



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجبالي بونعاما
خميس مليانة



كلية: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
السنة الثانية ماستر
تخصص: ناشط البدني الرياضي المدرسي

دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي للمراهق في التربية البدنية الرياضية في طور الثانوي (15-18) سنة

تحت إشراف الأستاذ:

د. ملوك كمال .

من إعداد الطلبة:

عتبة بن عتبة يزيد

سبتوي أمين

السنة الجامعية: 2020/2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تَشْكْرَاهُ

قال تعالى: أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

"رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحاً ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" سورة النمل.

الحمد لله حمداً طيباً مباركاً فهو الأحق بالأحق والشكر على جزيل نعمه ووقوفاً عند قوله عليه الصلاة والسلام "من لم يشكر الناس لم يشكر الله".

نتوجه بخالص الشكر إلى كل من كان سند لنا في مشوارنا الجامعي إلى دكتور **ملوك جمال** الذي تابع عملنا هذا ولم يبخل علينا بنصائحه القيمة والمفيدة، ولم يبخل علينا بوقته الثمين فشكراً لكل الشرك والامتنان. وإلى كل أساتذة معهد علوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية والرياضية إلى كل من أمد لنا يد المساعدة من قريب وبعيد ألفه تحية وشكر.

إهداء

إلى من قال فيها الرسول صلى الله عليه وسلم: "الجنة تحت أقدام الأمهات" إلى أنور وجه أنار و أشرق الدريج أمامي، إلى من علمتني المثابرة أمة الغالية أطال الله في عمرها، وجعلني الله خادما لها و رزقني الله حسن صحبتها .

إلى أعظم رجل، إلى من علمني التواضع وروائي فأحسن تربيتي والدي حفظه الله.

إلى إخوتي وأخواتي،

إلى جميع أصدقائي وإلى كل من ساهم في إنجاز هذه المذكرة من بعيد أو من قريب.

إلى الأساتذة الكرام: الذين تتلمذت على أيديهم من الطور الابتدائي إلى التعليم العالي.

إلى كل طالب علم وإلى كل عامل أو ممتدريس

وإلى كل من تحتفظ بهم ذاكرتي ولم تحملهم مذكرتي وإلى كل طالب علم.

* لا تحسبن المجد رطبا أنتم آكله

فلن تبلغ المجد حتى تلحق الصبر*

* يزيد*

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

"قل عملوا فسيرى الله أعمالكم ورسوله والمؤمنون"

"صدق الله العظيم"

ألهى لا يطيب الليل إلا بذكرك ولا يطيب الصباح إلا بطاعتك ولا تطيب اللحظات في حياتنا إلا بذكرك ولا تطيب آخرتنا إلا بعفوك ولا تطيب الجنة إلا برويتك راض عنا أتم الرضا... فسيحانك ربي...

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة عمل أكمل وجه وأرشد الأمة ومنحها مفاهيم ومعاني الأطلاق والأخوة والمحبة... نعم إلى خير وأفضل خلق الله حبيبنا محمد كل الله عليه وسلم... إلى أبي الذي علمني العطاء ومساعدة الغير دون انتظار إلى من أحمل اسمه كل فخر وافتخار... أدامك الله

لي سندا

إلى أي بسم الحياة وسر الوجود ولبسم الجروح إليك يا شذى عمري ونبض دقات قلبي... وسر نجاحي كان بسبب دعواتك النابعة من الفؤاد... فأسال الله أن يجعلك تلج فوق رأسي المتواضع...

إلى الإخوة والأخوات إلى من تحلو بالإخاء وتميزوا بالوفاء والعطاء...

إل ينابيع الصدق الصافي... أحبكم في الله...

إليكم أيضا أصدقائي الذين سعدت معهم وبرفتهم في مسيرتي الجامعية...

وأخيراً إلى من كانوا مع في طريق النجاح والخير

"أمين"

فهرس الموضوعات.

صفحة	العنوان
.....	شكر وتقدير
.....	إهداء
أ	مقدمة
2	مدخل عام: التعريف بالدراسة
2	الإشكالية
3	التساؤلات الجزئية
3	أسباب اختيار الموضوع:
4	أهمية البحث
4	أهداف البحث
5	الدراسات السابقة والمثابفة.
6	التعليق على الدراسات السابقة والمثابفة وأوجه التشابه وأوجه الاختلاف.
7	مفاهيم ومصطلحات الدراسة
الفصل الأول: الألعاب الشبهة الرياضية	
10	تمهيد
11	تعريف اللعب
11	وظائف اللعب
12	أنواع اللعب
13	قيمة اللعب
13	دور الألعاب في نمو الفرد
15	تقسيم الألعاب.
15	خصائص الألعاب.
16	أهداف الألعاب.
17	الألعاب الشبه الرياضية.
17	خصائص الألعاب الشبه الرياضية:
18	أغراض الألعاب الشبه الرياضية

18	أهداف الألعاب شبه الرياضية:
19	تصنيف العاب الشبه رياضية:
20	تقسيم الألعاب الشبه الرياضية
20	مبادئ استخدام الألعاب الشبه الرياضية:
21	أهميتها التربوية
21	ملاحظات خاصة بالألعاب الشبه الرياضية:
23	خلاصة
الفصل الثاني: التفاعل الاجتماعي	
25	تمهيد
26	تعريف التفاعل الاجتماعي
26	أشكال التفاعل الاجتماعي
27	أهم مظاهر التفاعل الاجتماعي
28	أهداف التفاعل الاجتماعي
28	مراحل التعارف
30	التكامل الاجتماعي.
30	أبعاد التكامل الاجتماعي
31	أسس ومحددات التفاعل الاجتماعي
32	التواصل الاجتماعي
35	خصائص التفاعل الاجتماعي
36	التفاعل الاجتماعي والنشاط الحركي للطفل.
37	نظريات التفاعل الاجتماعي.
40	الأهداف العامة لعملية التواصل داخل الجماعة والتفاعل معها.
43	خلاصة
الفصل الثالث المراهقة والتربية البدنية	
45	تمهيد
46	مفهوم المراهقة
47	أنواع المراهقة

48	أطوار المراهقة
49	خصائص المراهقة
53	خصائص المراهق الجزائري
53	المراهقة واللعب
54	وظائف اللعب في مرحلة المراهقة
56	علاقة المراهق بمدرس التربية البدنية
57	الخلاصة
58	تمهيد
59	معنى التربية البدنية
59	مدى علاقة التربية البدنية والرياضية
60	أهداف التربية البدنية والرياضية
62	مفهوم درس التربية البدنية
62	شروط درس التربية البدنية
63	تعريف حصة التربية البدنية
63	أهداف حصة التربية البدنية
64	مكونات درس التربية البدنية.
65	صفات حصة التربية البدنية.
66	أسس تشكيل الأفواج في حصة التربية البدنية
66	تقسم حصة التربية البدنية
67	طرق التعليم والتعلم
69	خصائص التدريس بالكفاءة في حصة التربية البدنية
71	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
74	تمهيد
75	الدراسة الإستطلاعية
76	الدراسة الأساسية
76	المنهج المستخدم
76	تحديد متغيرات البحث

77	العينة وكيفية إختيارها
77	مجالات البحث
77	أدوات البحث
78	الوسائل الإحصائية
80	خلاصة
81	عرض ومناقشة النتائج
85	الخاتمة
....	الملاحق
....	المراجع


مقدمة

لعل من أهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا، هو تقديرها للرياضة والعمل على تدعيمها وإيجاد السبل من أجل النهوض بها وتطويرها فالرياضية ذات أهمية كبيرة من الجوانب منها النفسية، الحركية، البدنية، العقلية والاجتماعية، فالرياضة تقوى النسق الاجتماعي لأي بلد فينمو الفرد في مجتمع سليم يتفاعل معه تفاعلاً إيجابياً. نشأ فيه نشأة اجتماعية جيد وكون المدرسة عامل النشأة فقد تم جيد وكون المدرسة عامل من عوامل النشأة فقد تم إدخال الرياضية فيها لتوجيه العلاقات بين أفرادها وتوطيدها وإرشادها إلى الجانب الذي يخدم المجتمع.

وتعد التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة لكونها تعتني وتراعي الجسم وصحته وتهدف إلى اعداد المواطن الصالح جسماً عقلياً وخلقياً وقادر على الإنتاج وقيام بواجباته نحو مجتمعه ووطنه كما هناك مفهوم آخر للتربية البدنية والرياضية، أنها مجموعة الأنشطة ومهارات والفنون التي يتضمنها البرنامج بمختلف مراحل التعليم تهدف إلى اكساب التلميذ مهارات وأدوات تساعد على عملية التعليم وترمي التربية البدنية للعناية الكافية البدنية أي صحة الجسم ونشاطه ورشاقته قوته فالتربية البدنية الرياضية هي نظام مستحدث يستغل وينظم الغريزة الفطرية للعب وذلك من خلال أهداف تربوية اجتماعية كانت بدنية أو سلوكية كما تعتبر منظومة التربية البدنية الرياضية محور بالغ الأهمية من العملية التربوية فمفهومها يشمل الهدف التربوي ثم الهدف التعليمي.

ولذلك نجد أنها تخص مكانة خاصة في المنظومة التربوية الشاملة حيث أنّ السلطات الوطنية وبكل أجهزتها المختلفة مساهمة في توطيد أركان هذه المادة حيث تعميم التربية البدنية والرياضية داخل المدارس وتعميم الأنشطة الرياضية في الثانويات والجمعيات وتكييف اختصاصاتهم مع طبيعة متطلبات كل نوع من الرياضية¹.

¹ أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية القاهرة، 1996، ص 39.



مدخل عام
التعريف بالبحث

1- الإشكالية:

إنّ التربية البدنية والرياضية علم قائم بنفسه، وكل رياضة أو نشاط بدني يهدف إلى تحقيقي نتائج كبيرة فهي تعتبر مادة أكاديمية كغيرها من المواد والأخرى التي تحقق أغراض إيجابية في حياة الإنسان وليس عبارة عن مادة افعل ما تشاء، فالتربية البدنية والرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول متعدد الجوانب لأنها تشمل حياة الإنسان المادية والمعنوية فهي مقسمة إلى ثلاث جوانب التربية البدنية، تربية خلقية وتربية فكرية ففصل إحداهن عن الأخرى خطأ لأن كل قسم مكمل للآخر وبذلك نستطيع القول بأن التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية ليست شيئاً مضافاً إلى البرنامج الدراسي بل تعتبر هامة جدا بحيث توجه التلاميذ توجيهاً صحيحاً يكسب من خلاله المهارات اللازمة ويشارك في النشاطات التي تفيد في مختلف وظائف الجسم المتمثلة في الجهاز الدوري، التنفسي والعصبي وسلامة العظام من ناحية التطوير الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسده وتحسين قدراته السيكلوجية².

لهذا يسعى العلماء في بحوثهم المستمرة على إيجاد طرق تمكنهم من إحداث تغيرات إيجابية وكذا قفزات نوعية من حيث النتائج المتحصل عليها لدى التلاميذ سواء كانت عن طريق التدريب مستمر وعن طريق برامج واستراتيجيات تدريس مختلفة أملاً منهم التوصل إلى أنجح الطرق المتبعة في تدريس التربية البدنية الخاصة عندما يتعلق الأمر بالطريقة التي يتبعها الأستاذ من أجل إيصال معلومة تلقين المهارات الحركية فالتدريس بالألعاب الشبه الرياضية لقي إقبال كبير لكونه يناسب مع جميع الأعمار ولا يخضع لقوانين ولا يحتاج إلى مساحة أو وسائل كبيرة فهو مجال واسع لتجديد النشاط والشعور بالسعادة والترويح على النفس³.

حيث تعتبر هذه الألعاب في نفوس التلاميذ الحيوية والنشاط وتدفعه إلى بذل كل ما لديهم من طاقة مخزنة وتساعدهم على فهم المحيط الذي يعيشون فيه باعتبارهما حلقة أساسية في تفاعل تلميذ مع مجتمعه بصفة عامة مع زملائه بصفة خاصة فهم يتفاعلون مع بعضهم وفق ديناميكية ومتغيرات تؤثر هذه الجماعة التي يتم دراستها من خلال التفاعل الاجتماعي في جهة التربية البدنية والرياضية في بحثنا هذا سنتطرق

² دراسة وافق خبرة آثار النفسية والاجتماعية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية فيما بينهم، مقدمة لنيل شهادة ليسانس جامعة محمد خيضر بسكرة، 2001، 2010، ص 21.

³ حسن السيد أبو عبدة أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية الطبعة، 1 مطبعة انتشار الفنية الإسكندرية، 2002، ص 157.

لمعرفة دور ألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي في حصة التربية البدنية والرياضية عند تلاميذ المرحلة الثانوية: التعلم عن طريق ممارسة والوقوف على مدلول المعرفة ومدى أهميتها في الحياة اليومية للفرد.

ومنه يتبادر في أذهاننا طرح السؤال العام التالي:

هل الألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية تفاعل الاجتماعي عند تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

2- التساؤلات الجزئية:

هل للألعاب شبه الرياضية دور في اكتساب تلاميذ مرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

هل الألعاب الشبه الرياضية دور تفعيل الروابط الاجتماعية من تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

2-1- الفرضية العامة:

للألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تنمية التفاعل الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

2-2- الفرضية الجزئية:

الألعاب الشبه الرياضية دور في اكتساب تلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي في الحد من الانطواء لدى التلاميذ.

3- أسباب اختيار الموضوع:

تكمن أسباب اختيار هذه الدراسة فيما يلي:

3-1- أسباب ذاتية:

- رغبتنا وميولنا إلى البحث عن دور الألعاب الشبه الرياضية في خلق دون اندماج للمراهق في مجتمع، ودوره في إعطاء حافز يدفع المراهقين إلى النشاط البدني والرياضي، وتقديم التوعية الكافية لتجنب ظاهرة الانعزال وعدم الوقوع فيها.

3-2- أسباب موضوعية:

إن ممارسة الألعاب الشبه الرياضية وخصوصاً عند فئة للمراهقين الذين لديهم امتداد في فترة المراهقة إلى نهايتها، والتي تعتبر مرحلة حساسة تشهد تغيرات فيزيولوجية ونفسية تؤثر على الجو الاندماجي ولذا فإن سبب اختيارنا للموضوع هو تعريض هذا الموضوع إلى الدراسة لأن المراهقين بحاجة لأن يتأقلموا مع المجتمع الكبير بحكم أنهم أعضاء منه، ولا يمكن أن ينفصلوا عنه، فالألعاب الشبه الرياضية لها دور فعال في خلق لغة التواصل والاندماج والتعرف على مدى تأثير التفاعل الاجتماعي على التلاميذ الطور الثانوي.

4- أهمية البحث:

إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية لتلاميذ مرحلة الثانوية.

إبراز مدى أهمية استخدام اللعب كطريقة للوصول إلى تحقيق هدف.

الكشف عن الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ.

التركيز على أن الألعاب الشبه الرياضية المدربة ضمن حصة التربية البدنية والرياضية أسلوب جديد من أساليب التربية البدنية.

محاولة الوصول إلى معرفة أهمية النشاط البدني والرياضي في تعديل سلوك المراهق.

5- أهداف البحث:

معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في إكساب تلاميذ مرحلة ثانوية المهارات الاجتماعية أثناء الحصة التربية البدنية والرياضية.

معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في اكساب تلاميذ مرحلة ثانوية المهارات الاجتماعية أثناء الحصة التدريبية البدنية والرياضية.

معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في التكيف الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء الحصة والتربية البدنية والرياضية.

6- الدراسات السابقة والمشابهة.

6-1- الدراسات الأولى:

في دراسة قام بها الباحث (بوحاج مزيان، مزارى ف=ح، ساسي عبد العزيز تحت عنوان دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسين كرة اليد (9-12) سنة حيث اعتمد الباحث على عينة عشوائية تمثلت في 20 مدرب كرة اليد واستعانة بالمنهج واستخدام أداة قياس وهي تقنية الاستبيان ومن أهم النتائج المتوصل إليها)

أن ألعاب شبه الرياضية لها دور إيجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل كما يعمل على تكوين خبرات حركية أولية تساهم في سرعة استيعاب المهارات الحركية وذلك بتنمية عملية الإحساس والعمل على اكساب القدرات البدنية وصفات الحركية مما يؤدي إلى تحسين الأداء الحركي ووصول إلى هذه النتيجة من الضروري معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تحسين سلوك وتنمية بعض المهارات الحركية للطفل ومن أجل الأداء الحركي الجيد وهذا ما يثبت صحة الفرضيتين.

الألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل.

تساهم الألعاب الشبه الرياضية في الوصول بالطفل إلى الأداء الجيد للحركة.

6-2- الدراسة الثانية.

دراسة قام بها الباحث راشدي عبد المؤمن تحت عنوان دور الألعاب الشبه الرياضية في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأستاذ سنة 2017 حيث اعتمد الباحث على عينة مقصود تمثلت في 30 أستاذ موزعة على 15 متوسط على استعانة بالمنهج الوصفي واستخدم أداة قياس في الدراسة هي الاستبيان وهي الاستبيان ومن أهم نتائج متحصل عليها كما للألعاب الشبه الرياضية دور فعال في الرفع من دافعية التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

الألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي يعمل على مساعدة التلاميذ في الاندماج داخل الجماعة المدرسية.

تعمل الألعاب الشبه الرياضية على تعليم التلاميذ تقبل توجيهات ونصائح الأستاذ.

7- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة وأوجه التشابه وأوجه الاختلاف.

7-1- أوجه التشابه.

تناول الباحث بوحاج مزيان وآخرين تحت عنوان دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية جانب الحسي الحركي لدى ممارسين كرة اليد (09-12) سنة 2007 على منهج الوصفي واستخدم أداة قياس وهي الاستبيان أما في دراسة ثانية لباحث راشد عبد المؤمن تحت عنوان دور الألعاب الشبه الرياضية في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية من جهة نظرا الأستاذة سنة 2017 منهج الوصفي وأداء القياس الاستبيان أما في بحصتنا استعملنا المنهج الوصفي وأداة قياس الاستبيان.

7-2- أوجه الاختلاف:

في دراسة الأولى لباحث بوحاج مزيان وآخرون تحت عنوان الألعاب الشبه الرياضية في تنمية جانب الحسي الحركي لدى ممارسين كرة اليد (9-12) سنة 2007 اعتمد على عينة عشوائية وهي 20 مدرب كرة اليد أما دراسة أما بالنسبة لبحثنا اعتمدنا على 10 أساتذة كعينة مقصودة.

7-3- من حيث النتائج:

من حيث النتائج المتوصل إليها في دراسته الأولى ودراسة ثانية وتشابهها مع دراسة هي أنّ ألعاب الشبه الرياضي دور إيجابي في تحسين سلوك التلميذ واندماجه في مجموعة في حصة التربية البدنية والرياضية.

8- مفاهيم ومصطلحات الدراسة

8-1- التربية البدنية والرياضية

8-1-1- التعريف اصطلاحى:

تعرف بأنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنسان عن وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق الأهداف ويقصد بها ذلك الجزء من العملية التربوية التي يساهم في تنمية التربية البدنية، الانفعالية، الاجتماعية، العقلية لكل فرد من خلال وسط الأنشطة البدنية.

8-1-2- التعريف إجرائي

هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين أداء تلاميذ مرحلة التعليم الثانوية عن طريق وسيط وهو الأنشطة البدنية المختارة لتحضيرهم لشهادة التعليم الثانوي

8-2- تعريف الألعاب الشبه رياضة:

8-2-1- اصطلاحا:

الألعاب الشبه رياضية هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا، وسهلة في أدائها، ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها، ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة، ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم والهدف المراد تحقيقه ويمكن ممارستها في اي مكان كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات وهي لا تحتاج الى تنظيم معقدة ودقيق.

8-2-2- التعريف الإجرائي:

هي عبارة عن ألعاب صغيرة يبتكرها ويوظفها الأستاذ في الحصة التعليمية أو التدريبية وغالبا ما تكون في بداية الحصة تتخذ أشكال متعددة ومتنوعة على حسب ميول ورغبة التلميذ، يغلب عليها طابع الترويح والمرح والتسلية.

