في نفس الفرد المنتمي لتلك الجماعة روح التعاون التي يسعى من خلالها إلى تحقيق هدف تم الاتفاق عليه مسبقا مع باقي الأفراد " وأكد أصحاب نظرية المدخل الوظيفي على ما تقدمها الرياضة في اتجاه التكامل الاجتماعي". (3)

و لعل أهم مثال يمكن تقديمه لتأكيد إمكانية التكامل الاجتماعي عن طريق ممارسة مختلف النشاط المذكورة في كتاب " الاجتماع الرياضي "البدني الرياضي: دراسة " جاننت ليفر GANET LEVER "

للدكتوران: خير الدين علي عويس وعصام الهلايلي، حول تعلق الشعب البرازيلي بكرة القدم وكيف أن جميع أفراد المجتمع يشتركون في حبهم لفريقهم.

(1) خير الدين علي عويس، عصام الهلايلي: مرجع سابق، ص( 73

(2) أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص( 64

(3) أمين أنور الخولي: نفس المرجع، ص( 64

### 3/1/5 تحديد الهدف:

من المهم جدا أن يضع الإنسان نصب عينيه هدفا واضحا ومسطرا يكون خاتمة حتمية لعلمه، وإلا فإنه يضيع وقته، وقد يضره هذا العمل أكثر مما ينفعه، و "العل النشاط البدني والرياضي يعتبر أحد الممارسات الإنسانية التي تتعدد أهدافها وتختلف باختلاف استعدادات الفرد للممارسة وإقباله عليها وهدفه من ممارستها".

فتحديد الهدف بشكل عام يتلاءم وطبيعة النشاط البدني والرياضي ومؤهلات الفرد، سوف يجعلنا نحقق ما نصبوا إليه من خلال الرقي بالفرد تلميذا، وطالبا، وموطنا، وإنسانا قبل كل ذلك " فإن فهم هذه القضية يجعلنا نعيد النظر في أهداف الرياضة داخل المؤسسات المختلفة سواء المدرسة أو النادي أو الاتحاد أو المؤسسة العسكرية ".(1)

بعد عرض هذه النظرية والأسس التي بنيت عليها، نرى أن أصحابها قد أعطوا للرياضة صورة إيجابية مبالغ فيها، فلا أحد يختلف معهم في أهميتها وحقيقتها وجودها، فالنشاط البدني والرياضي حقيقة يعمل على تحقيق التكامل الاجتماعي للأفراد من خلال تسهيل اندماجهم داخل الجماعات والمجتمع، وكذلك ضبط التوتر أثناء أداء النشاط البدني والرياضي وخلال مختلف المواقف الحياتية للفرد.

غير أن هذه الأوجه الإيجابية ليست ملازمة دوما للنشاط وهناك صور سلبية عديدة بنى عليها أنصار نظرية الصراع فكرتهم.

### 2/5/نظرية الصراع:

لا نذهب بعيدا لإثبات وجود مثل هذا النوع من أنباط التفاعل الاجتماعي في أسى صورة السلبية، فالرهانات الكبيرة والأموال الطائلة التي تصرف على الرياضة حاليا جعلتها تصبح أحد أشكال الاستغلال الفاحش للإنسان وتسخيرها لغاية واحدة وهي تحقيق النتائج بشتى الطرق المشروعة وغير المشروعة. فنظرية الصراع تقوم على رفض فكرة استقرار المجتمع وتماسكه من خلال قيم عامة متصلة بين أجزائه، ومتداخلة تنشأ بينها علاقات وظيفية.(2)

(1)خير الدين علي عويس، عصام الهلايلي: مرجع سابق، ص( 73

(2) خير الدين علي عويس، عصام الهلايلي: نفس المرجع، ص( 75

فإن رفض الاستقرار في المجتمع يقابله وجود طبقية تبنى على أساسها التعاملات داخل هذا المجتمع . حيث تسير الشؤون العامة وفق قواعد وقوانين نضعها فئة ترى أنها الأنسب والأصلح لقيادة المجتمع، ولقد

جاء ذلك في كتاب لأمين أنور الخولي نقلا عن كوكلي الذي نقله عن "جودمان Goodman" كيف أن أنشطة اللعب التلقائية الحرة للأطفال حرمت بشكل قاطع الشوارع في سبيل الدفع والإجبار على المشاركة في برنامج الملاعب النظامية.(1)

وقد ركز أصحاب هذه النظرية على ثلاث أسس لفكرتهم وهي:

### 11/2/5. التحكم:

فلم تعد هناك - حسب مفهومهم - للرياضة ممارسة عفوية وترويحية فالنظر والقوانين المسطرة قد زادت مساحة التحكم في الرياضيين، في حين تقلصت مساحة الحرية وال عفوية وأصبحت عبارة عن منفذ من منافذ الهروب يلجأ إليه الفرد هروبا من مشاكله، كما وصفوها على أنها "مخدر يتوسط بين الوعي بالمشكلات الاجتماعية والمحاولة شبه الجمعية لحلها".(2)

وبالتالي فالرياضة ما هي إلا وسيلة من وسائل الابتعاد عن الواقع وتجاهله وتصبح بالتالي أداة فاعلة في أيدي الحكام من أجل صرف نظر الجمهور عن قضايا جوهرية " فالإفراط في تشجيع الرياضي حتى التعصيب قد يؤمن النظام السياسي الحاكم من متابعة الفرد لمشكلاته اليومية الملحة".(3)

### 2/2/5. التحويل:

إن التقدم الذي سجلته الرياضة والأرقام القياسية المحققة و طنيا وعالميا جعل الاهتمامات بأساليب التهيؤ والتدريب حيث يأخذ بعين الاعتبار جميع المعطيات المحيطة بحياة الرياضي حتى يتفرغ تماما لمزاولة النشاط البدني والرياضي له صورة سلبية أخرى تمثلت في " حالة الانقسام التي حدثت بين الذات والجسم كنتيجة لكثرة وكثافة التدريب وتمايز المستوى المهاري".(4)

(1) أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص (67)

(2) خير الدين علي عويس، عصام الهلايلي: مرجع سابق، ص (77)

(3) خير الدين علي عويس، عصام الهلايلي: نفس المرجع، ص (77)

(4) خير الدين علي عويس، عصام الهلايلي: نفس المرجع، ص (76)

هذا الأمر فتح الباب أمام التنافس والبحث عن أسرع السبل وأقصرها إلى الوصول بالفرد إلى أعلى مستويات الأداء الرياضي، حتى وإن كان الأمر يستدعي التنازل عن أخلاقيات النشاط البدني والرياضي، فظهر في الوسط الرياضي ما أصبح يعرف بالمنشطات التي يتناولها الرياضي بغية تحقيق النتائج الجيدة الآتية دون النظر إلى المضاعفات البعيدة، فأنحرفت هذه الممارسة بالرياضة عن مسارها الحقيقي.

### 3/2/5. العنصرية:

إذا كان الصراع مظهرا من مظاهر العلاقة الاجتماعية، فالعنصرية سبب من أسباب حدوثه، ويمكن الوقوف عند العنصرية على مستويات عدة منها الدافع الجنسي، أي احتكار الممارسة من طرف الذكور وعدم السماح للإناث بذلك.

الدافع الثاني يرجع إلى أشكال تكون المجتمع، ويعتبر أحد نتائج الطبقة ما وجود أفراد قليلين أسياد ومعظم أفراد المجتمع عبيد يتحكم عليهم عدم محاولة ممارسة نشاطات خاصة كانت تعتبر حكرا على

الطبقة الأرستقراطية، والدافع الثالث يتمثل في اعتبارات عرقية محضة كلون البشرية مثلا، فالالاتجاه المؤمن بنظرية الصراع أن هناك تضيقا سلاليا أو عرقيا من حيث المكانة والصفات.(1)

### تعقيب:

تعتبر النظريتان السابقتان نتائج جهد بشري متمثل في شخص بعض مفكري علم الاجتماع منهم بارسونز وسميسلر (Parsons, Smsler) أنصار- النظرية الوظيفية-، وأفكار كارل ماركس- نظرية الصراع - يحتمل بعض الصواب في جوانبه التي قد تكون خاطئة ويجتنب الصواب في جوانبه التي قد تكون صحيحة، فكل الأمور المحققة تكون دائما موضع الشك حتى تتمكن من الوصول إلى حقيقة نسبية أخرى تتمكن من خلالها تفسير الظواهر الحادثة.

### 6/أهمية التربية البدنية والرياضية:

قد عرفت منذ عصور قديمة أشكال متعددة للرياضة استعملها الإنسان كتنقية لعضلاته وحفاظا على صحته وبنيته، أخذها بعدة أشكال كاللعب والمبارزة والفروسية والسباقات وغيرها، لأنه أدرك أن ثمة منفعة كبيرة تعدت حدود اللياقة والصحة إلى جوانب أخرى نفسية لترقيته اجتماعيا وزيادة التواصل بعلاقاته الاجتماعية.

(1) أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص( 68)

كما تعد الرياضة المدرسية النواة الأساسية لبعث الحركة الرياضية، لذا يجب الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

ويمكن توضيح الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية والرياضية في المجالات الآتية:

### 1/6/تنمية القدرات والمهارات الحركية:

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية، كالقوة والسرعة، الرشاقة والتحمل والمرونة، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في تدريس التربية البدنية والرياضية.(1)

فالتربية البدنية والرياضية تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتسابه للياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف الأجهزة البيولوجية للإنسان على القيام بواجباته الحياتية.

ومن خلال الأنشطة الرياضية يكتسب الفرد عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز العقلي والتنفسي والسعة الحيوية وجميع الأجهزة الوظيفية الأخرى، وبهذا يستطيع الإنسان القيام بأعماله دون مشاكل صحية.

فمدرس التربية البدنية والرياضية يقترح التمرين والنشاطات التي تتلاءم والفترة النسبية أو المرحلة العملية التي هو بصدد التعامل معها حتى لا يكون لهذه التمارين الأثر العكسي، فهدفه الأول هو تطوير



إمكانات الأجهزة الوظيفية كالقلب والرئتان والعضلات كي يكون جسم التلميذ سليماً بشكل ملموس، ويؤكد حدوث تقدم في القدرات البدنية والحركية، فأستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول أن يكسب التلميذ سلوكيات حركية منسقة، وملائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية أو في الوضعيات الأكثر تعقيداً ذات صبغة مفيدة ومسلية. (2)

(1) عفان عبد الكريم: مرجع سابق، ص 76

(2) منهاج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية: وزارة التربية الوطنية، الجزائر، 1996، ص 07

## 2/6/ التنمية الاجتماعية:

تعتبر التربية البدنية أسهل وسيط للدعوة إلى الإخاء وأقوى وسيلة ليتعارف الناس على بعضهم، فمن خلال أوجه نشاطاتها العديدة تساعد على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها، فمعظم هذه الأنشطة التي تتجزأ بشكل جماعي تجعلها التربية البدنية أحد أهم المواد التربوية التي يمكن أن تحقق تنشئة سوية للتلميذ " فهي تتسم بثراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصائل الاجتماعية المرغوبة. (1)

ولعل أهم مظاهر التفاعل الاجتماعية إيجابية والتي يجب الاعتناء بها وتنميتها هي التعاون والمنافسة حيث يعتبران صفات الشخصية الجيدة والمتزنة، فالرياضة تسهم بشكل واقعي في خلق الشعور بالوحدة الجماعية والشعور بالانتماء. (2)

كما تلعب التربية البدنية دوراً فعالاً في تسهيل اندماج الفرد في الجماعة وبالتالي سرعة تكيفه مع متطلباتها وقيمها، ولعل الوسط الأمثل الذي تتمكن التربية البدنية من خلاله تحقيق ما ذكر سابقاً هو الوسط التربوي، حيث يعتبر أكبر تجمع يلتقي فيه جميع أبناء المجتمع ليكونوا تلاميذ اليوم وطلبة الغد، ومواطنو المستقبل.

وهي وسيلة تربوية وليست غاية في حد ذاتها، حيث تسمح بتطوير سلوكيات التلميذ في مظاهره المعرفية، الحركية والاجتماعية، وتعتبر الفضاء المبجل للحفاظ على الصحة والوقاية من الأخطار الناجمة من الآفات الاجتماعية كما تساهم في الحفاظ على البيئة والتطلع على الآفاق المستقبلية، كما أن هذه النشاطات تمارس بالطرق النشيطة، فتسمح بالاندماج الاجتماعي وتطوير طاقات التلميذ المخزنة، وتراعي رغباته المتزايدة، عملاً بمبدأ التعاون والتضامن بين التلاميذ، وبذلك فهي - التربية البدنية والرياضية - تحفز التلميذ على الشعور بالمسؤولية والتصرفات التي تخدم الصالح العام، عملاً بتطوير السلامة الحركية، تنمية الذكاء، وقدرات الإدراك، ومراقبة نزوته وانفعالاته وتحدي المواجهة بدون تردد كل هذا يؤهله لبناء شخصيته المستقبلية. (3)

(1) أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص 169

(2) خير الدين علي عويس، عصام الهليلي: مرجع سابق، ص 72

(3) منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط: مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر، أفريل

(2003)

فكان من الضرورة بما كان إدماج التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية لها أهدافها وأسسها وخصائصها باعتبارها مجموعة من التعليمات البيداغوجية لها أبعاد تربوية، بحيث تؤثر في نمو التلميذ من جوانبه النفسية والحركية، الوجدانية والمعرفية وتتحقق عن طريق النشاطات البدنية والرياضية وكذا الألعاب الهادفة والمتقنة، وبذلك يكون لها دور تساهمي مثل بقية المواد التعليمية، حيث تمكن من التعاون في القدرات البدنية والمعرفية والتأكيد على الذات في إطار تكوين منسجم وتوازن بين المجالات الحيوية المقترحة.

### **3/6/ تنمية القدرات المعرفية:**

مما لا شك فيه أن النشاط البدني والرياضي يعزز نمو الجانب المعرفي، فالأنشطة البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية. (1)

فالألعاب الجماعية بتنوع خططها التكتيكية تحفز العمليات الذهنية عند التلميذ من أجل إدراك مكانه في اللعب ومكانه زملائه، ما يحتم عليه كذلك وجوب معرفة القوانين والخطط وطرق اللعب وتاريخ اللعبة والأرقام المسجلة، فهذه الجوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط، فهذه الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي للفرد المعرفية والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعده على التصور والإبداع. (2)

### **4/6 من الناحية النفسية:**

أما أهمية التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية فلقد بينت الدراسات السيكولوجية أنها تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية، وعنصرا هاما بتكوين الشخصية الناضجة السوية كما أنها تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوازن النفسي، كما أنها تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس والصبر والتحمل، وعند الانخراط في فريق رياضي تنمو عنده روح الطاعة والإخلاص للجماعة والعمل داخل الفوج، وتحارب فيه الأنانية، وبذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تربية الشعور الاجتماعي. (3)

(1) منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي: مرجع سابق، 1996، ص 08

(2) عدنان درويش وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، دليل المعلم والطالب، التربية العلمية، دار الفكر، ط 1994، ص 3، ص 20

(3) الدكتور أنطوان الجوزي: طالب الكفاءة التربوية، المؤسسة الكبرى للطباعة، بيروت، ط 1980، ص 1، ص 133

أما الدكتور أمين أنور الخوالي، يبين أن اللعب ينمي عند الطفل قابليته بالتدرج نحو التدرج والسيطرة على البيئة المحيطة، إن اكتساب الإحساس بالسيادة في اللعب من خلال التعلم ينتج له أن يتوقع نتائج معينة سببها سلوكها في اللعب حيث يتجرد بذاته وينتمي بسلوكه الحسي الأساسي، ويتجرد من القيود المفروضة عليه حيث أنه إذا انخرط في مستوى أرفع من اللعب يحقق ذاته بذاته من خلال الألعاب، وهكذا تتم نفس الآليات عندما يرقى لعبه إلى مستوى المنافسة الرياضية، وأيضا عندما يتخرج من عالمه الصغير (الملعب) إلى عالمه الكبير وهو حياته الاجتماعية. (1)

### **7/ درس التربية البدنية والرياضية:**

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية وسيلة من الوسائل التربوية الهامة لتحقيق الأهداف المسطرة لتكوين الفرد (المواطن)، فهو جزء متكامل) درس التربية البدنية (من التربية العامة ويعتمد على الميدان التجريبي وتكوين المواطن، عن طريق ألوان من النشاطات البدنية والرياضية التي يتكيف معها وتساعد على الاندماج الاجتماعي.

كما يحقق النمو الشامل والمتزن للتلاميذ على مستوى المدرسة، ويحقق احتياجاتهم البدنية طبقاً لمرحلة نموهم وقدراتهم الحركية، كما يعطي الفرصة للاشتراك في أوجه النشاط الرياضي التنافسي داخل المؤسسة وخارجها، وبهذا الشكل فإن درس التربية البدنية يحقق الأغراض التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات. (2)

### **1/7/ واجبات درس التربية البدنية:**

لقد تحددت واجبات درس التربية البدنية فيما يلي:

\*المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلميذ المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة.

\* المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل القوة والسرعة والتحمل. (3)

\*التحكم في الجسم في حالة الحركة والسكون

---

(1) أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، مرجع سابق، ص(212

(2) محمد عوض بسيوني: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 1992 ، 2، ص 92

(3) حسن عوض: طرق التدريس في التربية البدنية، مطبعة النهضة القاهرة، مصر، 1969 ، ص(11

\*اكتساب معارف المعلومات عن أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية والفيزيولوجية و البيوكيميائية.

\*تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق.

\*التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.

\* تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي.(1)

### **2/7/بناء درس التربية البدنية:**

درس التربية البدنية هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية(2) ، وهي الوحدة التشكيلية للدورة يتمثل مركز اهتمامها في النشاط الرياضي أو التعبير الجسدي، ويتم مركز الاهتمام الموضوع تبعاً للأهداف المسطرة من طرف الأستاذ وكذلك برنامج السنوي، وتتكون حصة (درس) التربية البدنية والرياضية من ثلاثة مراحل، كل مرحلة في خدمة المحور المختار.

المرحلة التمهيديّة: وتشمل الإجراءات الإدارية والإحماء.

المرحلة الرئيسية: وتشمل النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي.  
المرحلة الختامية: وتشمل العودة إلى حالة الهدوء والمناقشة.(3)

### 8/أهداف التربية البدنية والرياضية:

مما لا شك فيه أن للتربية البدنية والرياضية أهداف كثيرة لا يمكن حصرها في بضعة أسطر، لكن نذكر بإيجاز هذه الأهداف:

- \*المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والخبرات الحركية وممارستها بشكل صحيح داخل وخارج المؤسسة.
- \*ممارسة الحياة الصحية السليمة وتعريف التلاميذ بحاجيات النمو الجسمي في كل من دوري المراهقة والبلوغ ودور التربية البدنية في تحقيق هذه الحاجات.
- \*العناية بالقوائم الصحية وملاحظة الأوضاع البدنية الخاطئة في حالي الحركة والسكون والسعي لمعالجة ما قد يصيب الجسم من عيوب (عن طريق النشاط الحركي المكيف).

(1) محمد عوض بسيوني: مرجع سابق، ص 96

(2)حسن شلتوت وآخرون: التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الكتاب الحديث، الكويت، 1990 ، ص 106

(3) منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي: مرجع سابق، 1996 ، ص 17

\*تدعيم الصفات المعنوية والسلوك اللائق، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة. (1)

\*المساهمة في خدمة المجتمع عن طريق النشاط الرياضي وذلك بتدريب التلاميذ خلال مزاولتهم الفعاليات على ممارسة العلاقات الإنسانية السوية في المجتمع داخل المدرسة وخارجها وتدعيم أخلاقهم وإكسابهم الخلق الرياضي في اتجاهاتهم وسلوكياتهم.(2)

وبصفة عامة يمكننا تلخيص هذه الأهداف في الجدول الموالي:

أهداف رئيسية	أهداف جزئية	أهداف تربوية مباشرة
التحكم في الجسم	تنمية القدرات الحرة	الانتباه، التوازن. معرفة الزمن و أوقات الفراغ. معرفة الصورة الجسمية. الإدراك، التكيف. الإيقاع.
التحكم في الوسط الاجتماعي	التنمية العقلية. تنمية الأجهزة الفكرية.	تنمية الوظائف العضوية. المردود العضلي. التوافق الحسي الحركي. التوازن العصبي العضلي.

التمثيل العقلي.		
تربية نفسية اجتماعية. التعاون. حسن معاملة الغير. التكيف مع المراهق.	الوعي الاجتماعي. البحث عن التربية.	التحكم في الوسط الاجتماعي.

### جدول رقم (1) يمثل أهداف التربية البدنية والرياضية (3).

(1) محمد عوض بسيوني: مرجع سابق، ص( 97

(2) د. عباس أحمد صالح السمراني: طرق تدريس التربية البدنية، ج1، بغداد، 1981، ص( 172

(3) خطاب عامل: التربية البدنية والرياضية في الخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت، 1965، ص( 41 .

#### **9/الدوافع المرتبطة بممارسة النشاط البدني الرياضي:**

تعددت الآراء في تحديد مفهوم الدافع، إلا أن ما يهمننا في مجالنا هذا هو أن الجميع تقريبا اتفقوا على أن الدافع، سواء كان مثيرا واستعدادا داخليا أو حاجة فهو السبب الأساسي في السلوك.

ومع ذلك نشير إلى بعض الآراء المختلفة في تعريف الدوافع، حيث يشير مصطلح الدافعية إلى العملية الداخلية التي تضطر الشخص إلى الفعل(1) ، ويساند هذا التعريف" محمد عاطف "بتعريفه للدافع:

هو باعث الفكر (السلوك) بطريقة معنية(2) ، بينما يعرف" الزيني "الدافع بقوله مثير داخلي ومحرك سلوك الكائن الحي، ويواصله ويوجهه نحو هدف معين يخفض التوتر ويعيد التوازن.(3)

كما يتفق معه" محمد حسن علاوي "حيث يقصد بالدوافع الحالات أو القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين .(4)

بينما يعرف عبد الرحمان عيسوي أن الدافعية عبارة عن حالة للسعي لتحقيق أو إشباع حاجة معينة أو لإعادة التوازن لحالة داخلية فقدت التوازن .(5)

أما عفاف عبد الكريم تعرف الدافع على أنه عامل وجداني نزوعي انفصال حركي (من شأنه تحديد اتجاه سلوك الفرد نحو غاية أو غرض، سواء كان الفرد مدركا لذلك عن وعي أو دون وعي، والدوافع هي حاجات، وهي تساعد على تحريك الفرد للعمل .(6)

فمن خلال مناقشة هذه الآراء نرى أنه هناك من أدلى بأن الدوافع حاجات داخلية وآخر يذكر بأنها قوية داخلية، وربط بعضهم بين الدوافع وتحقيق هدف معين، وربط البعض الآخر بين الدافع وإشباع حاجة معينة، ونحن نرى أن الدافع مثير داخلي يحرك سلوك الفرد ويوجهه لتحقيق أو إشباع حاجة معينة أو لإعادة التوازن.

(1) إدوار موراي: الدافعية والانفصال، ترجمة أحمد العزيز سلامة، مراجعة عثمان نجاتي، ط1، دار المشرق، 1988، ص(26)

(2) محمد عاطف غيث: قاموس علم الاجتماع، جامعة الإسكندرية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1979، ص(295)

(3) محمد حسن أوعدية: منهج علم النفس الرياضي، دار المعارف، مصر، 1977، ص(142)

(4) محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط8، دار المعارف القاهرة، 1992، ص(145)

(5) عبد الرحمان عيسوي: دراسات في علم السلوك الإنساني، منشأة المعارف، مصر، ص(120)

(6) عفاف عبد الكريم: مرجع سابق، 1989، ص(188)

## **10/العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع الفرد للإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي:**

من أهم العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع الفرد للإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي ما يلي:

- \*المتطلبات الأساسية لحياة الفرد وأثر البيئة التي يعيش فيها.
- \*الحياة العائلية للمراهق واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي.
- \*التربية الرياضية في المرحلة الدراسية الأولى وما يشمل عليه من مثيرات ومنبهات.
- \*التربية البدنية في الساحات والمؤسسات والأندية الرياضية.
- \*المهرجانات والمنافسات الرياضية.
- \*الوسائل الإعلامية للتربية البدنية والرياضية سواء عن طريق الصحف أو المجلات أو التلفزيون أو غيرها.

\* التشريعات الرياضية والإمكانات التي تتيحها الدولة للتربية البدنية والرياضية.(1)

وهناك الكثير من الدوافع العامة التي تعمل على توجيه الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي، ومنها ما يرتبط بصورة مباشرة بممارسة النشاط الرياضي كهدف في حد ذاته، وما يرتبط بذلك من نواحي متعددة، ومنها ما يرتبط بمحاولة تحقيق بعض الأهداف الخارجية عن طريق الممارسة الرياضية، وطبقاً لذلك يقسم (روديك) الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي(2) ، إلى:

\*دوافع مباشرة.

\*دوافع غير مباشرة.

## **10/1 الدوافع المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي:**

يمكن تلخيص هذه الدوافع فيما يلي:

\*الإحساس بالرضى والإشباع كنتيجة للنشاط البدني.

\*المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.

\*الاشتراك في المنافسات (المباريات) التي تعتبر ركناً هاماً من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط من خبرات انفعالية متعددة.

(1) زحاف محمد: العلاقات الاجتماعية للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية وانعكاساتها على السمات الانفعالية، مذكرة ماجستير في التربية البدنية والرياضية،

جامعة الجزائر، 2001، ص. 57 غير منشورة

(2) محمد حسن علاوي، سعد جلال: علم النفس الرياضي، ط8، دار المعارف، القاهرة، 1998، ص(161)

\*الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوباتها أو التي تتطلب مزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.

\* تسجيل أرقام البطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز. (1)

## 10/2/الدوافع الغير المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي:

\* محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط البدني الرياضي.

\* ممارسة النشاط الرياضي وإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج، فقد يجيب الفرد (المراهق) بأنه يمارس النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل.

\* الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي إذ قد يجيب التلميذ (المراهق) بما يلي:

"بدأت في ممارسة النشاط الرياضي لأنه كان من الضروري علي حضور حصص التربية البدنية والرياضية بالمدرسة لأنها إجبارية وتدخل ضمن الجدول الدراسي."

\* الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به التربية البدنية والرياضية، إذ يرى المراهق أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية يسعى إلى الانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها. (2)

## 11/مشكلات التربية البدنية والرياضية:

يرى الدكتور عدنان درويش 1994 أن هناك سلبيات معروفة مثل نقص ميزانيات النشاط الرياضي والتسهيلات وإهدار المساحات المخصصة للملاعب في بناء فصول وتوزيع حصص التربية البدنية والرياضية على المواد الأجدر بالرعاية فمازالت التربية البدنية والرياضية مادة غير أساسية في المنهج أو عبارة عن حصة واحدة في الأسبوع في غالبية المراحل المتوسطة والثانوية الأمر الذي أدى إلى انتشار المفاهيم والمدرجات الخاطئة وإحساس العاملين في المجال بوضع اجتماعي متدني كما أدى عدم وجود تنظيمات مهنية قوية إلى فقدان الروابط المهنية وضعف أو إهمال النمو المهني وضياع الحقوق المادية

(1) محمد حسن علاوي، سعد جلال: مرجع سابق، ص(162)

(2) محمد حسن علاوي، سعد جلال: نفس المرجع، ص(162)

والأدبية لبعض العاملين ولقد أشار (نيلسون وبيرونسون Nelson, Bronson) إلى مدرسي التربية البدنية والرياضية في بداية حياتهم العملية في المدرسة ومواجهتهم بالمشكلات العديدة التي يجب عليهم أن يتعرفوا عليها وأن يعقلوها ويحللوها ويعملوا على حلها فمن الأمور الدارجة أنهم تعودوا على استظهار

هذه المشكلات عن ظهر قلب قبل التخرج دون إكمال العقل في دواعيها والتفكير في حلولها ويوصي باتباع الطرق المنطقية لمواجهة مشكلات التربية البدنية (Scott, Snyder) (سكوت وسنايدر والرياضية وذلك بإدراك هذه المشكلات ثم تحديد الكفايات المهنية التي تحتاج إليها في سبيل الحل ثم وصف الخبرات التعليمية الفعالة لتنمية هذه الكفايات قبل الخروج.

## 12/مكانة التربية البدنية والرياضية:

يرى الدكتور عباس أحمد صالح أنه يكون في مرحلة الدراسة الثانوية اكتمال النضج البدني وارتفاع مستوى الكفاءة البدنية وعليه فإن متطلبات المدرس تكون ذات أثر فعال لأجل توفير أرضا أكثر خصوبة للنمو والتعارف والتعاون والمنافسة، وكلاهما يتضمن علاقات مباشرة حقيقية مع الغير، والتربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة بالإمكان أن تصبح قوة لها أثرها في مساعدة الطلاب على تكوين أنماط مرضية لحياة تضع العمل واللعب والتمارين والترويح كل في مكانه الصحيح، وتعطي عنايتها لكل من هذه المظاهر على حد، وبذلك تساعد على إرساء العادات والاتجاه التي تجعل الطلاب أن يبادروا في توفير الصحة البدنية والقدر الكافي في الإنجاز والاكتمال والعلاقات الطيبة مع الآخرين، وهنا تبرز المكانة الحقيقية للتربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، فالمجتمع التقدمي الواعي يستطيع أن يقدر مستقبله بأخبار التربية ونوع المناهج والأهداف التي يقدمها لأبنائه من الأجيال الصاعدة. (1)

وبذلك تكون التربية الرياضية عاملا مكملا لشخصيته وبنائها بناء سليما.

## خلاصة:

من كي يتمكن وتهيئته الغد رجل صناعة أهدافها كأحد تضع العام مفهومها في العامة التربية كانت إذا البدنية فإن التربية مباشرتها، بصدد هو التي الحياة تلك متطلبات تمليه ما وفق الاجتماعية حياته ممارسة في كبيرة وتوليه أهمية الإعداد هذا عاتقها على تأخذ العامة التربية مكونات أهم أحد وباعتبارها والرياضية والرياضي النشاط البدني ممارسة لأهمية المعاصر الاجتماعي التصور ولعل ذكرها، سبق قد عديدة جوانب في تدرس التي المواد أهم أحد فأصبحت الممارسة، هذه أنواع لمختلف المجتمع نظرة فيها يخص التغيير من الكثير أحدث قد الفرد بها يمر التي النسبة المراحل كل وعلى أنواعه جميع بلادنا في تحقيقه إلى والرياضة التربية على القائمون يسعى ما وهذا المتقدمة، البلدان لدى المؤسسات التربوية

فالتربية المجتمع، تشكيل الدقيق في والجزء الأساسية اللبنة هو الذي بالفرد الاعتناء دون يمر لا السليم المجتمع منه مطلوب هو ما بأداء له يسمح جديدا شيئا يتعلم حياته. كل في الحياة، وهو يغادر وحتى الأولى نشأته منذ الفرد بهذا تعنتي المختلفة وبأنواعها والتربية بجميع حقوقه، يتمتع أن مقابل



# الفصل الثاني

## الأنشطة الالصفية

## تمهيد:

إن أصل بحثنا هذا يهدف إلى معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ المراهقين، ويمكن الحصول عليه من خلال الفرق بين متوسطات نتائج المجموعة التي تمارس النشاط الرياضي اللاصفي والمجموعة التي لا تمارس النشاط الرياضي اللاصفي، وذلك باستخدام الطرق الإحصائية المناسبة.

## **2/الطرق الإحصائية:**

تمثلت الطرق الإحصائية المستعملة في هذا البحث:

معامل الارتباط "R"، معامل الثبات، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار "ت ستودنت (T.Test)" النسبة المئوية، والتي نحصل عليها مما يلي :

$$(1) \quad \text{معامل الارتباط: } R = \frac{\text{ن مج(س)س(ص) - مج س} \times \text{مج ص}}{\sqrt{[\text{ن مج س}^2 - 2 \text{ مج س} \times \text{مج ص} + \text{ن مج ص}^2]}}$$

حيث:

ن = عدد أفراد العينة.

مج س = مجموع القيم للمتغير س.

مج ص = مجموع القيم للمتغير ص.

مج س<sup>2</sup> = مجموع مربعات قيم المتغير س.

مج ص<sup>2</sup> = مجموع مربعات قيم المتغير ص.

مج س × ص = ضرب حاصل الدرجات المتقابلة في الاختبارات .

**\*المتوسط الحسابي:**

م = مج س

ن

-1) عبد الرحمان عيسوي: مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس، ج 2، ط4، مكتبة دار الفكر، 1998، ص 178

**\*اختبار T ستودنت:**

(1) م - 1 م 2

$$1 + \left( \frac{1}{2n} - \frac{1}{n} \right) (2n \times 2 - (2n \times 1))$$

(2)

\* الانحراف المعياري:

$$\frac{\text{مج (س-س)}^2}{n}$$

س = درجة.

س = 1 المتوسط الحسابي.

ن = عدد أفراد العينة.

\* معامل الثبات:

(3)

$$\frac{1 - 2m}{(n-1)}$$

\* النسبة المئوية: عدد الإجابات × 100

العدد الكلي

\* التمثيل الدائري: عدد الإجابات × 360

100

(1) عبد الرحمان عيسوي: الإحصاء السيكولوجي التطبيقي، نفس المرجع، ص 17

(2) عبد الرحمان عيسوي: الإحصاء السيكولوجي التطبيقي، مرجع سابق، ص 16

(3) -البهي فؤاد السيد: مرجع سابق، ص 141

3/تحليل ومناقشة نتائج مقياس السلوك العدواني:

مستوى الدلالة	T	المجموعة الممارسة				النتائج
		غير	المجموعة الممارسة	المجموعة الممارسة	المجموعة الممارسة	
		2ع	2م	1ع	1م	السلوك العدواني
0.01 دال	7.32	0.92	25.6	1.72	26.98	العدوان الجسدي

**\*جدول يبين دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين في العدوان الجسدي\***

### **\*تحليل ومناقشة النتائج:**

من خلال نتائج الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين بالنسبة لبعد العدوان الجسدي، للمجموعة الممارسة للنشاط اللاصفي نلاحظ وجود فروق دالة إحصائية. حيث بينت النتائج على تفوق كبير وواضح للمجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير الممارسة، حيث بلغت قيمة (ت) المحسرية ( 7.32 ) وقيمة (ت) المجدولة ( 2.61 ) عند مستوى الدلالة 0.01 . عند درجة حرية 148 .

وهذا يدل على التأثير الكبير للنشاط الرياضي اللاصفي على العدوان الجسدي، فهو يستطيع أن يخفف منه بدرجة كبيرة عند الممارسين له، وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية الأولى.

مستوى الدلالة	T	المجموعة الممارسة				النتائج
		غير	المجموعة الممارسة	المجموعة الممارسة	المجموعة الممارسة	
		2ع	2م	1ع	1م	السلوك العدواني
0.05 دال	0.75	1.39	26.73	1.59	26.88	العدوان اللفظي

**\*جدول يمثل الفروق الإحصائية بين المجموعتين في العدوان اللفظي\***

### **\*تحليل ومناقشة النتائج:**

من خلال النتائج الظاهرة على الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين بالنسبة لبعء العدوان اللفظي للمجموعة الممارسة للنشاط اللاصفي والمجموعة غير الممارسة وجود فروق دالة إحصائية.

حيث أسفرت النتائج على تفوق واضح لصالح المجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير الممارسة، حيث بلغت قيمة المحسوبة (ت) 0.75 وقيمة (ت) الجدولة 0.076 عند درجة حرية 148 وهذا يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط اللاصفي على العدوان اللفظي عند التلاميذ، وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية الثانية.

مستوى الدلالة	T	غير	المجموعة الممارسة	المجموعة الممارسة	النتائج
		ع2	م2	ع1	م1
دال 0.01	4.42	0.90	25.4	1.66	26.24
					السلوك العدواني الغضب

### \*جدول يبين دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين في الغضب\*

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين بالنسبة لبعء الغضب للمجموعة الممارسة للنشاط الرياضي اللاصفي والمجموعة غير الممارسة للنشاط اللاصفي نلاحظ وجود فروق دالة إحصائية.

حيث بينت النتائج على تفوق كبير لصالح المجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير الممارسة وقد بلغت قيمة (ت) (المحسوبة) (4.42) وقيمة (ت) (الجدولة) (2.61) عند مستوى الدلالة (0.01) ودرجة حرية 148، وهذا ما يدل على، التأثير الكبير لممارسة النشاط اللاصفي على الغضب لدى التلاميذ، وبذلك تثبت هذه النتائج صدق الفرضية الثالثة.

مستوى الدلالة	T	غير	المجموعة الممارسة	المجموعة الممارسة	النتائج
			الممارسة		

السلوك	1م	1ع	2م	2ع
العدواني	27.01	1.02	25.22	0.70
العدوان غير المباشر	0.01	11.93	دال	0.01

\* جدول يمثل الفروق الإحصائية بين المجموعتين في العدوان غير مباشر \*

### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين، بالنسبة لبعد العدوان غير المباشر للمجموعة الممارسة للنشاط الرياضي اللاصفي، والمجموعة غير الممارسة نلاحظ وجود فروق دالة إحصائية.

حيث أسفرت النتائج على تفوق كبير وواضح لصالح المجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير الممارسة، حيث بلغت قيمة ت (المحسوبة ( 11.93 ) :وقيمة) ت (المجدولة ( 2.61 ) عند مستوى الدلالة ( 0.01 ودرجة حرية 148 .

وهذا يدل على التأثير الإيجابي لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على العدوان غير المباشر لدى التلاميذ، وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية الرابعة.

\* جدول يبين دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين في السلوك العدواني \*

النتائج	المجموعة الممارسة	المجموعة غير الممارسة	T	مستوى الدلالة
السلوك العدواني.	1م	1ع	2م	2ع
العدوان الجسدي	26.98	1.72	25.6	0.92
العدوان	0.01	7.32	دال	0.01

العدوان اللفظي	26.88	1.59	26.73	1.39	0.75	دال 0.05
الغضب	26.24	1.66	25.4	0.90	4.42	دال 0.01
العدوان غير المباشر	27.01	1.02	25.22	0.70	11.93	دال 0.01
العدوان الكلي	107.11	6.10	102.95	3.91	24.42	دال عند/ 0.01

### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين، بالنسبة للسلوك العدواني للمجموعة الممارسة للنشاط الرياضي اللاصفي والمجموعة غير الممارسة، وجود فروق دالة إحصائية.

حيث بينت النتائج المتعلقة بالسلوك العدواني من خلال أبعاده الأربعة على تفوق كبير وواضح للمجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير الممارسة، حيث كانت قيمة ت (المحسوبة 24.42) وقيمة ت (المجدولة 2.61) عند مستوى الدلالة (0.01) أي بمقدار 98% ثقة عند درجة حرية 148

وهذا إنما يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على السلوك العدواني لدى التلاميذ، وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية التي تقول أن التلاميذ المشاركين في النشاطات الرياضية اللاصافية أقل عدوانية من التلاميذ الآخرين غير ممارسين له، وبمعنى أكثر وضوح فإن هذه النتائج تعبر بطريقة على أن لممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي أهمية كبيرة في التخفيف على السلوكات العدوانية لدى المراهقين، وهذا ما يثبت صحة الفرضية العامة والفرضيات الجزئية.

### خلاصة:

إن التربية البدنية والرياضية مكانة تربية مهمة وذلك بعد أن اتضح دورها الفعال لأفراد المجتمع بكل شرائحه وفئاته، فهي تساعد في اكتساب العديد من القيم المختلفة دينية، خلقية، اجتماعية، ومعرفية،... الخ.

كما تعتبر من أنجع الوسائل التربوية التي تهدف إلى إزالة العراقيل التي تحول دون تحقيق التوازنات الاجتماعية لدى التلاميذ ومواجهة الصعوبات، ولأن هذه الفئة المراهقين (تحتاج إلى ميكانيزمات محددة وفهم واعي لهذه المرحلة الحساسة من أجل اكتمال بناء الشخصية السوية وفي حالة العكس تتأثر سلباً على بعض مكتسباتها من الناحية السلوكية في ظل مختلف التغيرات النفسية أو الاجتماعية أو الانفعالية السريعة والمعقدة، وهو ما يمهد للوقوع في صراعات نفسية داخلية أو اجتماعية خارجية.

ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها بعد تطبيق مقياس السلوك العدواني لمعرفة تأثير ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على أبعاد العدوان الأربعة (العدوان الجسدي، العدوان اللفظي، عدوان نحو الذات، عدوان غير المباشر)، على مجموعتين من التلاميذ، فالمجموعة الأولى تمارس النشاط البدني الرياضي اللاصفي، والمجموعة الثانية لا تمارس النشاط البدني الرياضي اللاصفي، توصلنا إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة الممارسة، ومنه نستنتج أنه هناك تأثير إيجابي لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في التخفيف من السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين، وهذا يثبت صحة الفرضية العامة.

#### **الخاتمة:**

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا هذا حاولنا إظهار مدى التغيير الإيجابي لسلوك التلاميذ المراهقين أثناء مشاركتهم في الأنشطة اللاصافية.

فكانت الفكرة الرئيسية التي استخلصناها، استناداً على الدراسات التطبيقية التي أجريناها باستعمال مقياس السلوك العدواني) تحليل الذات الموجه للتلميذ (وبعد التحليل واستخلاص النتائج، وجدنا أن المراهق يمر بمرحلة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته، إذ يتعرض لتغيرات فيزيولوجية واضطرابات نفسية، فيقع في صراع مع نفسه ومع غيره، وقد يسلك سلوكات لا يرضاها المحيطون به.

لهذا يستوجب على المراهق المشاركة في الأنشطة اللاصافية التي تساعد على تحقيق التكيف مع المحيط الذي يعيش فيه، فالممارسة المستمرة للأنشطة اللاصافية لها تأثير فعال على المراهق لأن هناك نوع من تحقيق التوافق الجسمي والنفسي في آن واحد، وهذا ما ينصح به المختصون النفسيون على وجوب إدراج الأنشطة الرياضية اللاصافية في المقررات الدراسية.

إن ممارسة التربية البدنية والرياضية عامة، والأنشطة اللاصافية خاصة، تساعد الفرد المراهق (على تكيف سلوكه مع المواقف الصعبة، وابتعد بصفة إيجابية عن السلوكات المنحرفة فيكون مثلاً قوياً في المؤسسة والمجتمع ككل.



ومن خلال المعطيات النظرية والتطبيقية، توصلنا في هذا البحث إلى الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية في الأبعاد الأربعة للعدوان (الجسدي، اللفظي، بعد الغضب، عدوان غير مباشر) بين المجموعة التي تمارس الأنشطة اللاصفية والمجموعة غير الممارسة لصالح التلاميذ الممارسين.

ومن خلال هذه النتائج يتبين لنا أن ذلك التأثير الكبير الذي تلعبه ممارسة الأنشطة اللاصفية في التخفيف من السلوك العدواني لدى التلاميذ المراهقين، وما يمكن الإشارة إليه في الأخير هو أن هذه النشاطات الرياضية وحدها لا تكفي لمواجهة هذه الظاهرة الخطيرة التي بدأت تنتشر شيئا فشيئا في المؤسسات التربوية، بل يجب تضافر جهود الجميع ومحاولة معالجة هذه الظاهرة بطريقة واعية وخطة مدروسة

### 5/ تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الموجه للأساتذة:

#### تمهيد:

إن استمارة الاستبيان التي قام الباحث بتوزيعها على الأساتذة كانت خيرة وسيلة لمعرفة آرائهم حول الأسئلة المطروحة والتي لها صلة وثيقة بالبحث، وذلك نظرا لعلاقتهم المباشرة واحتكاكهم الدائم بالتلاميذ وتفاعلهم واهتمامهم بالدروس النظرية والتطبيقية.

قام الباحث بتقديم الاستمارة للأساتذة الذين يدرسون مادة التربية البدنية والرياضية وكان عددهم 50 أستاذ، كما أنهم يسهرون على تطبيق الأنشطة الرياضية اللاصفية الداخلية والخارجية.

وقد عرض الباحث استمارة الأسئلة (على أساتذة محكمين في مجال التربية البدنية وعلم النفس، وقد تم تعديل الاستمارة حسب اتفاق المحكمين، كما تم قياس نيات الاستبيان باستعمال طريقة إعادة الاختبار وحساب معامل الثبات بعد توزيع الاستبيان على عينة من 10 أساتذة، وكانت قيمة 0.66 وهي قيمة دالة إحصائية عند 0.05 بمقدار 95 % ، وبعد توزيع "R" = معامل الارتباط الاستمارات على الأساتذة قام الباحث بجمعها وفرزها ثم تحليل ومناقشة النتائج.

1 ما هو رد فعل التلميذ إذا قمت بتوبيخه داخل الحصة (حصة التربية البدنية والرياضية)؟ (1)

#### الهدف من السؤال:

عنيف	قلق	خائف	هادئ	الإجابات	النتائج
19	04	02	25	مجموع التكرار	

معرفة سلوك التلاميذ أثناء الحصة والعلاقات العامة التي تربطهم مع الأستاذ.



### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول يتضح لنا رد فعل التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية أن 50 % من الأساتذة أجابوا بأن التلاميذ هادئون ويبدون احتراماً لهم، و 38 % أجابوا أن التلاميذ يبدون سلوكيات عنيفة، وهذا ما يؤكد وجود سلوكيات عدوانية لدى التلاميذ أثناء الحصة الرياضية.

2/ كيف ترى سلوكيات التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي؟

### الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول السلوكيات العامة التي يبديها التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي.

### تحليل مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج من خلال إجابات الأساتذة أن 95 % منهم أجمعوا على أن سلوكيات التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي تتميز بالفوضى والعشوائية وعدم الانضباط و سلوكيات عنيفة وعلاقات متوترة وقلة الاحترام ونقص في الاندماج الاجتماعي وانعدام روح الفريق والأنانية وما إلى ذلك من سلوكيات غريبة عن أهداف ومبادئ الرياضية بصفة عامة.

3/ هل ترى أن هناك فرق في صيرورة الحصة لتلاميذ كان لهم نشاط رياضي لاصفي وتلاميذ لم يكن لهم نشاط لاصفي في نفس اليوم؟.

## الهدف من السؤال:

معرفة رأي الأساتذة حول أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابات	نعم	لا
النتائج		
التكرار	44	06
النسبة المئوية%	88%	12%

## \*جدول يبين تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية\*

معرفة رأي الأساتذة حول تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على انفعالات التلاميذ.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
النتائج			
مجموع التكرار	44	06	50
النسبة المئوية%	88%	12%	100%

## تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الظاهرة في الجدول نرى أن 88 % من الأساتذة موافقون على أن هناك فرق في سيرورة حصة التربية البدنية والرياضية، مع قسم كان له نشاط رياضي لاصفي وقسم لم يكن له نشاط لاصفي في نفس اليوم، 12 % ، وأجابوا بأنه لا يوجد فرق، ومن هذا نستنتج أن هناك أثر بالغ للنشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ خلال حصص التربية البدنية، وهو ما يبينه الأساتذة بأن هناك نوع من الحيوية والنشاط الزائد للتلاميذ الممارسين مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

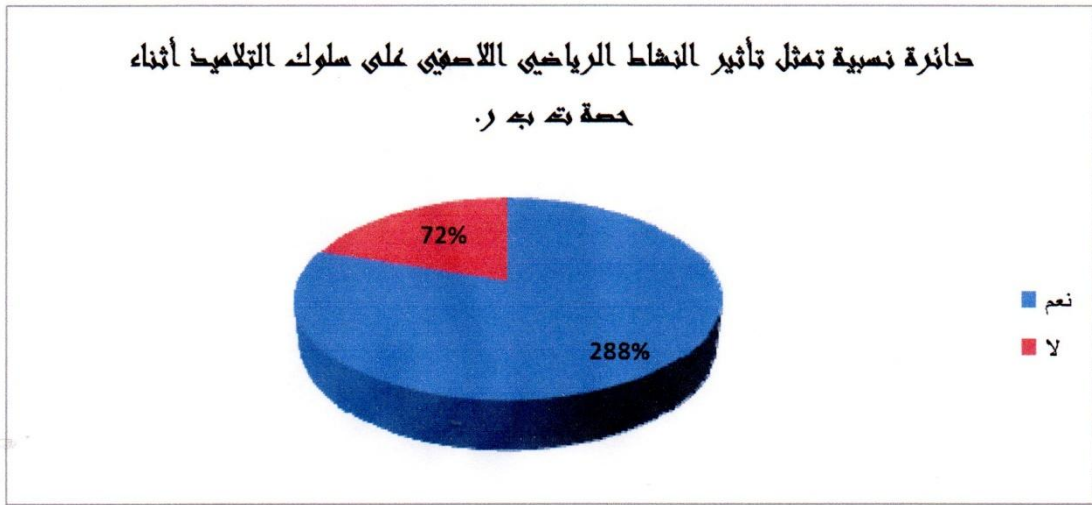
4/ هل ترى تغيير في سلوكيات التلاميذ بعد مرور عدة أيام على ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي؟

## الهدف من السؤال:

معرفة رأي الأساتذة حول تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابات	نعم	لا
النتائج		
التكرار	40	10
النسبة المئوية%	80%	20%

\*جدول يبين تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ أثناء حصة ت ب ر\*



## تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول اتضح لنا أن 80% يرون أن هناك تأثير كبير للنشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ، وذلك يكون بالتغير الواضح على سلوكياتهم وتصرفاتهم خلال حصة التربية البدنية والرياضية، وكذا العلاقات العامة فيما بينها والمشاركة الفعالة أثناء الحصة، بل يتعدى التأثير إلى انعدام الفوضى وذلك ما يسهل التعامل مع التلاميذ وهو ما يعني التحكم الجيد للقسم.

5/ ما هي السلوكيات العدوانية الأكثر ظهوراً عند التلاميذ؟

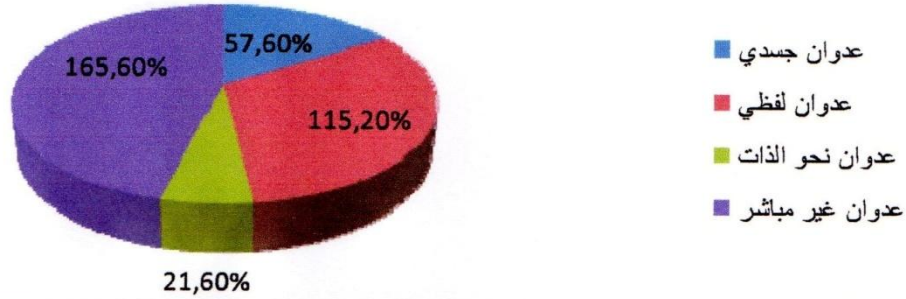
## الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول نوع من السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ.

النتائج	الإجابات	عدوان جسدي	عدوان لفظي	عدوان نحو الذات	عدوان غير مباشر
مجموع التكرار	08	16	03	23	
النسبة المئوية%	16%	32%	6%	46%	

### \*جدول يبين نوع السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ\*

دائرة نسبية تمثل نوع السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ .



### تحليل ومناقشة النتائج:

يتضح لنا من خلال النتائج المبينة في الجدول أن % 08 ، يرون بأن هناك عدوان جسدي عند التلاميذ وهذا ما يظهر من خلال حالات الاعتداء المتكررة بين التلاميذ، و % 16 من الأساتذة يرون بأن العدوان اللفظي هو الأكثر ظهوراً بين التلاميذ وذلك من خلال الألفاظ الجارحة والمناوشات الكلامية وألفاظ التهديد الوعيد ومختلف أشكال السب والشتم، و % 06 وهو ما يمثل ( 03 ) أساتذة فقط الذين يرون أكثر حالات العدوان ظهوراً هو العدوان نحو الذات، أما % 46 من الأساتذة أجمعوا على أنه هناك سلوكيات عدوانية غير مباشرة، تتمثل في الاستنارة أو الغضب وهو في الغالب يسبق حالات العنف الجسدي أو اللفظي وذلك نتيجة عدم قدرة التلاميذ على التحكم في أعصابه وانفعالاته، وكذلك العدوان ضد الأشياء الموجودة أمامه.

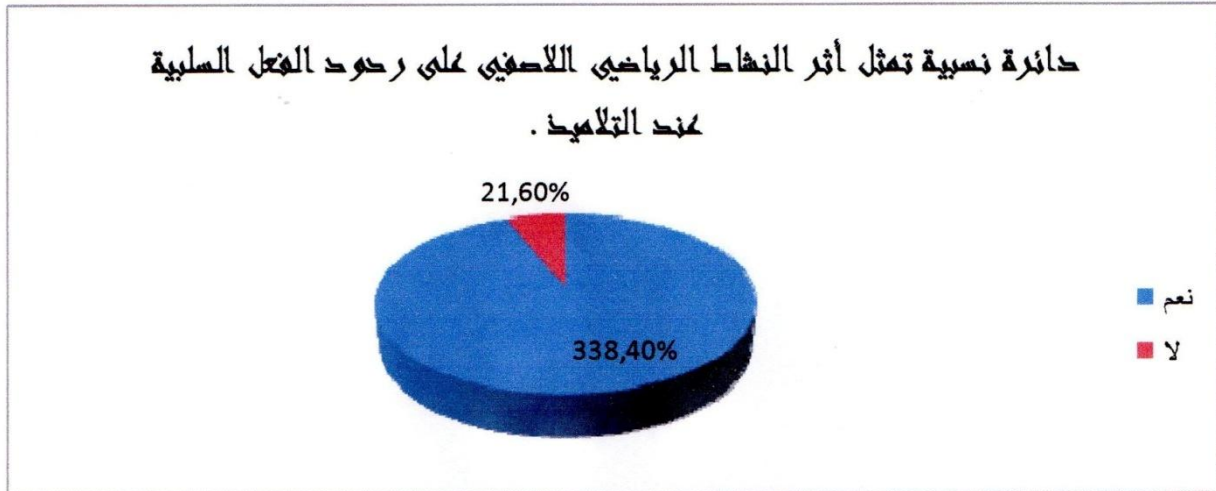
6/هل ترى أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ لا يتهجم على الآخرين أو على من يحاول مضايقته أو إيذاءه؟

### الهدف من السؤال:

معرفة رأي الأساتذة حول أثر النشاط الرياضي اللاصفي على ردود الفعل السلبية عند التلاميذ.

