

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et populaire

MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT
SUPERU ET DE RECHERCH
SCIENTIFIQUE
UNIVERSITE DJILALI BOUNAAMA
DE
KHEMIS - MILIANA
INSTITUT DES STAPS



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجيلالي بونعامة
بخميس مليانة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية

جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
التخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي

مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في للطور الثانوي 15-18 سنة

دراسة متمحورة حول: ثانويات بلدية مليانة وخميس مليانة -ولاية عين الدفلى -

- إشراف الدكتورة:

• توشن صفية

- إعداد الطالب:

➤ دوحة حمزة

➤ بلخوص محمد



شكر

و عرفان

مبحرنا من بحرنا لله مرسد

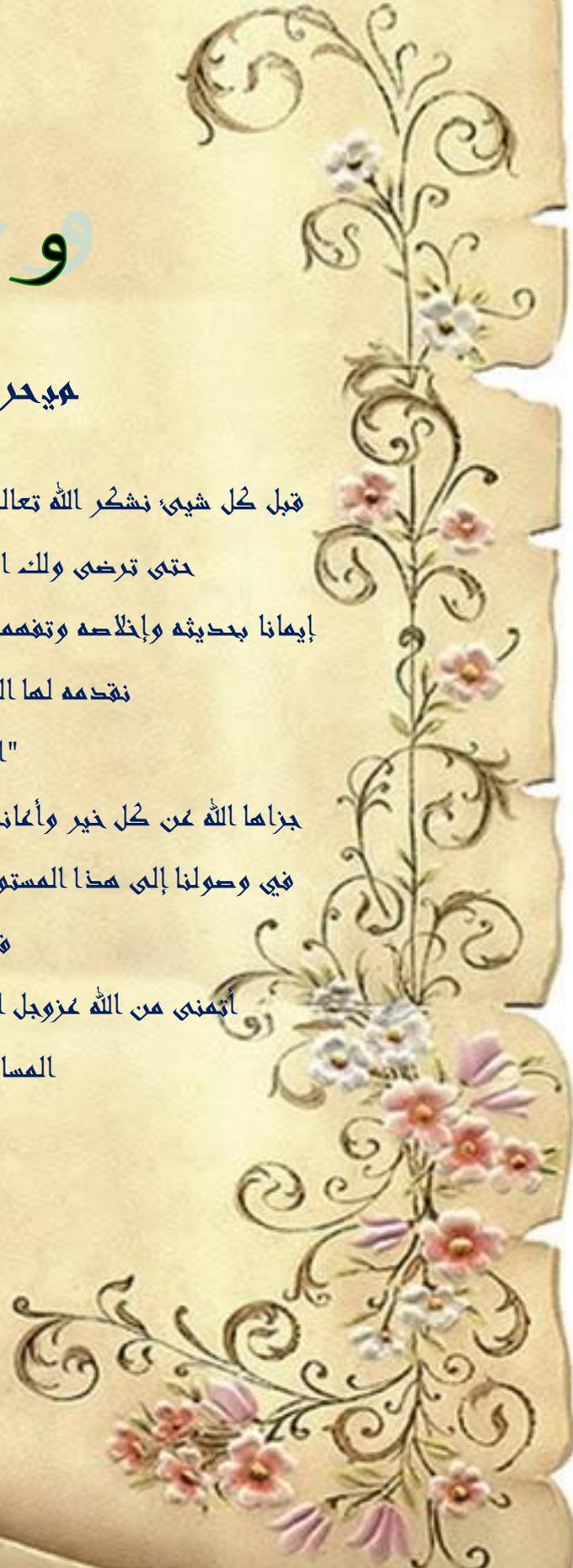
قبل كل شيء نشكر الله تعالى الذي وفقنا لإتمام هذا العمل فلك الحمد
حتى ترضى ولك الحمد إذا رضيت ولك الحمد بعد الرضى
إيماننا بحدِيثه وإخلاصه وتفهمه بل و يقينا من أن نشكر أقل شيء يمكن أن
نقدمه لها الشكر الجزيل إلى الأستاذة المشرفة

"الدكتورة توشن صافية"

جزاها الله عن كل خير وأمانها في تبليغ رسالة العلم إلى كل من كان له الفضل
في وصولنا إلى هذا المستوى إلى كل من علمنا حرفا ووهبنا علما وكان سببا
في نجاحنا مرحلة بمرحلة.