8-3-المراهقة:

8-3-1-التعريف اللغوي:

إنّ كلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب، أو الدنو من الحلم، بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم أرهق غش أو دنا من فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال نضج.

8-3-2-التعريف الإجرائي:

هي مرحلة حساسة يمر بها فرد في حياته حيث تتميز بالتغيرات الجسمية والنفسية والاجتماعية التي تنتقل به من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد.

8-3-3-التعريف الإصطلاحي:

في الفترة الممتدة بين (12-18) تقريباً وتتمثل في التغيرات الجسمية والنفسية الاجتماعية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد وتقبل هذه المرحلة خطيرة في حياة الفرد لأنها تأخذ أحكام عدة.

8-4-تعريف التفاعل الاجتماعي:

يعتبر أهم عناصر العلاقات الاجتماعية الموجودة داخل الوسط المدرسي، وهو سلوك الذي يؤثر به الفرد في أفعال الآخرين عن طريق المعنى والقيمة والرموز، حيث أنّ الفرد يستجيب للمعنى الذي يخلعه على أقوال وأفعال الآخرين، ويشير إلى التأثير المتبادل أو العلاقة البشرية بين التلاميذ والجماعة المدرسية (الأفراد الفاعلين في الوسط المدرسي، ونخص هنا الأستاذ، مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي وجماعة الرفاق، بغض النظر عن إيجابياتها وسلبياتها والتي تجعل من سلوك أي منهما منبهاً لسلوك الآخر.

8-5-تعريف التلاميذ الطور الثانوي:

هم المتمدرسين أو التلاميذ الذين يزاولون دراستهم على مستوى التعليم ثانوي وتتراوح أعمارهم بين (15-18 سنة) وهم يمرون بمرحلة عمرية حساسة وهي مرحلة المراهقة حيث يتمتعون برغبة كبيرة في اللعب وكذلك تنتمى في هاته الفترة عدة خصال وسمات على مستوى الشخصية.



الفصل الأول: الألعاب الشبه الرياضية

تمهيد

تعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في التدريب الرياضي المناسب لجميع الجنسين وهي أحد المكونات الرئيسية لأي برنامج للتدريب الرياضي يفضله الكثيرون لأنه قريب من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى دورها المهم في النمو السليم والمتكامل للفرد (النمو البدني، الحركي، الانفعالي، الاجتماعي)

1- تعريف اللعب

إن موضوع اللعب لقي اهتماما ومتابعة من قبل المفكرين والعلماء والذين أرادوا أن يعطوا تعريفاً دقيقه له ومن بينهم الدكتور ريسان عبد المجيد والذي عرفه هو نشاط حيوي واستخدام حر ودائم يقوي المرء إبداعه في إطار في قواعد محدده¹ " أما "غروس" GROSS "عرفه اللعب ما هو إلا إعداد الطفل لعمل الجد في الحياة المستقبلية² " أما " عبد المجيد شرف" اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي وهو وسيلة للتعبير عن الذات استغلاله طاقته ويدفع الفرد إلى التجريب والتقليد واكتشاف الطرق جديدة للعمل الإنسان وبذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة والسرور وله دور كبير شخصيه الفرد³.

" ويرى "عطية محمود" أن اللعب يعد وسيلة طبيعية في تفاهم مشاكل الحياة التي تفرض وتحيط بالطفل في كل لحظة وأونة عن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من معلوماته ويزيد من مهاراته ويعبر عن أفكاره ووجدانه"⁴.

ويروي شاتو CHATAU أن: "اللعب هو النشوى وحرية التعبير عن الذات"⁵ إذن فاللعب عبارة عن نشاط يسلي ويتم بحركة حيث تكون الألعاب الثابتة أما المضمون يكون معقول مع محدودية الأدوار.

2- وظائف اللعب

ومن الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن اللعب يستطيع التعرف عن وجوه بالإضافة إلى استيعاب قواعد الاجتماعية والخلفية واللعب يجعل الأفراد يحتكون ببعضهم البعض وذلك لأنهم يسرقون اكتشافات العلاقات الإنسانية ويوافقون على خضوع القواعد المجموعة من بين هذه الألعاب توجد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيره في تطوير قدرات النفسية والاجتماعية للفرد من بين أكبر الوظائف نجد:

✓ يتعلم السلامة والأمن ومبادئ السلوك الاجتماعي.

¹ د/ريسان عبد المجيد: "ألعاب الحركة": دار الشروق، الأردن، ط، 2000، ص 11.

² حسن علاوي: "الم النفس الرياضي": ط، 1985، ص 35

³ عبد المجيد شرف: "التربية الرياضية للأطفال الأسوياء و المتحدي للإعاقة" ط، 1987، ص 5

⁴ عطية محمود: "مجلة علم النفس": 1949.

⁵ les jeux de l'enfant Apres 3ans . sa nature . sa discipline 4eme Ed ; j Varin libraire philosophiques . pares,1976,p29

- ✓ إشباع الميول والرغبات التلاميذ نحو أداء الحركي.
- ✓ اكتساب التلاميذ الإحساس والتذوق والجمال وتعبير الحركي.
- ✓ التدريب الحواس مع تنميه القدرة على الاستخدام هذا الحواس.
- ✓ التنمية وتطوير الحركات الطبيعية الأساسية.
- ✓ اكتساب المهارات الحركية
- ✓ تنميه القيم الخلقية والاجتماعية
- ✓ تنميه عنصر الاتصال الاجتماعي¹.

3- أنواع اللعب

3.1- اللعب العفوي

يعتبر أساس النشاط النفسي والحركي للاعب هو عبارة عن وسيلة للتعبير عن إشارات والحركات تظهر مجانية.

3.2- اللعب التربوي.

المدرسة الفعالة النشيطة اهتمت بأنه يمكن أن يقول اللاعب بدور تربوي وذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نموه حيث يثير الانتباه وينمي روح الملاحظة في التعاون وبعد ذلك يمكن من تهيئه النزعة للحياة الاجتماعية².

¹ مصطفى السابع محمد ر:"اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية و الرياضية " : مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية , ط , 2001 , ص 119.

² مفتى إبراهيم حماد : " طرق تدريس ألعاب الكراتي " ط , 1, دار الفكر العربي , 2000 ص 25-26.

✓ اللعب العلاجي.

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص إذا أن الطفل لا يستطيع التعبير على كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام ولكن تحميلها بظهر بوضوح في نشاطات اللهوية كاللعب¹.

4- قيمة اللعب.

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل تشكيل جوانب الشخصية الفرد لأنه يساعده على اكتشاف المحيط اكتساب الخبرة حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي²:

5- تدريب الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرة.

6- تلبية الحاجات الفرد وميوله إلى اللعب والحركة.

7- مساعده على تكليف الاجتماعي.

8- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات وإثرائها.

5- دور الألعاب في نمو الفرد

5.1- الجانب البدني

تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني في تنمي قدرات الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاربه اللعب والعودة إلى حاله طبيعية وتتضمن الألعاب العديد من الحركات كالجري والرمي والقفز وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة للجسم³.

¹ المرجع نفسه , ص26.

² N.E Medajaouiri M.rachid.Amelioration des qulités physique Travers LES J.P.S . (15-17)

Sous La Direction

M.Dgaout .A. juin .91.p 5

³ أئين وديع فرح , "خبرات في الألعاب للصغار و الكبار " : دار المعارف الإسكندرية , -1996, ص 24.

5.2- الجانب النفسي

أن المحللون النفسيين ينظرون إلى اللعب على أنه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم ذات اللاعب لتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها اللاعب الذي يعاني من مشكله خاصة مشكلته عن طريق اللعب بشكل اتقاد طرق أخرى¹.

5.3- الجانب الحركي

تعمل الألعاب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل اقل قدره ممكنه من الطاقة حركات اللاعب رشيقة وجميله وتعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق بين الجهاز العضلي والجهاز العصبي وينتج عن هذه الحركة الصحيحة المنسجمة أن تبعد المسافة بين التعب وقمة الأداء هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل الجري والوثب والمحاورة واللف الجسم وكل حركات التي تتطلب مهارات توافقية مثل القدرة على التحكم في رمي الكرة إلى مكان بعيد وإيجاد الضربة الكرة بالمضرب فتره اكتساب هذه المتوافقات المهارية وتنميتها هي مرحلة الطفولة إلى أنها تحتاج إلى سنوات عديدة من التدريب².

5.4- الجانب الانفعالي

ممارسه الألعاب مجال خصب لتنمية إنكار الذات الألعاب تجعل الفرد يشعر بالمسؤولية والاعتماد على النفس في كيفية مواجهه المنافس وفي أثناء اللعب يتحرر الفرد من التوتر ويشعر بالثقة في النفس والسعادة والرضا بما يقوم به كما أن مزاج الفرد يصبح أكثر ثباتا فلا يتذبذب لأسباب تافهة بين الفرح والحزن التمس الفتور من الفوز بنقطه أو فقد نقطة.

5.5- الجانب الاجتماعي

تساعد الألعاب على النمو الاجتماعي للفرد أثناء اللعب ويكتشف مسؤولية نحو الجماعة والحاجة إلى تبعية والقيادة إلى ممارسه النجاح والشعور بالانتماء كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضي ومواقف الضيق والهزيمة ويتحقق اللاعب التعاون والحب وإخاء وتحقيق الذات والاحترام حقوق الآخرين والرغبة في الفوز

¹ عمر محمد التومي الشيباني "تطوير النظريات و الأفكار التربوية : " -1981،ص 274.

² عمر محمد التومي الشيباني "تطوير النظريات و الأفكار التربوية : " ص - 24-25

تجعل اللاعب يبذل الجهد والعطاء وبذلك تنمو في اللاعب العلاقات الإنسانية القيمة والوعي الجماعي ولمعايشي والتعاون.

5.6- الجانب العقلي

تساعد الألعاب على النمو العقلي للفرد يحتاج إلى التفكير والتفسير المعارف التي يكتسبها مثل القوانين وميكانيكيه الأداء الحركي والخطط المتضمنة الألعاب وتساعد اللاعب على تحليل المواقف المفاجئة والمشحونة بالانفعال والقدرة على اتخاذ القرارات بسرعة تحت الضغط هذا الظروف.

6- تقسيم الألعاب يمكن تقسيم الألعاب إلى نوعين هما:

6.1- الألعاب الكبيرة

فهي ذلك النوع من الألعاب التي لها قواعد وقوانين متعارف عليها محليا هو دوليا وتحتاج عادة إلى مساحات كبيره وإقامتها ولعدد كبير من الأفراد لمحاولتها.

6.2- الألعاب الصغيرة

فهي الألعاب التي ليس لها تحديات دوليه أو قوانين ثابتة ويجب ألا يغير عن أذهاننا أن هنالك عوامل كثيرة لها إثر كبير في تقسيم الألعاب الجنس والبيئة وعوامل الجوية¹.

7- خصائص الألعاب

تعتبر الألعاب أحد أشكال الحركة البنائية ولها طبيعة ثقافيه وتتميز بعده خصائص أهمها:

✓ قابليتها للتكرار (يمكن إعادتها أكثر من مره)

✓ تنتهي بنتيجة محدد

✓ تتسم ببعض التنظيم (كيفية احتساب الفوز وعدد اللاعبين..... الخ)

✓ السلوك الوظيفي (يتمكن وصفها وبالتالي تعليمها)

¹ فايز مهنا : التربية الرياضية الحديثة : دار طه يس , ط-1985 , ص 172-173.

8- أهداف اللعب

تعد طريقه اللعب من الطرق الشائعة الاستعمال في مجال التدريب الرياضي لمختلف أطوار النمو الفردي وذلك لما تحققه هذه الطريقة من نجاح كبير للوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب الحركية المعرفية والانفعالية من بين هذه الأهداف نجد:

8.1- الأهداف النفسية الحركية.

لكي تكون طريقه اللعب فعالة يجب أن تهدف إلى تنميه تحسين الحركات البنائية الأساسية مثل الحركات الانتقالية والتمثلة في القدرة على التحرك من وضع ثابت إلى مكان آخر الوثب والجري بالإضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس والجذع وكذلك حركات اليدوية كالضرب باليد أو القدم وتنميه القدرات الإدراكية التي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التكيف مع البيئة وتتضمن أساس التميز الحركي والبصري والسمعي كما تساهم هذه الطريقة في تنميه القدرات البدنية حيث اعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها العقدة بالإضافة إلى تنميه المهارات الحركية¹.

8.2- الأهداف المعرفية

ينبغي أن تهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة والتي المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابقة تعلمها بالإضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادرا على الفهم الحركي أو المهارات التي يتعلمها وكذلك تطابقها وتحليل تلك الحركات وترتيبها ثم الوصول إلى تقييمها أو معرفه مدى تحقيق الهدف الذي وضع له ومثال الأهداف المعرفية نذكر ما يلي أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب ويتعرف على أنواع المهارات الخاصة به ويختار الطرق اللعب المناسبة للفريق ويحلل أنماط المهارات تحليلا دقيقا ويقارن الأداء الأول النهائي يقوم الأخطاء الأداء.

8.3- الأهداف العاطفية.

لا شك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي وتلازمها أمر طبيعي وعلى المعلم أن يجذب اهتمامات معلمين للتعلم الألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعليمها كما يتضمن المجال العاطفي عملية التطبيق الاجتماعي الذي له الأثر في النمو السلوكي والتحكم فيه ويدخل في نطاق الأهداف العاطفية للألعاب غرس

¹ ألين وديع فرح: "المرجع السابق" : ص34-37.

قيم مرغوب فيها الروح الرياضية العالية مثل التفاهم والإحساس بالمشاعر الآخرين واحترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب واحترام الحكام والإداريين و تقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي وإدراك الفرد لذاته والشجاعة والمثيرة وبذل الجهد كما يكتسب اللاعب ثقافيه بحيث تساعد على فهم ثقافة المجتمع وكذلك اكتساب قيم جمالية وفنيه من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق رضا الجمالي والفني¹.

9- الألعاب الشبه الرياضية.

عرفها عدنان " درويش جلول" هي تلك الألعاب بسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيره ولا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طالع الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها².

كما عرفها الين وديع فرح: هي الألعاب منظمه تنظيما بسيطا سهله في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولا توجد لها قوانين ثابتة ولكن يمكن للمعلم وضع قوانين تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم³.

وحسب زكريا إبراهيم كامل: الألعاب الصغيرة هي الألعاب السهلة والبسيطة بعيدة عن القوانين المعقدة تتميز بالحرية والإثارة والحماس للتلاميذ والاندماج في العمل⁴.

حسب منهاج التعليم الأساسي: هي نشاطات حركيه تجعل اللاعبين متنافسين حسب قواعد محدد و يستعملون حركات معينه⁵.

10- خصائص الألعاب الشبه الرياضية:

✓ تتميز الألعاب الشبه الرياضية بعده خصائص وهي:

✓ الألعاب الشبه الرياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات متعددة أو معقدة.

¹ ألين وديع فرح : "المرجع السابق " : ص 41-43

² عدنان درويش جلول و آخرون : التربية البدنية و الرياضة الارسة: دار الفكر العربي , ط , 1954 , ص 171.

³ الين وديع فرح : المرجع السابق , ص 26.

⁴ زكريا إبراهيم كامل و آخرون : طرق التدريس في التربية الرياضية , ج 1, ط 1, مكتبة الإشعاع الفنية.

⁵ منهاج و مواقيت السنة السادسة , المعهد الوطني للمطبوعات المدرسية , الجزائر , 1986 , ص 11.

- ✓ تكون الألعاب الشبه الرياضية محدده بقواعد صحيحة وسهله الفهم.
- ✓ تحتوي على مجهود بدني وعقلي يحتفظ بأكبر عدد من اللاعبين أثناء الأداء
- ✓ نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدفة
- ✓ يجب أن تكون محفزة للاعب
- ✓ يجب أن تسمح بمجهود بدني تنوع لكامل الجسم وكذلك توزيع متوازي لجهد البدني.

11- أغراض الألعاب الشبه الرياضية

تختلف الألعاب الشبه رياضيه فيما بينها وتتباين في ضوء بعض المتغيرات والعوامل السن والجنس ومرحلة التعليمية والإمكانيات والهدف كما أن اللعبة الواحدة يمكن أن يتغير هدفها من خلال تغيير حمل الأداء وبشكل عام هنالك بعض الأغراض الهامة تحققها الألعاب الشبه رياضيه منها:

- 11.1- **التشويق:** حيث توفر للإفراد الجاذبية التي تدفعهم للمشاركة بفاعلية في النشاط الحركي.
- 11.2- **المرح والبهجة:** تتيح الألعاب الشبه الرياضية وسطا بهيجة ومرحا من خلال ظروف اللعبة.
- 11.3- **اللياقة الحركية:** حيث أن الألعاب الشبه الرياضية تعتمد على صفات البدنية والحركية الأصلية وبذلك تتيح ممارستها للمشاركين اكتساب مهارات وقدرات حركية.
- 11.4- **التفاعل الاجتماعي:** يكتسب الأفراد المشتركون في العاب الشبه الرياضية مهارات التعامل مع الجماعة واحترام والتقدير للآخرين وتقبل القيم الاجتماعية.
- 11.5- **التدرج التعليمي:** تساعد هذه الألعاب على تدرج تعليمي للواجبات المتعلمة حيث ينتقل اللاعب تدريجيا من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد.
- 11.6- **التكيف مع التسهيلات المتاحة:** تعاني أغلب الأندية من نقص الوسائل حيث تتناسب معطيات الألعاب الشبه الرياضية وما تتميز به من قدره كبيره من مع الظروف¹.

¹ Rachid. Aoudia : les jeux pré sportif dans la formation lu hand – balle sous la directuen de p.konstanty I.D.P.S.jumi1985 p5.

12- أهداف الألعاب شبه الرياضية:

إن استعمال الألعاب الشبه الرياضية في كل جزء من أجزاء الحصة لديها أهداف تتجلى في مايلي:

12.1- المرحلة التحضيرية:

تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لهدفين:

القيادة بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة قصد التحفيز للاعبين على القيام بمجهود بدني وعقلي دائما في صياغة عملية الترفيه.

12.2- المرحلة الرئيسية:

وتستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز تدعيم عملية التعلم وذلك باقتراح ألعاب تخدم الحصة بحيث تسمح باكتشاف المهارات الحركية والتقنية في وسط تنافسي بحيث تنمي فيه جميع والصفات البدنية والعقلية.

12.3- المرحلة النهائية:

وتستعمل الألعاب الشبه الرياضية في المرحلة النهائية لخدمه هدفين أساسيين ويتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء الجهد في مرتفع الهدف الثاني فيهدف ترك اللاعبين في النشاط الدائم في حاله عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حمل كبير إذا كان البرنامج يسمح بذلك أي عدم وجود حصة دراسية بعد حصة التربية البدنية والرياضية¹.

13- تصنيف ألعاب الشبه رياضية:

إن تصنيف الألعاب الشبه رياضية يعود إلى أندري دميا بر حيث صنفها إلى أربع مجموعات:

13.1- ألعاب جد نشطة: وهي التي تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين وهذا الجهد يدوم بدوام اللعب في حد ذاته.

¹ عدنان درويش جلول - المرجع السابق - ص172-173.

13.2 - ألعاب نشيطة: يكون الجود في هذا الألعاب عالي يقتصر على فريق واحد في وقت الذي يكون فيه الفريق الثاني في المرحلة النسبية مع اخذ قسط حقيقي وفعال من اللعب.

13.3 - ألعاب ذات شدة ضعيفة: وتصنف هنا كل الألعاب أن يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت إلا جزء ضئيل مينة المدة الإجمالية للحصى ويحمل إلى ملاحظه انه في حالة ما إذا استعملت العاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من اللاعبين.

13.4 - ألعاب ترويحية تثقيفية: يتميز هذه الألعاب بالجهد الضعيف وإثارة الجهد الذهني والعقلي مما ينتج عنه الترويح التثقيف¹

14 - تقسيم الألعاب الشبه الرياضية:

حسب الين وديع فرح في كتابه خبرات في الألعاب للصغار والكبار إن الألعاب الشبه رياضية تنقسم وفقا للخصائص المميزة لمجموعات اللعب فيما يلي²:

✓ ألعاب الكرة. - ألعاب الفصل.