النتائج	الإجابات	نعم	لا	المجموع
مجموع التكرار	47	03	50	
النسبة المئوية%	94%	06%	100%	

\*جدول يبين أثر النشاط الرياضي اللاصفي على ردود الفعل السلبية عند التلاميذ\*



### تحليل ومناقشة النتائج:

يتضح لنا من خلال الجدول أن 94 % من الأساتذة يرون أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ لا يتهجم على الآخرين وبيئته عن استعمال العنف البدني بمعنى أن النشاط اللاصفي يقلل من السلوكيات العدوانية الجسدية لدى التلاميذ، و 06 % من الأساتذة يرون بأن سلوك التلاميذ لا يتأثر بممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي في التهجم على الآخرين، ومما سبق يبين لنا أن ممارسة النشاط البدني

اللاصفي لها دور فعال في التأثير على سلوك التلميذ والتحكم في أعصابه وعد استعمال العنف البدني في الدفاع عن حقوقه والميل إلى الدبلوماسية والمناقشة الفعالة وهذا سلوك إيجابي.

7/ هل تعتقد أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ لا يستعمل العنف البدني في الدفاع عن حقوقه؟

### الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول مدى استعمال التلاميذ للعنف البدني في الدفاع عن حقوقهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
النتائج	43	07	50
النسبة المئوية%	86%	14%	100%

\*جدول يبين مدى استعمال التلاميذ للعنف البدني في الدفاع عن حقوقهم أثناء حصة ت ب



### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول فإن 86 % من الأساتذة يرون ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ أكثر تحكما في انفعالاته وأكبر سيطرة على أعصابه وتصرفاته بحكمة، مما يعني أنه يكون

أكثر تعقلا في الدفاع عن حقوقه في حين أن % 14 أساتذة أجابوا بلا، وهؤلاء الأساتذة يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي هو محفز لاستعمال القوة والعنف، في حين أن كل النظريات تثبت أن التربية البدنية والرياضية هي مجال رحب لصرف الطاقة الزائدة.

8/هل ترى أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تهذب من سلوك التلاميذ أثناء المناقشات وتجعلهم يميلون إن الحديث بهدوء وعدم السخرية من الآخرين؟

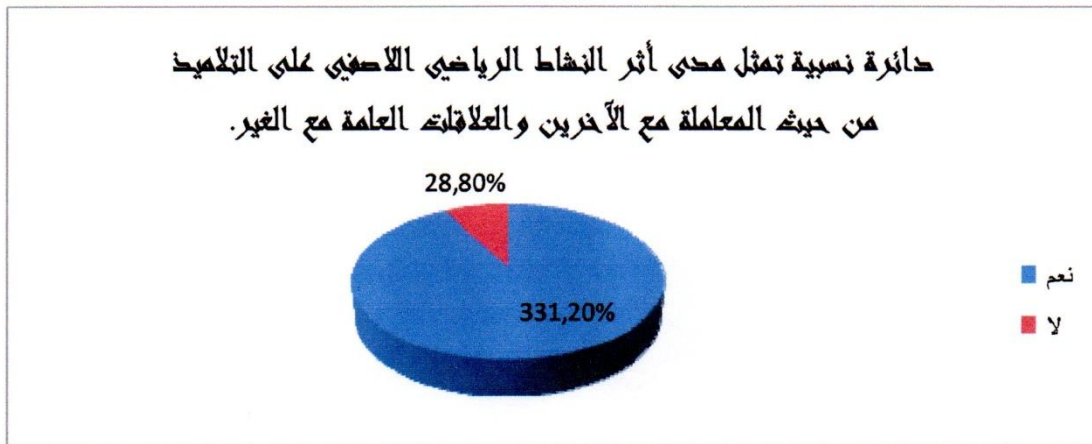
### الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ من حيث المعاملة مع الآخرين والعلاقات العامة مع غير

النتائج	الإجابات	نعم	لا	المجموع
مجموع التكرار	46	04	50	
النسبة المئوية%	92%	08%	100%	

\*جدول يبين مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ

من حيث المعاملة مع الآخرين والعلاقات العامة مع الغير \*



تحليل ومناقشة النتائج:



من خلال تحليل النتائج يتبين لنا أن 92 % من الأساتذة يرون أن لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تأثير كبير على التلميذ، وهذا نظرا لطبيعة مادة التربية البدنية والرياضية بصفة عامة بفضل ما يوجد فيها من احتكاك مباشر بين التلاميذ في مواقف كثيرة تجعلهم يتعاونون فيما بينهم ويتنافسون ضد بعضهم البعض ومن هنا يتعلم التلميذ الانضباط والاحترام والتسامح والمعاملة الحسنة ويقبل ما يسمى بالروح الرياضية وبالتالي يصبح أكثر تهذبا واحتراما لآراء الآخرين أثناء النقاشات والأحاديث وتقبل النقد منهم بصدق رطب.

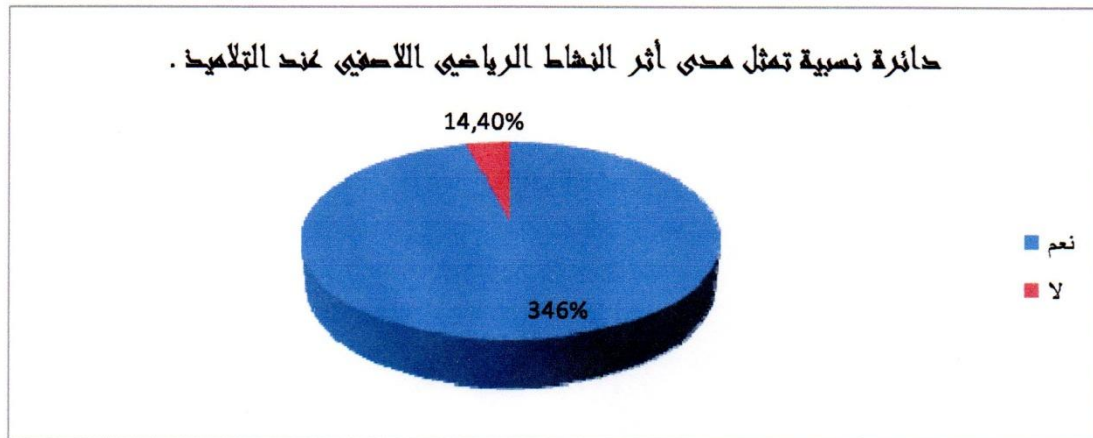
9/ هل ترى أن التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي اللاصفي يستعمل كلمات جارحة أو ألفاظ تهديد في حالة غضبه؟

### الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي عند التلاميذ.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
النتائج	2	48	50
مجموع التكرار	4%	96%	100%
النسبة المئوية%			

\*جدول يبين مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي عند التلاميذ\*



## تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الظاهرة على الجدول نلاحظ أن % 04 من الأساتذة يوافقون، على أن التلميذ في حالة الغضب يستعمل كلمات جارحة ويلجأ إلى ألفاظ التهديد من سب وشتن، وأن % 96 من الأساتذة يرون أن التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي اللاصفي يكون أكثر تحكماً في انفعالاته وأقوى رزانة كما أنه لا يلجأ إلى استعمال الكلمات الجارحة أو ألفاظ التهديد ولا يسعى إلى استعمال العنف (العدوان اللفظي).  
10/هل توافق على أن التلميذ يمارس النشاط الرياضي اللاصفي يتحكم في انفعالاته في حالة ما أخطأ شخص ما في حقه؟

## الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول أثر النشاط الرياضي اللاصفي على الاستثارة والغضب عند التلاميذ.

الإجابات	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق بدرجة متوسطة	لا أوافق
النتائج			
مجموع التكرار	35	12	03
النسبة المئوية%	70%	24%	6%

\*جدول يبين مدى تحكم التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي اللاصفي

في انفعالاته في حالة ما أخطأ شخص ما في حقه\*



## تحليل النتائج والسؤال:

من خلال النتائج الظاهرة في الجدول أن 24 % من الأساتذة يوافقون بدرجة متوسطة عن تأثير النشاط الرياضي اللاصفي عن الغضب والنرفزة والانفعال الزائد) الاستثارة (لدى التلاميذ، و 70 % من الأساتذة أبدوا موافقتهم بدرجة كبيرة على أن النشاط الرياضي اللاصفي يؤثر بشكل إيجابي على الغضب لدى التلميذ حيث يجعله أكثر تحكما في انفعالاته، كما أنه يستطيع تفادي الغضب والارتباك والقلق، وبإمكانه التحكم في أعصابه وله قدرة كبيرة في السيطرة على انفعالاته الوجدانية التي تؤثر بدورها على الحركات الرياضية، وبذلك يتعلم التلميذ من خلال النشاط الرياضي اللاصفي الالتزام بالمبادئ والأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية من خلال ضبط النفس وقوة الإرادة والسيطرة والتحكم في الانفعال والالتزام بالروح الرياضية في كل الأوقات واحترام الجميع مهما كانت تصرفاتهم معه.

11/هل ترى أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ يتحكم في أعصابه، وأن انفعالاته لا تؤثر على قراراته؟

## الهدف من السؤال:

معرفة رأي الأساتذة حول تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على انفعالات التلاميذ.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
النتائج			
مجموع التكرار	44	06	50
النسبة المئوية%	88%	12%	100%

## \* جدول يبين تأثير النش



اط الرياضي

## اللاصفي على انفعالات التلاميذ\*

### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال تحليل النتائج يتبين لنا أن 12 % الأساتذة يرون أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي لا تؤثر على انفعالات التلاميذ وأن 88 % من الأساتذة يرون أن الممارسة الفعلية للنشاط الرياضي اللاصفي تقلل من الانفعالات السلبية عند التلميذ وتجعله يتحكم أكثر في أعصابه وانفعالاته وبالتالي لا تصبح قراراته عبارة عن ردود أفعال لانفعالات سابقة.

12/حسب رأيكم في حالة غضب التلميذ، ما هي المجالات والنشاطات التي يمكن أن يفرغ غضبه أو عدوانيته من خلالها؟

### الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول النشاطات التي تساعد التلاميذ على تفريغ المكبوتات على شكل عدوان غير مباشر لدى التلاميذ.

الإجابات	رياضات فردية	رياضات جماعية	نشاطات أخرى
النتائج	16	28	4
مجموع التكرار			

12%

56%

32%

النسبة المئوية %

\*جدول يبين النشاطات التي تساعد التلاميذ على تفريغ المكبوتات

على شكل عدوان غير مباشر لدى التلاميذ\*



### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الظاهرة على الجدول يتبين لنا أن 32 % من الأساتذة يرون أن الرياضات الفردية هي عبارة عن مجال واسع لتفريغ المكبوتات وتفريغ جم غضبه في تلك الرياضة، لأن هذه الرياضات الفردية تتطلب استعمال مجهود بدني كبير وخاصة الرياضات القتالية التي نجد فيها العدوان بشكل كبير من الجيدو، الكراتي، الملاكمة،... الخ.

وأن 56 % من الأساتذة يرون بأن الرياضات الجماعية هي النشاطات المناسبة التي تساعد التلاميذ على إفراغ شحونات الغضب الزائدة والتصرفات العدوانية لديه وذلك باعتبارها تتميز بالاحتكاك المباشر والحركة ورد الفعل وجود أداة الكرة التي تساعد كثيرا لإسقاط السلوكات العدوانية كما تهز التلميذ للتفاعل الاجتماعي.

13/ هل تعتقد أن النشاط الرياضي اللاصفي من الوسائل البيداغوجية التي تساعد على التقليل من السلوكات

العدوانية لدى التلاميذ؟

**الهدف من السؤال:**

معرفة رأي الأساتذة حول دور النشاط اللاصفي في التخفيف من السلوك العدوانية لدى التلاميذ.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
النتائج	48	02	50
النسبة المئوية%	96%	4%	100%
مجموع التكرار			

**\*جدول يبين تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على السلوك عند التلاميذ\***



### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الظاهرة على الجدول نستنتج ما يلي:

96% من الأساتذة موافقون على أن لممارسة النشاط اللاصفي دور فعال في التخفيف من السلوك العدواني عند التلاميذ، وهذا من خلال تعلم اكتساب السلوك السوي، الفعال الذي يسمح بتعلم التلاميذ مبدأ التعاون، التسامح، وروح المسؤولية مع التحلي بالروح الرياضية، وتكوين ثقافة رياضية عالية تجعله يتصرف بروح مسؤولة وفعالة .

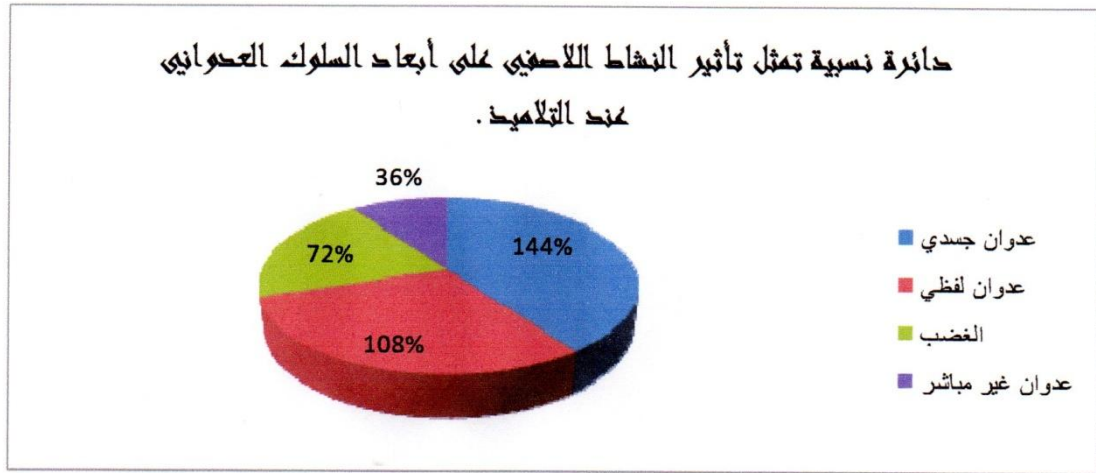
14/ ما هي أنواع السلوكيات العدوانية التي تعتقد أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تقلل منها عند التلاميذ؟

### الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول تأثير النشاط اللاصفي على أبعاد السلوك العدواني عند التلاميذ.

الإجابات	عدوان جسدي	عدوان لفظي	الغضب	عدوان غير مباشر	امجموع
النتائج					
مجموع التكرار	20	15	10	05	50
النسبة المئوية %	40%	30%	20%	10%	100%

\*جدول يمثل تأثير النشاط اللاصفي على أبعاد السلوك العدواني عند التلاميذ\*



### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول فإن 40 % من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي يكون على بعد العدوان الجسدي، و 30 % من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي يكون على بعد العدوان اللفظي، و 20 % من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي يكون على بعد الغضب، و 10 % من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي يكون على بعد العدوان غير المباشر ومنه يمكن القول أن للنشاط اللاصفي تأثير على السلوك العدواني عند التلاميذ بشكل أو بآخر .

15/هل يمكنك إضافة شيء آخر يخص النشاط الرياضي اللاصفي والسلوك العدواني عند لتلاميذ؟

الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة ما يمكن أن يكون له علاقة فيما يخص النشاط اللاصفي والعدوان، من خلال تجاربهم في الميدان مع التلاميذ.

### تحليل ومناقشة:

من خلال تحليل إجابات الأساتذة تبين لنا أن معظمهم يرون أن النشاط اللاصفي سواء الداخلي أو الخارجي واحد من النشاطات التنافسية الترفيهية التي تجعل التلاميذ يعبرون عن إحساساتهم ومكوباتهم بكل حرية في حدود مبادئ اللعبة الرياضية، ولأن التربية البدنية والرياضية تعتبر فضاء واسع لملأ الفراغ والحفاظ على صحة وتوازن الجسم، لأن الرياضة هي أداة لتربية التلاميذ وتهذيب سلوكهم كما أنها مجال نصب لتفريغ الشحنات الزائدة في إطار تسمح به قوانين اللعبة وبذلك الابتعاد عن السلوكات المنحرفة والعدوانية سواء مع الزميل أو الخصم أم الحكم وبذلك تصح الرياضة تربية قبل أن تكون نتيجة.

### خلاصة:

إن إدراج التربية البدنية والرياضية وممارستها في جميع مراحل الحياة على اختلاف أنواعها وأشكالها، بطابعها التكويني أو التنافسي أو الترويحي، من بين المواضيع التي ينادي بها كثير من القائمين والمختصين في هذا المجال لها أهمية قصوى ومنفعة كبيرة للفرد في كل المجتمعات، وإن اختلف بعضهم حول العديد من القضايا فيها، فإن معظمهم إن لم نقل كلهم يتفقون على أهمية الأنشطة الرياضية لجميع شرائح المجتمع. ولقد اهتم الباحثون بمراحل الفرد، ولقد اجتهد الكثير منهم في الحديث عن مرحلة المراهقة باعتبارها منعرج خطير في حياة الفرد، لما تتميز به من تغيرات سريعة ومفاجئة في النواحي النفسية والبدنية والعقلية والانفعالية، والتي تتأثر بمتغيرات عديدة تجعل المراهق يكتسب مهارات مختلفة، وكثيرا ما تكون هذه السلوكات سيئة نظرا لتنافيها مع القيم الأخلاقية والسلوكية المتعارف عليها في الحياة الإنسانية، من بينها السلوك العدواني الذي كان موضوع دراستنا هذه، محاولين فيها إبراز التأثير الإيجابي لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ المراهقين.

وإن النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان المقدم لأساتذة التعليم الثانوي، تبين أن ممارسة التلاميذ للأنشطة اللاصافية في هذه المرحلة تساعدهم على تصريف الطاقات وتوجيهها وحسن استغلالها، كما أنها تساعد بطريقة جيدة في التخلص من بعض السلوكات العدوانية ومن بين أهم النتائج:



\*إن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي خاصة والتربية البدنية والرياضية عامة تساعد التلاميذ على اكتساب العديد من المهارات من كل النواحي البدنية، العقلية، الاجتماعية، الأخلاقية فهي تساعد التلاميذ على الاندماج الاجتماعي.

\*كناك فرق كبير بين التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي وغير الممارسين، من حيث التغيير الواضح في السلوك العام عند التلاميذ من قلة الفوضى، العشوائية، المشاركة الفعالة، الحيوية، النشاط.

\*أما السلوكيات العدوانية المنتشرة فإنها تختلف من عدوان جسدي، عدوان لفظي، غضب وعدوان غير مباشر، وهي تظهر بكثرة خلال الرياضات الجماعية مقارنة بالرياضات الفردية.

\*كما أجمع معظم الأساتذة على أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي نجدهم دائما أقلية عدوانية، وأكثر تفهما واستيعابا للنصائح والإرشادات مقارنة بزملائهم غير المشاركين في الأنشطة اللاصفية.

### الخاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا هذا حاولنا إظهار مدى التغيير الإيجابي لسلوك التلاميذ المراهقين أثناء مشاركتهم في الأنشطة اللاصفية.

فكانت الفكرة الرئيسية التي استخلصناها، استنادا على الدراسات التطبيقية التي أجريناها باستعمال مقياس السلوك العدواني) تحليل الذات الموجه للتلميذ (وبعد التحليل واستخلاص النتائج، وجدنا أن المراهق يمر بمرحلة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته، إذ يتعرض لتغيرات فيزيولوجية واضطرابات نفسية، فيقع في صراع مع نفسه ومع غيره، وقد يسلك سلوكيات لا يرضاها المحيطون به.

لهذا يستوجب على المراهق المشاركة في الأنشطة اللاصفية التي تساعد على تحقيق التكيف مع المحيط الذي يعيش فيه، فالممارسة المستمرة للأنشطة اللاصفية لها تأثير فعال على المراهق لأن هناك نوع من تحقيق التوافق الجسمي والنفسي في آن واحد، وهذا ما ينصح به المختصون النفسيون على وجوب إدراج الأنشطة الرياضية اللاصفية في المقررات الدراسية.

إن ممارسة التربية البدنية والرياضية عامة، والأنشطة اللاصفية خاصة، تساعد الفرد المراهق على تكيف سلوكه مع المواقف الصعبة، وابتعد بصفة إيجابية عن السلوكيات المنحرفة فيكون مثالا قدوة في المؤسسة والمجتمع ككل.

ومن خلال المعطيات النظرية والتطبيقية، توصلنا في هذا البحث إلى الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية في الأبعاد الأربعة للعدوان (الجسدي، اللفظي، بعد الغضب، عدوان غير مباشر) بين المجموعة التي تمارس الأنشطة اللاصفية والمجموعة غير الممارسة لصالح التلاميذ الممارسين.

ومن خلال هذه النتائج يتبين لنا أن ذلك التأثير الكبير الذي تلعبه ممارسة الأنشطة اللاصفية في التخفيف من السلوك العدواني لدى التلاميذ المراهقين، وما يمكن الإشارة إليه في الأخير هو أن هذه النشاطات الرياضية وحدها لا تكفي لمواجهة هذه الظاهرة الخطيرة التي بدأت تنتشر شيئا فشيئا في المؤسسات التربوية، بل يجب تظافر جهود الجميع ومحاولة معالجة هذه الظاهرة بطريقة واعية وخطة مدروسة.

### الاقتراحات والتوصيات:

انطلاقا مما توصلنا إليه من خلال تحليل المعطيات والنتائج التي تثبت أهمية وقدرة التربية البدنية والرياضية عامة، والأنشطة اللاصفية خاصة على تهذيب سلوك الفرد، وتسوية شخصيته من خلال قدرته على التحكم في الميول والانفعالات، وتفادي السلوكات المنحرفة وخاصة العدوانية منها فإننا نقترح ما يلي:

\* إعداد برنامج يخص الأنشطة الرياضية اللاصفية من طرف مختصين في الميدان الرياضي التربوي تعتمد على مبادئ علمية مع مراعاة مراحل نمو الفرد مع كل التغيرات التي تحدث له.

\* جعل فضاء واسع لممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية من خلال الاهتمام والتشجيع من طرف الجميع من داخل المؤسسات التربوية ومن خارجها، وذلك برصد جوائز وهدايا تشجيعية من أجل جعل المراهق يدرك أهمية المنافسة الشريفة والتحلي بالمبادئ السامية.

\* إعطاء الأولوية للأنشطة الرياضية من خلال توفير ظروف النجاح للمراهق ترويا ورياضيا، وذلك يكون بتسهيل انضمام التلاميذ إلى النوادي الرياضية، لأن الطاقة الزائدة عنده إن لم يجد طرق سوية لصرفها فإنها قد تكون عاملا من العوامل الرئيسية في ظهور السلوك العدواني.

\* توفير الجو الملائم للتلميذ داخل وخارج المؤسسة التربوية، حتى يستطيع أن يتكيف مع مرحلة المراهقة دون حدوث أزمات، وهذا ما يساعده على ضبط سلوكه العدواني أثناء ومختلف الحصص التعليمية.

\* الدعم والتشجيع من طرف الوالدين والمسؤولين للتلاميذ على ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف أنواعها، وذلك لخلق نوع من الدافعية والحماسة لدى الأطفال) التلاميذ (لتفادي ظهور السلوك العدواني نتيجة الكتب والانعزال الذي يعاني منه التلاميذ جراء انعدام أماكن الترفيه والتنفيس.

\*استعمال الأسلوب الديمقراطي في التعامل مع التلاميذ داخل الحصّة، والاعتماد على الطرق الحيويّة،  
النشيطة أثناء التدريس ومحاولة تفهم متطلبات كل مرحلة من العمر حسب السن والجنس.

# الفصل الثالث

سورة الطه  
عزراة الراضى

## مدخل:

بعد تطرقنا في الفصلين السابقين للسلوك العدواني وما يرتبط به ففي هذا الفصل سيحاول الباحث التعرّج عن العدوان في الرياضة وهذا نظرا لنوعية الحصة والمتمثلة في حصة التربية البدنية والرياضية التي تعتمد أساسا على اللعب ومن هذا وجب على الباحث تقصي هذا النوع من العدوان حيث عرف هذا الأخير منذ القدم، أي أن الرياضة قديما لم تخلو أبدا من العدوان نظرا للأهداف التي كانت ترمي لها الرياضة سابقا وبالرغم من تطور أفكار العامة والخاصة في هذا الميدان إلا أن العدوان لم يختفي في عصرنا الحديث نظرا لتعقد هذه الظاهرة وكذا لصعوبة تحديد الأسباب المباشرة في ظهورها لذلك حاول الباحث أن يشير للنظريات التي تفسر هذا العدوان عند الرياضي وهي مستقاة من النظريات المذكورة في الفصل الفارط وفي الأخير يعرج الباحث للأسباب والعوامل التي تزيد في حدة هذا السلوك.

## 2/ مفهوم العدوان في الرياضة:

لقد تعددت التعاريف فيما يخص السلوك العدواني في الرياضة إلا أنها تتفق في مجموعها في تعريف واحد على أنه ذلك السلوك الذي يهدف إلى محاولة إصابة أو إحداث ضرر أو إيذاء لشخص آخر أي أن اللاعب أثناء المنافسة يسعى لإيقاع الضرر والأذى بالمنافس بقصد نية أي داخل قانون اللعبة أو بسوء نية أي خارج إطار قانون اللعب ولهذا وجد الباحثين مشكلات في تحديد تعريف فاصل للسلوك العدواني حيث أنهم لم يستطيعوا أن يضعوا خطأ فاصلا بين العدوان الذي يمكن أن نحتمله ونتجاوز عنه أو وبين العدوان الضروري لبقائنا واستمرار حياتنا والعدوان المدمر والمخرب (1).

إلا أنها وجدت بذلك مجهودات لمحاولة إلقاء الضوء على مفهوم العدوان في المجال الرياضي ومن 1980 ، وأورليك " 1979 وقد شرح هذا الأخير " سيلفا Silva بين المحاولات المعتبرة محاولة العدوان الرياضي على حسب الغاية والهدف من إتباع اللاعب هذا السلوك واستطاعوا تقسيمه إلى ثلاثة أنواع من العدوان الرياضي وهم كالتالي:

## 1/2 أنواع العدوان الرياضي:

### 1/1/2. العدوان العدائي:

إن السلوك العدائي هو ذلك السلوك الذي يهدف الفرد منه إلى محاولة إصابة كائن حي آخر لإحداث الألم أو الأذى أو المعاناة للشخص الآخر وهدفه التمتع والرضا بمشاهدة الأذى والألم التي لحقت بالفرد (...)

ويضيف " أدروم :يكون السلوك العدواني كغاية في حد ذاته عندما يكون الهدف منه :هو إلحاق الضرر أو الأذى النفسي أو البدني نحو الآخرين مع الشعور بالتمتع والرضا نتيجة لذلك" (2) ، وقد يحدث مثل هذا العدوان في المجال الرياضي في العديد من المواقف التنافسية مثل قيام مدافع كرة القدم بمحاولة إصابة منافسه بقدمه عقب محاولة منافسة تخطيه بالكرة، أو محاولة لاعب كرة السلة دفع منافسه باليد للسقوط على الأرض أثناء مراقبته له

(1)أسامة كامل راتب :علم النفس الرياضة، مفاهيم وتطبيقات، ط2 ، دار الفكر العربي، ص 207

(2)- Richard .B, Aldron : Manuel de psychologie de Sport, Ed. Vigot, Paris, 1986, p204.

وهذا ما نلاحظه جليا في حصة التربية البدنية والرياضية من خلال محاولة التلميذ إسقاط زميله أثناء المنافسة أو أثناء اللعب خاصة في حالة عدم انتباه الأستاذ وهو يستعمل هذا السلوك من أجل التمتع وزميله يتألم.