أتمنى من الله عزوجل أن يعطيكم الصحة والعافية و كل من ساهم أو قدم لنا يد

المساعدة من قريب أو من بعيد



إهداء

أحمد الله وأشكره على إتمام بحثنا هذا والصلاة والسلام على رسول الله
قال الله تعالى : " **وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّي أَرْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا** " قرآن كريم (سورة
الإسراء) .

إلى أول كلمة نطقها لساني وأول نظرة رأتها عيني وأول دفء في حياتي
إلى التي أن أعطيتها كنوز الدنيا ماوفيت بحقها إلى رمز الأمل ونبع العجى والأمان إلى أمي
العزيزة

إلى من أخذ بيدي وقدمتي العسنة في الدنيا إلى من عنى وصبر
من أجلي ورسم لي طريق السعادة أبي العزيز
إلى إخوتي الأعماء
الذين أعتد عليهم في حياتي وليس هناك شخص بإمكانه أن يحل مكانهم
وإلى روح أخي الطاهرة شهيد الواجب الوطني دوحة عبد القادر رحمة الله عليه
وإلى أخوالي وخالتي.

وإلى أعمامي وعماتي وإلى كل أفراد عائلة دوحة صغيرا وكبيرا
وإلى أعز الناس ورفقاء العمر وصديقاتي وإخواتي
وإلى أصدقائي الدراسة،
إلى أخي وصديقي وشريكي في هذا العمل محمد أدام الله محبتنا وداقتنا
وإلى كل من وسعتهم الذاكرة ولم تسعهم المذاكرة

حمزة

إهداء

ميجرلا من محرلا للها محمد

أهدي عملي هذا إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة إلى نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا

محمد

صلى الله عليه وسلم،

إلى من كلله الله بالهبة والوفاء إلى من علمني العطاء بدون انتظار إلى من تعبد

من أجلنا ليلا ونهارا أبي العزيز

إلى معني الحب ومعني الحنان إلى الطيبة التي تضي من أجلنا بالنفس والنفس

إلى الطاهرة التي أرى في وجهها براءة الحياة الجميلة أمي الغالية

إلى إخوتي الأعمام

اللذين اعتمد عليهم في حياتي وليس هناك شخص بإمكانه أن يحل مكانهم وإلى أخوالي وخالاتي.

وإلى أعمامي وعماتي وإلى كل أفراد عائلة بلخوص صغيرا وكبيرا

وإلى أعز الناس ورفقاء العمر وصديقاتي وإخواتي

وإلى أصدقائي الدراسة،

إلى أخي وصديقي وشريكي في هذا العمل حمزة أدام الله محبتنا وصداقتنا

وإلى كل من وسعتهم الذاكرة ولم تسعهم المذكرة

محمد

يهدف هذا البحث الى معرفة مدى تاثير شخصية استاذ التربية البدنية و الرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي فئة العمر (15_18 سنة) و كذا تحسيس بضرورة محافظة المجتمع على المراهقين مع مراعاة الظروف التي يعيشها و كذلك ايجاد، مفطرين و كفاءات عالية لتكوين مراهقين على نتيجة الرياضي الاجتماعي النفسي الصحيح وبتح لنا التفكير في فئة المراهقين مع الحرص على مراعاة الظروف النفسية و الاجتماعية لهذه الفئة من أجل تحقيق نمو بدني و فكري خال من الفعاليات النفسية.

ولتحقيق أهداف هذا البحث استخدم المنهج الوصفي التحليلي، و بلغ عدد المجتمع الأصلي لهذا البحث 80 تلميذ وتلميذة كلهم من سنة الثالثة ثانوي اما عينة البحث فكانت 60 تلميذ و تلميذة كلهم من ثانويات، ثانوية فروجي مصطفى، ثانوية حمزة بن عبد الطلب، ثانوية الأمير عبد القادر، المتواجده ببلدية خميس مليانة ولاية عين دقلي.