✓ ألعاب اختيار الذات. - ألعاب المسافة.

✓ ألعاب التتابع. - ألعاب مائية.

15 - مبادئ استخدام الألعاب الشبه الرياضية:

✓ ينبغي إن نتقدم الألعاب اخذ بنظام التدرج من السهل إلى الصعب فأكثر صعوبة

✓ تنظيم الألعاب لتقديم أقصى مشاركته من الممارسين

✓ ملائمة الأجهزة والأدوات مع قدرات الممارسين من خلال اعتبارات التدريبية

¹ chachaou Brahim . Meseausi . Brahim . ben taha sid – Ahmed : mémoire . étude comparative de deuse m'eihodesd'emtreuement sous la diractuou de –lelawi . f. jumar 1991–1992 . p3

² بوغدة نواري وآخرون: أهمية الألعاب الشبه رياضية لألعاب الرياضة الجماعية . مذكرة لسانس غير منشورة . جامعة الجزائر ، ص 22.

✓ ينبغي أن يخطط استخدام الألعاب كي تسهم بفعالية في نمو وتنمية التلاميذ على مستوى جوانب السلوكية المختلفة¹.

16- أهميتها التربوية:

تعتبر الألعاب الشبه رياضية وسيله فعاله في الحصه التربويه فهي تساهم في:

✓ إثارة الرغبة في الحل

✓ وسيله فعاله في إثارة الدوافع نحو تحقيق أهداف الحصه

✓ تعد مجالا لإشباع المتعلم نحو تحقيق الذات واثبات الوجود وسط الجماعة

✓ تشبع حاجات حتى تمكن الشعور بالاعتبار والتقدير من الآخرين

✓ تقود إلى الفهم والمعرفه وحب الإصلاح

✓ وسيله لزيادة قدره التحكم الحركي للمهارات والألعاب المختلفه²

17- ملاحظات خاصة بالألعاب الشبه الرياضية:

تساعد الألعاب الشبه الرياضية في التحكم ضمن مختلف الأنشطة خاصة الرياضات الجماعية من جهة أخرى تسمح:

✓ إشراك عدد من الأفراد في حاله نقص الوسائل استغلال الوسائل

✓ البسيطة مثل: كرات ذات أشكال وأوزان مختلفه

تقدم بعض الألعاب الشبه رياضية كمثال على المرابي أن يبحث وينوع في اختيار الألعاب باحترام المبادئ التالية:

✓ القيام باختيار دقيق يناسب تحقيق الأهداف المسطرة.

✓ تجنب تكرار الذي يعرض إهمال الملل³.


¹ ألين وديع فرح - المرجع السابق - ص 26.

² عدنان درويش و آخرون - المرجع السابق، ص 173-174.

³ مناهج التربية البدنية و الرياضية التعليم الثانوي ديوان المطبوعات المدرسية، جوان ، 1996.

خلاصة:

بعد أن تطرقنا لأهم ما جاء في الألعاب الشبه رياضية من خصائص ودور وأهداف يمكننا القول إنها احد الأنشطة الهامة في مجال التدريب الرياضي المجالات الأخرى لجميع الأعمار ولكل الجنسين وتعتبر احد المقومات الرئيسية لأي برنامج تدريبي ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى دورها في النمو الاجتماعي العاطفي والحسي والحركي والمعرفي



الفصل الثاني
التفاعل الاجتماعي

تمهيد:

يعد التفاعل الاجتماعي مفهوم أساسيا واستراتيجيا في علم النفس واهم عناصر العلاقات الاجتماعية ويتضمن التفاعل الاجتماعي مجموعه من التوقعات من جانب كل من المشتركين فيه فالطفل حين يبكي يتوقع أن يستجيب أفراد الأسرة خاصة أمي لبقاء كذلك يتضمن التفاعل الاجتماعي إدراك الدور الاجتماعي وسلوك الفرد في ضوء المعايير الاجتماعية التي تحدد دوره الاجتماعي أو الآخرين.

ويعد التفاعل الاجتماعي من أكثر المفاهيم انتشارا في عالم الاجتماع وعلم النفس على سواء وهو أساس في دراسة علم النفس الاجتماعي الذي يتناول دراسة كيفية تفاعل الفرد في البيئة وما ينتج عن هذا التفاعل من القيم وعادات واتجاهات وهو أساس في الفهم العديد من النظريات الشخصية والنظريات التعلم ونظريات العلاج النفسي.

إذ يعد التفاعل الاجتماعي بشكل عام نوعا من المؤثرات والاستجابات وفي العلوم الاجتماعية يشير إلى سلسلة المؤثرات والاستجابات ينتج عنها تغيير في الأطراف الداخلية فيما كانت عليه عند البداية والتفاعل الاجتماعي لا يؤثر في الأفراد فحسب بل يؤثر كذلك في القائمين على البرنامج أنفسهم بحيث يؤدي ذلك إلى تعديل طريقه عملهم مع تحسين سلوكهم تباعا للاستجابات التي يستجيب لها الأفراد.

1- تعريف التفاعل الاجتماعي

بعض التعارف

هو العملية التي يرتبط بها أعضاء المجموعة مع بعضهم البعض عقليا ودفاعيا في الحاجات والرغبات والوسائل والأهداف والمعارف.

إجرائيا: هو ما يحدث عندما يتواصل فردان أو أكثر يحدث نتيجة لذلك تعديل السلوك.

أو هو عمليات متبادلة بين طرفين في وسط اجتماعي عبر وسيط هو اللغة أو ما يقول مقامها كالإشارات وإيماءات الحركات وتعابير الوجه يتم خلالها تبادل التواصل لتحقيق هدف.

2- أشكال التفاعل الاجتماعي

✓ التعاون.

✓ التنافس.

✓ التوافق.

✓ الصراع.

ويتضمن التفاعل الاجتماعي التأثير المتبادل للسلوك الأفراد الجماعات الذي يتم عادة عن طريق التواصل الذي يتضمن بدوره العديد من الرموز وهناك علاقة بين الأهداف الجماعية وما يتطلبه تحقيق الأهداف من التفاعل الاجتماعي ييسر وصول الجماعة إلى تحقيق أهدافها حينما يتقابل عدد من الأفراد وجهها لوجه في جماعة يبدأ التواصل الاجتماعي بين هؤلاء الأفراد ويتم عن طريق اللغة والرموز الإشارات تلون والتلون الثقافي الذي يعيش فيها الأفراد الجماعة نمط التفاعل الاجتماعي ولهذا نكون أكثر دقة لو وضعنا في حسابنا مفهوم التفاعل الاجتماعي الثقافي.

والتفاعل الاجتماعي بصورة عامة هو العملية التي يرتبط بها أعضاء الجماعة ببعضهم مع بعض عمليا واقعيا وفي حاجات ورغبات والمعارف التفاعل الاجتماعي إجرائيا فهو ما يحدث عندما يتواصل فرض أو أكثر وليس بالضرورة تواصل ماديًا ويحدث نتيجة لذلك تعديل السلوك¹.

3- أهم مظاهر التفاعل:

- ✓ تقييم الذات والآخرين بشكل مستمر وإعادة التقييم والتقويم المستمر.
- ✓ يتوقف التفاعل الاجتماعي على شخصيه الفرد ومكانته الاجتماعية.
- ✓ التجاذب والانسجام بين الأفراد من خلال تقارب الميول والاتجاهات القيم أو التناظر بينهم عند تباعد هذا الجوانب بين الأفراد.
- ✓ التعاون والتكامل في العمل على تحقيق الأهداف المشتركة بين الأفراد.

تعتمد عملية التفاعل الاجتماعي على تنشئه الاجتماعية حيث يتعلم الفرد والجماعة أنماط السلوكية المتنوعة والاتجاهات التي تنظم العلاقات بين الأفراد والجماعات المجتمع في إطار الدين والقيم السائدة تقاليد المتعارف عليها والشبكة الاجتماعية للفرد تتكون من الأشخاص الذين له معهم تواصل ورابطه اجتماعية وبينه وبينهم تفاعل اجتماعي ، وتشير نظريات التفاعل الاجتماعي إلى أهميه الحب والمودة والتعاطف والوفاق في عملية التفاعل وهذا يعني ضرورة المشاركة في القيم الميول والاتجاهات والاهتمامات وان الفرد والبيئة وموضوع التفاعل أو التفسير البسيط للسلوك الاجتماعي للفرد يكون صعبا بالنسبة للتداخل هذه النواحي المختلفة استنتج مظر شريف من خلال لتجاربه انه عندما يتفاعل أعضاء الجماعة قاصدين تحقيق هدف مشترك فانه مع الوقت يبرز بناء الجماعة ينظم الأعضاء في مراكز وادوار تحدد معاير التحكم السلوك الاجتماعي اتجاهات اجتماعيه نحو موضوعات والأشخاص ويحدث التفاعل الاجتماعي بين جماعتين أو أكثر يلونه التنافس وتنمو اتجاهات السالبة نحو بعضها البعض وجد أيضا عندما تكون الجماعات حتى وان كان بينهما توتر ويتم بينهما تفاعل اجتماعي نحو هدف مشترك لا يمكن تحقيقه بجهد جماعه واحده فان الجماعات تميل التعاون ويقل من خلال هذا التفاعل وما بينهما من صراعات واتجاهات

¹ خليل عبد الرحمان لمعايطه: علم النفس الاجتماعي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2000، ص

سالبه وقد أجرى العالم وآخرون بحثًا عن قوة العقاب والثواب في التفاعل الاجتماعي المعارف إن العقاب والثواب يعتبران شكلين رئيسيين من أشكال الضبط الاجتماعي لكي يؤثر فرض على آخرين يجب أن يعتمد على قدرته على إثابتهم على صوابهم عقابهم علي أخطائهم واهم ما وجدته الباحثون في دراستهم هو عدم فاعليه قوة العقاب في التفاعل الاجتماعي وان زيادة القدرة على أثابه الآخرين لها اثر كبير على سلوكهم بدرجة واضحة عن زيادة القدرة على عقابهم ومن تفسيرات هذا أن الثواب يشجع الاستجابات المحببة لثواب ويعزز السلوك المطلوب بينما العقاب يكف الاتجاهات المسببة للعقاب فقط .

4- أهداف التفاعل الاجتماعي

يحقق التفاعل الاجتماعي بين الأفراد المجموعة وبين أهداف منها:

- ✓ ييسر التفاعل الاجتماعي تحقيق أهداف الجماعة ويحدد طرائق إشباع الحاجات.
- ✓ يتعلم الأفراد والجماعة بواسطته أنماط السلوك المتنوعة واتجاهات التي تنظم العلاقات بين أفراد وجماعات المجتمع في إطار التقييم السائد الاجتماعية المتعارف عليها.
- ✓ يساعد على تقييم الذات والآخرين بصورة مستمرة.
- ✓ يساعد التفاعل على تحقيق الذات ويخفف وطأة الشعور بالضيق كثيرا ما تؤدي العزلة إلى إصابة الأمراض النفسية.
- ✓ يساعد التفاعل الاجتماعي على الأفراد وغرس الخصائص المشتركة بينهم.

5- مراحل التفاعل الاجتماعي

5.1- مرحلة التعارف:

فيها يتبادل الطرفان عبارات شاملة ويقوم كل طرف بمحاولة سبر غور الطرف الآخر واكتشافه.

5.2- مرحلة التوافق:

يقتنع فيها كل طرف الطرف الآخر من حيث مزاياه وأخلاقه وقدراته.

5.3- مرحلة الإعلان عن العلاقة وتعزيزها وتثبيتها

لكن نجد نظريه بليز والتي قسم فيها مراحل التفاعل إلى:

5-3-1- التعرف: أي الوصول إلى تعريف مشترك للموقف ويشمل طلب المعلومات والتعليمات والتكرار والإيضاح والتأكيد ما هي المشكلة؟ لماذا يجتمعون؟ وما هي الأشياء المتوقعة منهم؟ إعطاء تعليمات ومعلومات وإعادة الإيضاح والتأكيد على تحديد المشكلة.

5-3-2- التقييم: أي تحديد مشترك نقيم في ضوءه الحلول المختلف ويشمل ذلك طلب الرأي والتقييم والتحليل والتعبير عن المشاعر والرغبات.

5-3-3- الضبط: أي محاولات الأفراد التأثير بعضهم في بعض ويشمل طلب اقتراحات التوجيهات وطرق الممكنة للعمل والحل ماذا يعملون بالضبط.

طلب الاقتراحات والتوجيهات والطرق الممكنة للعمل والحل "ماذا يعملون بالضبط".

تقديم اقتراحات التوجيهات التي تساعد على الوصول إلى الحل ما يعتقد انه لازم ما يجب عمله... الخ"

5-3-4- اتخاذ القرارات: أي الوصول إلى قرار نهائي ويشمل ذلك:

عدم الموافقة والرفض والتمسك بالتشكيلات.

الموافقة وإظهار الفهم والقبول والطاعة.

5-3-5- التكامل: أي صيانة التكامل الجماعة ويشمل ذلك إما إظهار التفكك والعدوان والانتقاص من قدر الآخرين والتأكيد الذات أو الدفاع عنها إظهار التمسك ورفع مكانه الآخرين تقديم العون والمساعدة والمكافآت في حين قسم بليز أنماط التفاعل الاجتماعي إلى:

- التفاعل الاجتماعي المحايد:

وتميزه أسئلة وطلب المعلومات والاقتراحات والآراء ويضم هذا النمط حوالي 7%

- التفاعل الاجتماعي المحايد: وتميزه المحاولات المتعددة للإجابة إعطاء الرأي وتقديم إيضاحات

والتفسيرات ويضم هذا النمط حوالي 56% من السلوك.

- التفاعل الاجتماعي (السلبى): وتميزه استجابات سلبية والتعبيرات الدالة على عدم الموافقة والدالة على التوتر والتفكك وانسحاب ويضم هذا النمط حوالي 12% من السلوك.
- التفاعل الاجتماعي الانفعالي (الاجابى): وتميزه استجابة ايجابية وتقديم المساعدة التشجيع الأفراد الآخرين وإدخال روح المرح ليقضي على التوتر وهؤلاء يميلون إلى الموافقة مع الأفراد الآخرين وإبداء وتوطيد التمسك ويضم هذا النمط حوالي 25% من السلوك. ونجد بليز اهتم بي فئات الأربعة من المتغيرات وهي شخصيات المتميزة لأعضاء الجماعة وخصائص المشتركة بين أعضاء الجماعة وتنظيمها والإحداث التي تنشأ عن الطبيعة المشكلة والتي تتغير بالتفاعل الأفراد الجماعة ويرى بليز لكي يحقق هذا النموذج في التحليل عملية التفاعل الاجتماعي فمن الضروري تحقيق شروط معينة في الجماعة وفي المشكلة ما هي:
 - ✓ أن يكون أفراد أسوياء.
 - ✓ أن يكون الأفراد على مستوى معقول من التعليم تتطلب تصميمات ووضع خطة واتخاذ قرار.
 - ✓ أن يكون هناك بعض التقارب بين المرتكز المختلفة في الجماعة.
 - ✓ أن تكون المشكلة قابله للحل في خلال فترة المناقشة.

6- التكامل الاجتماعي

هو عملية التآزر والتغاير الديناميكي الارتقائي بين الوظائف الحيوية والنفسية والاجتماعية في سبيل الإبقاء على وحده الكل «سواء كان ضد هذا الكل فردا و جماعة» يتضمن التكامل الاجتماعي استمرار التفاعل الاجتماعي والتآزر السلوك بين أعضاء الجماعة في بعضهم البعض وبين الجماعة وجماعات أخرى يتضمن التضامن الاجتماعي التنظيم والسلطة التواصل والارتقاء الابتكار وهو بذلك عنصر أساسي من عناصر البقاء ودراسة التكامل الاجتماع ي تحاول بحث خلافت قائمه بين الأعضاء المختلفة في المجتمع وتبحث في الوقت نفسه على الأهداف المشتركة.

6.1 - أبعاد التكامل الاجتماعي:

التكامل الاجتماعي من خلال أبعاده الثلاثة وهي feldman: درس فليدمان.

6-1-1-1- التكامل الوظيفي:

وهو النشاط المنتظم المتخصص الذي يحقق متطلبات الجماعة من حيث تحقيق أهدافها وتنظيم العلاقات الداخلية فيها والعلاقات الخارجية بينها وبين الجماعات الأخرى.

6-1-2- التكامل التفاعلي:

هو التكامل الذي يتعلق بالمعايير الاجتماعية أو القواعد السلوكية المرترضاة التي تضبط سلوك الفرد في الجماعة ووجد الباحث إن التكامل كان أقوى في جماعات البنات من جماعات البنين خاصة فيما يتعلق بالتكامل المعياري والتكامل التفاعلي ووجد أيضا أن التكامل يتأثر إلى حد ما بعوامل مثل التكوين الجنسي للجماعة وحجمها والوسط الاجتماعي الذي توجد فيه.

7- أسس ومحددات التفاعل الاجتماعي:

يقوم التفاعل لاجتماعي علي أسس محدداة هي:

7.1- التوقع:

هو اتجاه عقلي واستعداد لمنبه معين للاستجابة ثم يقيم تصرفاته ويكيف سلوكي طبقا لهذه التوقعات وإذا التوقع هو المحدد للسلوك فهو أيضا عامل هام في تقييمه لذلك إن تقييم السلوك يتم على أساس التوقع فالسلوك الفرد في الجماعة يقيمه ذاتيا من خلال ما يتوقعه عن طريق استقبال الزملاء له سواء أن كان هذا السلوك حركيا أو اجتماعيا ويبنى التوقع على خبرات السابقة أو على القياس بالنسبة إلى أحداث المتشابهة. ويعد وضوح التوقعات أمرا لازما وضروريا لتنظيم السلوك الاجتماعي أثناء عمليات التفاعل كما يؤدي غموضها إلى جال عملية المتلائم مع الآخرين أمرا صعبا يؤدي إلى الشعور بالعجز الاستمرار في انجاز السلوك المناسب.

7.2- إدراك الدور وتمثيله:

لكل إنسان دور يقوم به وهذا الدور يفسر من خلال السلوك وقيامه بالدور السلوك الفردي يفسر من خلال قيامه بالأدوار الاجتماعية المختلفة في أثناء تفاعله مع غيره قال لي خبرته التي اكتسبها وعلاقته الاجتماعية فالتعامل بين الأفراد يحدد وفقا للأدوار المختلفة التي يقوم بها.

ولما كانت مواقف التفاعل الاجتماعي التي يلعب بالفرد فيها أدوارا تتضمن شخصية أو أكثر تستلزم إيجاد الفرد لدوره والقدرة على تصور دور الآخرين أو القدرة على القيام به داخل نفسه بالنسبة لدوره مما قد نعبر عنه بالقول الدارج محاولتنا أنفسنا مكان الغير ويساعد انسجام الجماعة وتمسكها أن يكون لكل فرد في الجماعة دور يؤديه ما قدرته على التمثيل ادوار آخرين داخليا ويساعد ذلك على إدراك عملية التوقع السابق ذكرها وإذا أن الشخص الذي يقوم بالنشاط داخل الجماع ه ويعجز على توقع أفعال الآخرين لعجزه عن إدراك أدوارهم وعلاقة دوره بدورهم لن يتمكن من تعديل سلوكه ليجعله متفقا مع معايير الجماعة .

7.3- الرموز ذات الدلالة:

يتم الاتصال والتوقع والأدوار بفعالية عن طريق الرموز ذات الدلالة المشتركة لدى أفراد الجماعة كاللغة وتعبيرات الوجه واليد وما إلى ذلك وتؤدي كل هذا الأساليب إلى مشترك بين أفراد الجماعة ووحده الفكر والأهداف فيسيرون في التفكير والتنفيذ في اتجاه واحد ويشير (بونج) إلى أن الإنسان يعيش في عالم من الرموز هي شكل من أشكال التعبير عن الأفكار والمشاعر التي بداخلها ومن خلالها نستطيع أن نعبر عن خبراتنا.