## **2/1/2.العدوان الوسيلى:**

وهو الذي أشار إليه " سيلفا "إلى أن العدوان كوسيلة يتضح عندما يهدف إلى إلحاق الأذى بشخص آخر ولكل ليس بغرض التمتع والرضا نتيجة ذلك ولكن بغرض الحصول على تدعيم أو تعزيز من الخارج كتشجيع الجمهور أو رضا المدرب(1) ، ويضيف " حسن خليل " أي أن هذا :السلوك العدواني وسيلة لغاية معينة (2).

ونلاحظ هذا السلوك أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ من خلال محاولة التلميذ المراهق إبراز نفسه أمام أستاذه وزميلاته وزملائه في الفوج من خلال محاولة الاستحواذ على الكرة ونزعها من زميله لتحقيق غايته وهي الاستيلاء على الكرة من أجل التعالي أمام زملائه وخاصة زميلاته أي أن سلوكه العدواني توجد له غاية من ورائه ولكن الموقف لا يرتبط بانفعال الغضب.

إن كلا من العدوان الرياضي العدائي و الوسيلى يعتبران من بين السلوكات غير السوية وأنهما نوع من العدوان السلبي لأن أضرارها وخيمة بالفرد وكذا بالرياضة بصفة عامة.

أما خلال حصة التربية البدنية والرياضية فإن هذه السلوكات تحرف من الهدف المسطر لهذه الحصة التي هي ذات هدف تربوي بحت.

وفي ضوء ذلك أشار الباحثين في مجال علم النفس وعلى رأسهم " سيلفا "إلى نوع من السلوك يطلق عليه السلوك العدواني الجازم وهو نوع من السلوك يختلف اختلافا واضحا عن السلوك العدائي.

## 3/1/2/ السلوك العدواني الجازم (الإيجابي):

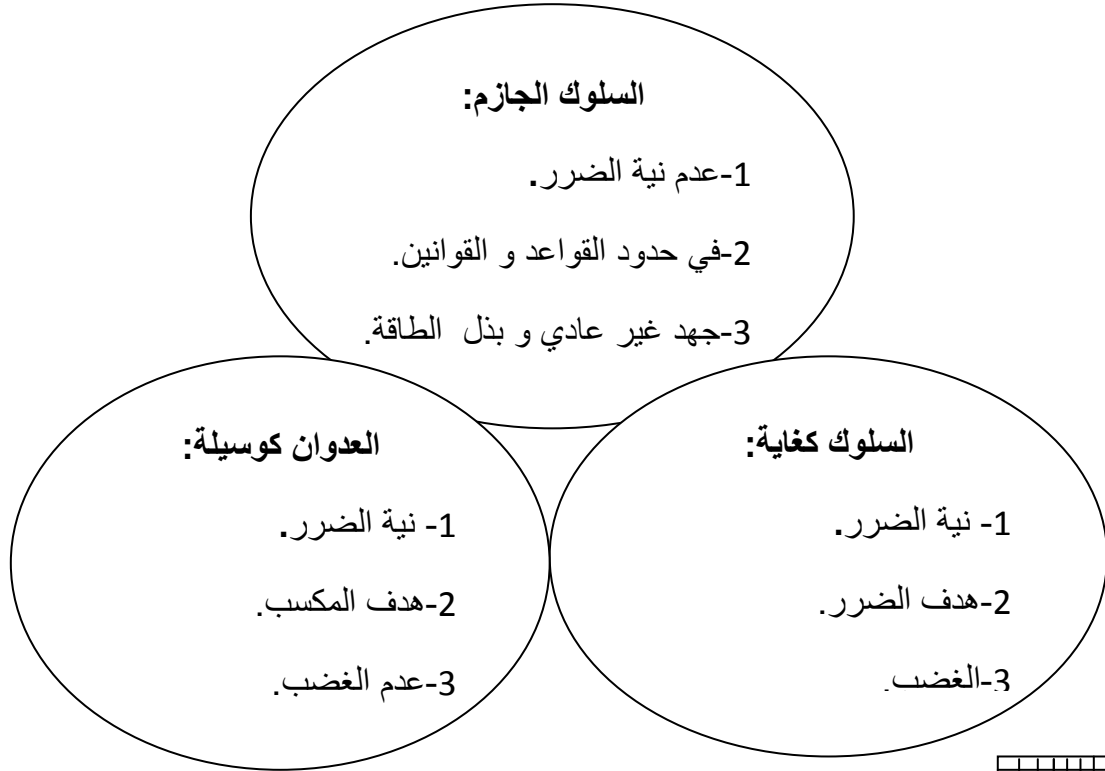
وهو ذلك السلوك اللفظي والبدني الذي يتميز به اللاعب والذي يقصد إظهار مقدرة وطاقته بدنية فائقة من أجل تحقيق الفوز (3) ، والذي يتميز بالقوة والشدة والحزم والتصميم والكفاح في إطار لوائح

وقوانين معترف بها (1) ، حيث أنه لا يقصد منه إيقاع الأذى بشخص آخر فهذا السلوك العدواني هو إيجابي نظرا للهدف المراد منه ومن أمثلة ذلك لاعب كرة القدم الذي يسدد الكرة على المرمى بقوة، أو لاعب كرة السلة الذي يؤدي التصويب على الحلقة من خلال ضرب الكرة بقوة على اللوحة أو لاعب كرة الطائرة الذي يؤدي الضربة الساحقة بقسوة بالرغم من إمكانية أن يكسب النقطة بأداء تمريرة عادية.

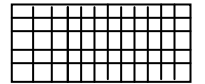
وفيما يلي سنقدم نماذج تبين التداخل بين السلوكيات العدوانية الثلاثة والتي قدمها "سيلفا Silva" أنظر

الشكل رقم (1)

**شكل رقم: (1)** يوضح الصعوبات المحتملة للتمييز بين العدوان كغاية والعدوان كوسيلة والسلوك الجازم



منطقة الغموض.



ويقدم "Orlick أورليك 1983" شرحا لمفهوم العدوان على أساس درجة السلوك العدواني البدني المتوقع من اللاعب، حيث يرى إمكان تصنيفه إلى فئات خمس كما يلي:

جدول: (1) يوضح فئات السلوك العدواني البدني المتوقع من اللاعب نبعاً لدرجة العدوان  
(1).

فئة السلوك العدواني	اتجاه العدوان	الدافع الأساسي للسلوك العدواني
العنف	ضد الإنسان	إلحاق الأذى بالآخرين على نحو يتسم بالقوة و القسوة بالاعتين، مع الشعور بالمتعة و الرضا بمشاهدة الألم الذي يلحق بالآخرين.
العدوان المدمر.	ضد الإنسان	إلحاق الأذى أو توجيه الضرر أو الإصابة بشخص آخر مع الشعور بالمتعة نتيجة ذلك.
العدوان التعبيري	موجة للذات	الشعور بالمتعة و الرضا نتيجة الضرب، أكثر من الشعور بالرضا نتيجة إلحاق الأذى أو توجيه الضرر لآخرين.
العدوان كوسيلة	نحو الهدف	تحقيق هدف أو إنجاز واجب معين، فهو وسيلة لغاية معينة و ليس غاية في حد ذاتها أي لا يتضمن الهدف في عين ذاته إلحاق الأذى بالآخرين أو التمتع بمشاهدة الألم أو الأذى الذي لحق بهم من جراء السلوك العدواني نفسه.
العدوان غير المتعمد	الغير مقصود	يحدث الضرر مثل إصابة المنافس بالصدفة ودون وجود هدف أو التمتع من جراء ما حدث
السلوك الجازم	نحو الهدف	تحقيق الهدف من الأداء بكفاءة وفاعلية في إطار القواعد والقوانين الخاصة باللعبة أو الرياضة، ولا يتسم السلوك بالعدوان أو النية لتحقيق السلوك العدواني.



### 3/. العدوان كسمة وكحالة:

لقد أشار الكثير من الباحثين إلى أنه يمكن تقسيم العدوان في ضوء عامل الموقف إلى نوعين إحداهما وفتي وأخرى مرتبطة بالفرد وهما:

#### 1/3 العدوان كحالة:

ويعتبر العدوان حالة "انتقامية" أو وقتية لدى الفرد وتختلف في شدتها وتتغير من وقت لآخر.

#### 2/3 العدوان كسمة:

وتفسر على أساس الفروق الفردية الثابتة نسبيا والمميزة للشخصية من حيث اختلاف الناس في نزعتهم نحو السلوك العدواني في مواقف متعددة ومختلفة.

وقد يبدو العدوان كسمة لدى الأفراد الرياضيين الذين يتصفون بالسلوك العدواني في عدد كبير نسبيا من المواقف سواء في مواقف المنافسات الرياضية أو أثناء تعاملهم مع الآخرين في الحياة اليومية، كما وقد يبدو العدوان كحالة لدى الأفراد الرياضيين الذين يلاحظ عليهم الأداء العدواني في مواقف المنافسات الرياضية في حين تجد أنهم نادرا ما يقومون بمثل هذا السلوك في مواقف أخرى في الحياة اليومية(1).

وقد نلاحظ العدوان كحالة في حصة التربية البدنية والرياضية من خلال التلميذ الذي يتبع العدوان أثناء اللعب بغرض نزع الكرة أو هزم المنافس ولكن لا يتصف بهذا السلوك خارج الحصة. أما العدوان كسمة فينطبق على التلميذ الذي يرى أن السلوك العدواني هو الحل الذي يلجأ إليه لوصول غاياته في أي مشكلة أو هدف يريد تحقيقه إما أثناء الحصة أو أثناء حياته اليومية.

#### 4/نظريات السلوك العدواني الرياضي:

لقد رأينا أنفا نظريات السلوك العدواني وقمنا بتعريفها وربطناها بالجانب النفسي الاجتماعي أما الآن فسوف نتطرق إلى النظريات التي لها علاقة مباشرة بالجانب الرياضي وأهمها ما يلي:

#### 1/4/نظرية الإحباط:

رأينا أن الإحباط يتناسب طرديا مع العدوان حيث أنه كلما زادت فرص إحباط الفرد كلما زادت فرص ظهور وزيادة العدوان وكلما قلت فرص الإحباط قل معها السلوك العدواني، والإحباط ناتج عن وجود عائق يمنعك عن الوصول إلى حاجاتك أو غاياتك أو يمنعك من الوصول إلى هدفك(1) ، ويرى بعض الباحثين في مجال علم النفس الرياضي أن هذه النظرية قد توضح بعض أنواع السلوك العدواني في الرياضة وخاصة عندما يقوم

اللاعب بإعاقه منافسه عن تحقيق هدفه عندئذ يصاب اللاعب بالإحباط الذي يدفعه لسلوك عدواني نحو منافسه، وقد تنتقل عدوانيته على بديل آخر في حالة أن الإحباط يتأثر بقوة Bakker" عدم قدرته على العدوان على مصدر الإحباط(2) ، ويضيف" باكار الدافع من حيث شدة الرضا عن النتائج في تحقيق المكسب أو اليأس عن النتائج في الخسارة فالمكسب تدفعه أشياء ثانوية قد تكون التشجيع الخارجي أو دعم مادي(3).

#### 2/4/نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة):

ويعتقد أنصار هذه النظرية من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي أن الأنشطة الرياضية التي تتضمن درجة كبيرة من الاحتكاك البدني يمكن أن تكون بمثابة متنفس للسلوك العدواني(4) ، وهذا ما أشار إليه الباحثون، للمراهقين من أجل تعلم استخدام التنفيس الانفعالي من الطاقة الانفعالية المكبوتة وذلك عن طريق التمارين الرياضية كالعاب(5) ، لأنه من أنماط الصراع الرمزي الذي يركز أساسا على العدوانية المنظمة والمقبولة اجتماعيا(6).

ويرى المختصين أن الرياضي فرد يمكن أن يتسامى بعدوانيته فيترع إلى ممارسة الرياضة حسب ميوله واستعداده وهو محرر اجتماعي مقبول فالرياضة على النحو السابق قناة من القنوات التي يتقبلها المجتمع كوسيلة للتنفيس ولعل الدوافع العدوانية التي يرى بعض العلماء أنها غريزة بيولوجية فطرية. (7)

#### 3/4/نظرية التعلم الاجتماعي: إن هاته النظرية تنظر للسلوك العدواني عكس نظرة أصحاب نظرية

الإحباط العدواني، فهي تنظر إلى أن السلوك العدواني هو سلوك مكتسب نتيجة لعملية التعلم الشرطي أي حدوث رباط شرطي بين مثير واستجابة ولم يكن هناك علاقة من قبل ويمكن اكتسابه عن طريق مشاهدة الآخرين وهم يعتدون(1) ، وهو بذلك: ذلك السلوك العدواني الذي يتعلمه اللاعب كما يتعلم أي نوع من أنواع السلوكات الأخرى ومن ثم فإن التعزيز الإيجابي للسلوك العدواني للاعب أو عدم إنزال العقاب بفاعله يمكن أن يدعم في ظهور السلوك العدواني في المستقبل.

#### جدول رقم (2) يوضح الأفكار الرئيسية لنظريات العدوان في الرياضة.(2)

النظرية	الأفكار الرئيسية
نظرية الغريزة (التنفيس)	1-يعتبر العدوان دافعا فطريا بيولوجيا 2-ينظر إلى العدوان ك مجال للتنفيس عن الانفعالات

المكبوتة. 3-تعتبر الرياضة مخرجا اجتماعيا مقبول لتنفيس العدوان.	
1-العدوان نتيجة طبيعة للإحباط. 2-ترتبط قوة الميل إلى العدوان بمدى قوة، درجة وعدد الإحباطات. 3-العدوان لا يخدم كمتنفس ضد المؤيد من العدوان.	نظرية الدافع (الإحباط)
1-تعتبر الحاجة إلى العدوان استجابة متعلمة. 2-العدوان يولد المزيد من العدوان. 3-العدوان لا يخدم كمتنفس ضد المزيد من العدوان.	نظرية التعلم الاجتماعي

(1) محمد حسن علاوي: مرجع سابق، ص 23

(2) أسامة كامل راتب: مرجع سابق، ص 219

## 5/العوامل المثيرة للعدوان:

### 5/1/الإحباط:

يرى الباحثون في المجال الرياضي أن الإحباط يلعب دورا هاما في العدوان فهو يستثير الغضب ويتيح حالة من الاستعداد للقيام بسلوك عدواني وكما أن مستوى الغضب أو العدوان الناتج عن الإحباط يتأثر بقوة الدافع من حيث شدة الرضا الناتج عن تحقيق المكسب أو اليأس الناتج عن الخسارة(1).

### 5/2/الشعور بالألم:

ويمكن ملاحظة ذلك عند إصابة لاعب لمنافسه إصابة بدنية أو محاولة إصابته نفسيا عن طريق السخرية منه وشعور هذا المنافس بصورة عدوانية اتجاه اللاعب المسبب في حدوث هذا الألم(2).

### 5/3/المهاجمة أو الإهانة الشخصية:

عندما يهاجم أو يهان شخص ما فإنه قد يكون في موقف مثير ومشجع على السلوك العدواني اتجاه الشخص الذي قام بمهاجمته أو إهانته.

ويظهر ذلك جليا في المنافسات الرياضية من بعض اللاعبين ضد منافسهم كنتيجة لمهاجمتهم بعنف من هؤلاء المنافسين أو كنتيجة لشعورهم بالإهانة منهم.

#### 4/5/ الشعور بعدم الراحة:

أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الشعور بعدم الراحة مثل التواجد في أماكن مزدحمة أو مكان مغلق أو سكن غير مريح أو التواجد مع جماعة غريبة عن الفرد وغير ذلك من المواقف التي تثير لدى الفرد الضيق، وعدم الراحة يمكن اعتبارها من العوامل التي تشكل نوعا من الضغوط على الفرد وبالتالي قد تسهم في إثارة السلوك العدواني لديه(3).

#### 6/أسباب السلوك العدواني في الرياضة:

##### 1/6/أسباب مرتبطة بخصائص المنافسة الرياضية:

إن المنافسة الرياضية ما هي إلا نشاط يحاول فيه اللاعب إحراز الفوز حيث يحاول كل رياضي إحباط محاولات المنافس لتحقيق هدفه وفي الوقت الذي يسعى فيه المنافس لتحقيق الهدف أو أهداف متشابهة، وبذلك فهي تحمل في طياتها الكسب والخسارة، وهذا الفشل يمثل خبرة إحباط تجعل الرياضي أكثر تهيأ لظهور السلوك العدواني فالإحباط لا يعتبر السبب المباشر للعدوان بل أنه يؤدي إلى تعريض الفرد على العدوان أو ما يسمى بالدافع العدواني الذي يعزز بدوره السلوك العدواني(1).

##### 2/6/عوامل مرتبطة بخصائص الأنشطة الرياضية:

هناك أنشطة رياضية تحمل بين طياتها خصائص نفسية تشجع العدوانية حيث من المفترض أن هناك أنشطة رياضية تتميز بدرجة عالية من العدوانية، فمنها التي تسمح قوانينها بالاحتكاك المباشر (أنظر الشكل (2)

أما فيما يخص حصة التربية البدنية والرياضية وبرنامجها فإنها لا تسهم الأنشطة الرياضية التي تسمح بالعدوان المباشر، فالتربية البدنية خاصة في الأنشطة التي تشجع العدوان المباشر بدرجة محدودة.

شكل رقم 2: تصنيف الأنشطة الرياضية على أساس درجة العدوانية تبعا للقواعد والقوانين الخاصة لكل لعبة أو رياضة(1).

أنشطة رياضية تشجع العدوان المباشر	الملاكمة، المصارعة، الجودو، الكراتي، كرة القدم الأمريكية.

كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد.		أنظمة رياضية تشجع العدوان المباشر بدرجة محدودة.
كرة الطائرة، التنس.		أنشطة رياضية تتميز بالعدوان غير المباشر.
الغولف		أنشطة رياضية تتميز بالعدوان الموجه نحو الأداة.
التمرينات الحرة		أنشطة رياضية لا تتضمن العدوان المباشر أو غير المباشر.

### خلاصة:

من خلال هذا الفصل تبين لنا أن العدوان في الرياضة هو محاولة إصابة أو إحداث ضرر أو إيذاء لشخص آخر، وهو ذو حدين إيجابي وسلبي وهذا طبقا للهدف المراد منه، وقد حاول الباحثون التطرق للنظريات التي درست هذا السلوك ومن بينها نظرية التنفيس التي تجعل من الرياضة متنفسا لهاته السلوكيات ومن بين النظريات أيضا نظرية الإحباط والتعلم الاجتماعي التي يرى أنصار هاته الأخيرة أن العدوان هو سلوك مكتسب أما أنصار نظرية الإحباط فيرى أن العدوان نتيجة لطبيعة الإحباط، وأن هذا السلوك هو نتيجة عوامل كثيرة تحفز في ظهوره قبل وأثناء المنافسة التي تجعل اللاعب أكثر استعدادا وتأهبا لهذا السلوك وعلى رأس هاته العوامل عامل الإحباط الذي له علاقة مباشرة بالعدوان.

الفصل الرابع

الموافقة

يعتقد العلماء والباحثون أن دراسة فترة المراهقة لاعتبارات مدرسية، إلا أن ذلك لا يمنع من دراسة تلك المرحلة لاعتبارات عملية نفعية تجعلنا أقدر على التعامل مع المراهق من جهة، وعلى فهمه

وفهم ذواتنا والأصول النفسية من جهة أخرى.

فالمراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغيرات

عقلية وجسمية، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم، وقلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة

أنها فترة عواصف وتوتر وشدة "ستانلي هول" إلى النمو الانفعالي والتخيل، حيث وصفها وتكتنفها

الأوهام النفسية، وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق وعلى هذا الأساس يجب دراسة الظواهر النفسية والسلوكية للمراهق، وكذا ما يحدث في جسمه

من تغيرات فيزيولوجية وعقلية وانفعالية وعاطفية إدراكا لما قد ينجر عنها من نتائج سلبية أو إيجابية.

فهذه الفترة قد تكون المحطة الأخيرة للفرد كي يعدل أو يتم تكامل شخصيته في ظل الخبرات

الديناميكية الجديدة في حياته.

ومن هذا المنظور ارتأينا في هذا الفصل التطرق لمختلف أنواع المراهقة ومشاكلها وخصائصها حتى يتسنى لنا الإلمام بجميع جوانب الموضوع

2/ مفهوم المراهقة.

يؤكد العلم الحديث أن مرحلة المراهقة هي منعطف خطير في حياة الإنسان، وهي التي تؤثر طيلة

حياته على سلوكه الاجتماعي والخلقي والنفسي، ولذلك لا بد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية

والسلوكية التي تعترى الكائن البشري أثناء هذه الفترة العصبية من حياته الانفعالية لاتصالها اتصالاً وثيقاً

بسعادته أو بؤسه أو بصورة أدق وأشمل بسلوكه الاجتماعي

فالمراهقة هي عملية الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب، وتتميز بأنها فترة بالغة التعقيد

لما تحملها من تغيرات وعضوية ونفسية وذهنية تجعل من الطفل كامل النمو، وليس للمراهقة تعريف دقيق

ومحدد، فهناك العديد من التعاريف والمفاهيم الخاصة بها

على أنها المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتمال "البهي فؤاد السيد" فتعرفها النضج،

والمراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي بذلك عملية بيولوجية حيوية

في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها

، فالمراهق بهذا المعنى هو الذي يدنو من الحلم... غشى أو لحق أو دنى: وراهق بمعنى واكتمال

1) النضج .

فيرى أن كلمة مراهقة مشتقة من الفعل "مصطفى فهمي" أما "Adolescérre" اللاتيني

أو "Grow up" 2) ومعناها التدرج نحو النضج الجنسي والبدني والعقلي والانفعالي . أنه الغلام الذي قارب الاحتلام ولم يحلم بعد "معجم متن اللغة" ومن الناحية اللغوية يعرف فهو

3) مراهق وراهق، وهي مراهقة وراهقة .

بمعنى تدرج نحو النضج ويقصد به مجموعة "راهق" وكلمة مراهقة مشتقة من الفعل



4) من التحولات الجسدية والنفسية التي تحدث ما بين الطفولة والرشد .  
وقد يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج والاكتمال

. من النواحي النفسية والعقلية والجنسية والبدنية

( 275، ص 1975، القاهرة، 4الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، ط : البهي فؤاد السيد -1) .  
غير . 27، ص 1989أثر السلطة الأبوية على النمو الاجتماعي للمراهق، مذكرة ليسانس، معهد علم النفس وعلوم التربية، الجزائر، :صالح العبودي -2)  
(منشورة

( 21، ص 1965، بيروت، 1متن اللغة، مكتبة الحياة، ط : أحمد رضا -3) .

(21مرجع سابق، ص :محمد حسن علاوي وسعد جلال -4) .

ويعرف "Ausbel" المراهقة على أنها الوقت الذي يحدث فيه التحول البيولوجي  
هي التدرج نحو "المراهقة": وهناك من يخلط بين البلوغ والمراهقة لذا يجب التمييز بينهما  
النضج

يقصد به نضج الأعضاء الجنسية واكمال وظائفها، فمن خلال ذلك "البلوغ" والاكتمال، و  
يتضح لنا

1) أن البلوغ يقصد به جانب واحد من جوانب المراهقة .

أما عن السن الذي يحدث فيه البلوغ فإنه يختلف باختلاف الجنس والظروف الاجتماعية  
والمناخية

التي يعيش في وسطها المراهق، وفيما يخص الفرق بين الجنسين فإن هذه التغيرات تحدث  
عند البنات

سنة، كما ينبغي الإشارة إلى أن هناك 12 في سن مبكرة ولا تحدث عند الأولاد غالبا قبل  
فروق فردية

.واسعة بين الأفراد في سرعة نموهم واكمال نضجهم

ومرحلة المراهقة هي المرحلة النمائية، أو الطور الذي يمر فيه الناشئ وهو الفرد غير الناضج  
جسميا وانفعاليا، عقليا واجتماعيا، نحو بدء النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي

ومن خلال جميع هذه التعاريف نقول أن مرحلة المراهقة هي مرحلة انتقالية بين الطفولة  
والرشد،

تتميز فيها التصرفات السلوكية بالعواطف، والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة، وعلى العموم من السهل تحديد بداية المراهقة ولكن من الصعب تحديد نهاياتها وتعتبر من المراحل الحساسة في حياة الفرد، وذلك لما يحدث فيها من تغيرات نفسية وفيزيولوجية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في مراحل لاحقة من عمره.

أنواع المراهقة. 3/1/

في الواقع أنه ليس هناك نوع واحد من المراهقة، فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الاجتماعية والجسمية والنفسية والمادية، وحسب استعداداته الطبيعية، فالمراهقة إن كانت تختلف من فرد لآخر،

كذلك تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق، فهي في المجتمع البدائي تختلف

2) عنه في المجتمع المتحضر، كذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي . ومن هنا نستطيع تمييز أنواع المراهقة التالية

( 87مرجع سابق، ص :عبد الرحمن عيسوي -1).

95نفس المرجع، ص :عبد الرحمن عيسوي -2).

المراهقة المتكيفة. /

هي المراهقة الهادئة نسبيا تميل إلى الاستقرار العاطفي، وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة،

وغالبا ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة، كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له، ولا يسرف

في أحلام اليقظة والخيال أو الاتجاهات السلبية

(المنطوية)المراهقة الإنسحابية . / 2/3

تتميز بالانطواء والعزلة والتردد والخجل والشعور بالنقص، وعدم التوافق الاجتماعي، ويصرف

فيها المراهق جانبا كبيرا من تفكيره إلى نفسه وحل مشاكله والتفكير في الجانب الديني،  
والتأمل في القيم  
الروحية والأخلاقية، كما يسرف في الاستغراق في أحلام اليقظة، وخيالات مرضية، يؤدي به  
إلى محاولة  
مطابقة نفسه بأبطال الروايات التي يقرأها أو يشاهدها في وسائل الإعلام المختلفة.

### المراهقة العدوانية. / 3/3

والتي يكون فيها المراهق تائرا متمردا على السلطة الأبوية أو سلطة المجتمع الخارجي، كما  
يميل  
إلى تأكيد ذاته، ويظهر السلوك العدواني إما بصفة مباشرة أو غير مباشرة، فيتخذ صورة العناد  
ويرفض  
1) كل شيء .

### المراهقة الجانحة. / 4/3

تشكل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني، وتتميز بالانحلال الخلفي والانهيار  
النفسي،  
حيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع ويدخلها في بعض الأحيان في عداد الجريمة أو  
المرض النفسي  
2) أو العقلي .

### أزمة المراهقة. / 4

(الشباب) المراهقة فترة من العمر تتميز بالفوضى والتناقض، يسعى من خلالها الفرد  
إلى الاستقلالية واكتساب هوية جديدة، كما تتميز بالتمرد ضد سلطة الأسرة والمؤسسات  
الاجتماعية  
القيود "كسر" الأخرى، بأشكال مختلفة كرفض سلطة الوسط العائلي خاصة سلطة الكبار، و  
التي تربطه  
بالطفولة.

( 155، ص 1979 النمو النفسي للطفل والمراهق، أسس الصحة النفسية، دار الشروق، جدة، :محمد مصطفى زيدان - 1 ) .  
( 156 نفس المرجع، ص :محمد مصطفى زيدان -2 ) .