ومن أجل كل هذا تم إعداد كل البيانات و المعطيات من أجل احصائها "كميا" و "كيفيا"، و بالتالي الإجابة على كل التساؤلات المطروحة، والايجاد نتائج تلك البيانات استخدمت الطريقة الثلاثية من أجل إيجاد النسب المئوية الدالة إضافة إلى استخدام اختبار كا² من أجل إيضاح الفروق ذات الدلالة الاحصائية، عند مستوي دلالة الفا=0.05

وتم التوصل من خلال هذه الدراسة الى:

1_ ان النشاط البدني الرياضي له أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى المراهقين، لما تؤثر في التلاميذ و تحد من سلوكهم العدواني تكسبهم بعض السمات الشخصية التي تجعلهم يحسنون المعاملة و الاحترام بين الاخرين، و تعلمهم النظام واحترام الزملاء والتعاون مع الآخرين و التحلي بالروح الرياضية.

2_ تجعل عند ممارستها ان لا يتعدون على الغير بأي سبب من الأسباب و لا يمتازون بالسلوك العدواني خلال ممارستها إنما يمتازون بالسلوك العدواني خلال ممارستها إنما يمتازون ببعض جوانبه و هذا راجع لحدائثهم، كما تخلق علاقة تخاصمية نموذجية وليست عدواني.

3_ ان النشاط البدني الرياضي يساهم في المواقف النفسي لدى المراهق، بعد ما كنا نهدف الى معرفة ان كان يعطي للتلميذ المشاركة في الرياضات الجماعية راحة نفسية و ذهنية و اجتماعية هكذا نرى أنه باستطاعة النشاط الرياضي ان يساهم في تحسين الصحة العقلية و ذلك بايحاء منفذ صحي العواطف و خلق نظرة متفائلة جميلة للحياة و تنمية حالة افضل من صحة الجسمية و العقلية و النفسية و الاجتماعية كما يخلق تلك الروح الجماعية من خلال مشاركتهم كتلة واحدة.

Résumé de l'étude

Cette recherche vise à connaître l'ampleur de l'impact de la personnalité du professeur d'éducation physique et sportive dans l'augmentation de la demande de pratique au niveau secondaire, tranche d'âge (15-18 ans), ainsi qu'à sensibiliser la société à la nécessité de préserver les adolescents, en tenant compte des conditions dans lesquelles ils vivent, ainsi que trouver des briseurs de jeûne et des compétences élevées pour former les adolescents à Le résultat du bon mathématicien socio-psychologique nous permet de penser à la catégorie des adolescents, en tenant compte tenir compte des conditions psychologiques et sociales de cette catégorie afin d'atteindre une croissance physique et intellectuelle libre d'activités psychologiques.

Pour atteindre les objectifs de cette recherche, la méthode d'analyse descriptive a été utilisée, et le nombre de la communauté d'origine pour cette recherche était de 80 étudiants et étudiantes, tous de la troisième année du secondaire Situé dans la municipalité de Khemis Miliana , province d'Aïn Defla.

Pour tout cela, toutes les données et données ont été préparées dans le but d'être comptées "quantitativement" et "qualitativement", et donc de répondre à toutes les questions posées, et de trouver les résultats de ces données. Différences statistiquement significatives, au seuil de signification d' $\alpha = 0,05$

A travers cette étude, il a été conclu que 1_ que l'activité physique sportive a un impact positif sur l'état psychologique des adolescents, car elle affecte les élèves et limite leurs comportements agressifs avec les autres et être sportifs.

_2Il oblige ses pratiquants à ne pas empiéter sur les autres pour quelque raison que ce soit, et ils ne se distinguent pas par un comportement agressif lors de leur pratique, mais ils se distinguent par un comportement agressif lors de leur pratique.