7.4- الاتصال

لا يمكن بطبيعة الحال أن يكون هناك تفاعل بين فردين دون أن يتم اتصال بينهم قول يساعد الاتصال أسباب متعددة على وحده الفكر والتواصل إلى السلوك التعاوني الاتصال تعبير عن العلاقات بين الأفراد ويعني نقل فكره معينه أو معنى محدد في ذهن شخص ما إلى ذهن شخص آخر أو مجموعه من الأشخاص وعن طريق عملية الاتصال يحدث التفاعل بين الأفراد وعملية الاتصال لا يمكن أن تحدث أو تتحقق لذاتها ولكنها تحدث من حيث هي أساس عملية التفاعل الاجتماعي حيث يستحيل فهم ودراسته عملية التفاعل في أي جماعه دون التعرف على عملية الاتصال بين أفرادها¹.

8- التواصل الاجتماعي

إن من أصعب الدراسات هي دراسة السلوك البشري ذلك السلوك الذي تتشابه فيه الجوانب:

¹ عمر عبد الرحيم نصر الله (مبادئ الاتصال التربوي والإنساني، دار النشر و التوزيع ط .2001. ، ص 55.

الفصل الثاني: التفاعل الاجتماعي

✓ الانفعالية-النفسية: الشعورية واللاشعورية.

✓ الاجتماعية: الظاهرية منها والضمنية.

✓ الثقافية والمعتقدات.

هذا السلوك الذي يعبر عن نوع الشخصية التي يكون عليها الإنسان شخصيه متزنة أو مضطربة وسلوك الإنسان قصدي حتى ولو كان غير شعوري كالأليات الدافعية في حاله الحرص على كتمان الهدف السلوك فالأب الذي يضرب ابنه بدعوة تأديبه وهو في الحقيقة محول ما تلقاه من أبيه دون أن يطفو ذلك على الساحة الشعور سيعطي تبريرا منطقياً يقبله الناس لكنه يستخدم إليه دفاعيه وذلك نجد السلوك معبرا عن جوانب عديدة في الفرد ومنها سلوك التواصل وعملية التواصل تتضمن كل هذا الجوانب لذلك نجدها من بين عقد العمليات النفسية - الاجتماعية التي يقوم بها الفرد وتتم بينه وبين الجماعة أو بينه وبين أفراد الجماعة الأخرى.

إذا كان ابن خلدون منذ القرن التاسع يؤكد أن "الإنسان حيوان اجتماعي" بالطبع ما هو يعني أن هذا الأخير يحيى ضمن أعضاء الجماعة التي ينتمي إليها وهو في ذلك الوقت عضو فيها ومن خصائص هؤلاء الأعضاء التواصل فيما بينهم لأداء مهام تتجه نحو تحقيق الهدف أو أهداف هؤلاء الأفراد وأهداف هذه الجماعة في آن معا.

8.1 - التواصل من الناحية الاجتماعية:

هو علاقة متبادلة بين فردين انفتاح ذاتي على الآخرين والتواصل من الناحية السيكلوجية عملية ذاتية داخلية يتم فيها الاتصال بين الفرد وذاته في نطاق أحاسيسه وتجاربه مع نفسه.

8.2 - التواصل من الناحية الآلية-الميكانيكية:

نظام متكامل له مداخلاته ومخرجاته وعملياته وتغذيته راجعه مراسل + مستقبل + مضمون + تغذية وعائده من المستقبل.

8.3- التواصل من الناحية التربوية:

هو عملية تحدث في الموقف التعليمي ألتعلمي بين جميع الأطراف لتنظيم التعلم ويمكن القول إن التواصل هو عملية تعلم وان التعلم هو عملية التواصل.

والتواصل كالتحبر مثلا يعني بلوغه غايته وهو لا يصل من غير تأثير وتأثير وإحداث وضعيه ما لم تكن من قبل وهو ما يعبر عنه عادة بالمشاركة التفاعل مهمة التواصل إذا هي إيصال فكرة أو كلام في حقل من حقول التواصل الذي يحمل سمات عديدة من المتواصلين أنفسهم وفي ميادين مختلفة وللعلم فإن اللغة هنا هي أرقى وأبقى أنواع التواصل إذ بفضلها يميز الإنسان عن سواه.

وهناك أنواع أخرى من التواصل البيولوجي المرتبط بالغريزة تلك الطاقة المحركة له التي تحوله إلى معنى حسي وتقوم به الحواس تصبح وسيله تعبير تعتمد على الصوت والحركة الجسدية والإيمانية والإشارة واستعمال الجوارح عموما وقد يعبر ذلك التواصل عن طريق اللغة الإشارة أو التواصل الغير لفظي.

إذا التواصل "هو العملية التي بها يتفاعل المرسلون والمستقبلون الرسائل في السياقات اجتماعيه معينة «وللتواصل ثلاث وظائف بارزة:

1- التبادل

2- التبليغ

3- التأثير¹.

من خلال هذه التعارف يمكن استنتاج أهم مميزات عملية التواصل وهي:

1. أن التواصل يمكن أن يتم بعده مشافهة أو كتابية أو سلوكية أو حسية بالرموز غير اللغوية وتحمل معاني معينة.

2. أن التواصل لهم مستقبل ومرسل وهدف المقصد التأثير على المستقبل.

¹ مصطفى عبد السميع محمد وآخرون. الاتصال والوسائل التعليمية. ط.3. القاهرة: مركز الكتاب الدول. 2003، 33.

3. تتضمن عملية التواصل محتوى يؤدي إلى تأثير والتأثر وبالتالي التفاهم بين كل من المرسل والمستقبل وينتج عن ذلك زيادة في التقارب بينهما أو زيادة حصول الفائدة.

4. أن للتواصل بعدا أو أبعادا نفعيه قد تكون قريبه أو متوسطة أو بعيدة المدى على المرسل وقد تكون أيضا على المستقبل.

لا يحدث التواصل إلا بوجود عاملين مهمين هما:

❖ **اللغة:** سواء مكتوبة أو رمزية أو محكية أو حركية إيمائية ومن شروطها أن يفهمها المستقبل ولا يشترك أن يكون المرسل والمستقبل من البشر فقط يكون أحدهما له أو جهاز وإذ لم يفسر المستقبل الرسالة فعندها نقول إن الذي حدث هو اتصال وليس تواصل يكون في اتجاه واحد أما التواصل فهو في اتجاهين.

❖ **المناخ التواصلي:** مادي ونفسي

+ مادي-مواد وأجهزة

+نفسى-حرية-التسامح، انفتاح، استعداد....

9- خصائص التفاعل الاجتماعي:

يعد التفاعل الاجتماعي وسيله اتصال وتفاهم بين أفراد المجموعة فمن غير المعقول أن يتبادل أفراد المجموعة أفكار من غير ما يحدث تفاعل اجتماعي بين أفرادها.

✓ أن لكل فعل رده فعل مما يؤدي إلى حدوث التفاعل الاجتماعي بين الأفراد.

✓ عندما يقوم الفرد داخل المجموعة بسلوكيات وأداء معين فإنه يتوقع حدوث استجابة معينة من أفراد

✓ الجماعة إما ايجابيه أو سلبية.

✓ التفاعل بين أفراد الجماعة يؤدي إلى ظهور قيادات وبروز قدرات ومهارات الفردية.

✓ تفاعل الجماعة مع بعضها البعض يعطي حجما أكبر من تفاعل أعضاء وحدهم دون جماعة.

10- التفاعل الاجتماعي والنشاط الحركي للطفل

إعادة التنمية الاجتماعية من برامج التربية البدنية والرياضية أحد الأهداف المهمة والرئيسية في التربية البدنية والأنشطة الرياضية تتسم بالثراء ووفرة العمليات وتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة والنشاط البدني عددا كبيرا من القيم والخبرات والخصائص الاجتماعية المرغوبة التي تنمي جوانب الاجتماعية شخصيته وتساعد في التنشئة الاجتماعية والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعاييرها الاجتماعية والأخلاقية وقد استعرض كل الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة فيما يأتي:

- الروح الرياضية

- تقبل الآخرين

- الارتقاء الاجتماعي

-التنمية الاجتماعية

- الانضباط الذاتي

- تنمية الذات المتفردة

- المتعة والبهجة الاجتماعية

- اللياقة النافعة

واستخلاص لوي أربع قيم اجتماعية مهمة للنشاط الحركي:

- المشاركة المبكرة تنمي المكانة الاجتماعية.

- تساعد في الحراك الاجتماعي الايجابي.

- العلاقة الاجتماعية الطيبة تؤدي إلى فرص مهنية.

-تنمية أنماط السلوكية الاجتماعية المقبولة سواء في الحياة العامة أو العملية.

وتقوم الأنشطة البدنية والرياضية في أقطار الفرق فرصا اعرض وأفضل للنمو القيم الاجتماعية المقبولة حيث ينمو الطفل من خلال قيم الجماعة (الفريق) وعبر تفاعل اجتماعي فري تدفعه إليه ظروف اللعبة

حيث يستخدم الطفل مهاراته الفردية وكل قدراته لصالح فريقه فيعتاد التعاون يتعلم التفاهم والإيثار فقد يكون هناك طفل في الفريق في وضع أفضل منه لإحراز هدف فيمر الكره له فيؤثر على نفسه الأم مصلحة الفريق فوق أي مصلحة شخصية ويدرك الطفل من خلال هذا التفاعل الاجتماعي معاني التماسك والمشاركة والتوحد والانتماء كما تتيح هذه الأنشطة الرياضية فرصا للنمو للعلاقات الاجتماعية الطيبة كالصداقة والعشرة والألفة الاجتماعية وتجعله يتقبل دوره في الفريق وتعلمه القواعد اللعبة والمنافسات والانضباط الاجتماعي وامتثال والمسايير لنظم المجتمع ومعاييرها

11- نظريات التفاعل الاجتماعي:

يختلف تفسير التفاعل الاجتماعي بوصفه محورا ومركزا لكافة الظواهر التي يدرسها علم النفس الاجتماعي الاختلاف أوجهها وبناء على ذلك سنقوم باستعراض خمس نظريات:

11.1- النظرية السلوكية:

رد السلوكيون عملية التفاعل الاجتماعي بين الأفراد والجماعات إلى نظريه المؤثر والاستجابة عبد العزيز التي يتزعمها العالم الأمريكي(سكنر) ويرى السلوكيون المخلوقات الاجتماعية ليست سلبية بل أن لديهم المقدرة على الاستجابة للمؤثرات أو المنبهات التي يتلقونها خلال عملية التنشئة الاجتماعية القائمة على التفاعل والشخصية التي تتكون وتشكل الفرد أو الجماعة وهي نتيجة مباشرة لهذا التفاعل يتمثل في استجابات المتبادلة بين الأفراد في وسط أو موقف اجتماعي بحيث يشكل سلوك الواحد مؤشرا أو منبها لسلوك الأخر وهكذا فكل فعل يؤدي إلى استجابة أو استجابات في إطار تبادل المنبهات والاستجابات وهم يؤكدون أن التفاعل الاجتماعي لا يبدأ ولا يستمر إذا كان المشتركون فيه يتلقون شيئا من التدعيم الإثابة التي تقوم على مبدأ إشباع الحاجة المتبادلة.

فالتفاعل هنا أشبع لحاجات الطرفين اللذين يقوم بينهما التفاعل فالطفل يحصل على ما يريد من والديه والوالدان يحصلان على ما يريدان من تعلم الطفل للكلام والتواصل اللغوي

11.2- نظرية نيوكمب:

ينظر(نيوكمب) إلى التفاعل الاجتماعي وكأنه نوع من الجهاز أو النظام الذي تربطه أجزائه ببعضها ويتوقف عمل جزء منه وعلى أداء بقية الأجزاء لوظائفها وعلى هذا الأساس يقول الناس الذين يحدث بينهم

تفاعل بتغيير سلوكهم لهذا التفاعل حيث يعدل سلوك أحد الطرفين إذا حذف تغيير في سلوك طرف آخر. أن نمط من العلاقة المتوازنة تسود بين شخصين متفاعلين عند تشابه اتجاهاتهما وآرائهما بالنسبة لشخص أو موقف وانما نمط بين العلاقات المتوترة غير المتوازنة ينشا بين طرفين متآلفين إذا كان كل منهما يحمل أفكارا اتجاها متباينا نحو طرف ثالث مشترك كما ينشا نمط من العلاقة الغير متوازنة بين طرفين غير متآلفين حتى ولو كان متشابهين في لمواقفهما واتجاهاتهما بالنسبة للطرف الثالث خلاصه ذلك يمكن القول أن نمط من العلاقات المتوازنة تسود بين شخصين متفاعلين عندما تتشابه اتجاهاتهما وآراءهما بالنسبة لشيء أو شخص أو موقف معين.

وهكذا يستنتج(نيوكمب) الصداقة والود والتجاذب تقوى بين الطرفين الذين تربطهما موقف واتجاهات وأفكار وآراء متشابهه الأشخاص أو الأشياء أو المواقف الآراء ذات اهتمام المشترك

نظرية سايمسون:

يميل أو يتجه هذا الفرد إلى تغيير أحكامه من المواقف الغير المتوازنة التي يسودها التوتر أكثر منه في المواقف المتوازنة الأشخاص بصورة عامه إلى إصدار أحكام المتشابهة للأحكام من يحبون أو يألفون والمخالفة الأحكام من لا يحبون لقد أثبتت التجارب التي أجراها (سابمسمون) أن العلاقات المتوازنة في نطاق التفاعل الاجتماعي تكون ناتجة عن:

✓ اعتقاد أحد الطرفين أن الطرف الآخر الذي نحب يحمل نفس الآراء ويحمل نفس القيم والمعتقدات التي يحمل أو مشابه لها.

✓ اعتقاد بان الطرف الآخر الذي لا نحب لا يحمل آراء ومعتقدات أو قيما تشبيهه الآراء وأحكامه

✓ أما العلاقة غير المتوازنة (التوتر) فتكون حسب نتائج التجارب التي أجراها (سابمسمون) أيضا وهذه.

هي النتائج هي ما يأتي:

✓ الاعتقاد بان الطرف الآخر الذي نحب يصدر أحكاما.

✓ الاعتقاد بان الطرف الآخر الذي لا نحب يصدر أحكام تشابه أحكامنا.

وفي كلتا الحالتين فإن الأهمية الحكم أو أي القيمة أثرا كبير في وحدة أو قوه العلاقة الناشئة عن الموقف لأن يؤدي اهتماما أكبر للأمور الهامة والخطيرة التي تؤثر في حياته وتكيفه مع المجتمع أكثر من تلك التي تكون ذات إثر محمود في ذلك كالأحكام المتعلقة بالأكل والشرب ومقارنه بالأحكام والمتعلقة بالفلسفة الحياة أو القيم الاجتماعية والأخلاقية أو الدينية أو السياسية.

11.3- نظرية بليز:

حاول (بليز) دراسة مراحل وأنماط التفاعل الاجتماعي وحدد مراحل وأنماط عامه في مواقف اجتماعيه

تجريبية وحدات (بليز) عمليه التفاعل الاجتماعي في عدة مراحل وأنماط وتحدث عن التفاعل ا

لاجتماعي على أساس من نتائج دراسته وملاحظاته.

ويعرف (بليز) التفاعل الاجتماعي بأنه السلوك الظاهر للأفراد في موقف معين وفي إطار الجماعات الصغيرة.

لذلك اقتصر في بحوثه على ملاحظه السلوك الخارجي للمتفاعلين ونظرا إلى عمليه التفاعل كما لو كانت مجرد اتصال من الأفعال والكلمات والرموز والإشارات... الخ بين الأشخاص عبر الزمن.

ويقدم (بليز) نموذجا لعمليه التفاعل الاجتماعي احتل مركزا هاما في أساليب البحث في ديناميكيات الجماعة وقسم (بليز) مراحل التفاعل الاجتماعي التي تتوالى في الترتيب كما يأتي:

✓ التعرف.

✓ التقييم.

✓ الانضباط.

✓ اتخاذ القرارات.

✓ ضبط التوتر.

✓ التكامل.

كما قسم (بليز) أنماط التفاعل الاجتماعي كما يلي:

- ✓ التفاعل الاجتماعي المحايد (الأسئلة)
- ✓ التفاعل الاجتماعي المحايد (الإجابات)
- ✓ التفاعل الاجتماعي الانفعالي (السلبى)
- ✓ التفاعل الاجتماعي الانفعالي (الإيجابى)

11.4- نظرية فلديمان

تستند نظرية التفاعل الاجتماعي عند (فلديمان) على خاصيتين رئيسيتين هما الاستمرار أو التآزر السلوك بين الأعضاء الجماعة والجماعات الأخرى ومن خلال دراسة قام بها (فلديمان) على (6) جماعة من الأطفال وما توصل إليه هو أن التفاعل الاجتماعي مفهوم متعدد يتضمن ثلاثة أبعاد:

- ✓ التكامل الوظيفي: ويقصد به النشاط المتخصص والمنظم الذي يحقق متطلبات الجماعة من حيث التحقيق أهدافها وتنظيم علاقات الخارجية بين الجماعات الأخرى.
- ✓ التكامل التفاعلي: ويعني به التكامل الأشخاص من حيث التأثير والتأثر وعلاقة الحب المتبادلة وكل ما يدل على تماسكهم.
- ✓ التكامل المعياري: ويقصد به التكامل من حيث الاجتماعية أو قواعد المتعارف عليها التي تضبط سلوك الأفراد في الجماعة¹.

12- الأهداف العامة لعملية التواصل داخل الجماعة والتفاعل معها:

أهداف عملية التواصل من جهة نظر كل من المرسل والمستقبل:
من جهة نظر المرسل نجد أن أهداف التواصل هي:

- ✓ نقل الأفكار

¹ محمود عوض يسوني - فيصل ياسين الشاطىء. نظريات وطرق التربية والرياضية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية (1992)

✓ التعليم

✓ الأعلام

✓ الاقتناع

✓ الترفيه¹

ومن جهة نظر المستقبل يمكن تحديد الأهداف التالية:

✓ الاستماع والهروب من مشاكل الحياة².

✓ فهم ما يحيط به من ظواهر وأحداث.

✓ تعلم المهارات الجديدة

✓ الحصول على معلومات جديدة تساعده على اتخاذ القرارات بشكل مقيد ومقبول.

✓ إحداث تفاعل بين المرسل والمستقبل من حيث الاشتراكات بفكره أو مفهوم أو رأي أو عمل ويهدف إلى أن يؤثر أحد الطرفين التواصل في الطرف الآخر بحيث يؤدي هذا التأثير إلى إحداث تغيير إيجابي في السلوك المتعلم أو المستقبل.

وتعتبر عملية التعلم (التدريس) عملية تواصل تعليمي بين المعلم وطلابه باستخدام الألفاظ والرسوم والصور وبها سمات وأجهزة والتجارب وغيرها من الوسائل التعليمية المناسبة.

ويهدف التواصل التعليمي إلى تعديل السلوك المتعلم وهناك مستويان أهداف التواصل التعليمي: أحدهما عام وينص على الأهداف التي تسعى لعملية التعليمية إلى تحقيقها ومن المحصلة الخبرات التي يمر بها المتعلمون في كافة المواقف التعليمية داخل وخارج المؤسسات التعليمية والمستوى الثاني من الأهداف خاص بموقف تعليمي معين أو أكثر.

¹ علي تعوينات: سيكولوجية الاتصال وصعوباته، مداخلة قدمت في الملتقى الوطني بجامعة البليدة جوان 2008-36.
² أحمد، عبد الحافظ محمد سلامة إدارة المؤسسات التربوية. عالم الكتب-القاهرة-جمهورية مصر العربية: 2003، ص 15.

ومن أهم الخصائص التي يجب أن تتوفر في الأهداف الخاصة للتواصل التعليمي الوضوح والدقة حيث يمكن اتخاذ كافة الإجراءات اللازمة لتحقيقها وتسمى هذه الأهداف الخاصة بالأهداف السلوكية لأنها تحدد سلوك المتعلم المرغوبة فيه بها في الموقف التعليمي كما تسمى أيضا بالأهداف الإجرائية لأنها تحدد العمليات أو الإجراءات التي يقوم بها المتعلم في الموقف أو المواقف التعليمية بعد مروره بخبر تعليمية أو أكثر.