كما يحاول المراهق دائما اجتياز تلك الأزمات والتوترات النفسية عن طريق ميكانيزمات دفاعية

متنوعة، كالاهتمام بالنشاطات الرياضية

ويرى العديد من الباحثين أن أزمة المراهقة التي تتميز بالقلق والكآبة وعدم الاستقرار، تظهر تقريبا

:سنة، وتحدث بصفتين 15 في حدود سن

.إنها تدريجية، حيث أن المراهق يستوعب بعض الأفكار غير المفهومة خلال مرحلة الطفولة -  
ثم تنفجر الأزمة بصفة خطيرة، ويعود سببها إلى الإحساس الشديد بالخوف والخطأ -  
والخجل، كما

ترتبط أزمة المراهقة بمستوى الذكاء الذي يصل إليه الفرد، فكلما ارتفع هذا المستوى انتابه .  
1)القلق أكثر

:أشكال أزمة المراهقة. /5

تتخذ الأزمة التي يمر بها الفرد أثناء المراهقة أشكالا متنوعة، فيمكن أن تظهر على شكل تمرد  
ضد

السلطة الأبوية أو المجتمع أو على شكل تبعية للعادات والتصورات الاجتماعية السائدة  
إن سعي المراهق نحو التحرر والاستقلالية يعني الرغبة في تحقيق الذات والتخلص من التبعية  
الطفلية، التي تفرضها الأسرة والمدرسة والمجتمع ككل، تسبب له الضيق والانزعاج والاحتقار  
2) من قدراته .

:العوامل النفسية الاجتماعية لأزمة المراهقة. /6

:تأكيد الذات. / 1/6

يتمرد المراهق على الوسط العائلي ويظهر ذلك إما على شكل سلوكات عنيفة وانتقادات  
موجهة

ضد أفكار وأخلاق الكبار والأولياء أو على شكل صورة من الشفقة عليهم من خلال إحساسه  
بالتفوق،

ومن جهة نظر التحليل النفسي، الرغبة في تأكيد الذات والاستقلالية هي الدافع الأساسي الذي يؤدي بالمرهق إلى عدم تقبل الأنماط الفكرية الأبوية، ويزداد ذلك حدة عندما يكشف أن سلطة الوالدين غير مطلقة.

إن تضارب قيم الأسرة بقيم جماعة المراهقين يسبب إهانة نفسية وجرح نرجسي عميق، تعد هذه

المشكلة من بين تناقضات المراهقة الناتجة عن رفض صور الآباء وعدم الامتثال لقوانين الأسرة.

إن المراهق الذي يتميز بالميل نحو التحرر يجد نفسه مقيدا بجماعة الأقران، هذا من جهة ومن جهة

أخرى شعوره بقيمته كشخص مستقل حر في سلوكه وأفكاره ما زال خاضعا لسلطة الأولياء فيقول

"أن الحاجة إلى تأكيد الذات والشعور بعدم الاهتمام والتفاهم من طرف  
"E.Restinberg":

"...الأولياء عبارة عن مميزات أساسية لمرحلة المراهقة

:البحث عن الأصالة. / 2/6

غالبا ما تعتبر عملية البحث عن الأصالة على الرغبة في تحطيم القوالب السابقة، والابتعاد عن قيم

الأولياء والأسرة، فالنضج الفيزيولوجي واستيقاظ العواطف والرغبات الجديدة تجعل المراهق يشعر حقيقة

.بأنه ولد من جديد لأنه لم يتوصل بعد إلى فهم مغزى التحولات التي يعيشها

:البحث عن الهوية. / 3/6

في المجتمعات التي تتميز بالتغيرات السريعة، يجد الشاب صعوبات كبيرة في الامتثال للقيم الاجتماعية السائدة، فالإحباط والصراعات النفسية التي يعيشها الفرد هي نتاج مباشر

للتحويلات

وسيلة دفاعية "عملية الرجوع إلى الأصل" التي تمس النظام الثقافي التقليدي، فيمكن اعتبار  
وملجأ ضد

القلق والتوتر السيكولوجي لدى المراهق "T. RECA" (لا يتكون هذا الشعور ( 1962  
حسب

بالهوية في المراهقة بسهولة، وذلك بسبب عدم تحديد الأدوار فيها، حيث لا يجد الشاب  
معايير ثابتة

(1) في عالم متميز بالحركة والتغير .

العوامل المعرفية. /7

تمثل هذه المرحلة عند المراهق مرحلة الخروج عند تقليد الوالدين والمربين، ودخوله طور بناء  
الشخصية وحل المشاكل الحياتية التي يتعايش معها كما تتميز بطرح المراهق لعدة تساؤلات  
حول وجوده

ومكانته في المجتمع، وتزداد شدة الأزمة في هذه المرحلة بظهور التفكير الطويل والتخيل  
والتخمين مما

يساهم في تحولها إلى أزمة نفسية، ولذلك هناك بعض العلماء يسمونها مرحلة .

(2) "الماورائيات"

(1) -Dominguez, Jordan D : Suicide Adolescent, N° 20 Décembre, 1993, P33-34.

(230) ص 1991 علوم التربية، المؤسسة الوطنية للكتاب، أحمد شيشوب - (2).

مشاكل المراهقة. /8

المرحلة) إن مشكلات المراهقة من المشاكل الرئيسية التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة  
(الثانوية

والسبب يعود إلى المجتمع نفسه والمدرسة والهيئات الاجتماعية والأسرة والنوادي، وكل  
المنظمات التي لها

علاقة بهذه الفئة، فكلها مسؤولة عن حالة القلق والاضطراب والعدوانية في حياة هؤلاء  
المراهقين

في الوقت الحالي، لهذا سوف نتناول مختلف المشاكل التي يتعرض لها المراهق

### المشاكل النفسية. / 1/8

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق، وانطلاقاً من العوامل النفسية ذاتها، التي تبدوا واضحة في تطلع المراهق نحو التجديد والاستقلال وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق

والأساليب، فهو لا يخضع لأمر البيئة وتعاملها، وأحكام المجتمع، وقيمه الخلقية والاجتماعية، بل أصبح

يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله، وعندما يشعر المراهق أن البيئة تتصارع معه، ولا تقدر موقفه ولا

تجش إحساسه الجديد، لذا فهو يسعى دون قصد لأن يؤكد لنفسه وثورته وتمرده وعناده، فإذا كانت

كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدراته ومواهبه، ولا تعامله كفرد مستقل، ولا تشبع

1) في حاجته الأساسية، في حين فهو يحب أن يحس بذاته وأن يعرف الكل بقدرته وقيمه .

### المشكلات الانفعالية. / 2/8

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحاً في عنف انفعالاته وحدتها واندفاعها، وهذا الاندفاع الانفعالي، ليست أسبابه نفسية خالصة بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية، فإحساس المراهق بنمو

جسمه، وشعوره أن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال وصوته قد أصبح خشناً، فيشعر المراهق بالفخر

وكذلك في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو الطارئ، كما يتجلى بوضوح خوف المراهق

من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها والتي تتطلب منه أن يكون رجلاً في سلوكه .

2) وتصرفاته

### المشاكل الاجتماعية. / 3/8

إن مشاكل المراهقة تنشأ من الاحتياجات السلوكية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع والمدرسة كمصادر للسلطة

( 73، ص 1، 1971مشكلات المراهقين في المدن والريف، دار المعارف، القاهرة، ط :ميخائيل خليل عوض -1 .  
( 72 نفس المرجع، ص :ميخائيل خليل عوض -2 .

**4/8** :الأسرة كمصدر للسلطة.

إن المراهق في هذه المرحلة يميل إلى الحرية والاستقلالية والتحرر من عالم الطفولة، وعندما تتدخل

الأسرة في شؤونه فهو يعتبر هذا الموقف تصغيرا له من شأنه واختبارا لقدراته، كما أنه لا يريد أن يعامل

معاملة الصغار لذلك نجد ميل المراهق إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من آراء وأفكار، ولا يستقبل

كل ما يقال له بل تصبح له مواقف وآراء يتعصب لها أحيانا

إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والتراعات الموجودة بينه وبين أسرته، وتكون نتيجة هذا الصراع إما خضوع وامتنال المراهق أو تمرده وعدم استسلامه

**5/8** :المدرسة كمصدر للسلطة.

المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق معظم وقته، والسلطة المدرسية تتعرض

لثورة المراهق فالطالب يرى أن السلطة المدرسية أشد من سلطة الأسرة، فلا يستطيع المراهق أن يفعل ما

يريد في المدرسة خضوعا وامتنالا للقوانين الداخلية لهذه المدرسة، ولهذا فهو يأخذ مظهرا سلبيا للتعبير

عن ثورته كاصطناع الغرور أو الاستهانة بالدرس وقد تصل الثورة أحيانا لدرجة التمرد والخروج  
1) عن السلطة المدرسية لدرجة تصل إلى العدوان .

**6/8** :المجتمع كمصدر للسلطة.

الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة، يميل إما إلى الحياة الاجتماعية وإما إلى العزلة



فالبعض

منهم يمكنهم عقد صلات اجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب الأصدقاء،

والبعض الآخر يميل إلى العزلة والابتعاد عن الآخرين لظروف اجتماعية ونفسية، وكل ما يمكنه القول

في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح والاندماج الاجتماعي لا بد أن يكون محبوبا من طرف

2) الآخرين وأن يشعر بتقبل الآخرين له .

مشكلة الرغبات الجنسية. / 7/8

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد إلى الجنس الآخر، ولكن أحيانا تقف التقاليد حائلا

أمام رغباته الداخلية، فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقه الدوافع الفطرية الموجودة

مرجع سابق، :ميخائيل خليل عوض - (1).

عند المراهق اتجاه الجنس الآخر وإحباطها، وقد يتعرض لانحرافات وسلوكات لا أخلاقية، بالإضافة

إلى لجوء المراهقين إلى طرق ملتوية لا يقرها المجتمع

المشاكل الصحية. / 8/8

من المتاعب التي يتعرض لها المراهق هي السمنة، فقد تكون سمنة بسيطة مؤقتة، لكن إذا ازدادت

وكانت كبيرة يجب الاعتماد على نظام الحماية باستشارة أخصائي فقد تكون وراءها اضطرابات هرمونية

1) للغدد، كما يجب عرض المصاب على طبيب نفسي .

النزعة العدوانية. / 9/8

من المشاكل الشائعة بين المراهقين النزعة العدوانية على الآخرين من زملائهم، وتختلف

## أشكالها

مثل:

(العدوان الجسدي واللفظي) الاعتداء بالضرب والشتم على زملاء \* .

الاعتداء بالسرقة \* .

الاعتداء بإلقاء التهم على الآخرين \* .

أن غالبية المراهقين يعانون من صراعات متعددة وهي "عزت محمد راجح" ويرى الدكتور

كما يلي:

صراعات بين مغريات الطفولة والرجولة \* .

صراع بين شعوره الشديد بذاته وشعوره بالجماعة \* .

صراع جنسي بين الميل المتيقظ وتقاليد المجتمع أو بينه وبين ضميره الخلقي \* .

صراع ديني بين ما تعلمه من شعائر وبين ما يصوره له تفكيره الجديد \* .

صراع عائلي بين التحرر من سلطة الأسرة وقيودها، وبين رغبته في الاعتماد على الأسرة في \*

قضاء

حاجاته.

صراع بين مثالية الشباب وبين الواقع \* .

صراع بين جيله وبين الأجيال السابقة \* .

2) صراعات بين أهداف متعارضة في الداخل يرغب في تحقيقها في آن واحد \* .

(220، ص 1974 المراهقة وسن البلوغ، دار المعارف للطباعة والنشر، بيروت، محمد رفعت -1).

(273 أصول علم النفس، دار القلم، بيروت، لبنان، ص: أحمد عزت راجح -2).

## خصائص ومميزات المراهقة. /9

يؤدي الانتقال من المدرسة الأساسية على الثانوية إلى إطار الشعور بالنضج والاستقلال،

ومرحلة

المراهقة تختص عن باقي مراحل النمو في حياة الفرد بشيء هام ألا وهي التحولات أو

التغيرات التي تطرأ

عليه من الناحية الجسمية، العقلية، النفسية، الانفعالية، الاجتماعية والحركية والتي تؤثر بصورة

بالغة على

حياته في المراحل اللاحقة

لذلك من أجل مساعدة هؤلاء للخروج من هذه المرحلة أصحاء معافين، ارتأى الباحث أن يلم بهذه الجوانب التي يتعرض لها المراهق، كون المعرفة والإلمام بها له أهمية خاصة للعاملين في ميدان التربية

البدنية والرياضية، وبالتالي تحديد ميولهم واحتياجاتهم الأساسية

الخصائص الجسمية والفيزيولوجية. / 1/9

إن الخصائص الجسمية للمراهق تظهر من ناحيتين، ناحية فيزيولوجية تشمل نشاط الغدد والأجهزة الداخلية التي ترافق بعض الظواهر الخارجية، والناحية الجسمية العامة والتي تشمل الزيادة

، وينعكس ذلك على اتساع الكتفين والصدر وطول الجذع ومحيط (1) في الطول والوزن

الردفين وطول

الساقين.

وتمتاز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج حيث يزداد الطول والوزن وتنمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في سرعة النمو في جميع جوانب الجسم، كذلك

تؤدي هذه السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة ويؤدي ذلك إلى اضطراب .

(2) السلوك الحركي

ففي المرحلة الممتدة يرى من سن - سنة تظهر الزيادة والنمو عند المراهقين في الطول 14

11

والوزن باختلاف الجنس، فنجد في مراحل معينة أن البنات يكن أطول من الأولاد وكذا أكثر

منهم

(3) منه عند الإناث 15 وزنا، في حين يفوق متوسط وزن جسم الولد وطوله بعد سن ال .

(141، ص 1، 1980 سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، ط : سعدية محمد علي بهادر -1).

(87 مرجع سابق، ص : عبد الرحمان عيسوي -2).

( 140مرجع سابق، ص :محمد حسن علاوي -3 .

وتشير متوسطات الطول والوزن التي أسفرت عنها دراسات الإدارة العامة للصحة المدرسية  
وتشير متوسطات الطول والوزن التي أسفرت عنها دراسات الإدارة العامة للصحة المدرسية

إلى النتائج الموضحة في الجدول التالي

السن متوسط الطول عند

(سم)البنين

متوسط الوزن عند

(كغ)البنات

متوسط الطول عند

(سم)البنين

متوسط الوزن عند

(كغ)البنات

**143.1 37.00 147 39.5 سنة 12**

**159.1 48.80 157.1 50.5 سنة 15**

**169.3 64.40 158.8 60.3 سنة 18**

**178 68.30 159.3 55.8 سنة 21**

\*يمثل الخصائص الجسمية للمراهقة ( 1 ) جدول رقم \*

ومن أهم التغيرات الجسمية في هذه المرحلة ما يسمى بالأعراض الجنسية الثانوية نتيجة نمو  
بعض

1(الغدد ) .

وقد يصحب ظهور هذه الأعراض المزيد من المشكلات التي تعترض الأفراد كخشونة الصوت  
أو السمنة أو النحافة، وغالبا ما تعزى أسباب ظهور الأعراض الجنسية الثانوية إلى نشاط الغدد  
الجنسية

.ونضجها بالإضافة إلى علاقتها بغيرها من الغدد كالغدة النخامية والغدة الدرقية

ويلاحظ أن هذه التغيرات الجسمانية والفيزيولوجية السابقة ترتبط بالعديد من التغيرات النفسية

2) والسلوكية التي تتميز بها هذه المرحلة .

كما يمتاز النمو الجسمي بنوع من عدم التوازن، فالجهاز العضلي يكون أسرع من نمو الجهاز العظمي، وربما كان هذا سببا فيما يبدو على المراهق من قابليته للتعب وعجزه عن القيام بمجهودات.

( 230، ص 2، 1994مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط :ميخائيل إبراهيم أسعد -1) .  
الأسس النفسية التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة، بيروت، بدون :عمر محمد الشيبانين -2) .

الخصائص الحركية. /

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة ومدى أهميته بالنسبة للنمو الحركي والجسمي، "GORKIN" تتميز بالاختلال 13 أن حركات المراهق حتى حوالي سن ال  
ويرى

في التوازن والاضطراب في نواحي التوافق والتناسق والانسجام، كما يؤكد أن هذا الاضطراب  
يحمل  
الطابع الوقتي إذ لا يلبث المراهق في غضون مرحلة الفتوة حتى تتبدل حركاته لتصبح أكثر  
توافقا

.وانسجاما عن ذي قبل.

، كما يرى(1) فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية "هومبورجر" أما  
في هذه الفترة أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية، إذ أنها تحمل "ميكلمان ونوبهارس"  
في طياتها

.بعض الاضطرابات التي تمتد إلى فترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي

كما يلاحظ على المراهق في هذه الفترة أن حركاته يميزها الكثير من الاضطراب والارتباك،  
وأبلغ

مثال عن ذلك ما يلاحظ أثناء المشي والجري، الزيادة المفرطة في الحركات، وتعني عدم  
القدرة

.على الاقتصاد الحركي ونقص هادفية الحركات والنقص في القدرة على التحكم الحركي

## 1/2/9: الارتباك الحركي العام.

نلاحظ أن حركات المراهق التي كانت تتميز بالتناسق والانسجام والسهولة، التي اكتسبها  
2) في غضون المراحل السالفة يعتبرها الكثير من الاضطراب والارتباك .

/ . 2/2/9: الافتقار للرشاقة

تتميز حركات المراهق بافتقارها لصفة الرشاقة، ويتضح ذلك جليا في تلك الحركات التي  
تتطلب

.حسن التوافق لمختلف أجزاء الجسم

/ . 3/2/9: نقص هادفية الحركات

لا يتوافر للمراهق تنظيم حركات لمحاولة تحقيق هدف معين، إذ يمكن ملاحظة أن حركات  
أطرافه لا تخضع لصفة الانتظام، ولا يستطيع حسن التحكم فيها، وخاصة بالنسبة لحركات  
الجسم

( 141مرجع سابق، ص: محمد حسن علاوي -1 .

( 2144، ص 1987، بغداد، 2التعلم الحركي، ترجمة عبد العالي نصيف، ط: كورت منيل-2 .

التي تسهم فيها حركات الذراعين والساقين، فنرى عدم استطاعة المراهق توجيه حركة أطرافه  
لتحقيق

هدف معين أو القدرة على أداء بعض الأنشطة الرياضية التي تتطلب قدرا كبيرا من الدقة .

1) والتوازن

/ . 4/2/9: الزيادة المفرطة في الحركات

كثيرا ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة لبعض الحركات الجانبية الزائدة،  
ويتضح ذلك عند ملاحظة يديه أثناء الجري، وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركاته وعدم  
قدرته

2) على الاقتصاد الحركي ونقص في هادفية الحركات .

/ . 5/2/9: اضطرابات القوى المحركة

في بعض الأحيان يجد المراهق صعوبة بالغة في استخدام قوته لكي تناسب الواجب الحركي،  
فنراه

يؤدي الكثير من الحركات باستخدام قدر كبير من التوتر والتقلص ويعني هذا افتقاره للاقتصاد في الجهد

. وعدم قدرته على ضبط القوى المحركة للعضلات

6/2/9 : نقص في القدرة على التحكم

على العكس من المرحلة السابقة نجد أن المراهق يجد صعوبة في اكتساب بعض المهارات الحركية

الجديدة، كما يظهر عليه الخوف بصورة أكثر وضوحاً من المرحلة السابقة ويسهم ذلك في إعاقة اكتسابه

. واستيعابه الحركات الجديدة

7/2/9 : في اللاسلوك الحركي العام (التضاد) التعارض .

يتسم المراهق بعدم الاستقرار الحركي الذي يظهر في القيام بمختلف الحركات غير المقصودة، فهو

يجد صعوبة في البقاء صامتا لفترة طويلة، فنجده دائم الحركة بيديه وينشغل باللعب بما يقع أمامه

من أدوات وأشياء، ونجده تارة يتحسس شعره وتارة يتحسس فمه وملابسه، وفي بعض الأحيان يؤدي

عدم الاستقرار الحركي إلى بعض الانتفاضات غير المنتظمة بالرأس أو الأكتاف وفي أحيان أخرى نلاحظ

3) اتسام حركاته بالتكاسل وتوصف عادة بالتشاغل والتواني .

( 274 مرجع سابق، ص : كورت منيل - 1 ) .

( 141 مرجع سابق، ص : محمد حسن علاوي - 2 ) .

نفس المرجع، : محمد حسن علاوي - 3 ) .

**15** أما في المرحلة ما بين

والاضطراب، وتأخذ مختلف النواحي للمهارات الحركية في التحسن لتصل إلى درجة عالية من الجودة

ويستطيع المراهق فيها سرعة اكتساب وتعلم الحركات وإتقانها وتثبيتها، إضافة إلى ذلك فإن عامل قوة

العضلات التي يتميز بها الفتى يساعد على ممارسة أنواع عديدة من الأنشطة الرياضية وكذلك مرونة

الفتاة في عضلاتها تساعدها على ممارسة الجمباز، كما يستطيع في هذه المرحلة الوصول بالتدريب إلى

أعلى المستويات من النجاح، أما من سن -سنة يصل إلى اكتمال الصفات البدنية كالقوة **21**  
**18**

1، العضلية والمرونة والرشاقة ويستطيع الوصول إلى أعلى مستوى رياضي .

/ **10**: النمو العقلي.

...، إن الحياة العقلية تتجه نحو التمايز، والذي يقوم على الذكاء والإدراك والتفكير والتخيل

. فالقدرة العقلية لدى المراهق تلعب دورا في تكوين صورة عن ذاته وتقييمه لها

والنمو العقلي من الخصائص المهمة، لأن فهم ومعرفة ما يحدث للمراهق على المستوى

العقلي

.يساعدنا على فهم شخصيته وتوظيف المعارف والمعلومات في العملية التربوية

وتشير معظم الدراسات أن منحنيات نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة قفزة سريعة

. كما هو الحال في النمو الجسمي

كما يلاحظ في هذه الفترة القدرة على اكتساب المهارات والمعلومات وعلى التفكير

والاستنتاج،

كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية بالوضوح، وتبدأ قدرة واستعدادات المراهق في

الظهور

2، خاصة في الانتباه والملاحظة والإدراك والنقد .

ويتضح ذلك بانتقاله من النمط المشخص إلى النمط المجرد، حيث نجد أن الطفل عندما

يستعمل

منطقه يستعين بالأشياء المحسوسة بينما المراهق يتعدى هذا المستوى من التفكير باعتباره



يستعمل المنطق

حتى في الأمور التي ليس لها علاقة بالمحسوس وبالخاص، معنى ذلك أنه يفهم ويدرك ما هو مجرد.

الدور الأكبر في بيان طبيعة النمو العقلي بكثير من الوضوح "جون بياجي" ويعود لنظرية بحيث

يحدده في المراحل التالية:

(143 مرجع سابق، ص: محمد حسن علاوي -1).

علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، ع: حامد عبد السلام زهران -2).

المرحلة الحسية الحركية يتم التعلم فيها بالأفعال والمعالجة اليدوية \*

المرحلة الرمزية أو مرحلة ما قبل العمليات ويحدث التعلم فيها باللغة والرموز \*

1) مرحلة العمليات المجردة ويتطور فيها التفكير المنطقي \*).

وتعتبر مرحلة العمليات المجردة من أهم المراحل التي يبدأ فيها المراهق ممارسة أكثر العمليات

المعرفية أو العقلية.

والقدرة على التفكير التجريدي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بفهم العلاقات الكيفية للأشياء، وتشكل

2) الجانب الهام والضروري من النضج الذهني والعاطفي).

:ومن الجوانب التي نتطرق إليها في خصائص النمو العقلي في هذه المرحلة ما يلي

./ 1/10 :الذكاء

بأنه القدرة العقلية "بيرت" هو القدرة العقلية العامة التي تبين المستوى العام للفرد، كما يعرفه

والمعرفية 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 لنضمن له بدء التعمق الدراسي

وبالأخص

(3) التوافق الدراسي الجيد .

/ 2/10 : الإدراك

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية، وعلى هذا الأساس

. وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي لا تقوم على البرهنة والإقناع

/ 3/10 : الانتباه.

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن الانتباه يزداد بشكل واضح في مداه ومدته ومستواه،

.وعليه فإنه يستطيع فهم مشكلات طويلة ومعقدة

( 147، ص 3، 1987 علم النفس التربوي، دار الفرقان للنشر والتوزيع، الأردن، ط : عبد الحميد نشواتي -1 .

( 241، ص 1، 1979 النمو التربوي للطفل المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، ط : كمال الدسوقي -2 .

ج، قسطنطي.م.محاضرات في علم النفس التربوي، د : محي الدين مختار -3 .

كما تعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة، وهناك عدة عوامل تؤثر

الاتجاه )، وتتمثل في الاستعدادات والاتجاهات العائلية (1) في السلوك الاجتماعي للمراهق الديني،

.وجماعة الرفاق والمدرسة (...العادات، التقاليد،

أنواع التحول في السلوك الاجتماعي للمراهق وكلها تدور حول الرغبة (2) "ميك" ويلخص

:في تحقيق الذات

.التنوع من التحول وعدم الاستقرار في الميول الاجتماعية إلى التحديد والعمق \*

.التحول من الثثرة وزيادة النشاط أيا كان إلى سلوك أكثر ضبطا واحتراما \*

.التحول من الرغبة في الارتباط بالأفراد إلى الارتباط بالمجموعات \*

\* التحول من عدم الاهتمام بمركز الأسرة الاجتماعي والاقتصادي كعامل مؤثر في العلاقات الاجتماعية

وتكوين أصدقاء واعتبار مترلة الأسرة اجتماعيا واقتصاديا عاملا مهما في تحديد العلاقات  
وتكوين  
الصدقات.

التحول من قبول أي نشاط يعطي فرصة لعلاقات اجتماعية إلى الاهتمام بأنواع النشاطات \*  
التي تتفق  
والمواهب الخاصة للمراهق.

وكثيرا ما يتعرض المراهق إلى الإحباط والصراع نظرا لكونه من جهة يريد أن يدخل مجتمع  
الراشدين، ويتحمل مسؤولياتهم، وهذا ما يجعل دوره الاجتماعي غير واضح، لأنه لم يعد طفلا  
ولا يعتبر

راشدا ويسعى في نفس الوقت لتحقيق ذاته والتحرر من سلطة الكبار، لذا يلجأ إلى اختيار  
صديق يفهمه،

3) يوجهه ويساعده في حل مشاكله .

/ 12 :النمو الانفعالي.

يشكل النمو الانفعالي جانبا أساسيا في عملية النمو في مرحلة المراهقة، وتعتبر دراسته هامة  
جدا

وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق، بل لتحديد وتوجيه مسار شخصيته ككل،  
والخوض

4) إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من عواطف وأفكار .

( 149مرجع سابق، ص :محمد حسن علاوي -1 ) .

( 178مرجع سابق، ص :عبد الرحمان عيسوي -2 ) .

( 302، ص 2، 1991سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، بيروت، ط :مصطفى فهمي -3 ) .

( 302مرجع سابق، ص :مخائيل إبراهيم أسعد -4 ) .

تتميز هذه الفترة بقلق انفعالي نتيجة التغيرات النفسية والاجتماعية، والتي تؤدي إلى القلق  
، ويلاحظ عدم الثبات الانفعالي للمراهق، متجليا في تحول سلوكه بين سلوك (1)الجنسي  
الأطفال

وتصرفات الكبار، وتغير شعوره بين الحب والكره، والشجاعة والخوف، ومن المظاهر

الانفعالية في هذه

المرحلة:

\*الاهتمام الشديد بالجسم والقلق للتغيرات المفاجئة في النمو، وقد ينجل البعض بسبب هذه

المظاهر

الجسمية.