_ 3 L'activité physique du sport contribue aux attitudes psychologiques de l'adolescent, après avoir cherché à savoir si elle apporte à la participation de l'élève à des sports collectifs un confort psychologique, mental et social, c'est ainsi que nous voyons que l'activité sportive peut contribuer à l'amélioration mentale la santé à travers un débouché sain Les émotions et la création d'une belle vision optimiste de la vie et le développement d'un meilleur état de santé physique, mental, psychologique et social car il crée cet esprit collectif grâce à leur participation en tant que masse.

Study summary

This research aims to know the extent of the impact of the personality of the professor of physical education and sports in increasing the demand for practice in the secondary stage, age group (15-18 years), as well as sensitizing the need for society to preserve adolescents, taking into account the conditions in which they live, as well as to find, fast-breakers and high competencies to train adolescents to The result of the correct socio-psychological mathematician allows us to think about the category of adolescents, taking into account the psychological and social conditions of this category in order to achieve physical and intellectual growth free of psychological activities.

To achieve the objectives of this research, the descriptive analytical method was used, and the number of the original community for this research was 80 male and female students, all of them from the third year of secondary school. Located in the municipality of Khemis Miliana, Ain Defla province.

For all this, all the data and data were prepared in order to be counted “quantitatively” and “qualitatively”, and thus to answer all the questions raised, and to find the results of those data. Statistically significant differences, at the level of significance of $\alpha = 0.05$

Through this study, it was concluded that 1_ that physical sports activity has a positive impact on the psychological state of adolescents, as it affects the students and limits their aggressive behavior. With others and be sportive.

_2It makes its practitioners not to encroach on others for any reason, and they are not distinguished by aggressive behavior during their practice, but they are distinguished by aggressive behavior during their practice.

_3 The physical activity of sports contributes to the psychological attitudes of the adolescent, after we aimed to know whether it gives the student’s participation in team sports psychological, mental and social comfort. This is how we see that sports activity can contribute to improving mental health through a healthy outlet Emotions and creating a beautiful optimistic view of life and the development of a better state of physical, mental, psychological and social health as it creates that collective spirit through their participation as one mass.

محتويات البحث

الترتيب	محتويات البحث	الرقم
	شكر وتقدير الإهداء	
	محتويات البحث	
	قائمة الجداول	
	قائمة الأشكال	
	مقدمة	أ
الفصل التمهيدي		
1	إشكالية العامة	3
2	الأسئلة الجزئية	4
3	الفرضية العامة	4
4	الفرضيات الجزئية	4
5	أهمية البحث	4
6	أهداف البحث	4
7	أسباب اختيار الموضوع	5
8	تحديد المصطلحات والمفاهيم	5

7	صعوبات البحث	9
7	الدراسات السابقة	10
الجانب النظري		
الفصل الأول: الشخصية		
11	تمهيد	
12	مفهوم الشخصية	1-1
12	تعريف كاتل	1-1-1
13	تعريف إجرائي للشخصية	2-1-1
13	نظريات الشخصية	2-1
13	نظرية السمات	1-2-1
14	النظرية السلوكية	2-2-1
14	النظرية الحركية	3-2-1
14	بنية الشخصية	3-1
15	النظرية التفاعلية للشخصية	4-1
17	مقاييس الشخصية	5-1
17	مقياس فرايبورج للشخصية	1-5-1
18	السمات الشخصية للرياضيين	6-1

20	العوامل العامة المؤثرة في الشخصية	7-1
20	المؤثرات الوراثية	1-7-1
21	المؤثرات البيولوجية	2-7-1
22	خلاصة	
الفصل الثاني: الأستاذ وحصّة التربية البدنية والرياضية		
24	تمهيد	
25	مفهوم التربية	1-2
26	التعريف اللغوي	1-1-2
26	التعريف الاصطلاحي	2-1-2
26	وظيفة التربية	2-2
27	أغراض التربية	3-2
27	مفهوم التربية البدنية والرياضية	4-2
29	إسهام التربية في دعم الرياضة	5-2
29	علاقة التربية بالتربية البدنية والرياضية	6-2
30	أهداف التربية البدنية والرياضية	7-2
31	الناحية البدنية والاقتصادية	1-7-2
31	الناحية الاجتماعية والثقافية	2-7-2