خلاصة:

من خلال ما استعرضناه في هذا الفصل نستخلص أن عملية التفاعل الاجتماعي هي عملية مستمرة وغير منتهية وهي نشيطة لتبادل التأثير والتواصل مع المحيط وذلك بهدف الحفاظ على العلاقات الاجتماعية بهدف بناء مجتمع متماسك والتي تهدف إلى اكتساب المراهق مع الأسرة والجماعة الأقران والمدرسة وغيرها العادات والتقاليد والسلوكيات الاجتماعية المناسبة والقدرة على التفاعل مع الاستجابات الغير نحو وسلوكه واتجاهاته وبذلك اكتسابه سلوكا حسن بشكل يرضي عنه كل من الأسرة والمجتمع.

الفصل الثالث:

المراقبة والتربية البدنية الرياضية

تمهيد:

يتميز الفرد بأنه عملية متسلسلة تمتد من فترة الجنين إلى مرحلة الكهولة الشيخوخة ونسق هذا النمو يختلف من مرحلة إلى أخرى بحيث لكل مرحلة خصائصها ومميزاتها وتعتبر المراقبة من أهم المراحل النمو حيث تظهر فيه السمات الأولية لشخصية الفرد ويكتمل فيها النمو البدني والنفسي والعقلي ولقد ألفت المراقبة اهتمام الكثير من الدارسين والباحثين إلى أهميتها وحساسيتها وأثارها على حياة الفرد.

1- مفهوم المراهقة:

يطلق على المصطلح المراهقة التي تحدث فيها انتقال التدريجي للفرد نحو النضج البدني والعقلي أما أصلها اللغوي فيرجع إلى الفعل "رهب" بمعنى أو يقترب من وعلى العموم فإن المراهقة هي فترة نمو شامل ينتقل فيها الإنسان من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد.

بعض التعاريف الخاصة بالمراهقة:

يعرفها "عبد الرحمن عيساوي" بأنها فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية كما أنها فترة التحولات النفسية العميقة¹.

كما يعرفها "أنري بيرون" بأنها عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها وهي تعد الفترة النهائية من النمو الأساسي موافقة لفترة النضج الجسمي ومؤدية إلى حالة الرشد².

كما يعرفها "ديباس" بأنها فترة التحولات الجسمية والنفسية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد³. وحسب هذه التعريف الأخير الكلاسيكي فإن المراهقة عبارة عن مرحلة عبور تتم فيها التغيرات من

جانبيين أساسيين هما:

1.1- التغيرات الجسمية:

تتعلق بالنضج الفيزيولوجي الجسمي بوجه عام حيث يكتمل نمو الأعضاء الداخلية والخارجية.

1.2- التغيرات النفسية:

تتمثل في ظهور حاجات عاطفية ومشاعر جديدة خاصة الغرائز الجنسية، إلى جانب الوظائف العقلية كال تفكير، التخيل، الذاكرة والتذكر.

¹ عبد الرحمان عيساوي-معالم علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت، 1984، ص 87.

² إنري بيرون، مصطلحات علم النفس، الطبعة السابقة، ب اريس، 1987، ص 06.

³ ديباس، المراهقة، المطبعة الجامعية، فرسنا، 1959، 06.

يظهر لنا جليا خلال هذه التعريف بأن مرحلة المراهقة هي أساسية في حياة الإنسان..... فهي تشمل عدة تغييرات وعلى كل مستويات منها النفسية العاطفية الانفعالية الجسمية العقلية الاجتماعية فهي تتفرد على غيرها من المراحل الخاصة للنمو السريع الغير منظم وقلة التوافق العصبي.

العضلي حتى عرفت بأنها فترة اضطرابات والفوضى الحركية لقد وصفها "بستانلي هول" بأنها فترة اضطرابات العواطف وتوتر تكشفها أوهاما النفسية وتسودها المعاناة والإحباط الصرع القلق المشكلات وصعوبة التوافق.

2- أنواع المراهقة:

يرى الدكتور "صموئيل مفاريوس" أن هناك أربع أنماط عامة للمراهقة يتمكن تلخيصها فيما يلي:

2.1- المراهقة المكيفة:

وتعرف إنها المراهقة الهادئة والتي تميل إلى الاستقرار وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة غالبا تكون علاقة المراهق بالذين يحيطون بيه علاقة طيبة كما يشعر المراهق في هذه الفترة بتقدير المجتمع له وتوافقه معه كما انه يشعر بالثقة متزايدة بنفسه كما نجد المراهق لا يصرف في الأحلام اليقظة الخيال أو الاتجاهات السلبية أي أن المراهق هنا يميل إلى الاعتدال¹.

2.2- المراهقة الأنسحابية الانطوائية:

ومثل هذه المراهقة نجدها تحمل صورة مكتئبة تميل إلى العزلة والانطواء والتردد والخجل والشعور بالنقص عدم التوافق الاجتماعي حيث نجد مجالات المراهق الخارجية الاجتماعية ضيقة ومحددة كما يصرف الجانب الكبير في التفكير إلى نفسه حل مشكله حياته إلى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية كما يصرف في الاستغراق في الهواجس والأحلام اليقظة حيث تصل الأحلام اليقظة في بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية إلى مطابقة المراهق بينه أشخاص الروايات التي يقرأها.

2.3- المراهقة العدوانية المتمردة:

يكون فيها المراهق ثائرا المتمرد على السلطة كانت سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي كما يميل المراهق إلى محاولة تأكيد نفسه والميل إلى التشبه تقليد الآخرين كالشارب أو اللحية. حيث نجد السلوك العدواني عند هذه المجموعة قد يكون صريحا يتمثل في إيذاء أو قد يكون بصورة غير مباشرة فيتخذ

¹ مصطفى زيدان، علم النفس نحو الطفل و المراهق، دار الشروق للنشر 1990، ص 162.

صوره العناد وهناك مجموعه ثالته من المراهقين قد تتعلق بالأوهام أو الخيال أو أحلام اليقظة بكل صوره اقل مما سبقها.

2.4- المراهق المنحرفة:

من المراهقة في شكلين المنسحب والعدواني الصورتان السابقتان غير متوافقة غير متكيفة إلى أن مدى الانحراف لا يصل إلى خطورته الصورة البادية شكل الرابع نجد الانحلال الأخلاقي والانهيال النفسي حيث يقوم بتصرفات تخالف عادات المجتمع وقيمه التمرد حيث يحصرها البعض إعداد الجريمة أو المرض النفسي والعقلي.

3- أطوار المراهقة:

لقد أختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة وباديتها؟ وكم تدوم في حياة الإنسان؟ وفي أي سنة تنتهي؟ كما اختلفوا في تحديد مراحل النمو وباديته ونهايته نظرا لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي تخضع له هذه التقسيمات وإنما أحضروها لمجال دراستهم وتسهيلا لها فهناك من اتخذ أساس النمو الجسمي كمعيار من اتخذ النمو العقلي كمعيار آخر ولكنهم اتفقوا مبدئيا على أن فترة المراهقة هي الفترة الواقعة بين أول البلوغ الجنسي واكتمال النمو الجسمي الراشد. أي أن حياتها من 12 سنة وتستمر إلى لنضج أي إلى 22 سنة ويمكن أن تتعداه على حساب لمعطيات أو المؤثرات بحيث يذهب الباحثون والعلماء الأمريكيون إلى تقسيم مرحلة المراهقة إلى ثلاث أقسام لتسهيل مجال الدراسة والبحث فقط لا غير ولضبط كل المتغيرات والمظاهر النفسية والسلوكية التحدث في هذه الفترة¹.

3-1- المراهقة المبكرة:

(12,13,14) سنة تمتد هذه الفترة من بداية النمو السريع الذي يصاحبه البلوغ إلى حوالي سنة إلى سنتين بعد البلوغ عند الاستقرار البيولوجية الجديدة عند الفرد.

¹ حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو من الطفولة إلى مرحلة المراهقة، ط2، عالم الكتب القاهرة سنة 1972، ص 284-285.

3-2- المراهقة الوسطى:

(15.16.17) سنة يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية وما يميزها هذه المرحلة هو بطيء سرعة النمو الجنسي بالنسبة للمرحلة وتزداد التغيرات الجسمية والفسولوجية من زيادة الطول الوزن واهتمام بمظهر الجسمي وصحته الجسدية ويزداد بهذا الشعور المراهق بذاته¹.

3-3- المراهقة المتأخرة:

"18 إلى 21 سنة يطلق عليها بالذات اسم مرحلة الشباب حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها باختيار مهنة المستقبل وكذلك اختيار الزواج أو العزوف فيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجنسي ويتجه نحو لثبات الانفعالي وتبلور لبعض العواطف².

4- خصائص المراهقة:

أن أهم الخصائص التي تشهدها فترة المراهقة هي النمو في مختلف الجوانب فيظهر ذلك فيما يلي:

4.1- **النمو الجسمي:** قد يعتبر البعض أن النضج الجنسي الذي يعبر مركز النمو الفيزيولوجي هو كل شيء في مرحله المراهقة وما هو في الحقيقة الأمر إلا خطوة اكتمال الشخصية الفرد بوجه عام إذ يجب إهمال التغيرات الجسمية من حيث أهميتها السيكولوجية والاجتماعية والواقع أن المراهق يشعر بتغيرات الجسمية أكثر من شعوره بتغيرات الفيزيولوجية نظرا لكون التغيرات الجسمية تغيرات خارجية يلاحظها المراهق نفسه ولا يلاحظها الآخرون ولقد دلت الدراسات التي أجريت على المراهقين أن مظاهر الجسم تنالها طفرة نمو قوية في الفترة ما بين العاشرة والسادسة عشر وان هذه الطفرة تسبق ظهور البلوغ الجنسي عند البنات بينما تحدث أثناء البلوغ عند الذكور. وهذه الطفرة في النمو تحدث في الطول والوزن وتتمثل في اتساع الكتفين وطول الجذع ومحيط الأرداف وطول الساقين ويمكن القول النمو وزن الجسم يكون أكبر من سرعته ودرجته عند الإناث من سن «11 إلى 15 سنة منه عند الذكور وكذلك الحال بالنسبة للطول بينما يكون متوسط طول الجسم عند الأولاد

¹ حامد عبد السلام زهران، نفس المرجع، ص 263.

² حامد عبد السلام زهران نفس المرجع، ص 284

زيادة تقع من "1 إلى 2" % من الميلاد حتى سن "11" سنة فان هذا الأسبقية تتقهقر بين واحد إلى 14 سنة حيث يزيد متوسط طول البنات حوالي 2%¹.

نظرا لهذه التغيرات الجسمية والتي تخرج بالمراهق من عالم الطفولة إلى عالم الرشد ولكن يسير النمو بصورة جيدة بالنسبة للمراهق يجب مراعاة بعض المطالب الخاصة بالنمو الجسم يمكن أن نذكرها منها الإلمام بالعادات الصحيحة وأن يمارسها في غذائه ونموه وعمله وحتى لا يعيق عمله ونموه ويوفر لجسمه الطاقة الضرورية له وأن تراعي هذه النواحي المختلفة في برامجها ونشاطاتها².

فهم التغيرات الجسمية الحادثة وتقبلها والتوافق معها³.

من هذا من واجب المشرفين ورعاية وتربية الشباب من آباء ومدرسين وغيرهم وذلك من خلال مساعدة المراهقين على فهم طبيعة المرحلة التي يمرون بها والتكيف مع من خلال مساعدة المراهقين على فهم طبيعة المرحلة التي يمرون بها والتكيف مع التغيرات الجسمية السريعة التي تطرأ عليهم من خلال توجيههم لممارسة التربية البدنية والرياضية للتخفيف من حدة المشاكل التي يعانونها ويلعب الأستاذ شخصية الدور الهام في ذلك.

4.2- النمو الفيزيولوجي:

تعد ظاهرة النضج الجنسي من ظاهرة النمو في البيولوجيا في مرحلة المراهقة إلا أن هذا الأخير في الإناث عنده عند الذكور وذلك نظرا لوظيفة التي يؤديها هذا النضج عند كل من الجنسين.

أما فيما يخص تحديد المرحلة النص الجنسي فان الأمر يختلف في كل جنس على الآخر إذ يمكن في حاله اعتبار ظهور أول عملية طمث لدى الإناث على أنه أن العلامة الأكثر دلالة على الدخول في النضج الجنسي.... أما عند الذكور فنحن لا نستطيع الجزم بعملية القذف الأول وذلك اتجه الأبحاث في تحديد بدء المراهقة عند الذكور بدراسة الظواهر الجنسية الثانوية مثل ظهور الشعر العانة وتغير الصوت والنمو الجسمي⁴.

¹ حامد عبد السلام زهران نفس المرجع، ص 285

² أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، ط10، دار النهضة المصرية، القاهرة، 1972، ص 220.

³ فؤاد الباهي، السيد، الأسس النفسية للنمو، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975، ص 268.

⁴ السيد محمود الطواب، النمو الإنساني الأسس وتطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، سنة 1975، ص 82.

والواقع إن ظهور عمليتي الطمث عند الإناث والقذف عند ذكور مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بتغيرات الجهرية في الجهات والذي يسمى بالجهاز الغدد الصماء "ENDOCRIN GLANDS" وهي عبارة عن غدد عديمة القنوات تصب في إفرازاتها أول اللمف مباشرة أما الإفرازات هذه الغدة فهي مواد عضوية تسمى الهرمونات وهذه الهرمونات تدخل المباشرة في عملية التالية استشارة النمو عامة وتنظيمه التحول الغذائي تنظيم الشكل الخارجي.

4-3- النمو الاجتماعي:

تتميز الحياة الاجتماعية في المراهقة بأنها مرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي يصل إليها المراهق في مرحله الرشد¹ ومن أهم مظاهر النمو الاجتماعي في هذه المرحلة نجد:

✓ **التألف:** نجد مظاهر مختلفة للتألف كالميال للجنس الآخر الثقة بالنفس واتساع الميدان تفاعله الاجتماعي

✓ **التمرد:** يتحرر المراهق من سيطرة الأسرة بحيث يشعر بها بفرديته ونضجه واستقلاله قد يعالي في هذه التمرد فيعصي ويتمرد على السلطة القائمة في أسرته

✓ **المنافسة:** بمعنى التأكيد مكانته بالمنافسة زملائي في ألعابهم وتحصيلها نشاطاتهم.

✓ **السخرية:** بمعنى يتطور الإيمان المراهق بالمثل العالي البعيد تطورا يؤدي به أحيانا إلى السخرية من الحياة الواقعية وذلك لبعدها على المثل التي يؤمن بها ويدعو إليها ولكنه يقترب شيئاً فشيئاً من الواقع كلما اقترب من النضج والرشد.

4.4- **النمو العقلي:** تتطور الحياة العقلية المعرفية للمراهق تطورا يحويها نحو التمايز والتباين لإعداد الفرد التكيف الصحيح للبيئة المتغيرة المعقدة هو لهذا تبدو أهمية المواهب والقدرات التي يؤكدتها الفروق العقلية الواسعة والعريضة بين الأفراد المختلفة كما يقوم المراهق بتطوير فعالياته العقلية المتنوعة في تقوى قابليته لتعلم والتعامل مع الأفكار المحددة وإدارات العلاقات والحل المشكلات تتعمق معرفته وتنتسج في مجالات مختلفة².

¹ أحمد زكي صالح، مرجع سابق، ص 220.

² ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، ط2، دار الآفاق الجديدة، 1991، ص 261.

الفصل الثالث: المراهقة والتربية البدنية الرياضية

يقوم النمو العقلي أثناء مرحلة المراهقة لعدة عمليات عقلية أهمها:

✓ الذكاء:

وينمو النمو يتعثر قليل النظر للحالة الاضطرابات النفسية السائدة في هذه المرحلة.

✓ الانتباه:

تتزايد مقدرة المراهق على انتباه سواء في مده الانتباه أو مداه فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة ومعقدة في سهولة أي يبيلور على كل شيء في مجاله الإدراكي¹.

✓ **التذكر:** وتؤكد الأبحاث العديد أن عملية التذكر تنمو في المراهق وتنمو معه القدرة المراهق على التعرف والاحتفاظ.

✓ التفكير:

كما كان الطفل الصغير السن كلما ازداد التركيز العادي حول الحوادث المتصلة بخبراته المباشرة وأموره الذاتية أما في دور المراهقة تزداد المعاني المرتبطة بمختلف ألفاظ اللغة التي يستعملها حيث يظهر اهتمامه بالأمور الاجتماعية وقدرته على الإدراك ما يقوم بما يقع في العالم من حوادث.

✓ الإدراك:

ويختلف باختلاف السن حسب التطور المستوى الجسمي المباشر إلى مستوى المعنوي البعيد أي أن إدراك ويمتد عقليا نحو المستقبل².

4.5- النمو الانفعالي:

تعد المراهقة مرحلة عنيفة من الناحية الانفعالية حيث تمد النفسية المراهقة بثورات العنف والاندفاع والأحاسيس الضيق ويؤثر هذا النشاط الانفعالي في جميع أنماط السلوك المراهق ومن المزايا المتصلة بانفعالات المراهق في أوائل هذه المرحلة انه إذا أثير أو غضب فانه لا يستطيع التحكم في المظاهر

¹ محمد مصطفى زيدان، الدراسة السيكولوجية التربوية لتلميذ التعليم العام، ب.ط، دار الشروق، جدة، ب.ت، ص 157.

² فؤاد الباهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ب.ط، دار الفكر العربي، ب.ت، ص 286.

الخارجية لحالته الانفعالية فتلاحظه يصرخ ويدفع أشياء ونفس هذه المظاهر تظهر عليه عندما يشعر بالفرح حيث يقوم بحركات لا تدل على اتزانه الانفعالي.

والمراهق في هذه الحالة يحتاج إلى مساعدات كبيره حتى لا يفقد الاتزان في حياته النفسية ولهذا يجب الاستناد إلى بعض القواعد العلمية التي يجب مراعاتها في معاملته مع المراهقين من بينهما:

يجب أن نراعي في المعاملة المراهق إرضاء غروره الاجتماعي وإعطائه مكانه في المجتمع ووضعه في مواقف التي يتعلم فيها كيف يكون إنسان مهذب وبالتالي نعطيهِ الفكرة الصحيحة على المجتمع الذي يتفاعل معه لتحقيق الاستقلال الانفعالي عن الوالدين الكبار.²

4.6- خصائص المراهق الجزائري:

يمر الشعب الجزائري كغيره من الشباب العالمي بمرحلة المراهقة وهي حسب تعريف "أحمد بن دانية" مرحلة من مراحل العمر تمتاز بتغيرات نفسه من المجتمع إلى آخر باختلاف العالم الثقافي الذي يطبع كل أمه خاصة ومختلف مختلف الأمم باختلاف الثقافات وأنماط العيش.³

ومن هذا نستنتج أن المراهقة الجزائري عنده خصائص يمتاز بها الرجاء إلى نوعيه التربية والثقافة فهو يعاني من أزمات النفسية حادة راجعه حسب الأستاذ إلى عده عوامل منها العامل الاقتصادي الذي تعان منه معظم الأسرة الاجتماعي بسبب الدخل البسيط وغلاء المعيشة مما يجعل الأسرة الجزائرية تعجز على تلبية حاجياتها المادية فينعكس هذا الموضوع سلم عليها بالإضافة إلى العاملة الاجتماعي والتربوي الذي نركز عليه بحيث انه في فترة غير بعيدة لم يكن المراهق الجزائري يعاني بنفس الحدة (الانحرافات الاجتماعي الأخلاقية) التي هو عليها حاليا لان اهتمام الأسرة بالتربية والتوجيه ومراقبة أبنائها جعل مشكله الانحراف غير وارد أو على اقل قليل جدا.

5- المراهق واللعب:

اللاعب عند المراهق ليس له نفس المعنى مثله عند الطفل حيث يأخذ تأهيله الاجتماع أكبر في أكبر ويخطط النشاط أو يثبتته في صبغه مقبولة من قبل المجتمع وهكذا تتخلص عفويته الأولية في اللعب لنجد

¹ أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 285.

² حميد محمود الطواب، مرجع سابق، ص 86

³ أحمد بن دانية، الجريدة الشهرية المدرية والحياة، جريدة شهرية العدد 14 نوفمبر، 1993، ص 07.