\*مرحلة اضطراب انفعالي وحساسية شديدة للنقد وخاصة فيما يتعلق بمظهر الصوت والجسم،

ومحاولة

المراهق للتكيف مع هذه المتغيرات.

\*يهتم أفراد هذه المرحلة بمظهرهم الشخصي، ويحبون الملابس الزاهية وذلك لتعويض العيوب

الجسمية.

\*يبدأ في التخلص من الأنانية الفردية، التي كان يركز فيها نحو نفسه حتى يحصل على مكانة

في الجماعة.

\*. يتميز نموه الوجداني بحب أبطال التاريخ، فهو يتخذ منهم مثله العليا \*

\*. الرغبة في محاكاة الأفراد أكثر من الرغبة في الاستجابة لتوجيهات الكبار

\*. يزداد عنده الاعتزاز بالنفس

\*. في احتياج إلى وعي بالاتجاهات القومية حتى يكن حبه لزعمائه عن إدراك ووعي

/. **13**: النمو الأخلاقي للمراهق

لا يمكننا التعرض لأي موضوع يتعلق بالإنسان دون أن نتطرق إلى هذا الجانب المهم

والخطير،

فلقد ربط الرسول الكريم في حديث له أن الأخلاق لها علاقة وثيقة بالإيمان، وردا على سؤال

حول هذا

أي المؤمنين أفضل :سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم " :الموضوع وهذا نص الحديث

إيماننا ؟، فقال

2) "أحسنهم خلقا".

ولعل من بين أهم مظاهر الخلق الحسن احترام الآخرين مهما كانت صفتهم، سواء كان وليا أو

أستاذًا

أو صديقًا أو حتى منافسًا كي لا نقول عودًا ونبقى دائما في مجال التربية البدنية والرياضية  
فوجب علينا

تعزيز بعض المفاهيم وغرسها في نفس المراهق كي تسموا بخلقه وشخصيته، ومن بين هذه  
المفاهيم:

الخ... التسامح والصدق والتواضع والتعاون و

/ 14 :التغيرات النفسية.

إن التغيرات العنيفة التي تفاجئ المراهق تشد انتباهه إلى جسمه وتسبب له الكثير من القلق  
والاضطراب، ويمكن القول أن هذه الفترة تعتبر أزمة يعاني فيها المراهق، لذلك فإن هذا التغير  
الواضح

:على جوانب النمو الأخرى العقلية والوجدانية والاجتماعية يكون كما يلي

نقل سرعة النمو في القدرة العقلية نظرا لانشغال معظم طاقات المراهق البيولوجية \*  
والفيزيولوجية

بمواجهة مطالب النمو الجنسي السريع حتى أنه يشعر بالإرهاق إذا قام بمجهود عقلي وهنا  
ينبغي أن

.يراعى حجم الدروس وفيما يجب أن يكلف به المراهق من أعمال مختلفة

نلاحظ على المراهق في هذه الفترة زيادة الحساسية الانفعالية، قد يضطرب أو يشعر بالقلق \*  
بما يعتليه

من النمو الجسمي السريع، فيحس بأنه يحتال على الناس، وتقل ثقته بنفسه، ولذلك فهو كثيرا  
ما يميل إلى

.أحلام اليقظة، فهو يحتاج لأن يحصل على العزلة بعضا من الوقت

تختفي جماعات الأطفال التي كانت واضحة في المرحلة السابقة، ويحل محلها بعض \*

الأصدقاء من نفس

(1) الجنس .

15 / حاجيات ومتطلبات مرحلة المراهقة.

:تمثل أهم حاجيات ومتطلبات المراهق فيما يلي

1/15 /: الحاجة إلى الأمن

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى الحماية عند

2) الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية .

2/15 /: الحاجة إلى حب القبول

وتتضمن الحاجة إلى التقبل الاجتماعي الحاجة إلى أصدقاء، الحاجة إلى الشعبية، الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة ووحدة الهدف، والتجانس في الخبرات والألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين الأفراد،

(162 مرجع سابق، ص: محي الدين مختار -1).

(401 علم النفس النمو، مرجع سابق، ص: حامد عبد السلام زهران -2).

معرفة الأدوار في الجماعة وتحديدها، كل هذا يؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق من المراهقين بشكل

1) جيد .

3/15 /: الحاجة إلى مكانة الذات والانتماء

وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية والحاجة إلى

تحقيق الذات، لذلك فهو يريد أن يمدح ويشجع دوماً لأجل الشعور لقدرته على تحقيق الأعمال، الحاجة

إلى الشعور بالعدالة في المعاملة وكذا التقبل والحاجة إلى النجاح الاجتماعي والامتلاك .

2) والقيادة

ووسيلة إرضاء حاجة التلميذ إلى الانتماء أن يشعر بأنه ليس قائماً بمفرده، وإنما هو عنصر في جماعة يشعر فيها بوجود علاقات طيبة بينه وبين الآخرين، لذلك فمن العقوبة أن يخرج المعلم التلميذ

3) أمام زملائه ويعزله عن نشاطهم فواجب المدرسة أن تتيح للتلميذ فرصة العمل الجماعي .  
/ 4/15 : الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار.

وتحتاج إلى توسيع قاعدة الفكر والسلوك، وإلى اكتساب الخبرات الجديدة والحاجة إليها  
وإلى

تنوعها، الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات، فتظهر هذه الحاجة بالرغبة في الكشف ومعرفة  
حقائق

4) الأمور وحب الاستطلاع .

/ 5/15 : الحاجة إلى تحقيق الذات والحرية

وتتضمن الحاجة إلى النمو، الحاجة إلى التغلب على العوائق أو التفوق على الغير ومنافسته ،  
5

وتعني حاجة الفرد إلى إثبات وجوده في وسط الجماعة التي يعمل معها، وأن ذاته معترف بها  
ومحل تقدير.

أما حاجته إلى الحرية فتتمثل في نزعة أو دوافع مرتبطة بفرديته، وإمكانية تصرفه وتحمل  
مسؤولية

هذا التصرف، فالمراهق يتضايق من كل ما يعيق حريته في الحركة والكلام، وواجب المدرسة  
اتجاه هذه

6) الحاجة أن يتخذ المدرس موقفا موجها ويترك الحرية للتلميذ في العمل .

( 84، ص 1، 1982 النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، ط : محمد عماد الدين اسماعيل - 1 ) .

( 402 مرجع سابق، ص : حامد عبد السلام زهران - 2 ) .

( 40، ص 3، 1973 المراهق في المدرسة والمجتمع، المكتبة الأنجلومصرية، ط : أبو الفتوح رضوان - 3 ) .

( غير منشورة . 40، ص 2000، مذكرة ماجستير، الجزائر، 3 العلاقات الاجتماعية لتلاميذ الطور : زحاف خالد - 4 )

( 55، ص 1989 ج، الجزائر، م. نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية، د : محمد مصطفى زيدان - 5 ) .

( 399 مرجع سابق، ص : ميخائيل إبراهيم أسعد - 6 ) .

/ 16 : علاقة الأستاذ المربي بالمراهق.

علاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق، بدرجة يمكن اعتبارها  
المفتاح

الموصل إلى النجاح التعليمي أو فشله، إذ يعتبر التلميذ مرآة تعكس تأثيره بأستاذه، واقتدائه به،

فعلاقة الأستاذ بالتلميذ يجب أن تكون مبنية على أساس الاحترام والمحبة، لا على أساس السلطة والسيادة فالمعلم

الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصفة بناءة في حياة التلميذ، ومن الطبيعي أن يؤدي الأستاذ دوره

في توجيه المسار النهائي ويساعده على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها، ومساعدته على الصمود أمام

1) العراقيل والمشاكل في حياته الخاصة .

/ 17 : أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق.

لتوضيح هذه العلاقة ما علينا إلا أن نستند إلى بعض التجارب التي أقيمت من طرف بعض العلماء، حيث اهتم بعضهم بتأثير الجسد والتمرينات الحركية على القدرات العقلية والنفسية، التي تلعب

دورا هاما في عملية اندماج واحتكاك المراهق مع الجماعة، وهذا ما يسمح له اكتساب التوازن النفسي

والاجتماعي.

أن التلاميذ المتفوقون من حيث القوة البدنية "فزاز يارون وصاك" وحسب العالمان الروسيان من نفس السن، هم أكثر ديناميكية من حيث النشاط الرياضي والتحصيل الدراسي، كما لاحظ الباحث

"سان لويس" تلميذ للمدرسة الابتدائية والمتوسطة في 3500 على "روتر" النفساني بفرنسا، استنتج أن التلاميذ الذين يتحصلون على نتائج دراسية جيدة يتمتعون بنمو بدني جيد، ونفس الملاحظات أثبتت

2) على تلاميذ مراهقين في إحدى المدارس الألمانية في مدينة بون .

في اعتبار أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض "فروي" مع "ريتشارد أدلمان" ويتفق للقلق والتوتر الذي هو وليد الإحباط، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحول بصفة مقبولة، وبفضل اللعب

والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية،



## ومحاولة تطويره.

- ( 399مرجع سابق، ص :ميخائيل إبراهيم أسعد -1 .  
(2)-VAN SCHAGEN. KH : Role de L'éducation Physique dans le développement de la personnalité,P.U.F,Paris,1993,  
P379.  
196علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية، عالم الكتب، القاهرة، :محمد الأفندي -3 .

وهنا تكمن صعوبة وخطورة التسرع والأحكام الجزافية عند المراهق الناتجة عن تصور خاطئ لديه يبنى أساسا على تطور جسمه ونموه، الذي سبق وأن أشرنا أنه يكون قبل اكتمال نمه العقلي

والاجتماعي وبالتالي يظهر دور الأبوين والمربين والأصدقاء وحتى وسائل الإعلام والمحيط عموما،

في تأهيل المراهق وتحضيره لإدراك مرحلة الرشد دون مشاكل، من خلال إحلال التوازن المفقود بين

اختلاف سرعات النمو البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي لدى المراهق

كما تتميز هذه المرحلة بفتور نسبي في علاقة المراهق بأسرته وجميع الراشدين وميله إلى أقرانه تلبية

كما تتميز بمحاولته الانتصار على زملائه في ألعابهم وبمغالاته في "الرغبة الاجتماع عنده، منافستهم،

1) "وميله أحيانا إلى السلوك العدواني).

وباعتبار المراهق فردا من المجتمع فإنه يؤثر ويتأثر من خلال علاقاته المختلفة مع أسرته أو في مدرسته أو مع أصدقائه أو حتى من وسائل الإعلام والتي يمكن أن تبني شخصية سوية أو يتعلم

من خلالها سلوكا سيئا

وفيما يلي نذكر بإيجاز علاقة التلميذ بهذه الجوانب من محيطه الاجتماعي وما يمكن أن يساهم

:في اكتساب سلوك سوي وجازم

## / 1/18 :علاقة التلميذ بالأسرة

إن الأسرة بوصفها إحدى قنوات الثقافة السائدة تتبع العديد من الأساليب التي تؤثر في سلوك الأبناء، ولقد آثرنا الحديث عن هذه القناة المهمة باعتبارها المدرسة الأولى التي يتعلم فيها الأبناء الأنماط الحياتية ويكتسبوا فيها السلوكات المختلفة، ويكونوا من خلالها شخصياتهم المستقبلية، ونبين دورها

كعلاقة تؤدي إلى فهم أكثر لدراستنا، ومدى أثر تربية الوالدين في تشكيل سلوك الأبناء، فغياب أحدهما

يؤثر على تشكيل هذا السلوك، بالإضافة إلى أن وجود المناخ الأسري الذي يعتبر من أبرز العلاقات

المتصلة بالأبناء بصفة عامة، والتلاميذ بصفة خاصة، حيث أنه إذا كان الابن يعيش في جو أسري يسوده

الهدوء والاستقرار، فإنه يظهر أنماطا سلوكية مقبولة، أما إذا كان يفتقد من جو أسري يسوده (2) الاضطراب، فإنه يظهر أنماطا سلوكية مخالفة للقواعد الخلقية العامة .

( 232)أسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، مرجع سابق، ص :الهي فؤاد السيد - (1 .

( 183)الاضطرابات النفسية والمناخ الأسري، دار الآفاق العربية، بدون سنة، ص :محمود حسن شمال - (2 .

وتعد الأسرة من أهم القنوات التي تؤثر على سلوك التلميذ كإكتسابه للخصائص المطابقة لجنسه، لا سيما عند الذكور، فإذا كان الأب يتسم بالعنف وبعض الصفات الخشنة فإن الابن يتحلى أو يقلد هذه

الصفات حيث يعتبر والده مثله وقدوته، ويلجأ إلى تقليد سلوكاته وتسليط العدوان على إخوته وفيما يلي نوضح علاقة التلميذ خارج أسرته، في المؤسسات التعليمية التي تعتبر (وأصدقائه) . المصدر المهم

:الثاني في حياته في هذه المرحلة

## / 2/18 :علاقة التلميذ بالمؤسسات التربوية.

تعد المؤسسات التربوية من القوى الثقافية المهمة في تشكيل سلوك التلميذ وبناء شخصيته،

وتكوين علاقات اجتماعية مختلفة، ومن بين العوامل التي تساهم في اكتساب هذه الشخصية هو تفاعل

التلميذ مع المدرسة ومع الأستاذ ومع أقرانه من التلاميذ، وفيما يلي نذكر هذه العلاقات المختلفة:

/ 1/2/18 :علاقة التلميذ بالمدرسة.

والتي تعد المصدر الأول في التشكيل السلوكي للتلميذ من الناحية الثقافية والمصدر الثاني لتربيته

بعد الأسرة، بصفته تتركب من عوامل ومعطيات تضبطها حتى تساعد على كسب العلاقة الوطيدة بين

من (الإطار التدريسي)المقررات الدراسية والكادر التدريسي " :التلميذ والمدرسة، ومن أهمها المعلمين

والإداريين بوصفهم نماذج منها أن تدمج سلوك التلميذ وفقا لتوصيات النظام التربوي، فإذا أخذنا

المقررات الدراسية نجد أنها لا تعدوا أن تكون وسيلة اتصال بين النظام التربوي والتلاميذ، إذ يتم

من خلالها إيصال الرسائل التي يحث عليها النظام التربوي وهي في الوقت نفسه تمثل انعكاسا لتوجهات

.المجتمع في الحياة

ومن المعروف أن البيئة المدرسية تمثل البيت على نطاق أوسع، وهي أكثر ثباتا وأشد خضوعا لتطورات المجتمع، فكثيرا ما يشعر التلميذ ببعض الرهبة، لذا فإن المدارس في الوقت الحالي تحاول إزالة

الشعور ومنح التلميذ أكبر فرصة ملائمة في البيئة المدرسية الجديدة، وذلك من خلال ما تهيئه من ألوان

مختلفة من النشاطات الاجتماعية التي تساعد المراهق على النمو واكتمال النضج، كالاشتراك في النوادي

المدرسية، حيث تعتبر إحدى الوسائل التي تحقق التنشئة الاجتماعية للمراهق وتضيف جوا ملائما لممارسة

النشاط الحر في أوقات الفراغ.

./ 2/2/18 :علاقة التلميذ بالأستاذ

يعد الأستاذ المنشط المباشر والأساسي لمواقف تلاميذه في الحصة، وعلاقة التلميذ المراهق بأستاذه

تلعب دورا أساسيا في بناء شخصيته بدرجة أنه يمكن اعتبارها المفتاح الموصل إلى نجاح العملية التربوية

مرآة تعكس حالة الأستاذ المزاجية واستعداداته (التلميذ) أو فشلها، إذ يعتبر هذا الأخير وانفعالاته، فهو

إن أظهر روح التفتح للحياة والاستعداد للعمل بكل جد وحزم، فإننا نجد نفس الصفات عند التلاميذ،

وإن كانت غيرها فإن النتيجة تكون مطابقة لصفاته، وإذا كان المعلم يميل إلى السيطرة واستعمال القوة

في معاملته للتلميذ فإن النتيجة تكون حتما سلبية حيث يميل التلميذ إلى الانسحاب والانحراف والعدوان.

وبما أن الأستاذ طرف مهم في العملية التعليمية، فإن أهميته هذه ترتبط ارتباطا وثيقا بمدى تكيفه

النفسي ومدى تلاؤمه مع الوسط المدرسي، وكثير من الدراسات التي تؤكد أثر التكيف السريع للأستاذ

في نمو التلاميذ حيث أن صحته النفسية تؤثر سلبا أو إيجابا على سلوك التلاميذ

كما أن العلاقة بين التلميذ المراهق والمدرس تتحد بكون المدرس بديلا عن الأب وبالتالي

يصبح

المحور الذي تسقط عليه الانفعالات وتوجه نحوه العدوانية والعنف والنفور  
لذا فالعلاقة التي تربط الطرفين يجب أن تكون مبنية على أساس الصداقة والاحترام والمحبة لا  
على  
أساس السلطة والسيادة، فالمعلم الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصورة بناءة في  
سلوك  
1) تلاميذه .

(399 مرجع سابق، ص: ميخائيل إبراهيم أسعد -1).

### خلاصة

المراهقة مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد، وتعتبر من المراحل الحساسة وذلك لما يحدث  
فيها من  
تغيرات فيزيولوجية وجسمية ونفسية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في المراحل التالية من عمره  
وتتسم بمحاولة وصول المراهق إلى التوافق النفسي الاجتماعي والاندماج الاجتماعي قصد  
تحقيق  
الذات، والحصول على مكانته الاجتماعية، وذلك بالاستقلال الانفعالي والاقتصادي عن  
الأسرة، أي  
الانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس، والانتماء إلى جماعات، وذلك حتى  
يكتشف  
قواه الحقيقية، ويفهم ميوله ورغباته واهتماماته الأساسية، وبالتالي يتقبل ذلك ويثق في نفسه  
ويلبي  
حاجاته من الأمن وتحقيق الذات  
واستخلصنا كذلك العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع المراهق للإقبال على ممارسة  
النشاط  
البدني الرياضي، حيث أن الدافع هو مثير داخلي يحرك سلوك الفرد، ويوجهه لتحقيق إشباع  
حاجة معينة

أو لإعادة التوازن لحالته الداخلية، ومن بين الطرق الأكثر ملاءمة لتحقيق ذلك هو الاشتراك  
في النشاطات الرياضية

وفي الأخير بينا تأثير العلاقات المختلفة للمراهق على سلوكه العام

الجانب الثالث

الجانب التطبيقي

# الفصل الأول

## الطرق المنهجية للبحث



1/ متغيرات البحث .

1/1 / المتغيرات المستقلة

هي تلك المتغيرات التي يتناولها الباحث بالتجريب في الدراسات العلمية المختلفة، أو هي تلك الموضوعات التي تدور حولها التجارب البحثية وفي هذا البحث الذي نحن بصدد القيام به، المتغير المستقل هو النشاط الرياضي اللاصفي، وذلك بغض النظر عن البرنامج أو نوع النشاط المقدم.

2/1 / المتغيرات التابعة

هي تلك المتغيرات التي لا تخضع لتحكم الباحث، ويمكن التعبير عنها بالبيانات أو النتائج المحصل عليها من خلال التجربة.

:وفي هذا البحث لدينا المتغير التابع هو السلوكيات العدوانية التي يديها التلاميذ والمتمثلة في

الغضب\*4العدوان غير المباشر\*3العدوان اللفظي\*2العدوان الجسدي\*1

:منهج البحث .2/

نظرا لطبيعة موضوع بحثنا ومشكلته المتعلقة بالعدوانية لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية، اعتمد

الباحث على المنهج الوصفي الذي يقوم علة دراسة وتحليل وتفسير الظاهرة من خلال تحديد خصائصها

وأبعادها، ووصف العلاقات الموجودة بينها، وذلك بهدف الوصول إلى وصف علمي .

1)متكامل

حيث يحاول الباحث معرفة مدى تأثير ممارسة النشاطات الرياضية اللاصفية في المؤسسات التعليمية على تعديل سلوكيات التلاميذ، واتباعنا لهذا المنهج كان بغرض توضيح تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع.

3/ :مكان الدراسة .

\*ثانوية مالك بن نبي، حيث عدد التلاميذ المتمدرسين بها 1200 تلميذا، أخذنا منها عينة

البحث المتمثلة في التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي وهذا بسبب عدم وجود أساتذة قادين لمادة التربية البدنية والرياضية.

\*المتقنة ابن خلدون، حيث عدد التلاميذ المتمدرسين فيها 880 تلميذا، وأخذنا منها الجزء الأول من عينة البحث المتمثلة في التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي، وهذا راجع إلى ضغط البرنامج الساعي حيث الخروج على الثانية عشر، والدخول مساء على الواحدة زوالاً.

\*ثانوية غالمي عبد القادر، حيث كان عدد التلاميذ المتمدرسين فيها 1020 تلميذاً وأخذنا منها العينة الثانية، والمتمثلة في التلاميذ الذين يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي.

\*ثانوية أحمد علي، حيث كان عدد التلاميذ المتمدرسين فيها 980 تلميذاً وأخذنا منها العينة الثانية والمتمثلة في التلاميذ الذين يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي، وقد وقع اختيارنا لهذه المؤسسات وذلك نتيجة ملاحظتنا بعد الزيارات الاستطلاعية على المشاركات العديدة في النشاطات الخارجية.

ويعود اختيارنا لهذه المؤسسات إلى ما يلي:

\*تمثيل العينتين لمجتمع البحث) عينة تمارس النشاط الرياضي اللاصفي، وعينة غير ممارسة للنشاط اللاصفي

\*وجود أساتذة زملاء يسهلون مهمتنا.

\*قرب المسافة بين الباحث.

4/الدراسة الاستطلاعية:

بحكم العمل في ميدان التربية والتعليم لاحظنا وجود تجاوزات في تصرفات وسلوكات بعض التلاميذ، والتي تكون في أحيان كثيرة عدوانية أثناء مختلف الحصص التعليمية وقد تنتقل أحيانا كثيرة إلى خارج المؤسسة، لذا ارتأينا البحث عن وسيلة علاج تربوية تكون كفيلة بالتقليل من هذه الظواهر.

وقمنا بزيارة عدة ثانويات بغرض البحث عن العينة المناسبة (تلاميذ لا يمارسون النشاط الرياضي

اللاصفي (خلال الموسم الدراسي، فكانت ثانوية" ملك بن نبي "وثانوية" غالمي عبد القادر " و متفن " ابن خلدون" هي مكان الدراسة لهذه العينة في حين كانت ثانويتي " مالك بن نبي "و" أحمد عليلي "مكان الدراسة العينة التي تمارس النشاط الرياضي اللاصفي، كما قمنا بإجراء مقابلات شخصية مع كل من مديري الثانويات، مفتش التوجيه المدرسي، مستشار التربية، ومستشاري التوجيه المدرسي للثانويات الأربع، وكذا مع أساتذة التربية البدنية الرياضية، وتم طرح عدة أسئلة بخصوص سلوكيات التلاميذ فيما يتعلق بالسلوك العدواني عامة.

فمن الناحية النظرية ومن خلال المقابلات اشخصية والزيارات الميدانية اتتجنا أن ظاهرة السلوكيات العدوانية والانحرافات منتشرة بشكل كبير في أوساط التلاميذ لكن من الناحية الإدارية لا توجد إحصائيات لهذه الحالات، إلا القليل منها التي توجه إلى المجل التأديبي مسجلة إداريا.

5/عينة البحث:

قام الباحث بتحديد عينة لإجراء هذا البحث قدرت ب 10 تلميذا 7 تلميذا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي و 75 تلميذا لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي، والعينة مأخوذة من مجتمع

إحصائي الذي يمثل مجموع تلاميذ ثانويات ولاية عين الدفلى.

واختيرت العينة بطريقة عشوائية طبقية، ويعرفها" عبد المجيد عطية : "وهي التي يتم فيها تقسيم مجتمع الأصل إلى طبقات بناء على خاصية معينة، ثم يشق بطريقة عشوائية هذه المجموعات الأصغر

(المتجانسة عددا محددًا من المفردات 1)

وباختيار العينة العشوائية الطبقة الاثلة للمستويات الدراسية الثلاثة من الثانويات الأربع، حيث تعتبر العينة العشوائية الطبقة أكثر دقة في الاختبار العشوائي من العينات العشوائية البسيطة)

2

المستوى الأولي ثانوي الثانية ثانوي الثالثة ثانوي المجموع

المستوى	الأولى ثانوي	الثانية ثانوي	الثالثة ثانوي	المجموع
---------	--------------	---------------	---------------	---------

150	25	25	25	العينة 1
	25	25	25	العينة 2

\* جدول يمثل توزيع العينة حسب المستوى الدراسي \*

- 1. عبد المجيد عطية: استخدامات التحليل الإحصائي في بحوث الخدمة الاجتماعية، المكتب الجامعي، الإسكندرية، 1999 ، ص (19)  
-2. فتحي عبد العزيز أبو راضي: الطرق الإحصائية في العلوم الاجتماعية، دار الجامعة، 1998 ، ص 61

### 6/ تصميم الدراسة .

من أجل القيام بهذه الدراسة قمنا باستعمال المقياس الذي يقيس درجة العدوان موجه للتلاميذ، وكذلك استمارة استبيان موجه للأساتذة.

لأن الدراسات الوصفية غالبا ما يتم جمعها من خلال الاستبيانات والمقاييس وأساليب المشاهدة، حيث أصبحت الاختبارات والمقاييس من أكبر دعائم البحوث في هذه العلوم، ومن ثم فهي من أهم وسائل نموها وتطورها

### 1/6 / اختبار الصدق

يعد الاختبار صادقا إذا كان يقيس فعلا ما أعد لقياسه، أما إذا أعد لقياس سلوك وقاس غيره الصدق الفرضي، وصدق المحتوى، : لا تنطلق عليه صفة الصدق، وللصدق أنواع عديدة منها والصدق الذاتي

ويركز أيضا أنه يمكن حساب درجة الصدق عن طريق حساب نسب الاتفاق بين المحكمين، فكلما زاد عدد المحكمين الذين يوافقون على صلاحية الأداة والأسلوب لتحقيق أهداف هذه الدراسة دل

ذلك على أن نسب الصدق الظاهري عالي

على دكثرة في الاختصاص، وتم إجراء (الاستمارة) حيث قمنا بعرض المقياس والاستبيان بعض

التعديل بما يناسب موضوع البحث.

45 كما قمنا بدراسة أولية على أدوات الدراسة حيث وزعنا المقياس على عينة تتكون من  
من هؤلاء التلاميذ وجدوا % 90 تلميذا، ومن خلال المناقشة مع هؤلاء التلاميذ وجدنا أن  
معظم

العبارات المدونة في المقياس واضحة ومفهومة، وبذلك تأكدنا من الصدق الظاهري للمقياس  
والاستمارة.

(167، ص 1993 أساليب البحث التربوية، دار الفرقان، عبد الرحمان عدس -1).

(146، ص 1993 الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، عبد الحفيظ مقدم -2).

## / 2/6 : ثبات أدوات الدراسة

مدى الدقة والاتساق أو استقرار نتائج الاختبار فيما لو طبق على عينة من "يقصد بالثبات  
1) الأفراد في مناسبتين مختلفتين، على أن نصل إلى نفس النتائج تقريبا).  
وقمنا بحساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل الثبات الذي يمثل الارتباط الذاتي  
للمقياس.

\* وهناك طرق عديدة لحسابه كما بينها البهي فؤاد السيد

طريقة إعادة الاختبار

طريقة التجزئة النصفية \*

2) طريقة الصور المتكافئة \*

وقد اتبعنا في حساب ثبات مقياس السلوك العدواني طريقة إعادة الاختبار على مجموعة من  
أيام بين التطبيق الأول والثاني، حيث (8) تلميذا، بفاصل زمني قدره 45 التلاميذ تمثلت في  
كان معامل

(R) = 0.94 بمقدار ثقة يمثل 0.05 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدالة %.

الارتباط

مرحلة إجراء الاختبار على العينتين

تم وضع خطة محددة لإجراء الاختبار حيث تم العمل خلال يومين لكل مجموعة

التعرف على أفراد العينة، شرح الهدف من الاختبار، وكيفية إجرائه وضبط :اليوم الأول \*  
المتغيرات،

.وتحديد يوم إجراء الاختبار

تم توزيع المقياس على التلاميذ للإجابة على العبارات :اليوم الثاني \*  
أيام ( 8) أما الاستبيان فقد وزع على الأساتذة وتم استرجاعه بعد

7/ أدوات البحث .

1/7 / :تعريف المقياس

لقياس "محمد حسن العلاوي"مقياس السلوك العدواني المستعمل في هذه الدراسة، صممه  
عبارة ( 40 )العدوان العام كسمة، ويتكون المقياس من أربعة أبعاد للعدوان

---

( 152مرجع سابق، ص :عبد الحفيظ مقدم -1) .

519، ص 1978البهى فؤاد السيد، علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، -2) .

عبارات سالبة ( 4) عبارات منها موجبة أي في اتجاه البعد، و ( 6) عبارات، ( 10) بعد تمثله  
أي في عكس  
اتجاه البعد.

موافق) على قياس خماسي التدرج (القائمة)يقوم التلاميذ بالإجابة على عبارات المقياس  
بدرجة

كبيرة جدا، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، موافق بدرجة قليلة، موافق بدرجة قليلة  
)، جدا،

وذلك في ضوء تعليمات القائمة

: كما يلي (التهجم)عبارات بعد العدوان الجسدي \*

1، 13، 17، 25، 33، 37 : (في اتجاه البعد)العبارات الموجبة - .

5، 9، 21، 29 : (عكس اتجاه البعد)العبارات السالبة - .

: عبارات بعد العدوان اللفظي كما يلي \*

6، 10، 14، 22، 30، 38 : (في اتجاه البعد)العبارات الموجبة - .

2، 18، 26، 34 : (عكس اتجاه البعد)العبارات السالبة - .

: كما يلي (الاستشارة)عبارات بعد الغضب \*

11، 19، 23، 27، 35، 39: (في اتجاه البعد) العبارات الموجبة - .

3، 7، 15، 31: (عكس اتجاه البعد) العبارات السالبة - .

عبارات بعد العدوان غير المباشر كما يلي \*

8، 12، 20، 28، 32، 40: (في اتجاه البعد) العبارات الموجبة - .

4، 16، 24، 36: (عكس اتجاه البعد) العبارات السالبة -، ... (1)

حيث استعمل الباحث هذا المقياس في هدفه كما صمم، والذي يكشف عن أنواع السلوك  
العدواني عند

عبارة، حيث أن العبارات الموجبة تعني أن الفرد ذو طابع ( 40 ) الفرد، وأخذه بشكله العام  
يمتاز

بالخشونة والعدوان في نوع معين من أنواع السلوك العدواني، والعبارات السالبة تشيد إلى  
السلوك

السوي أي غير عدواني.

---

( 57، ص 1، 1998 سيكولوجية العنف والعدوان، مركز الكتاب للنشر، ط: علاوي محمد حسن -1 ) .

العبارات العبارة في المقياس عدد العبارات

العبارات

الموجبة

1، 6، 8، 10، 11، 12، 13، 14، 17، 19، 20، 22، 23، 25،

27، 28، 30، 32، 33، 35، 37، 38، 39، 40

24

العبارات

السالبة

2، 3، 4، 5، 7، 9، 15، 16، 18، 21، 24، 26، 29، 31، 34،

36

16

\*جدول يبين توزيع العبارات في المقياس\*

الاستبيان هو عبارة عن قائمة من الأسئلة التي من خلالها نستطيع إثبات أو نفي فرضيات البحث، ويستعمل كثيرا في بحوث العلوم الاجتماعية، وفي دراستنا هذه قمنا بوضع مجموعة من الأسئلة موجهة إلى الأساتذة للإجابة عنها، متعلقة بالسلوكيات العدوانية لدى التلاميذ، وعلاقات التلاميذ فيما بينهم، ودور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تهذيب سلوكه وهذه الاستمارة وضعت لتدعم المقياس من أجل إثبات أو نفي فرضيات البحث والإجابة على تساؤلات الإشكالية.

وقد تم تحكيم الاستمارة من طرف دكاترة من معهد علم النفس ومعهد التربية البدنية والرياضية،

وبعد تعديل وحذف بعض الأسئلة وضعت الاستمارة بشكلها الأخير



# الفصل الثاني

## تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد

إن أصل بحثنا هذا يهدف إلى معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ المراهقين، ويمكن الحصول عليه من خلال الفرق بين متوسطات نتائج المجموعة التي تمارس النشاط الرياضي اللاصفي والمجموعة التي لا تمارس النشاط الرياضي اللاصفي، وذلك باستخدام الطرق الإحصائية المناسبة.

الطرق الإحصائية 2/:

تمثلت الطرق الإحصائية المستعملة في هذا البحث بمعامل "R"، "ت ستودنت" معامل الثبات، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار الارتباط

النسبة المئوية، والتي نحصل عليها ممايلي

معامل الارتباط \*

= R

حيث:

عدد أفراد العينة = ن

مجموع القيم للمتغير س = مج س

مجموع القيم للمتغير ص = مج ص

مجموع مربعات قيم المتغير س = 2مج س

مجموع مربعات قيم المتغير ص = 2مج ص

مج س × . ضرب حاصل الدرجات المتقابلة في الاختبارات = ص

المتوسط الحسابي \*

مج س = م

ن

( 178، ص 1998، مكتبة دار الفكر، ط 4، مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس، ج: عبد الرحمان عيسوي - 1).

( 17 الإحصاء السيكولوجي التطبيقي، نفس المرجع، ص: عبد الرحمان عيسوي - 2).

س) ن مج  $\times$  مج س - (ص  $\times$  مج ص

(مج ص) - 2ن مج ص [ 2 (مج س) - 2ن مج س ] [

= T

\* الانحراف المعياري:

ع =

.درجة = س

.المتوسط الحسابي = 1س

.عدد أفراد العينة = ن

\* معامل الثبات:

= T

عدد الإجابات: النسبة المئوية \*  $100 \times$

العدد الكلي

عدد الإجابات = : التمثيل الدائري \*  $360 \times$

100

( 16 الإحصاء السيكولوجي التطبيقي، مرجع سابق، ص: عبد الرحمان عيسوي - 1).

( 141 مرجع سابق، ص: البهي فؤاد السيد - 2).

(1)

س<sub>1</sub> - س<sub>2</sub> (مج 2)

ن

(2)

م<sub>1</sub> - م<sub>2</sub>

ع<sub>1</sub> ع<sub>2</sub> - 22

(ن<sub>1</sub> - 1)

1 + 1

ن<sub>1</sub> ن<sub>2</sub>

م<sub>1</sub> - م<sub>2</sub>

(ن<sub>1</sub>  $\times$  ع<sub>1</sub> ن<sub>2</sub>) - (ن<sub>2</sub>  $\times$  ع<sub>2</sub> 2)

ن<sub>2</sub> + (ن<sub>1</sub> - 2)

(2)

تحليل ومناقشة نتائج مقياس السلوك العدواني ./3

النتائج

السلوك

العدواني

المجموعة الممارسة المجموعة غير الممارسة

Tمستوى

الدلالة

ع 2 م 1 ع 1 م

العدوان

الجسدي

0.01 دال 7.32 0.92 25.6 1.72 26.98

\*جدول يبين دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين في العدوان الجسدي\*

تحليل ومناقشة النتائج \*

من خلال نتائج الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين بالنسبة

لبعد

العدوان الجسدي، للمجموعة الممارسة للنشاط اللاصفي نلاحظ وجود فروق دالة إحصائية

حيث بينت النتائج على تفوق كبير وواضح للمجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير

عند ( 2.61 )المجدولة (ت)وقيمة ( 7.32 )المحسرية (ت)الممارسة، حيث بلغت قيمة

مستوى الدلالة

( 148 )عند درجة حرية ( 0.01 .

وهذا يدل على التأثير الكبير للنشاط الرياضي اللاصفي على العدوان الجسدي، فهو يستطيع

أن

يخفف منه بدرجة كبيرة عند الممارسين له، وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية الأولى

النتائج

السلوك

العدواني

المجموعة الممارسة المجموعة غير الممارسة

T مستوى

الدلالة

ع 2 م 1 ع 1 م

0.05 دال 26.88 1.59 26.73 1.39 0.75 العدوان اللفظي

\* جدول يمثل الفروق الإحصائية بين المجموعتين في العدوان اللفظي \*

:تحليل ومناقشة النتائج \*

من خلال النتائج الظاهرة على الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين

المجموعتين

بالنسبة لبعد العدوان اللفظي للمجموعة الممارسة للنشاط اللاصفي والمجموعة غير الممارسة

وجود فروق

.دالة إحصائية

حيث أسفرت النتائج على تفوق واضح لصالح المجموعة الممارسة على حساب المجموعة

غير

عند درجة 0.076 المجدولة (ت) وقيمة 0.75 (ت) الممارسة، حيث بلغت قيمة المحسوبة

148 حرية .

وهذا يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط اللاصفي على العدوان اللفظي عند التلاميذ،

وبذلك

. تثبت هذه النتائج صحة الفرضية الثانية

النتائج

السلوك

العدواني

المجموعة الممارسة المجموعة غير الممارسة

T مستوى

الدلالة 2 ع 2 م 1 ع 1 م

0.01 دال 4.42 0.90 25.4 1.66 26.24 الغضب

\*جدول يبين دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين في الغضب\*

.وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية الرابعة

\*جدول يبين دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين في السلوك العدواني\*

النتائج

السلوك

العدواني

المجموعة الممارسة المجموعة غير ممارسة

T مستوى

الدلالة 2 ع 2 م 1 ع 1 م

العدوان

الجسدي

7.32 0.92 25.6 1.72 26.98 دال عند

0.01

العدوان

اللفظي

0.75 1.39 26.73 1.59 26.88 دال عند

0.05

4.42 0.90 25.4 1.66 26.24 دال عند الغضب

0.01

العدوان غير

مباشر

11.93 0.70 25.22 1.02 27.01 دال عند

0.01

العدوان

الكلي

/دال عند 24.42 3.91 102.95 6.10 107.11

0.01

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين، بالنسبة للسلوك

العدواني للمجموعة الممارسة للنشاط الرياضي اللاصفي والمجموعة غير الممارسة، وجود فروق دالة

إحصائية.

حيث بينت النتائج المتعلقة بالسلوك العدواني من خلال أبعاده الأربعة على تفوق كبير وواضح (ت) للمجموعة الممارسة على حساب المجموعة غير الممارسة، حيث كانت قيمة (

24.42) المحسوبة

ثقة عند % 98 أي بمقدار ( 0.01 ) عند مستوى الدلالة ( 2.61 ) (المجدولة (ت) وقيمة درجة

148 حرية .

وهذا إنما يدل على التأثير الكبير لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على السلوك العدواني لدى

التلاميذ، وبذلك تثبت هذه النتائج صحة الفرضية التي تقول أن التلاميذ المشاركين في النشاطات

الرياضية اللاصفية أقل عدوانية من التلاميذ الآخرين غير ممارسين له، وبمعنى أكثر وضوح فإن هذه النتائج

تعبر بطريقة على أن لممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي أهمية كبيرة في التخفيف على السلوكات

العدوانية لدى المراهقين، وهذا ما يثبت صحة الفرضية العامة والفرضيات الجزئية

خلاصة:

إن التربية البدنية والرياضية مكانة تربوية مهمة وذلك بعد أن اتضح دورها الفعال لأفراد المجتمع بكل شرائحه وفئاته، فهي تساعد في اكتساب العديد من القيم المختلفة دينية، الخ... خلقية، اجتماعية، ومعرفية،

كما تعتبر من أنجع الوسائل التربوية التي تهدف إلى إزالة العراقيل التي تحول دون تحقيق التوازنات تحتاج إلى

ميكانيزمات محددة(المراهقين) الاجتماعية لدى التلاميذ ومواجهة الصعوبات، ولأن هذه الفئة وفهم واعي لهذه المرحلة الحساسة من أجل اكتمال بناء الشخصية السوية وفي حالة العكس تتأثر سلبا على بعض مكتسباتها من الناحية السلوكية في ظل مختلف التغيرات النفسية أو الاجتماعية أو الانفعالية

.السريعة والمعقدة، وهو ما يمهد للوقوع في صراعات نفسية داخلية أو اجتماعية خارجية ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها بعد تطبيق مقياس السلوك العدواني لمعرفة تأثير ممارسة العدوان الجسدي، العدوان اللفظي، النشاط الرياضي اللاصفي على أبعاد العدوان الأربعة عدوان نحو

، على مجموعتين من التلاميذ، فالمجموعة الأولى تمارس النشاط (الذات، عدوان غير المباشر البدني الرياضي

اللاصفي، والمجموعة الثانية لا تمارس النشاط البدني الرياضي اللاصفي، توصلنا إلى أنه توجد فروق ذات

دلالة إحصائية لصالح المجموعة الممارسة، ومنه نستنتج أنه هناك تأثير إيجابي لممارسة النشاط الرياضي

اللاصفي في التخفيف من السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين، وهذا يثبت صحة الفرضية

العامة

5/. تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الموجه للأساتذة

تمهيد:



حول الأسئلة المطروحة والتي لها صلة وثيقة بالبحث، وذلك نظرا لعلاقتهم المباشرة واحتكاكهم الدائم

بالتلاميذ وتفاعلهم واهتمامهم بالدروس النظرية والتطبيقية

قام الباحث بتقديم الاستمارة للأساتذة الذين يدرسون مادة التربية البدنية والرياضية وكان أستاذ، كما أنهم يسهرون على تطبيق الأنشطة الرياضية اللاصفية الداخلية 50 عددهم والخارجية.

على أساتذة محكمين في مجال التربية البدنية (استبيان) وقد عرض الباحث استمارة الأسئلة وعلم

النفس، وقد تم تعديل الاستمارة حسب اتفاق المحكمين، كما تم قياس نبات الاستبيان باستعمال طريقة

أساتذة، وكانت 10 إعادة الاختبار وحساب معامل الثبات بعد توزيع الاستبيان على عينة من قيمة

معامل الارتباط "R" =، وبعد توزيع 95% بمقدار 0.05 وهي قيمة دالة إحصائيا عند 0.66

الاستمارات على الأساتذة قام الباحث بجمعها وفرزها ثم تحليل ومناقشة النتائج

؟(حصة التربية البدنية والرياضية) ما هو رد فعل التلميذ إذا قمت بتوبيخه داخل الحصة 1)

الهدف من السؤال

معرفة سلوك التلاميذ أثناء الحصة والعلاقات العامة التي تربطهم مع الأستاذ

الإجابات

النتائج

هادى خائف قلق عنيف

19 04 02 25 مجموع التكرار

50% النسبة المئوية % 4 % 8 % 38%

\*جدول يبين سلوك التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية\*

180%

28,80% 14,40%

136,80%

حائزة نسبة تمثل سلوك التلاميذ أثناء حصة به به ر

### تحليل ومناقشة النتائج:

50% من خلال الجدول يتضح لنا رد فعل التلاميذ أثناء حصّة التربية البدنية والرياضية أن من

أجابوا أن التلاميذ يبدون 38% الأساتذة أجابوا بأن التلاميذ هادئون ويبدون احتراماً لهم، و سلوكات

عنيفة، وهذا ما يؤكد وجود سلوكات عدوانية لدى التلاميذ أثناء الحصص الرياضية.

كيف ترى سلوكات التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي؟ (2)

الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول السلوكات العامة التي يبدونها التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي.

تحليل مناقشة النتائج:

منهم أجمعوا على أن سلوكات التلاميذ 95% أظهرت النتائج من خلال إجابات الأساتذة أن الذين لا يمارسون النشاط الرياضي اللاصفي تتميز بالفوضى والعشوائية وعدم الانضباط وسلوكات عنيفة

وعلاقات متوترة وقلة الاحترام ونقص في الاندماج الاجتماعي وانعدام روح الفريق والأناية وما إلى

ذلك من سلوكات غريبة عن أهداف ومبادئ الرياضية بصفة عامة.

هل ترى أن هناك فرق في سيورة الحصّة لتلاميذ كان لهم نشاط رياضي لاصفي وتلاميذ (3) لم يكن لهم

نشاط لاصفي في نفس اليوم؟

الهدف من السؤال:

معرفة رأي الأساتذة حول أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ في حصّة التربية البدنية والرياضية.

الإجابات

النتائج نعم لا

06 44 التكرار

88% النسبة المئوية % 12%

جدول يبين تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية\*

تحليل ومناقشة النتائج

من الأساتذة موافقون على أن هناك فرق % 88 من خلال النتائج الظاهرة في الجدول نرى أن في سيرورة حصة التربية البدنية والرياضية، مع قسم كان له نشاط رياضي لاصفي وقسم لم يكن له

، وأجابوا بأنه لا يوجد فرق، ومن هذا نستنتج أن هناك % 12 نشاط لاصفي في نفس اليوم، أثر بالغ

للنشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ خلال حصص التربية البدنية، وهو ما يبينه الأساتذة بأن

هناك نوع من الحيوية والنشاط الزائد للتلاميذ الممارسين مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين هل ترى تغير في سلوكيات التلاميذ بعد مرور عدة أيام على ممارسة النشاط الرياضي (4) اللاصفي؟

الهدف من السؤال

معرفة رأي الأساتذة حول تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ أثناء حصة التربية

البدنية والرياضية

الإجابات

النتائج نعم لا

10 40 مجموع التكرار

80% النسبة المئوية % 20%

\*جدول يبين تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ أثناء حصّة ت ب ر \*

316,80%  
43,20%

ليل ومناقشة النتائج

يرون أن هناك تأثير كبير للنشاط الرياضي % 80 من خلال نتائج الجدول اتضح لنا أن

اللاصفي

على سلوك التلاميذ، وذلك يكون بالتغير الواضح على سلوكياتهم وتصرفاتهم خلال حصّة التربية

البدنية

والرياضية، وكذا العلاقات العامة فيما بينها والمشاركة الفعالة أثناء الحصّة، بل يتعدى التأثير

إلى انعدام

الفوضى وذلك ما يسهل التعامل مع التلاميذ وهو ما يعني التحكم الجيد للقسم

ما هي السلوكيات العدوانية الأكثر ظهوراً عند التلاميذ؟ (5)

الهدف من السؤال

معرفة آراء الأساتذة حول نوع من السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ

الإجابات

النتائج عدوان جسدي عدوان لفظي عدوان نحو الذات عدوان غير مباشر

08 16 03 23 مجموع التكرار

16 % النسبة المئوية % 32 % 6 % 46 %

\*جدول يبين نوع السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ\*

288%  
72%

حائز نسبة تمثّل تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ أثناء

حصّة ت ب ر

نعم  
لا

تحليل ومناقشة النتائج

، يرون بأن هناك عدوان جسدي % 08 يتضح لنا من خلال النتائج المبيّنة في الجدول أن

عند

من 16% التلاميذ وهذا ما يظهر من خلال حالات الاعتداء المتكررة بين التلاميذ، و  
الأساتذة يرون بأن  
العدوان اللفظي هو الأكثر ظهوراً بين التلاميذ وذلك من خلال الألفاظ الجارحة والمناوشات  
الكلامية

( 03 ) وهو ما يمثل 06% وألفاظ التهديد الوعيد ومختلف أشكال السب والشتيم، و  
أساتذة فقط الذين

من الأساتذة أجمعوا 46% يرون أكثر حالات العدوان ظهوراً هو العدوان نحو الذات، أما  
علة أنه هناك

سلوكات عدوانية غير مباشرة، تتمثل في الاستثارة أو الغضب وهو في الغالب يسبق حالات  
العنف

الجسدي أو اللفظي وذلك نتيجة عدم قدرة التلاميذ على التحكم في أعصابه وانفعالاته،  
وكذلك

العدوان ضد الأشياء الموجودة أمامه.

هل ترى أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ لا يتهجم على الآخرين (6)  
أو على من يحاول مضايقته أو إيذائه؟

الهدف من السؤال

معرفة رأي الأساتذة حول أثر النشاط الرياضي اللاصفي على ردود الفعل السلبية عند التلاميذ

الإجابات

النتائج نعم لا المجموع

50 03 47 مجموع التكرار

94 % النسبة المئوية 06 % 100 %

جدول يبين أثر النشاط الرياضي اللاصفي على ردود الفعل السلبية عند التلاميذ\*

ليل ومناقشة النتائج

من الأساتذة يرون أن ممارسة النشاط الرياضي 94% يتضح لنا من خلال الجدول أن

## اللاصفي

تجعل التلميذ لا يتهجم على الآخرين ويتعد عن استعمال العنف البدني بمعنى أن النشاط

اللاصفي يقلل

من الأساتذة يرون بأن سلوك 06% من السلوكات العدوانية الجسدية لدى التلاميذ، و

التلاميذ لا

يتأثر بممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي في التهجم على الآخرين، ومما سبق يبين لنا

أن ممارسة

النشاط البدني اللاصفي لها دور فعال في التأثير على سلوك التلميذ والتحكم في أعصابه وعد

استعمال

العنف البدني في الدفاع عن حقوقه والميل إلى الدبلوماسية والمناقشة الفعالة وهذا سلوك

إيجابي.

هل تعتقد أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ لا يستعمل العنف البدني (7)

في الدفاع عن

حقوقه؟

الهدف من السؤال

معرفة آراء الأساتذة حول مدى استعمال التلاميذ للعنف البدني في الدفاع عن حقوقهم أثناء

حصّة التربية البدنية والرياضية

الإجابات

النتائج نعم لا المجموع

50 07 43 مجموع التكرار

86% النسبة المئوية %14 %100%

جدول يبين مدى استعمال التلاميذ للعنف البدني في الدفاع عن حقوقهم أثناء حصّة ت ب \*

\*

338,40%

21,60%

دائرة نسبية تمثل أثر النشاط الرياضي اللاصفي على حدود الفعل السلبية

محمد التلاميذ

نعم  
لا

تحليل ومناقشة النتائج:

من الأساتذة يرون ممارسة النشاط % 86 من خلال النتائج المسجلة في الجدول فإن الرياضي

اللاصفي تجعل التلميذ أكثر تحكما في انفعالاته وأكبر سيطرة على أعصابه وتصرفاته بحكمة، مما يعني أنه

أساتذة أجابوا بلا، وهؤلاء % 14 يكون أكثر تعقلا في الدفاع عن حقوقه في حين أن الأساتذة يرون أن

النشاط الرياضي اللاصفي هو محفز لاستعمال القوة والعنف، في حين أن كل النظريات تثبت أن التربية

البدنية والرياضية هي مجال رحب لصرف الطاقة الزائدة.

هل ترى أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تهذب من سلوك التلاميذ أثناء المناقشات (8) وتجعلهم

يميلون إن الحديث بهدوء وعدم السخرية من الآخرين؟

الهدف من السؤال:

معرفة آراء الأساتذة حول مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ من حيث المعاملة مع الآخرين والعلاقات العامة مع غير

الإجابات

النتائج نعم لا المجموع

50 04 46 مجموع التكرار

92 % النسبة المئوية % 8 % 100 %

جدول يبين مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ من حيث المعاملة مع الآخرين \* والعلاقات العامة مع الغير

ليل ومناقشة النتائج

من الأساتذة يرون أن لممارسة النشاط الرياضي % 92 من خلال تحليل النتائج يتبين لنا أن اللاصفي تأثير كبير على التلميذ، وهذا نظرا لطبيعة مادة التربية البدنية والرياضية بصفة عامة بفضل ما

يوجد فيها من احتكاك مباشر بين التلاميذ في مواقف كثيرة تجعلهم يتعاونون فيما بينهم ويتنافسون ضد

بعضهم البعض ومن هنا يتعلم التلميذ الانضباط والاحترام والتسامح والمعاملة الحسنة ويقبل ما يسمى

بالروح الرياضية وبالتالي يصبح أكثر تهذبا واحتراما لآراء الآخرين أثناء النقاشات والأحداث وتقبل

.النقد منهم بصدر رحب

هل ترى أن التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي اللاصفي يستعمل كلمات جارحة أو (9) ألفاظ تهديد

في حالة غضبه؟

:الهدف من السؤال

.معرفة آراء الأساتذة حول مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي عند التلاميذ

الإجابات

النتائج نعم لا المجموع

2 48 50مجموع التكرار

4 % النسبة المئوية % 96 % 100%

\*جدول يبين مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي عند التلاميذ\*

331,20%

28,80%

دائرة نسبية تمثل مدى أثر النشاط الرياضي اللاصفي على التلاميذ

.من حيث المعاملة مع الآخرين والعلاقات العامة مع الغير

نعم  
لا

:تحليل ومناقشة النتائج



من الأساتذة يوافقون، على أن % 04 من خلال النتائج الظاهرة على الجدول نلاحظ أن التلميذ

96 في حالة الغضب يستعمل كلمات جارحة ويبلغاً إلى ألفاظ التهديد من سب وشتيم، وأن من %

الأساتذة يرون أن التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي اللاصفي يكون أكثر تحكماً في انفعالاته وأقوى

رزانة كما أنه لا يلجأ إلى استعمال الكلمات الجارحة أو ألفاظ التهديد ولا يسعى إلى استعمال العنف (العدوان اللفظي).