إن أهمية التسلية في نفسها هي التي تتغير لدرجة أننا في بعض الأحيان نتساءل هل يتسلل مراهق فعلا عندما يلعب أو انه يبحث فقط عن ملئ الوقت فراغه؟ لأنه لا يشارك بنفس الحيوية التي نجدها في لعبه وهو صغير .

هنالك عدة دراسات أجريت حول التطور مع السن الأدوات في مادة اللعب لقد سجل " FURET " أنها بعض 14 سن يختفي معدل النشاطات الاجتماعية لدى المراهق لذلك وذلك الناتج عن ظهور الاهتمام بالنشاطات النادي أو نشاطات الرياضية الفردية حيث ينتقل الطفل من عصابة الأفراد " BEN DED ENFANT " إلى أشكال من التسلية أكثر تنظيما وأكثر حرية.

كما أشار " LERTMAN WINT " إلى أن سن البلوغ عند البنين يصادف زمان الانفصال عن الألعاب الطفولة مثل الجري، تسلق الأشجار , الدر كي والشرطي واللص ويرى " PARTRIDGE " انه عند البنين من 12-17 سنة ينمو و يتطور لديهم الاهتمام بالمحادثات والقرارات الجماعية والمهرجان أما بالنسبة "ABT" فهي فان سن 15 سنة هي الفترة التي يمكننا فيها مراقبه تغيير أذواق بالنسبة للألعاب وهنالك قسم كبير من الكتاب سيسجلون فيها المراهقة ميول متزايدة الاهتمام بالتمارين البدنية والألعاب المنطقية.

وهنالك تغيير مهم يحدث في أن النشاط البدني المماشي له في الطفولة يتخصص ويتركز حول الرياضة واحدة مثل كرة القدم التنس الطاولة كرة الطائرة ويحاول المراهق في غالب الأحياء عدم لاهتمامه بالتمارين البدني باصطناع حجة نفس الوقت أو القدرات البدنية لكن العنصر الأكثر أهمية من جهة نظر العلماء النفس هو الانتقال من نوع اللعب الإعلامي " JEU JANJORMEL " إلى نوع آخر لعب المنظمة أثناء المراهقة فالأطفال يلعبون متى سمحت لهم الفرصة في المكان نفسه الذي يجدون فيه الرفقاء والأجهزة التي توجد في المكان بصدفة أما المراهقين فنجدهم على عقد ذلك فينبغي أن يكون لهم مقر مقبول و مجهز لائق ووقت محدد وهذا المطالب المكلفة التي يصعب توفيرها تؤدي إلى رد فعل سلبي من قبلهم ومهما يكون من صعوبات فانه ينبغي إن تخصص النشاطات التسلية للبنات تنظيم أحسن يوافق هذه المرحلة التي نجدها من وقت آخر عفوية اللعب عند الطفل.

6- وظائف اللعب في مرحلة المراهق (تلاميذ الطور الثالث 14 سنة 18 سنة)

6.1- الوظيفة الاجتماعية:

إن اللاعب يساهم في التنشئة الطفل الاجتماعية واتزان عاطفيا فالطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين الإيثار الأخذ والعطاء واحترام الآخرين ويؤدي اللاعب دورا هاما في تكوين النظام الأخلاقي¹. ومن خلال التوجيه الكبار وإشرافهم يكتسب الطفل معايير السلوك ويتعلم الصواب والخطأ والحق والواجب والتدعيم هذا يتم عن طريق اللعب نفسه لأنه عن طريق يتعلم الطفل على أنماط السلوك المرغوب فيه مثل النظافة والترتيب وكذلك التأهيل الطفل إلى التعاون مع زملائه والتعايش معهم بكثير من نشاط الرياضي بحيث انه لا يمكن اللعب مفردا ولهذا الغرض الطفل مدعو لاندماج في المجموعة الأطفال لكي يستطيع التعبير مع مختلف الزملاء ولكي تفضل لديه الروح الجماعة ويوضع مع منذ حداثة عهده في مواجهة أهم الحقائق التي يتطلبها اللعب اللاعب التعاوني .

6.2- الوظيفة النفسية:

الطفل كائن حي في علاقة تبادل دائمة مع محيطه إن اللعب يسمح للطفل بالتعلم التدريجي والسيطرة على محيطه وكذلك التحكم في وجوده عن طريق اللعب نجد للطفل الوسيلة لكي يكون أكثر انتباها وأكثر تطورا واستعدادا للعمل. كذلك فانه للاعب يطور الجدية الإرادة الجرأة ويحفز الرؤية الفكرية للمعرفة قواعد اللعب والمفهوم والواجب.

إن المحللون النفسيون ينظرون إلى اللعب على انه طريقة الاسمي لفهم المحاولات الأولى التي يقوم بها الطفل للتوافق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها إذا يكشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة عن نفسه وعن مشكلته عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى².

كما يقول ماراداك: "اللاعب يعطيك ويعكس الحياة النفسية للطفل حيث يعتبر المسلك الواحد الذي يتخذه الطفل من اجل تنفيذ والتفريغ لكل الضغوط والشحنات والغرائز والمواصلات الداخلية المكبوتة"³.

¹ عمر محمد التومي الشيباني، تطور نظريات وأفكار التربية، دار العربية، الكتاب 981، ص 274.

² محمد حسن علاوي، مرجع سابق، ص 120.

³ ج.مرزاق، م. بن زياد، أثر اللعب في الروضة على التحصيل الدراسي لتلميذ السنة الأولى، مذكرة ليسانس، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، 1994، ص 46.

6.3- الجانب الحركي والنفسي الحركي:

إن تعليم تلقين الحركات في الألعاب الجماعية في المجال الحركي والنفس الحركي يقدم من بها غنيا بالوضعيات (حذاقة، التنسيق، التوازن) والتي هي دائما مطلوبة ومن هنا تأتي العلاقة التي يمكن للعب تكوينها بوضع تمارين بدنية صعبة الانجاز وقليله التحفيز وتكون سهلة للتنفيذ إذا ما عرضت على شكل لعبة حيث الطفل يظهر الكثير من الراحة والسهولة في حركته ويهدف اللاعب في هذه المرحلة إلى تحسين خاصية التنسيق والتوازن وتنمية نواحي التوافق والانسجام وتحديد هادفية الحركات أي أن لكل حركة هدف منه القدرة على التحكم في الحركات كما أنا للعب دور في تنمية التوافق العضلي العصبي وكذلك من خلال اقتراح الألعاب تتسم بتوفيقية الإيقاع في الحركات بين العضلات السفلية والعلوية كما ينمي الجانب المعرفي عن طريق وضع الطفل في وضعية مشكلة حي تسمح للطفل بالتأقلم مع الوضعية من خلال تحركه في حيز ومحاولة اللاعب مع الزملاء.

وبذلك ينضج لديه مفهوم التوجه في الفضاء وكذلك مفهوم الأمكنة أن يقدر المسافة بينه وبين الزميل والمسافة بينه وبين الخصم وكيفيه التعامل مع ذلك من خلال تمرير الكرة واستقبالها أو الكشف عن المهارات الحركية الأخرى عن طريق الخلقية روح الإبداع الفترة البلوغ إمكانيات السيطرة والتحكم في النفس تكون ضعيفة السلوك الحركي أخر أن نلاحظ كذلك ظهور تكرار الحركات الطفيلية والإشارات صغيره لعدم التنسيق.

أن دورة اللعب يمكن إن يدخل كعامل أساسي في التعليم وتطوير خصائص المتنوعة كتنمية المهارات الحركية) المظهر الحسي الحركي (واكتساب المهارات الفنية إلى غير ذلك من الصفات.

6.4- الوظيفة البدنية:

لم تكن التربية الحديثة تولي اللعب كل هذا الاهتمام لولا أن هنالك فوائد عديدة تنجم عنه وخاصة من الناحية الجسمية حيث يساعد على زيادة الوزن والطول وينمي القدرات العضلية للطفل والنتيجة لهذا يعتبر اللعب في هذه المرحلة ضرورية لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال والمهارات التي تتطلبها مراحل المقبلة حيث أن لكل مرح نمو مهارة وأعمال لا بد من انتقائها والإمام بها حتى ينتقل الطفل إلى مرحلة النمو التي تليها وانتقالا سويا.

وكل من البيت والمدرسة مدعوة لتشجيع الطفل على توزيع نشاطه الحركي وتشجيعه على الحركة التي تتطلب شجاعة والمهارة وبالتالي تكسبه القوة والمتانة وتزيد عضلاته نمواً إلى جانب هذا اللعب ينمي العضلات الكبرى الصغرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمال التي تتطلب مهارة يدوية معينة وتتضح أهمية اللعب في النمو الجسمي¹.

إن التمارين السهلة ذات الاتجاه التقني التي تظهر على الحركات المتنوعة كتغير الحالات أو أنواع التوقف الفوري كل هذا يحدث عضلة الجسم على العمل إنما ليست مسألة فنية بل هي بكل بساطة عملية تنشيط وظائف كبرى-تنفسية الدورانية-وعن والحيوية في التنسيق كل هذه الوظائف المهدبة عن طريق

اللاعب والذي يأخذ بعين الاعتبار أن الجسم في مرحلة المراهقة لا يزال ضعيف التطور بالخصوص الجهاز القلبي الرئوي وأيضاً حالة التوتر العضلات والإمكانات العضلية التي لا تزال ضعيفة كل قوة تنسيق الحركات الداخلية في العمل وكل أجزاء الجسم تتحد في العمل المنجز والوظائف الكبرى خاصة التنفسية والدورانية تكون نشيطة.

واللعب يمثل وسيلة ناجحة لتعلم الصفات البدنية القاعدية للحصول على السرعة الانتقال وردود الفعل النباهة والمداومة القاعدية.

7- علاقة المراهق بالمدرس التربية البدنية والرياضية:

إن العلاقة بين المدرس والتلميذ تلعب دوراً أساسياً في بناء شخصية المراهق إلى درجة أنه يمكن اعتبارها المفتاح المتوصل للنجاح في الموقف التعليمي أو فشله إذ يعتبر تلميذ كالمراة تعكس حالة المدرس أو مزاجه واستعداداته وانفعالاته فان هو اظهر روح النفتح للحياة والاستعداد للعمل بكل جد وحزم فأنا نجد نفس الصفات عند تلاميذه.

¹ سعد مرسي، أحمد كوثر، تربية الطفل، قبل الدراسة عالم الكتب، القاهرة، 1983، ص 47.

خلاصة:

إن مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الفرد لأنها مرحلة التي يتم فيها إعداد الناشئ ليصبح مواطناً يتحمل مسؤولياته في النشاط المجتمعي الكبير وفيها تتكون شخصية الفرد وتحدد مقوماتها فهي المرحلة النمو المتوسط بين الطفولة والرشد الذي يسبب كثير من القلق والاضطراب النفسي حتى أن كثير من يشار إلى هذه الفترة بأنها فترة أزمة نفسية ففيها يتم نضج وظائف البيولوجية والفيزيولوجية والجسمية عموماً كما يبلغ الفرض فيها طول النهائي كذلك يتم نضج العقل والتوصل بنسبة الذكاء إلى أقصى درجة لها في نهاية هذه المرحلة كما تظهر في الفروق الفردية بشكل بارز ومميز إذ تنمو القدرات العقلية الخاصة والميول وتحدد وتتباين لدى الأفراد وتحتاج هذه الفترة إلى عناية خاصة من الآباء والمربين من حيث الأسلوب التعامل فلا بد أن تتاح الفرصة لكافة للتعبير عن النفس والاعتبار إمكانياته وقدرته الجديدة والتغلب على الانفعالات والضغوط النفسية وهذا من خلال الأنشطة التربوية البدنية والرياضية وتحتويه من أهداف النفسية والاجتماعية وصحية تساعدها على التكيف مع المجتمع.

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية والرياضية من أهم الميادين التربوية رغم وجود عده ميادين بحيث استطاعت التربية البدنية والرياضية أن تأخذ مكانه عالية وذلك لدورها الكبير الذي تلعبه في تكوين وإعداد الفرد من كل النواحي بحيث تزوده بمهارات واسعة وخبرات كبيرة وتسمح له بالتكيف مع مجتمعه ولهذا تطرقنا في هذا الفصل إلى مفهوم التربية البدنية والرياضية ودرس التربية البدنية والرياضية مع أغراض ومكونات ووسائل تعليمية لدرس التربية البدنية والرياضية كما أن التربية البدنية والرياضية تعتبر مادة تعليمية تساعد على التكامل مع المواد الأخرى بطريقتها الخاصة في تحسين قدرات التلميذ في مجال الحركي واللياقة البدنية وفي المجال العاطفي وكذا مجالات القدرات المعرفية فالدرس هو أساس العملية التعليمية مما قد يساهم في التقريب المفاهيم والمعاني حول مادة التربية البدنية والرياضية.

✓ معنى التربية الرياضية:

تربية الفرد عن طريق النشاط الحركي أو البدني أو عن طريق اللعب فالتربية الرياضية ما هي إلا تربية عامة ولكن عن طريق استغلال الميل الأفراد للحركة والنشاط البدني.

ولكن باستعراضنا لهذا التعريف نجد أن القاموس الألماني عرف التربية البدنية بأنها اللعب والتمرين البدني بينما القاموس لأكسفورد الرياضي عرفها بأنها "اللهو والتسلية كما حددت منظمه اليونسكو مفهوما على انه نشاط بدني له طابع اللاعب ويتضمن صراعا بين الإنسان ونفسه أو بينه وبين الآخرين أو مواجهه مع عناصر الطبيعة لكن إذا تضمن هذا النشاط المنافسة فانه يجب أن يمارس بروح الرياضية وانه لا يمكن أن تكون هناك رياضه حقيقية دون وجود حياده في اللعب".

ولهذا فإننا يمكن أن نقول إن التربية الرياضية ماهية إلا مظهر من مظاهر التربية تهدف إلى ما تهدف إلى التربية العامة من حيث التكوين الأفراد وتوجيههم وإرشادهم إلى ما فيه صلاح المجتمع الذين يعيشون فيه.

والتربية الرياضية تعتبر علما وفنا فقوانين الحركة وعلم وظائف الأعضاء والتغذية وعلم النفس الاجتماع هي التي تجعل منها علما أو مهارة في أداء واكتساب الحركات الرياضية أو التمرينات البدنية فهي التي تجعلها فنا¹.

✓ مدى علاقة التربية الرياضية بالتربية العامة:

اتفق علماء التربية في مطلع العصر الحديث على أن النضج الفردي يسير في أربع اتجاهات متوازية هي النضج العقلي النضج الاجتماعي النضج البدني النضج النفسي.

ولما كان الإنسان يعتبر وحدة متجانسة لا يمكن تقسيمها إلا عقل ولا النفس وبدن وعلاقات اجتماعيه وهكذا أصبح للتربية الرياضية معنى جديد بعد إضافة كلمة تربية إليها حيث أصبح المقصود بها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسه أوجه النشاط التي تنمي وتصون جسم الإنسان.

¹ ماهر حسن محمود.. منهاج التربية الرياضية المطور (المقترح).. المكتبة المصرية: مصر، 2005. ص.17-18-

الفصل الثالث: المراهقة والتربية البدنية الرياضية

فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يياشر أي لون من ألوان النشاط الرياضي التي تساعد على تقوية جسمه فان عملية التربية تتم في نفس الوقت.

فالتربية الرياضية إذ لا تهدف إلى تكوين الفرد من الناحية الجسمانية فقط بل إذ غرضها اسما من ذلك إن هدف الأساسي لها هو تكوين الفرد تكوينا متزنا من جميع النواحي الجسمانية والخلقية والاجتماعية والعقلية والنفسية هذا فضلا عما يكتسبه الفرد من معلومات تتعلق بالصحة التغذية.... الخ

ومن هنا نرى أن التربية الرياضية تعتبر جزءا بالغ الأهمية في عملية التربية العامة وهي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية عن طريق ألوان من النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق هذا الأهداف وللوصول بالإنسان إلى فهم أقدر للمواقف الجديدة نتيجة للخبرات التي اكتسبها من ممارسته للتربية الرياضية .

وعلى ذلك فإننا يمكننا القول بان التربية الرياضية بمقدورها القيام بمساهمه الذات قيمة في الميدان التربية عن طريق الوسائل الآتية:

- ✓ وضع العلاقات الإنسانية في مكان الأولي.
- ✓ تمكين كل فرد من التمتع بالخبرات الاجتماعية الغنية أثناء اللعب
- ✓ لتعليم آداب المجاملة واللعب النظيف والروح الرياضية
- ✓ مساعدة الأفراد على اكتساب بعض الصفات الاجتماعية والتعاون مع الآخرين
- ✓ المساهمة في تحقيق حياة المنزلية والعائلية الناجحة¹.

✓ أهداف التربية البدنية والرياضية:

تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية إلى تأكيد المكتسبات الحركية و السلوكية النفسية والاجتماعية المتتوالفة في التعليم القاعدي بالشرقي الابتدائي والمتوسط وهذا من خلال أنشطة بدنية والرياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلوره الشخصية التلميذ وصقلها من حيث :

¹ ماهر حسن محمود.. مرجع سابق، 2005 ص19.

3-1- الناحية البدنية:

- ✓ تطوير وتحسين الصفات البدنية (عوامل التنفيذ).
- ✓ تحسين المردودية الفيزيولوجي
- ✓ التحكم في نظام تيسير المجهود وتوزيعه
- ✓ تقدير وضبط الجيد للحقل للرؤية¹
- ✓ التحكم في التجنيد المنابع الطاقة
- ✓ القدرة التكيف مع الحالات والوضعيات
- ✓ تنسيق الجيد للحركات والعمليات
- ✓ المحافظة على التوازن خلال التنفيذ
- ✓ الرفع من المردودية البدني وتحسين نتائج الرياضية

3-2- الناحية المعرفة:

- ✓ معرفة التركيبية الجسم الإنسان وماذا تأثير المجهود عليه
- ✓ معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان
- ✓ معرفه القواعد والإسعافات الأولية أثناء حوادث الميدانية
- ✓ معرفه قواعد الوقاية الصحية القدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي.
- ✓ معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطنيا ودوليا
- ✓ تجنيد قدراته الإعداد مشروع رياضي وطنيا ودولي

¹ وزارة التربية الوطنية.. المناهج والوثائق المرافقة .. السنة الثانية من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي، مطبعة الديوان الوطني للتعليم عن بعد: مارس ، 2006، ص 3.

✓ معرفه حدود مقدرته ومقدرة الغير

3-3-الناحية الاجتماعية :

✓ التحكم في التوازن والسيطرة عليها

✓ تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة

✓ التمتع بالروح الرياضية والتقبل الهزيمة والفوز

✓ روح المسؤولية والمبادرة البناءة

✓ تعايش ضمن الجماعة والمساعدة الفعالة للبلوغ هدف المنشود

4- مفهوم درس التربية البدني:

يعتبر درس التربية البدنية حجر زاوية في برنامج التربية البدنية المدرسي وهو وحده المنهاج الذي تحمل جميع صفاته وخصائصه وهو يكاد أن يكون الوسيلة الأكثر ضمانا للتوصيل الخبرات التربوية لتلاميذ فهو الجزء البرنامج الذي يستفيد منه جميع التلاميذ دون تفرقه بخلاف أجزاء البرنامج الأخر كالنشاط الداخلي أو الخارجي حتى قد تعتمد في ممارستها على رغبة التلاميذ واختيارهم أو ما يجب أن يتمتعوا به من مستوى رفيع من الأنشطة الرياضية ومن ثم فإن الدرس يعتبر وجبة إجبارية يتناولها جميع التلاميذ .

يجب أن يتوفر فيها جميع شروط الصحة متكاملة وشاملة وأيضا أن يكون لها تشويق الذي يدفع التلاميذ للإقبال عليها بينهم ولذلك فهي الفرصة التي يجب أن نستغلها جيدا في اكتساب التلاميذ وما يحتاجونه من خبرات مختلفة تحقق البناء المتكامل للمناهج التربية البدنية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل وتنفيذ دروس التربية البدنية أهم وجبات المعلم التربوي¹.