هل توافق على أن التلميذ يمارس النشاط الرياضي اللاصفي يتحكم في انفعالاته في (10) حالة ما أخطأ

شخص ما في حقه؟

الهدف من السؤال

معرفة آراء الأساتذة حول أثر النشاط الرياضي اللاصفي على الاستثارة والغضب عند التلاميذ الإجابات

النتائج

أوافق بدرجة كبيرة أوافق بدرجة متوسطة لا أوافق

35 12 03 مجموع التكرار

70 % النسبة المئوية % 24 % 6 %

جدول يبين مدى تحكم التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي اللاصفي\*

\*في انفعالاته في حالة ما أخطأ شخص ما في حقه

ليل النتائج والسؤال

من الأساتذة يوافقون بدرجة متوسطة عن % 24 من خلال النتائج الظاهرة في الجدول أن تأثير

لدى التلاميذ، و (الاستثارة)النشاط الرياضي اللاصفي عن الغضب والنرفزة والانفعال الزائد

من % 70

الأساتذة أبدوا موافقتهم بدرجة كبيرة على أن النشاط الرياضي اللاصفي يؤثر بشكل إيجابي على الغضب

لدى التلميذ حيث يجعله أكثر تحكما في انفعالاته، كما أنه يستطيع تفادي الغضب والارتباك والقلق،

وبإمكانه التحكم في أعصابه وله قدرة كبيرة في السيطرة على انفعالاته الوجدانية التي تؤثر بدورها على

الحركات الرياضي، وبذلك يتعلم التلميذ من خلال النشاط الرياضي اللاصفي الالتزام بالمبادئ والأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية من خلال ضبط النفس وقوة الإرادة والسيطرة والتحكم في

الانفعال والالتزام بالروح الرياضية في كل الأوقات واحترام الجميع مهما كانت تصرفاتهم معه

هل ترى أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تجعل التلميذ يتحكم في أعصابه، وأن ( 11 انفعالاته

لا تؤثر على قراراته؟

الهدف من السؤال:

معرفة رأي الأساتذة حول تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على انفعالات التلاميذ

الإجابات

النتائج نعم لا المجموع

44 06 50 مجموع التكرار

88 % النسبة المئوية % 12 % 100 %

\*جدول يبين تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على انفعالات التلاميذ\*

252%

86,40%

21,60%

حائزة نسبية تمثل مدى تحكم التلميذ الذي يمارس النشاط الرياضي

اللاصفي في انفعالاته في حالة ما أخطأ شخص ما في حقه

أوافق بدرجة أبيرة

أوافق بدرجة متوسطة

لا أوافق

تحليل ومناقشة النتائج:

الأساتذة يرون أن ممارسة النشاط الرياضي % 12 من خلال تحليل النتائج يتبين لنا أن اللاصفي

من الأساتذة يرون أن الممارسة الفعلية للنشاط % 88 لا تؤثر على انفعالات التلاميذ وأن الرياضي

اللاصفي تقلل من الانفعالات السلبية عند التلميذ وتجعله يتحكم أكثر في أعصابه وانفعالاته وبالتالي

. لا تصبح قراراته عبارة عن ردود أفعال لانفعالات سابقة

حسب رأيكم في حالة غضب التلميذ، ما هي المجالات والنشاطات التي يمكن أن ( 12 ) يفرغ غضبه

أو عدوانيته من خلالها؟

:الهدف من السؤال

معرفة آراء الأساتذة حول النشاطات التي تساعد التلاميذ على تفريغ المكبوتات على شكل عدوان غير مباشر لدى التلاميذ

الإجابات

النتائج رياضات فردية رياضات جماعية نشاطات أخرى

16 28 4 مجموع التكرار

32 % النسبة المئوية % 56 % 12 %

جدول يبين النشاطات التي تساعد التلاميذ على تفريغ المكبوتات\*

\*على شكل عدوان غير مباشر لدى التلاميذ

:ليل ومناقشة النتائج

:من خلال النتائج الظاهرة على الجدول نستنتج ما يلي

من الأساتذة موافقون على أن لممارسة النشاط اللاصفي دور فعال في التخفيف من %96 السلوك

العدواني عند التلاميذ، وهذا من خلال تعلم اكتساب السلوك السوي، الفعال الذي يسمح بتعلم التلاميذ

مبدأ التعاون، التسامح، وروح المسؤولية مع التحلي بالروح الرياضية، وتكوين ثقافة رياضية عالية تجعله يتصرف بروح مسؤولة وفعالة.

ما هي أنواع السلوكيات العدوانية التي تعتقد أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي تقلل ( 14 ) منها عند التلاميذ؟

الهدف من السؤال

معرفة آراء الأساتذة حول تأثير النشاط اللاصفي على أبعاد السلوك العدواني عند التلاميذ الإجابات

النتائج عدوان جسدي عدوان لفظي الغضب عدوان غير مباشر المجموع

20 15 10 05 50 مجموع التكرار

40 % النسبة المئوية % 30 % 20 % 10 % 100 %

\* جدول يمثل تأثير النشاط اللاصفي على أبعاد السلوك العدواني عند التلاميذ\*

345,60%

14,40%

دائرة نسبية تمثل تأثير النشاط الرياضي اللاصفي على السلوك عند

التلاميذ.

نعم

لا

تحليل ومناقشة النتائج

من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي % 40 من خلال النتائج المبينة في الجدول فإن

من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي % 30 يكون على بعد العدوان الجسدي، و

يكون على بعد

من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي يكون على بعد % 20 العدوان اللفظي، و

الغضب،

من الأساتذة يرون أن تأثير النشاط اللاصفي يكون على بعد العدوان غير المباشر % 10 و  
ومنه يمكن

القول أن للنشاط اللاصفي تأثير على السلوك العدواني عند التلاميذ بشكل أو بآخر.  
هل يمكنك إضافة شيء آخر يخص النشاط الرياضي اللاصفي والسلوك العدواني عند ( 15 )  
لتلاميذ؟

الهدف من السؤال

معرفة آراء الأساتذة ما يمكن أن يكون له علاقة فيما يخص النشاط اللاصفي والعدوان، من  
خلال

تجاربهم في الميدان مع التلاميذ

تحليل ومناقشة

من خلال تحليل إجابات الأساتذة تبين لنا أن معظمهم يرون أن النشاط اللاصفي سواء  
الداخلي

أو الخارجي واحد من النشاطات التنافسية الترفيهية التي تجعل التلاميذ يعبرون عن إحساساتهم  
ومكبوتاتهم

بكل حرية في حدود مبادئ اللعبة الرياضية، ولأن التربية البدنية والرياضية تعتبر فضاء واسع  
لملأ الفراغ

والحفاظ على صحة وتوازن الجسم، لأن الرياضة هي أداة لتربية التلاميذ وتهذيب سلوكهم كما  
أنها مجال

نصب لتفريغ الشحنات الزائدة في إطار تسمح به قوانين اللعبة وبذلك الابتعاد عن السلوكات  
المنحرفة

والعدوانية سواء مع الزميل أو الخصم أم الحكم وبذلك تصح الرياض تربية قبل أن تكون  
نتيجة

خلاصة:

إن إدراج التربية البدنية والرياضية وممارستها في جميع مراحل الحياة على اختلاف أنواعها وأشكالها، بطابعها التكويني أو التنافسي أو الترويحي، من بين المواضيع التي يناهز بها كثير من القائمين

والمختصين في هذا المجال لها أهمية قصوى ومنفعة كبيرة للفرد في كل المجتمعات، وإن اختلف بعضهم

حول العديد من القضايا فيها، فإن معظمهم إن لم نقل كلهم يتفقون على أهمية الأنشطة الرياضية لجميع شرائح المجتمع.

ولقد اهتم الباحثون بمراحل الفرد، ولقد اجتهد الكثير منهم في الحديث عن مرحلة المراهقة باعتبارها منعرج خطير في حياة الفرد، لما تتميز به من تغيرات سريعة ومفاجئة في النواحي النفسية

والبدنية والعقلية والانفعالية، والتي تتأثر بمتغيرات عديدة تجعل المراهق يكتسب مهارات مختلفة، وكثيرا ما

تكون هذه السلوكيات سيئة نظرا لتنافيها مع القيم الأخلاقية والسلوكية المتعارف عليها في الحياة

الإنسانية، من بينها السلوك العدواني الذي كان موضوع دراستنا هذه، محاولين فيها إبراز التأثير الإيجابي

لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي على سلوك التلاميذ المراهقين

وإن النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان المقدم لأساتذة التعليم الثانوي، تبين أن ممارسة

التلاميذ للأنشطة اللاصفية في هذه المرحلة تساعدهم على تصريف الطاقات وتوجيهها وحسن استغلالها،

: كما أنها تساعد بطريقة جيدة في التخلص من بعض السلوكيات العدوانية ومن أهم النتائج

إن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي خاصة والتربية البدنية والرياضية عامة تساعد التلاميذ \* على

اكتساب العديد من المهارات من كل النواحي البدنية، العقلية، الاجتماعية، الأخلاقية فهي تساعد

التلاميذ على الاندماج الاجتماعي.

\* هناك فرق كبير بين التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي وغير الممارسين، من حيث التغيير الواضح في

السلوك العام عند التلاميذ من قلة الفوضى، العشوائية، المشاركة الفعالة، الحيوية، النشاط

\* أما السلوكيات العدوانية المنتشرة فإنها تختلف من عدوان جسدي، عدوان لفظي، غضب وعدوان غير

مباشر، وهي تظهر بكثرة خلال الرياضات الجماعية مقارنة بالرياضات الفردية

\* كما أجمع معظم الأساتذة على أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي نجدهم دائما أقلية عدوانية،

وأكثر تفهما واستيعابا للنصائح والإرشادات مقارنة بزملاتهم غير المشاركين في الأنشطة اللاصفية

الخاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا هذا حاولنا إظهار مدى التغيير الإيجابي لسلوك التلاميذ

المراهقين أثناء مشاركتهم في الأنشطة اللاصفية

فكانت الفكرة الرئيسية التي استخلصناها، استنادا على الدراسات التطبيقية التي أجريناها وبعد التحليل واستخلاص (تحليل الذات الموجه للتلميذ) باستعمال مقياس السلوك العدواني النتائج،

وجدنا أن المراهق يمر بمرحلة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته، إذ يتعرض لتغيرات

فيزيولوجية واضطرابات نفسية، فيقع في صراع مع نفسه ومع غيره، وقد يسلك سلوكيات لا

يرضاها

المحيطون به

لهذا يستوجب على المراهق المشاركة في الأنشطة اللاصفية التي تساعد على تحقيق التكيف مع

المحيط الذي يعيش فيه، فالممارسة المستمرة للأنشطة اللاصفية لها تأثير فعال على المراهق لأن هناك نوع من تحقيق التوافق الجسمي والنفسي في آن واحد، وهذا ما ينصح به المختصون النفسانيون على وجوب

إدراج الأنشطة الرياضية اللاصفية في المقررات الدراسية

(المراهق) إن ممارسة التربية البدنية والرياضية عامة، والأنشطة اللاصفية خاصة، تساعد الفرد على تكيف سلوكه مع المواقف الصعبة، ويتعد بصفة إيجابية عن السلوكات المنحرفة فيكون مثالا قدوة في

المؤسسة والمجتمع ككل

ومن خلال المعطيات النظرية والتطبيقية، توصلنا في هذا البحث إلى الكشف عن فروق الجسدي، اللفظي، بعد الغضب، عدوان غير) دلالة إحصائية في الأبعاد الأربعة للعدوان بين المجموعة التي تمارس الأنشطة اللاصفية والمجموعة غير الممارسة لصالح التلاميذ (مباشر الممارسين.

ومن خلال هذه النتائج يتبين لنا أن ذلك التأثير الكبير الذي تلعبه ممارسة الأنشطة اللاصفية في التخفيف من السلوك العدواني لدى التلاميذ المراهقين، وما يمكن الإشارة إليه في الأخير هو أن هذه النشاطات الرياضية وحدها لا تكفي لمواجهة هذه الظاهرة الخطيرة التي بدأت تنتشر شيئا فشيئا في المؤسسات التربوية، بل يجب تظافر جهود الجميع ومحاولة معالجة هذه الظاهرة بطريقة واعية وخطة مدروسة

الاقترحات والتوصيات

انطلاقا مما توصلنا إليه من خلال تحليل المعطيات والنتائج التي تثبت أهمية وقدرة التربية البدنية

والرياضية عامة، والأنشطة اللاصفية خاصة على تهذيب سلوك الفرد، وتسوية شخصيته من



خلال قدرته

على التحكم في الميول والانفعالات، وتفادي السلوكات المنحرفة وخاصة العدوانية منها فإننا

نقترح ما

يلي:

\* إعداد برنامج يخص الأنشطة الرياضية اللاصفية من طرف مختصين في الميدان الرياضي

التربوي تعتمد

على مبادئ علمية مع مراعاة مراحل نمو الفرد مع كل التغيرات التي تحدث له

\* جعل فضاء واسع لممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية من خلال الاهتمام والتشجيع من

طرف الجميع

من داخل المؤسسات التربوية ومن خارجها، وذلك برصد جوائز وهدايا تشجيعية من أجل جعل

المراهق

يدرك أهمية المنافسة الشريفة والتحلي بالمبادئ السامية

\* إعطاء الأولوية للأنشطة الرياضية من خلال توفير ظروف النجاح للمراهق تربويا ورياضيا،

وذلك

يكون بتسهيل انضمام التلاميذ إلى النوادي الرياضية، لأن الطاقة الزائدة عنده إن لم يجد طرق

سوية

لصرفها فإنها قد تكون عاملا من العوامل الرئيسية في ظهور السلوك العدواني

\* توفير الجو الملائم للتلميذ داخل وخارج المؤسسة التربوية، حتى يستطيع أن يتكيف مع

مرحلة المراهقة

دون حدوث أزمات، وهذا ما يساعده على ضبط سلوكه العدواني أثناء ومختلف الحصص

التعليمية.

\* الدعم والتشجيع من طرف الوالدين والمسؤولين للتلاميذ على ممارسة الأنشطة الرياضية

بمختلف

لتفادي ظهور (التلاميذ) أنواعها، وذلك لخلق نوع من الدافعية والحماسة لدى الأطفال

السلوك العدواني

.نتيجة الكتب والانعزال الذي يعاني منه التلاميذ جراء انعدام أماكن الترفيه والتنفيس  
\* استعمال الأسلوب الديمقراطي في التعامل مع التلاميذ داخل الحصّة، والاعتماد على الطرق  
الحيوية، النشيطة أثناء التدريس ومحاولة تفهم متطلبات كل مرحلة من العمر حسب السن  
والجنس

# قائمة المراجع

## قائمة المراجع باللغة العربية:

### القرآن الكريم - أ:

01 سورة العلق الآية 1 - 05.

88 سورة هود الآية 2 - .

32 سورة البقرة الآية 3 - .

76 سورة يوسف الآية 4 - .

### الكتب - ب:

- 1- 3، 1973 المراهق في المدرسة والمجتمع، المكتبة الأنجلو مصرية، ط : أبو الفتوح رضوان
- 2- 1990. أسس علم الاجتماع الرياضي، جامعة بغداد، العراق، إحسان محمد الحسين، كامل طه لويس
- 3- 1991 علوم التربية، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، : أحمد شبشوب .
- 4- 1994، مؤسسة شباب جامعة الإسكندرية، مصر، 01 لغة حياة التشريع، العدد : أحمد عبد الرحمان
- 5- أصول علم النفس، دار القلم، بيروت، لبنان : أحمد عزت راجع
- 6- التربية العلمية التطبيقية في المدارس العراقية والتكميلية، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، بيروت، : أحمد مختار عضاضة 3، 1994 لبنان، ط .
- 7- 1، 1998 ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة، الدافعية والانفصال، دار الشرق، ط : إدوار موراي .
- 8- 2 علم النفس الرياضية، مفاهيم وتطبيقات، دار الفكر العربي، ط : أسامة كامل راتب ، 1997.
- 9- 1997 أصول التربية البدنية والرياضية، التاريخ المدخل، الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، : أمين أنور الخولي .
- 10 1996. الرياضة والمجتمع، عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، : أمين أنور الخولي -
11. 1، 1980 طالب الكفاءة التربوية، المؤسسة الكبرى للطباعة، بيروت، لبنان، ط : أنطوان الجوزي -
- 4، 1975 الأسس النفسية للنمو، درا الفكر العربية، القاهرة، ط : البهي فؤاد السيد -
12. 1978. علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، : البهي فؤاد السيد .
- 14 - 13، 1970، الجزائر، 2 أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط : تركي رايح .
- 15 / 1983. علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، القاهرة، مصر، : حامد عبد السلام زهران
- 1998 المسؤولية في المنافسات الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، : حسن أحمد الشافعي - 16 .
- 1990 التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الكتاب الحديث، الكويت، : حسن شلتوت وآخرون - 17 .
- 1990 التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، مطبعة دار الفكر العربي، بغداد، العراق، : حسن شلتوت وآخرون - 18 .
- 1969 طرق التدريس في التربية البدنية، مطبعة النهضة، القاهرة، مصر، : حسن عوض - 19 .
- 1، 2003 منهج البحث العلمي، دار ربحانة للنشر والتوزيع، ط : خالد حامد - 20 .
- 1965 التربية البدنية والرياضية في الخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، : خطاب عامل - 21 .
- 1، 1997 الاجتماع الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط : خير الدين على عويس، عصام المهلاي - 22 .
- . محاضرات في منهجية البحث الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر : خير الله العصار - 23
- 1، 1962 المشكلات النفسية عند الأطفال، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط : زكريا الشريبي - 24 .
- 1، 1980 سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، ط : سعدية محمد على بهادر - 25 .

- 1995 النمو الإنساني، أسسه وتطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، سيد محمد الطواب - 26 .
- 1999 الأردن، 1. تعريب سعيد حسني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، مكتبة دار الثقافة، ط: شيفر وملمان - 27 .
- 1968، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1 التربية وطرق التدريس، ج: صالح عبد العزيز - 28 .
- 2، 1987 قاموس العلوم النفسية والاجتماعية، مؤسسة الرسالة، ط: طلعت همam - 29 .
- 1981 طرق تدريس التربية الرياضية، الجزء الأول، بغداد، العراق، عباس أحمد صالح السمرائي - 30 .
- 1974، بغداد، العراق، 01 منهج البحث في التربية، مطبعة المعاني، المجلة: عبد الجليل الزوغلي ومحمد الغانم - 31 .
- 1993 الإحصاء والقياس النفسي التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، عبد الحفيظ مقدم - 32 .
- 3، 1987 علم النفس التربوي، دار الفرقان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ط: عبد الحميد النشواتي - 33 .
- 1993 أساليب البحوث التربوية، دار الفرقان، عبد الرحمان عدس - 34 .
- 1989 الإحصاء السيكولوجي التطبيقي، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، عبد الرحمان عيسوي - 35 .
- 1992 دراسات في علم السلوك الإنساني، منشأة المعارف، مصر، عبد الرحمان عيسوي - 36 .
- 1984 سيكولوجية الجنوح، دار النهضة العربية للطباعة، لبنان، عبد الرحمان عيسوي - 37 .
- 1998، مكتبة دار الفكر، 4، ط 2 مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس، ج: عبد الرحمان عيسوي - 38 .
- 1984 معالم علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، عبد الرحمان عيسوي - 39 .
- 1999، لبنان، 1 سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، الدار العربية للعلوم، ط: عبد العلي جسماني - 40 .
- 1، 1998 دراسات في علم النفس الاجتماعي، دار قباء للطباعة والنشر، ط: عبد اللطيف محمد خليفة - 41 .
- استخدامات التحليل الإحصائي في بحوث: عبد المجيد عطية - 42 .
- 1999 استخدامات التحليل الإحصائي في بحوث الخدمة الاجتماعية، المكتب الجامعي، الإسكندرية، عبد المجيد عطية -
- التربية الرياضية المدرسية دليل المعلم والطالب، التربية العلمية، عدنان درويش، أمين أنور الخولي، محمد عبد الفتاح عنان - 43
- 3، 1994 دار الفكر العربي، ط .
- 1993 طريق التدريس في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، عفاف عبد الكريم - 44 .
- 1986 الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية، جامعة بغداد، عقيل عبد الله الكاتب وآخرون - 45 .
- الأسس النفسية التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة، بيروت، لبنان، بدون سنة: عمر محمد الشيبانين - 46
- 1998 الطرق الإحصائية في العلوم الاجتماعية، دار الجامعة، فتحي عبد العزيز أبو راضي - 47 .
- 1990 الموصل، العراق، 2 دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، ج: قاسم المنديلاوي وآخرون - 48 .
- 1987، جامعة بغداد، العراق، 4 التدريب الرياضي المرحلة: قاسم حسن حسين، علي عبد اللطيف - 49 .
- 1987، بغداد العراق، 2 التعلم الحركي، ترجمة عبد العالي نصيف، ط: كروت مانيل - 50 .
- 1985، بيروت، لبنان، 7 الإنسان ذلك المجهول، مكتبة المعارف، ط: الكسيس كاريل - 51 .
- 1، 1979 النمو التربوي للطفل والمراهق، دار النهضة العربية، بيروت، ط: كمال الدسوقي - 52 .
- 1992 في ديناميات الاعتداء على المدرسين، بحث في المؤتمر الثامن لعلم النفس، القاهرة، مصر، كوثر إبراهيم رزق - 53 .
- 1981 علم النفس الطفولة والمراهقة، مطابع مؤسسة الوحدة، القاهرة، مصر، مالك سليمان مخول - 54 .
- 1، 1998 سيكولوجية العنف والعدوان، مركز الكتاب للنشر، ط: محمد حسين علاوي - 55 .

1965. علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية، عالم الكتب، القاهرة، مصر، محمد الأفندي - 56
- 1977 المنهج علم النفس الرياضي، دار المعارف، مصر، محمد حسن أوعدي - 57 .
- 1997 المرشد في تدريس التربية البدنية، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، محمد حسن حمص - 58 .
- 2، 1982 علم النفس الرياضي، دار النهضة العربية، ط : محمد حسن علاوي وآخرون - 59 .
- 1994، مصر، 8 علم النفس الرياضي، دار المعارف القاهرة، ط : محمد حسن علاوي - 60 .
- 8، 1992 علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ط : محمد حسن علاوي - 61 .
- 1974 المراهقة وسن البلوغ، دار المعارف للطباعة والنشر، بيروت، لبنان، محمد رفعت - 62 .
- 1996 أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، محمد سعيد عزمي - 63 .
- 1979 قاموس علم الاجتماع، جامعة الإسكندرية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، محمد عاطف غيث - 64 .
- 1، 1982 - محمد عماد الدين إسماعيل: النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، ط 65 .
- 2، 1992 - محمد عوض بسيوني: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 66 .
- 1979 - محمد مصطفى زيدان: النمو النفسي للطفل والمراهق، أسس الصحة النفسية، دار الشروق، جدة، . 67
- 1998 - محمد مصطفى زيدان: نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 68 .
- محمود حسن شمال: الاضطرابات النفسية والمناخ الأسري، دار الآفاق العربية. 69
- 1987 - محمود عوض، فيصل ياسين: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 70 .
- 1988 - محي الدين مختار: محاضرات في علم النفس التربوي، الديوان الوطني المطبوعات الجامعية، قسنطينة، 71 .
- 1991 - مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، بيروت، لبنان، 72 .
- 2، 1996 - مفيد نجيب حواشين: النمو الانفعالي لدى الطفل، دار الطباعة للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، ط 73 .
- 1990 - مكارم حلمي وآخرون: مناهج التربية البدنية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، 74 .
- 1988 - منذر هاشم الخطيب: تاريخ التربية الرياضية، الجزء الثاني، جامعة بغداد، العراق، 75 .
- 2، 1992 - ميخائيل إبراهيم أسعد: مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط 76 .
- 2، 1992 - ميخائيل إبراهيم أسعد: مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط 77 .
- 1971 - ميخائيل خليل عوض: مشكلات المراهقين في المدن والريف، دار المعارف، القاهرة، مصر، 78 .
- 1998 - ناهد محمود سعد وآخرون: طرق التدريس في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، 79 .
- 2، 1961 - نجيب إسكندر إبراهيم: الدراسة العلمية لسلوك الإنسان، مؤسسة المطبوعات، القاهرة، مصر، ط 80 .
- نعيم الرفاعي: سيكولوجية التكيف، مطبعة 81 .

### الأطروحات والرسائل الجامعية - ج:

- الرياضة المدرسية ودورها في بعث الحركة الرياضية الوطنية، مذكرة ليسانس، غير منشورة، بلحسان عز الدين، حماد الواسيني 1-1991 جامعة مستغانم، .
- غير منشورة . 2001 السلوكيات العدوانية أثناء حصة التربية البدنية، قسم التربية البدنية والرياضية، الجزائر، بوخملة سفيان 2-
- العلاقات الاجتماعية لتلاميذ الطور الثالث، مذكرة ماجستير، غير منشورة، معهد علم النفس، جامعة الجزائر، خالد زحاف 3-2000 .
- العلاقات الاجتماعية للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية وانعكاساتها على السمات الانفعالية، مذكرة : زحاف محمد 4-

ماجستير،

2001 غير منشورة في التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، ..

معوقات ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي وطرائق معالجتها، مذكرة ماجستير، غير منشورة، جامعة: شعلال عبد الحميد 5-  
مستغام،

1998.

أثر السلطة الأبوية على النمو الاجتماعي للمراهق، مذكرة ليسانس، غير منشورة، معهد علم النفس وعلوم: صالح العبودي 6-  
1989 التربية، الجزائر، .

**القواميس والمجلات -د**

1995 مطبعة الأوراسي، تيزي وزو، الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية 1- .

1965، بيروت، لبنان، 1 متن اللغة، مكتبة الحياة، ط : أحمد رضا 2- .

1998 رائد الطلاب، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان، : جبران مسعود 3- .

89 قانون : الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية 4- / 14 مؤرخ 03 / 02/ يتعلق بتنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية 1989  
وتطويرها.

1989، الجزائر، 4750 أحداث شغب في ملاعب كرتنا، جريدة النصر، العدد : حسن خليل 5- .

01 المجلة الثقافية البدنية والرياضية، جامعة مستغام عدد : دومان محمد 6-، 1995.

1995 دليل ألعاب القوى، مطبعة القائد، وهران، : الرابطة الولائية للرياضة المدرسية 7- .

الأصيل، القاموس العربي الوسيط، دار الراتب الجامعية : راتب أحمد تبيعة 8-

2003 مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد، : منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط 9- .

وزارة التربية الوطنية : منهاج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية - 10 .

**قائمة المراجع باللغة الأجنبية:**

1 -Alsm -Richard. B: Manuel de psychologie de sport, ed vigot, Paris, 1982.

2 -Bakker F.C -wintng .T. A -vander.H : Baug, psychologie de puatique sportives  
concepts et application, ED. Vigot, Paris, 1992.

3 -Daniel -Rebert G : la psychologie du sport, ED. Vigot, Paris, 1997.

4 -Dominguez. Jerdan D : suicide ado les cent, N°20 decembre, 1983.

5 -Le beu F.J.C : le veil sportif, edition l'école classique africain, Paris, 1974.

6-Reymond. B -Rivier : le developpement social de l'enfant et l'adolexent  
MARDAGA, 1980.

7 -Van schagen. KH : Role de l'éducation physique dans le developpement de la  
perssonalité. Puf, Paris,

الملاحق



# الملحق رقم 3

جامعة خميس- مليانة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية  
قسم التربية البدنية والرياضية

## مقياس تحليل الذات

### موجه للتلاميذ

فيما يلي قائمة تحتوي على بعض العبارات التي يمكن أن تصف به شعورك أو اتجاهك أو سلوكك نحو نفسك أو نحو الآخرين في أثناء المواقف العامة في حياتك.

- إقرأ كل عبارة جيدا وحاول أن تحدد مدى موافقتك عليها.

- ❖ فإذا وافقت على العبارة بدرجة كبيرة جدا فارسم دائرة حول رقم (5).
- ❖ فإذا وافقت على العبارة بدرجة كبيرة ا فارسم دائرة حول رقم (4).
- ❖ فإذا وافقت على العبارة بدرجة متوسطة فارسم دائرة حول رقم (3).
- ❖ فإذا وافقت على العبارة بدرجة قليل فارسم دائرة حول رقم (2).
- ❖ فإذا وافقت على العبارة بدرجة قليلة جدا أو لا توافق عليها مطلقا فارسم دائرة حول رقم (1).
- ❖ أرسـم دائرة واحدة فقط أمام الرقم المناسب لكل عبارة، ولا تترك أي عبارة بدون إجابة.
- ❖ لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ولكن المهم هو صدق إجابتك مع نفسك .