4.1- شروط درس التربية البدنية والرياضية الناجح:

✓ أن يكون للدرس هدف يراد تحقيقه

¹ عصام الدين متولي عبد الله.. طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق..- دار الوفاء: الإسكندرية، 2011. ص

الفصل الثالث: المراهقة والتربية البدنية الرياضية

- ✓ يجب أن يختار الأنشطة والطرق المستخدمة في التدريب بطريقه سليمة لتحقيق أهداف الدرس
- ✓ ملائمة أوجه النشاط مع إمكانيات متوفرة في المدرسة
- ✓ ملائمة الدرس لقدرات الأطفال
- ✓ يجب أن يساعد الدرس على التنمية القيم والمعايير لدى أطفال
- ✓ الدرس فرصة للتعليم القيادة والتبعية
- ✓ التدرج في التعليم المهارات الحركية والعقلية للأطفال
- ✓ ضرورة التنوع والتغيير في الدرس
- ✓ أن يكون محتوى الأنشطة في درس مرغوب للأطفال
- ✓ ملائمة الزمن المخصص للدرس مع أوجه النشاط فيه
- ✓ إن يشترك جميع الأطفال في النشاط والأطوال فترة ممكنة وعلى أن يكون هناك تعاونوا مشاركة بينهم¹.

5- تعريف الحصة المدرسية:

إن الحصة هي الشكل الأساسي الذي تتم فيه عملية التربية والتعليم في المدرسة وحصة التربية الرياضية هي أيضا الشكل الأساسي لمزاولة الرياضة في المدرسة ذلك بجانب الأشكال التنظيمية الأخرى التي يجاوز فيها التلاميذ الرياضة مثل الأعياد الرياضية والدورات الرياضية².

¹ أكرم خطايبية.. التربية الرياضية للأطفال الناشئة.. دار اليازوري: عمان، 2001. ص148-149

² ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهميم.. طرق التدريس في التربية الرياضية.. ط2- مركز الكتاب للنشر: القاهرة، 2004، ص61.

6- أهداف حصة التربية البدنية:

التربية البدنية والرياضية عملية تربوية تعمل على تحقيق أهداف وواجبات البرامج على مستوى المدرسة ولا يجب أن ننظر لها كشعارات مرفوعة تحمل الدعاية أو الإعلام فقط بل كأهم ركيزة يسترشد بها المخططون لسياسة التعليمية والتربوية نعمل على تحقيقها ومن أهم هذه الأهداف:

- ✓ الهدف الأسمى للعمل التربوي التعليمي في أي مجال من المجالات
- ✓ تكوين شخصيه متكامله ومرتنة أو على الأقل التربية الشاملة للفرد
- ✓ الارتقاء بالكفاءة الوظيفية للأجهزة الجسم وبصفات البدنية وإكساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية
- ✓ اكتساب الأطفال والشباب حب العمل الجماعي والتعاون والميول الرياضي واتجاهات الايجابية نحو التربية البدنية وفي إطار الأهداف التربوية واكتسابهم العديد من السمات النفسية الإيجابية (الإرادية والخلقية) التي تساهم في تكوين شخصيتهم كالنظام الطاعة الشجاعة اعتماد على النفس.
- ✓ اكتساب التلاميذ القدرات العقلية عن طريق التفكير الواعي أثناء ممارسه النشاط الرياضي والقدرات الجماعية عن طريق أداء الابتكار للتمرينات البدنية¹.

7- مكونات درس التربية البدنية:

يشمل درس التربية البدنية وحده مصغرة من برنامج خاص بهذه المادة ويتوقف تحضير الدرس على العديد من العوامل التي تشكل دعامة الرئيسية في تحقيق الهدف من هذا الدرس وليس المقصود من ذلك إلا أن نستمر في التدريس بنمط واحد لجميع الدروس فكل درس يجب أن يسير بطريقه تتناسب وما تقتضيه متطلبات هذا الدرس وقد تختلف مكونات درس التربية البدنية وزمن كل منها وعلى المعلم ان يختار التكوين المناسب لدرسه بما يتماشى مع الظروف التي يعيشها².

¹ عدنان جواد خالف وجبوري والأخرون.. المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية.. جامعة البصرة: بغداد، 1988. ص 141-142

² عصام الدين متولي عبد الله.. مرجع سابق، 2011. ص 140-141.

8- صفات حصة التربية البدنية والرياضية:

لحصة التربية البدنية والرياضية شروط يجب توفرها من اجل نجاحها وأهمها:

- ✓ أن يكون للحصة هدف معروف وواضح يعمل على تحقيقه
- ✓ أن يتماشى الدرس مع العوامل الصحية ويتمثل في (نظافة ساحة الملعب مراعاة العوامل المناخية مراعاة قدرات التلاميذ وفتراتهم العمرية)
- ✓ الاهتمام بالجانب النفسي التربوي من حيث (أوجه النشاط الشيقة والمناسبة للسن التلاميذ دراسة التلاميذ السن النشاط المقدم التعاون في المنافسة وروح القتال)
- ✓ مراعاة القيم السلوكية الاجتماعية والأخلاقية
- ✓ أن يتناسب النشاط مع إمكانيات الدراسة من حيث المساحة والتوفر الأجهزة والأدوات ويجب مراعاة النقاط التالية عند تنفيذ الدرس :
- ✓ أن يكون الجزء الأول من الدرس منشطا وجذابا للتلاميذ
- ✓ عدم إضاعة الوقت من الدرس
- ✓ أن يسود النظام والطاعة والالتزام بالضوابط
- ✓ أن تكون الأجزاء الدرس متسلسلة ومرتبطة ومتصاعدة في الجهد والشدة
- ✓ العناية بالأجهزة والأدوات وحفظها في أماكن المخصصة
- ✓ أن تشمل النشاطات والفعاليات جميع أجزاء الجسم¹

¹ وزارة التربية الوطنية.. المنهاج والوثائق المرفقة.. السنة الثانية من التعليم الثانوي: 2006. ص.94-95.

9- أسس التشكيل الأفواج في حصة التربية البدنية:

9.1- العمر الزمني والعمر التشريحي:

ما يلاحظ عن تشكيله القسم من التلاميذ الفروق الفردية في البنية الجسمانية رغم تماثلهم في العمر الزمني القصير والطويل في علم الجسم وهذا ما يسمى بالعمر التشريحي.

9.2- الجنس:

هنالك فروق واضحة بين الذكور والإناث خاصة في المرحلة الثانوية الذكور عادة ذو قوه وعضلات الشد و امتن و يزداد الجسم طولاً و وزناً في سن تظهر علامات الأنوثة عند البنات ويملنا إلى اللبونة.

9.3- لاستعدادات البدنية والفنية:

قد نجد في القسم عدد من التلاميذ من لهم التوافق العصبي عضلي وقدرات بدنيه متميزة أو جانب فني إما وراثي كخاصية السرعة وإما مكتسب من الجراء الممارسة والتدريب كحسن مداعبة الكرة.

9.4- إمكانيات المتاحة للعمل:

أن للمساحة أو المساحات المخصصة للعب والاعتماد المخصص للأداء ودورا في النجاح العمل بالأفواج فمثلا نجد أن شاسعة المكان تسمح باستعمال طريقه العمل بالورشات أو كثرة عدد الكرات في نشاط كرة السلة تسما بتشكيل أكبر عددا من الأفواج

9.5- زمن النشاط والحصة:

يلعب التوقيت المخصص للدرس التربية البدنية والرياضية بصفة عامة أو النشاط الواحد داخل الحصة أو فترة أدائه أما في الجو حار أو بارد أو معتدل بصفة خاصة دورا في تشكيل الأفواج وبذلك تكون فترة العمل أطول وتكون عموما كمية العمل الأكبر

10- تقسيم حصة التربية الرياضية:

10.1- الجزء التمهيدي:

أن للجزء التمهيدي ثلاثة واجبات رئيسية هي:

✓ تحقيق بعض الواجبات التربوية

✓ تجهيز العضلات والأربطة والأجهزة الجسم الداخلية للعمل وتقبل الحمل

✓ خلق وتنمية استعداد النفسي للعمل المقبل

10.2- الجزء الرئيسي:

في الجزء الرئيسي من الحصة يجب تحقيق جميع الواجبات المحددة سلفا للحصة والتي تشمل تنمية الصفات البدنية والأساسية طبقا للمنهاج السنوي وذلك المهارات الحركية وبعض المعارف النظرية للتلاميذ عن طريق الإرشاد والشرح عند تعلم المهارات الجديدة ثم تعويد التلاميذ على الطريق التعامل الصحيحة والعادات التربوية وهذا الواجبات جميعها يمكن تحقيقها أما كل على حيدة أو بشكل مترابط بحيث يتم تحقيق أكثر من هدف.

10.3- الجزء الختامي:

وللجزء الختامي من الحصة ثلاثة واجبات هي:

✓ تهدئة أجهزة الجسم أو في بعض الأحيان زيادة الحمل مرة أخرى للوصول إلى نقطة التحمل قصوى

✓ توجه إلى أحاسيس التلاميذ

✓ القيام ببعض الواجبات التربوي¹

11- طرق التعليم والتعلم:

هناك ثلاث مجموعات رئيسية من طرق التعليم والتعلم (طرق التدريس)

11.1- المجموعة الأولى طرق قائمة على جهد العمل:

فالمعلم هو الذي يقوم بالدور الرئيسي في العملية التعليم ويبدو الجهد كبيرا بينما يكون دور التلميذ المتعلم السلبي متلقيا للمعلومات فقط وهذا الأسلوب في التدريس تم أسلوب النشاط العرض أو التوضيحي المدرس هنا أحد مصادر الأساسية لتنظيم المعرفة ونقلها إلى التلميذ ويقوم المدرس بدون ملقم للمعلومات بين ما يكون التلميذ مستقبلا لهذه المعلومات دون مناقشتها وإبداء الرأي والمدرس هنا هو صاحب أو صانع القرار

¹ ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهميم.. مرجع سابق، 2004، ص 82-85

ويتخذ قراراته بنفسه في كل جوانب العملية التعليمية من تخطيط وتنفيذ وتقديم وهذا الأسلوب في التدريس لا يراعي الخصائص الفردية للأفراد لان المدرس هو الذي يقرر مستوى العمل الذي سيقوم به جميع التلاميذ بأداء وتنتمي هذه الطرق أو الأسلوب في التدريس إلى مجموعة العرض وتشمل على طريقتين رئيسيتين:

✓ طريقة المحاضرة

✓ طريقة الاستباطية

11.2- المجموعة الثانية طرق قائمه على الجهد المعلم والمتعلم:

فالمعلم هنا يقوم بدوره الموجه أو المرشد بينما يكون دوره التلميذ ايجابيا بمعنى أن يكون قادرا على البحث عن المعرفة واكتشافها بنفسه ويكون دور المدرس خلق المواقف المناسبة التي تدفع التلميذ إلى اكتشاف الحقيقة وهذا ما يسمى بالاتجاه الكشفي الذي يجعل التلميذ يفهم المعلومة ويحتفظ بها فتراها طويلة ويستطيع أن يوظفها في مواقف مشابهة أو جديدة ويمكن تطبيق هذه الطريقة التعلم على الفرض أو الجماعة وعموما ما يعتبر هذا الأسلوب في التعلم مشوقا للتلميذ ويحفزه على الاستمرار في التعلم. وكذلك نلاحظ بعض التغيير في بعض القرارات التنفيذية التي تنتقل من المدرس إلى التلميذ.

✓ وقت بداية ونهاية العمل.

✓ توقيت وإيقاع الحركة.

✓ تبادل الحمل والراحة.

✓ المكان.

✓ الأوضاع الابتدائية المظهر¹.

والهدف من هذا الأسلوب هو تعليم المهارات في ظروف تسمح بالتوفير أقصى وقت لتطبيقها ويقوم المدرس في هذا الأسلوب بدور المصحح للأخطاء التلاميذ كل على حدا فهو يتجول بينهم بطريقة منظمة ومخطط ويجب عن تساؤلات واستفساراتهم وأخيرا فان هذا الأسلوب ينمي عند التلاميذ أول درجات الاستقلالة في

¹ ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهميم.. مرجع سابق، 2004. ص.75-76

العمل كما انه ينمي فكرة أو أن المدرس والتلميذ يشتركان كان في عملة التدريس وهناك أسلوب آخر ينتمي إلى المجموعة الثانية هو:

✓ أسلوب تطبيق بتوجيه الزميل:

وفي هذا الأسلوب يقسم الفصل زواجا (زميل وآخر) ولكل تلميذ دور يقوم به فأحدهما يقوم بأداء الحركة والآخر يقوم بدور الملاحظ الذي يصحح ويعطي ملاحظته للتلميذ المؤدي إما المدرس يتعامل فقط مع التلاميذ الملاحظ الذي يحول قرارات المدرس إلى التلاميذ المؤدي في حيث تقديم تقويم ثم يقدم بعض ذلك التبدل الأدوار من الملاحظ إلى المؤدي وينطبق هذا الأسلوب في اغلب أنشطة الرياضة (الجمباز العاب القوى)

11.3 - المجموعة الثالثة: طرق قائمة على التعلم الذاتي:

في التلميذ هذا يقوم بدور الرئيسي بينما يقل دور المدرس أو يكاد ينعدم ويسمى أسلوب التطبيق الذاتي في التلميذ يتحمل مسؤولية تعلمه ويبدأ في الاعتماد على نفسه في اتخاذ القرار ويحدث ما يسمى بأسلوب المتابعة الذاتية للتلميذ فهو يتعلم ملاحظه أدائه بنفسه ثم يقرر هذا الأداء على أساس ما حك محدد في هذا الأسلوب فان التلميذ يتقبل حدود قدراته وأخطائه ويعلمه هذا الأسلوب الأمانة والموضوعية في الأداء كذلك اتخاذ القرارات في التنفيذ وفي هذا الأسلوب جميع القرارات التخطيط خاصة بالنسبة للموضوع الدرس التلميذ جميع القرارات للتنفيذ أثناء نادية الواجب الحركي بالإضافة إلى القرارات تقديم نفسه بنفسه.

12 - خصائص التدريس بالكفاءات في الحصة التربية البدنية والرياضية:

أن نموذج التدريس بالمقاربة بالكفاءات يقدم إسهامات كبيرة في الترقية العملية التربوية من حيث أداء المرودية عن طريق جعل المعارف النظرية روافد مداريه تساعد المتعلم بفعالية في حياته المدرسية والاجتماعية وتجعله مواطنا صالحا يستطيع التوظيف مكتسباته والمعارف والمهارات والقيم المتنوعة في مختلف مواقف الحياة بكفاءة ومرونة و من اجل ذلك يمكن حصر خصائص هذا النموذج في هذه العناصر:

✓ للكفاءة علاقة بالمجال التعليمي حيث أن وجودها لا يظهر إلا من خلال وجود نشاط معين متضمن لمواقف تطرح فيه مشاكل.

✓ للكفاءة سياق مرتبط بوضعايات تعليمية محددة.


- ✓ للكفاءة أبعاد مشتملة عليها البعد المعرفي البعد المهاري البعد الوجداني (السلوكي).
- ✓ يمثل اكتساب المعارف فيها كمفهوم اندماج قابل للاستعمال والاستثمار في مواقف جديدة بعيده عن المنطق التحصيلي التراكمي.
- ✓ اعتبار الأنشطة البدنية والرياضية قاعدة أساسية مدعمة ثقافية ومعرفية لها تناول الأنشطة بطريقة بعيدة عن تناول التقليدي الذي اعتمد على الثقة كالمردود أساسي لها¹.

¹ حثروبي محمد صالح.. المدخل الى التدريس بالكفاءات.. دار الهدى: الجزائر، .2002 ص12.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى جميع جوانب التي تحويها مادة التربية البدنية والرياضية حيث أثبتت هذه الدراسة أنها أصبحت تحت المكانة عميقة في حياة الفرد الصغير والكبير ذلك ما أعطا لها أمادا مكانتها في المراحل التي يمر بها الفرد (التلميذ) فممارستها تعتبر صدق عن إنسانية ممارستها إلى أن الممارس للرياضة يكتشف حقائقه والخلاقة للآخرين ويكون معهم علاقة طيبة ويستطيع من خلالها تحصيل سلوكياته نحو الايجابية إلى أن ممارسه الرياضة سواء في المدرسة أو خارجها يجب أن تحمل أهدافا في الصالح الخاص بالأفراد والمجتمع لذلك ارتأت المؤسسات التربوية الجزائرية إلى أن تساهم هي أيضا بقدر المستطاع في تطوير الرياضة بصفه عامه وترقى بالأفراد للممارسة الرياضة النزيهة بصفة خاصة.

الجانب التطبيقي



الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته
الميدانية

تمهيد:

يعتمد المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي تعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة حيث أنّ اختيار المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي تناوله الباحث ويصب اهتمام الباحث لمنهج دون غيره من المناهج الأخرى تبعاً لطبيعة الموضوع الذي يتناوله من حيث التحديد والوضوح يستوجب اختلاف في المناهج المستعملة.

وفي هذا الفصل سوف نقوم بتوضيح الخطوات المنهجية المتبعة في موضوع الدراسة من خلال عرض الدراسة الاستطلاعية للبحث والدراسة الأساسية التي تضم طبيعة المنهج المتبع فيها ومدى ملائمتها لموضوعها وعرض المتغيرات الأساسية لها، كذا مجتمع الدراسة والعينة وكيفية اختيارها بالإضافة إلى حدود الدراسة ومجالاتها المتمثلة في المجال البشري والمجال الزمني، المجال المكاني، وكذا أدوات الدراسة والأسس العلمية لها وبدون أن ننسى الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة والتي استعملها في تحليل نتائج.

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي يقوم بها الباحث وتساعده على إلقاء نظرة عامة من أجل الإلمام بجوانب دراستها الميدانية وصدد دراسة ميدانية لابد من إجراء دراسة الاستطلاعية كانت بدايتها على مستوى ثانويات دائرة العطف ولاية عين الدفلى والتي كانت ترمي إلى جمع معلومات ومعرفة الظروف التي ستجري فيها دراسة كما تعتبر الدراسة الاستطلاعية دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته ولجمع أكبر عدد ممكن من معلومات حول موضوع البحث إلى جانب التحقق من وجود العينة بجميع الخصائص المراد البحث فيها.

2- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تكمن أهداف دراستنا الاستطلاعية فيما يلي:

معرفة حجم المجتمع الأصلي الذي تستهدفه الدراسة وخصائصه.

ضبط العينة المناسبة حسب متغيرات الدراسة وطريقة اختيارها.

التأكد من ملائمة أدوات الدراسة التي تم اختيارها.

الصيانة النهائية لفرضيات حيث تعطينا النتائج الأولية للدراسة الاستطلاعية مؤشرات لمدى ملائمة الفرضيات وماهي التعديلات الواجبة في حالة عدم ملائمتها.

ومن هذا المنطلق قمنا بدراستنا الاستطلاعية على مستوى ثانويات دائرة العطف ولاية عين عن الدفلى وسط لتحقيق الأهداف السابقة الذكر وهذا بعد حصولنا على ترخيص قسم النشاط البدني الرياضي تربي لتوجيه مباشرة إلى ثانويات دائرة العطف ولاية عين الدفلى وذلك للحصول على المعلومات اللازمة للبحث وهي آراء الأساتذة على مستوى الثانويات حول دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي هذا بالإضافة إلى التأكد من الصدق الظاهري للإستبيان.

3- الدراسة الأساسية.

3-1- المنهج المستخدم:

هو مجموعة من الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماد على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً والوصول إلى نتائج وتعليمات عن الظاهرة أي موضوع محل البحث.

من أجل تحليل ودراسة الإشكالية التي طرحناها واستجابة لطبعة الموضوع المقترح فإننا اعتمدنا على المنهج الوصفي الذي يقوم على دراسة وتحليل وتفسير الظاهرة نظراً إلى معطيات هذه الدراسة من إشكالية وفرضيات واستخدمنا هذا المنهج لتحقيق من فرضية الدراسة وقد استخدمنا أسلوب الإستبيان لجمع المعلومات.

3-2- تحديد متغيرات البحث:

إنّ أي موضوع عن المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على متغيرات على متغيرين أولهما متغير مستقل والآخر متغير تابع⁷⁰.

المتغير المستقل: إن التغيير المستقل هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على المتغير التابع، وفي هذه الدراسة المتغير المستقل هو الألعاب الشبه الرياضية.

المتغير التابع: هي تلك المتغيرات التي لا تخضع لتحكم الباحث ويسعى الباحث لقياسها وهي تتأثر لمتغير مستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو التفاعل الاجتماعي.

3-3- مجتمع البحث:

يقصد بمجتمع البحث مجموع الوحدات التي سيتم الاعتماد عليها في الحصول على البيانات التي تثبت مصداقيتها على اختيار مجتمع البحث.

بحيث يتكون مجتمع البحث في دراستنا في مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لدائرة العطف ولاية عين الدفلى الذي يبلغ عددهم 10 أساتذة:

يوجد 5 ثانويات في دائرة العطف تم اختيار كل أساتذتين من ثانوية:

⁷⁰ رشيد زرواتي، تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، الجزائر، 2002، ص 33.

الثانويات هي كالتالي:

ثانوية 01 نوفمبر 1954 بالعطاف.

ثانوية أبوبكر صديق دائرة العطاف ولاية عين الدفلى.

ثانوية الجيلالي بونعامة دائرة العطاف ولاية عين الدفلى.

ثانوية المصالحة الوطنية دائرة العطاف ولاية عين الدفلى.

ثانوية المجاهد المرحوم حجلوي يحي مدعو يحي 1930/10/08-1998/02/05.

3-4- عينة البحث وكيفية اختيارها

العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل وذلك بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد مجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث الأصلي تمثيلاً دقيقاً.

حرصنا للوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع باختيار العينة الخاصة بدراستنا أو بحثنا بطريقة الحصر الشامل لأنها ستشمل جميع أساتذة دائرة العطاف ولاية عين الدفلى البالغ عددهم 10 أساتذة

3-5- مجالات البحث:

المجال البشري: يشمل المجال البشري عدد الأفراد الذين تم من خلالهم إنجاز هذه الدراسة وقد شمل 10 أساتذة في دائرة العطاف ولاية عين الدفلى.

3-6- أدوات البحث:

لقد اعتمدنا في دراستنا على:

الاستبيان: يعرف الاستبيان أنه مجموعة من الأسئلة بطريقة منهجية وهو كذلك لجمع المعلومات يستعمل كثيراً في البحوث وتمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع معلومات جديدة المستمدة من المصدر المعلومات التي يتحصل عليها الباحث من خلال مقابلة، والتي لا يمكن أن نجدها في الكتب، إلا إن هذا الأسلوب الخاص لجمع المعلومات يتطلب إجراءات دقيقة منها:

تحديد الهدف من الاستبيان.

تحديد وتنظيم الوقت المخصص للاستبيان.

اختيار العينة التي يتم استجوابها.

وضع عدد كافي من الاختيارات لكل سؤال.

والاستبيان يعتمد على أنواع متعددة من الأسئلة.

الأسئلة المغلقة: وهي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجابته ب نعم أو لا.

الأسئلة النصف مفتوحة: تحتوي هذه الأمثلة على فرعين أو أكثر فرعها الأول يكون مغلق وفرعها الآخر يتميز بالحرية الكاملة للمجيب.

الأسئلة المفتوحة: وهي الأسئلة يترك فيها حرية التعبير.

سكيو مترية الأداء:

الصدق الظاهر: بعد صياغة الاستبيان قمنا بتسليم نسخة منه الأستاذ المشرف لتصحيح وترتيب الأسئلة حسب فرضية البحث وقم تم فعل تحديد عبارات الأسئلة من طرف الأستاذ كما قمنا بتقديم نسخ منه إلى أساتذتنا بعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

3-7- الوسائل الإحصائية:

علم الإحصاء هو ذلك العلم يبحث عن جميع البيانات وتنظيمها وعرضها واتخاذ القرارات بناء عليها بهدف الدراسة هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات الدلالة التي تساعد في تحليل وتفسير مدى صحة الفرضيات.

في بحثنا هذا تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية.

النسب المئوية: قمنا باستخدام قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع النقاط المتحصل عليها وذلك بعد جمع تكرارات كل منها حيث تم حساب النسب المئوية والثلاثية كالتالي:

$$\text{النسب المئوية: } \frac{100 * \text{عدد التكرارات}}{\text{العينة أفراد عدد}}$$

اختبار كا² كاف تربيع: يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج الشاهدة التي يتم حصول عليها كما يسمح لنا هذا الاختبار مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه ذلك بمقارنة النتائج المتوقعة: يتم الإختبار من خلال العلاقة التالية:

كا² 2 (المتوقعة التكرارات –المشاهدة التكرارات مجموع) المتوقعة التكرارات

التكرارات المشاهدة: هي التكرارات الملاحظة أو الحقيقية.

التكرارات المتوقعة: تساوي مجموع العينة على الاحتمالات عندما تكون كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة تكون هناك دالة إحصائية وإن كان هناك عكس ليس هناك دالة إحصائية لحساب كا² الجدولة يجب توفر شرطين أساسين هما⁷¹.

✓ مستوى الدالة التي تساوي 0.05

✓ درجة الحرية.

⁷¹ قيس ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية، بغداد 1988 ص 53.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نستطيع القول بأن لا يمكن لأي باحث أن يستغني على المنهجية البحث خلال إنجاز لدراسة حول ظاهرة من الظواهر إذ أنّ منهجية البحث هي التي تزوده بأساليب وطرق البحث تسهل عليه عملية جمع المعلومات والبيانات عن طريق استخدام لمختلف الأدوات المتمثلة في المصادر والمراجع والمجالات والوثائق وكذلك الوسائل الإحصائية التي تساعد الباحث في تحليل النتائج والبيانات المتحصل لكي يستطيع أن يثبت أو ينفي الفرضيات التي تمت صياغتها في بداية البحث.

عرض ومناقشة النتائج:

1- من حيث متغيرات:

تطرق دراسة الباحث بوحاج وآخرون سنة 2007 لمتغيرات وهو دور الألعاب شبه رياضية في تنمية جانب الحسي الحركي ممارسين كرة اليد في حين تمثلت دراسة ثانية لباحث راشدي عبد المؤمن سنة 2017 دور الألعاب الشبه الرياضية في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية أما في بحثنا فتناولنا دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية تفاعل الاجتماعي للمراهق في طور الثانوي.

1-2- من حيث الفرضيات:

تطرق دراسة الباحث بوحاج وزملائه سنة 2007 تحت عنوان دور الألعاب الشبه (رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي ممارسين كرة اليد (19-12) سنة لدراسة فرضيات الألعاب الشبه الرياضية في الوصول بالطفل إلى الأداء الجيد للحركة من حيث تطرقت دراسة الباحث الثاني راشدي عبد المؤمن سنة 2017 لفرضيات دراسة بعنوان مذكرة هي دور الألعاب الشبه الرياضية في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأستاذة وتمثلت فرضيات دراسة في:

✓ خلو حصة التربية البدنية والرياضية من ألعاب الشبه الرياضية تحبط معنويات التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

✓ الألعاب الشبه الرياضية دور في اكساب تلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

✓ الألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي في الحد من الانطواء التلاميذ

1-3- من حيث الأهداف

تتاولن دراسة الباحث بوحاج وزملائه لسنة 2007 تحت عنوان دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي أهداف بحثه وهي:

- ✓ دور ألعاب الشبه الرياضية في تحسين سلوك الحسي لدى الطفل.
- ✓ مساهم الألعاب الشبه الرياضية في الوصول إلى الأداء الحركي الجيد أما تطرقت دراسة ثانية لباحث راشدي عبد المؤمن سنة 2017 تحت عنوان دور ألعاب الشبه رياضية في رفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية سنة 2017 لأهداف البحث وهي:
- ✓ إبراز دور الألعاب الشبه الرياضية في إثراء معنويات التلاميذ في إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية.
- ✓ أما في بحثنا فتناولنا أهداف البحث وهي:
- ✓ معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في إكساب تلاميذ مرحلة ثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- ✓ معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

1-4- من حيث منهج:

تناولت دراسة الأولى الباحث بحاج مزيان وآخرين سنة 2007 ودراسة ثانية راشد عبد المؤمن سنة 2017 منهج الوصفي كما تناولنا في دراستنا الحديثة المنهج الوصفي.

من حيث الأدوات:

تناولت دراسة الأولى للباحث بحاج مزيان وآخرين سنة 2007 ودراسة ثانية راشد عبد المؤمن 2017 الأداة المستعملة في البحث وهي الاستبيان كما تناولنا في بحصنا أداة القياس وهي الاستبيان.

من بين الأساليب المستعملة:

تناولت دراسة الأولى لباحث بحاج مزيان سنة 2007 ودراسة ثانية للباحث راشد عبد المؤمن سنة 2017 استخدام اختيار كا² (كاف تربيع) في بحث استخدمنا إختبار كا.

من حيث نتائج المتوصل إليها:

في دراسة الأولى الباحث بوحاج مزيان وآخرون سنة 2007 تحت عنوان دور ألعاب الشبه الرياضية في تنمية جانب الحسي الحركي لدى ممارسين كرة اليد (9-12) سنة نتائج متوصل إليها أنّ ألعاب الشبه الرياضية لها دور إيجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل وتكوين خبرات وتنمية بعض مهارات وإكساب القدرات البدنية وصفات حركية.

أما الدراسة الثانية للباحث راشدي عبد المؤمن سنة 2017 تحت عنوان دور ألعاب الشبه الرياضية في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة النتائج المتوصل إليها الألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي يعمل على مساعدة التلاميذ في الاندماج.

في بحثنا تحصلنا على نتائج الباحث في الدراسة الأولى والباحث في الدراسة الثانية وهي أنّ ألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي في حصة التربية البدنية لا يمكن الاستغناء عنها.

المخاتمة

الخاتمة:

تعد طريقة الألعاب الشبه الرياضية إحدى أهم الطرق التي أبح يعول عليها كثيراً في مجال التربية البدنية والرياضية وشملت مختلف الأعمال وكلا الجنسين، وذلك كونها طريقة تساعد على سرعة التعلم في مختلف الرياضات الرسمية، وهذا ما تطلب من أساتذة أن يعلموا على تكيف مجموعة من الألعاب الشبه الرياضية وتوجيهها لخدمة أهداف الحصة سواء كانت هذه الأهداف حسية حركية، عاطفية أو معرفية.

بالإضافة إلى أن للألعاب الشبه رياضية أهداف تربية و فكرية و بدنية كتتمية الصفات البدنية وتعلم المهارات الحركية وكذا تنمية روح الجماعة وإدراك البصري المرئي، الإحساس بالجسم إلى غير ذلك من الأهداف التي تساعد الطفل في بناء جسمه وعقله بصورة سليمة كما أن الألعاب الشبه الرياضية تعتبر من أنجع الطرق والوسائل في عملية تنمية الصفات البدنية كالسرعة والقوة والمداومة ، وذلك لأن الطفل يقوم بإنجاز التمرين المقترح دون الشعور التعب أو الملل وذلك لوجوده في جو تنافسي يسمح بالعمل أكثر ولمجهود بدني متنوع لكامل الجسم مع المحافظة على التوزيع المتوازن للجهد البدني وكذا وقت الراحة وأيضاً المتطلبات التنسيقية والمعرفية.

الملاحق

إستمارة إستبيان خاصة بالأساتذة:

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان:

"دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي للمراهق في الطور الثانوي".

نرجو من أساتذتنا الكرام تحكيم لهذا الإستبيان:

أستاذ حكم	الإمضاء	ملاحظة

الإشكالية:

هل الألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية تفاعل الاجتماعي عند تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية

البدنية الرياضية؟

التساؤلات الجزئية.

الألعاب الشبه الرياضية دور في اكتساب تلاميذ مرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية

البدنية والرياضية؟

هل الألعاب الشبه الرياضية دور في تفعيل الروابط الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة

التربية البدنية والرياضية؟

الفرضية العامة:

ألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تنمية التفاعل الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة

التربية البدنية والرياضية؟

الفرضية الجزئية

الألعاب الشبه الرياضية دور في إكساب تلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية

البدنية والرياضية؟

الألعاب الشبه الرياضية دور إيجابي في الحد من الانطواء لدى التلاميذ.

استبيان:

الفرضية 1: دور الألعاب الشبه الرياضية في إكساب التلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة ت.ب.ر؟

1- هل تستطيع أنت كأستاذ التعرف على مشاعر التلاميذ أثناء تأديتهم لأنشطة البدنية والرياضية؟

نعم لا

2- هل تظهر صفة التعاطف بين التلاميذ أثناء تأديتهم لمهامهم داخل الحصة؟

نعم لا

3- هل تراعي معرفة ما يريد التلميذ التعبير عنه أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية؟

نعم لا

4- هل التلاميذ قادرين على حل المشكلة أثناء أدائهم لحصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا

5- أثناء تقسيمك للمهام في كشل ورشات داخل الحصة، هل ترى صفة التفاوض بين التلاميذ وقدرتهم

على حل المشكلات؟

نعم لا

6- هل ترى في التلاميذ صفة الغضب والاستياء أثناء تأديتهم للتمارين الرياضية للتمارين الرياضية؟

نعم لا

7- هل تشعر بوجود حاجز نفسي بينكم وبين الطلبة يمنعهم من المشاركة والتفاعل أثناء الحصة التربية

البدنية والرياضية؟

نعم لا

8- هل الطرق التي تستعملونها في التعليم كافية لخلق جو من التفاعل داخل الجماعة؟

نعم لا

9- هل ترى أن من الضروري مراعاة الجوانب (البدنية، المهارية، النفسية، أثناء عملية انتقاد الطلبة؟

نعم لا

الفرضية رقم 02:

دور الألعاب الشبه الرياضية في تفعيل الروابط الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة ت.ب.ر.

1- ماهي الوسيلة الأفضل لتحقيق الروابط الاجتماعية؟

ألعاب شبه رياضية التمارين الرياضية

2- هل ترى أن ألعاب الشبه الرياضية تهدف بدرجة عالية إلى؟

تقوية روح التعاون بين التلاميذ إكساب التلاميذ المهارات الحركية.

3- أثناء استخدام الألعاب الشبه الرياضية هل تلاحظ بأن التلميذ المنطوي يتفاعل مع زملائه في

المواقف المختلفة؟

نعم لا

4- هل ترى أن الألعاب الشبه الرياضية وحدها كافية لإحتكاك التلميذ بالجماعة؟

نعم لا

5- كيف ترون تأثير الألعاب الشبه الرياضية على التلميذ من الناحية الاجتماعية أثناء حصة التربية

البدنية والرياضية؟


6- ماهي الصفات التي تتميزها الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الأخوة صفات أخرى.

7- هل تلعب ألعاب الشبه الرياضية على زيادة التماسك التلاميذ فيما بينهم؟

لا.

نعم



قائمة المصادر

والمراجع

قائمة المراجع:

- 1- أحمد بن دانية جريدة المدرسة والحياة جريدة شهرية العدد 14 نوفمبر 1993، ص 07.
- 2- أحمد زكي صالح علم النفس التربوي الطبعة 10، دار النهضة المصرية، القاهرة، ص 286.
- 3- أحمد عبد الحافظ محمد سلامة إدارة المؤسسات التربوية، عالم الكتب القاهرة، جمهورية مصر العربية 2003.
- 4- أكرم خطابية التربية الرياضية للأطفال الناشئة، دار الباروزي عمان، 2011
- 5- ألين وديع فرح، خبرات في ألعاب للصغار والكبار، دار المعارف الإسكندرية، 1996.
- 6- أمين أنور الخولي، وآخرون مناهج التربية الرياضية الحديثة، دار الفكر العربي، طبعة 1، 2000.
- 7- أنري بيروت مصطلحات علم النفس الطبعة السابقة باريس سنة 1987.
- 8- بوغدة نواري وآخرون: أهمية الألعاب الشبه رياضية للألعاب الرياضية الجامعية، مذكرة لسانس غير منشورة جامعة الجزائر جوان 1995.
- 9- حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، ط5، علم الكتب القاهرة، 1984، ص 64.
- 10- حامد عبد السلام زهوان علم النفس النمو من الطفولة إلى مرحلة المراهقة الطبعة الثانية عالم الكتب القاهرة سنة 1972، ص 284-285.
- 11- حسن عبد الجواد، الألعاب الصغیر، دار الهدى الجزائر 2002، ص 12
- 12- حسن عبد الجواد، الألعاب الصغیرة، دار العلم للملايين بيروت، ط1، 1984.
- 13- حشلافية سفيان وآخرون حصة التربية البدنية والرياضية ودورها في تقويم شخصية تلميذ مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة شلف دفعة 2007، ص 76.
- 14- خروبي محمد صالح: المدخل إلى التدريس بالكفاءة، دار الهدى، الجزائر 2002، ص 12.

- 15- خليل عبد الرحمان لمعاينة: علم النفس الاجتماعي، دار الفكر الرياضية، ج1، ط1، مكتبة الإشعاع الفنية.
- 16- سعد مرسي أحمد كوثر تربية الطفل قبل الدراسة علم الكتب القاهرة 1983، ص 47.
- 17- سيد محمود الطواب النمو الإنساني وتطبيقاته دار المعرفة الجامعية سنة 1995 ص 82.
- 18- عبد الرحمان عيساوي معالم علم النفس دار النهضة العربية بيروت 1984.
- 19- عصام الدين متولي عبد الله- طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق- دار الوفاء الإسكندرية 2011.
- 20- على تعوينات: سيكولوجية الإتصال وصعوبته مداخلة قدمت في الملتقى الوطني بجامعة البليدة جوان 2008.
- 21- عمر عبد الرحيم نصر الله مبادئ الاتصال التربوي والإنساني دار النشر والتوزيع، ط1، 2001.
- 22- عمر محمد التومي الشيباني، تطوير النظريات والأفكار التربوية 1981.
- 23- فائزة مهن التربية الرياضية الحديثة دار طه يس، ط1، 1985.
- 24- فواء البهي السيد الأسس للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة دار افكر العربي.
- 25- ماهر حسن محمود منهاج التربية الرياضية المطور المكتبة المصرية، مصر، 2005
- 26- محمد عماد الدين إسماعيل نمو مرحلة المراهقة ط1، دار القلم ، الكويت، 1982، ص 102.
- 27- محمد مصطفى زيدان، دار سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام بدون طبعة، دار الشروق، جدة.
- 28- محمود عوض اليبسوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية والرياضة الجزائر، المطبوعات الجامعية 1992.
- 29- مرزاق، زيادة أثر اللعب في روضة على التحصيل الدراسي لتلميذ السنة الأولى مذكرة ليسانس، جامعة الجزائر معهد التربية البدنية والرياضية دالي إبراهيم 1994، ص 46.

- 30- مصطفى السابع محمد: اتجاهات الحديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، مكتبة مطبعة الإشعاع الفنية ط1، ص 2001.
- 31- مصطفى زيدان علم النفس نحو الطفل والمراهق دار الشروق للنشر، 1990.
- 32- مصطفى عبد السميع محمد وآخرون: الاتصال والوسائل التعليمية ، ط2، القاهرة، مركز الكتاب الدولي، 2003.
- 33- مفتي إبراهيم حماد: طرق تدريس ألعاب الكراتي، ط1، دار الفكر العربي 2000.
- 34- مناهج التربية البدنية والرياضية التعليم الثانوي ديوان المطبوعات المدرسية.
- 35- ميخائيل إبراهيم أسعد مشكلات الطفولة والمراهقة، دار المعارف، ص 399.
- 36- ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة ط2 دار الآفاق الجديدة 1991.
- 37- ناهد محمود سعد نبلي رمزي فهيم، طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2 مركز الكتاب للنشر القاهرة، 2004.
- 38- وزارة التربية الوطنية، المناهج والوثائق المرافقة، السنة الثانية من التعليم الثانوي، العام والتكنولوجيا، مطبعة الديوان الوطني للتعليم عن بعد مارس، 2006.
- 39- وزارة التربية الوطنية، المناهج ووثائق المرافقة السنة الثانية من التعليم الثانوية.