32	الناحية الخلقية والنفسية	3-7-2
33	أغراض التربية البدنية والرياضة:	8-2
33	غرض التنمية البدنية	1-8-2
33	غرض التنمية الحركية	2-8-2
33	غرض الترويح والتنمية المعرفية	3-8-2
34	غرض التنمية النفسية والاجتماعية	4-8-2
34	أهمية التربية البدنية والرياضية	9-2
35	الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية	10-2
35	الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية	1-10-2
37	الوظيفة الاجتماعية للرياضة	11-2
38	التربية البدنية كمهنة	12-2
39	مدرس التربية البدنية والرياضية	13-2
39	شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية	14-2
40	صفات الأستاذ الناجح	1-14-2
41	خصائص نجاح الأستاذ في عمله	2-14-2
41	دور أستاذ التربية البدنية والرياضية	15-2
41	دوره في تدعيم العلاقات الإنسانية	1-15-2

42	يمكن تلخيص دور معلم التربية الرياضية اتجاه التلاميذ	2-15-2
42	كمصدر للمعرفة	3-15-2
42	متطلبات مهنة التدريس	16-2
42	الإعداد الأكاديمي والثقافي	1-16-2
44	الكفايات المهنية لمدرس التربية البدنية والرياضية	17-2
44	الكفايات التدريسية والعلمية	1-17-2
44	الكفايات الشخصية والأخلاقية	2-17-2
44	تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية	18-2
45	تأثير الجانب النفسي على أستاذ التربية البدنية والرياضية	19-2
45	الاضطرابات النفسية	1-19-2
46	العلاقات المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية	20-2
46	علاقة الأستاذ بالتلميذ	1-20-2
46	علاقة المدرس بالزملاء	2-20-2
47	علاقة المدرس بالمفتش	3-20-2
47	علاقة الإدارة بالأستاذ	4-20-2
48	علاقة الأستاذ بالعتاد والأجهزة	5-20-2
48	علاقة الأستاذ بالراتب الشهري	6-20-2

49	خلاصة	
الفصل الثالث: المراهقة 15-18 سنة		
51	تمهيد	
52	مفهوم المراهقة	1-3
52	مراحل المراهقة	2-3
53	المراهقة المبكرة	1-2-3
53	المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة)	2-2-3
53	المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة)	3-2-3
53	حاجات المراهق	3-3
54	الحاجة إلى الغذاء والصحة	1-3-3
54	الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية	2-3-3
54	الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار	3-3-3
55	الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيداها	4-3-3
55	الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق	5-3-3
55	خصائص النمو في مرحلة المراهقة الأولى	4-3
55	النمو الجسمي والفيزيولوجي	1-4-3
56	النمو العقلي	2-4-3

56	النمو الانفعالي	3-4-3
56	النمو الاجتماعي	4-4-3
57	النمو الحركي الجسمي	5-4-3
57	أشكال من المراهقة	5-3
57	المراهقة المتوافقة	1-5-3
58	المراهقة المنطوية	2-5-3
58	المراهقة العدوانية	3-5-3
59	المراهقة المنحرفة	4-5-3
59	أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق	6-3
60	خلاصة	
الجانب التطبيقي		
الفصل الرابع منهجية البحث		
63	تمهيد	
64	منهج البحث المتبع في الدراسة	1-4
64	المنهج الوصفي التحليلي	1-1-4
65	متغيرات الدراسة	2-4
65	المتغير المستقل	1-2-4

65	المتغير التابع	2-2-4
66	الدراسة الإستطلاعية	3-4
66	مجتمع الدراسة (البحث)	4-4
66	مفهومه	1-4-4
66	عينة الدراسة	2-4-4
66	مفهوم العينة	1-2-4-4
67	اختيار نوع العينة	2-2-4-4
67	عينة البحث	5-4
67	تشكيل عينة البحث	6-4
67	الدراسة الميدانية والدراسة الميدانية والاستطلاعية	7-4
67	مجالات البحث	8-4
68	المجال الزمني للبحث	1-8-4
68	المجال المكاني	2-8-4
68	الاستبيان	9-4
68	أنواع الأسئلة	10-4
68	الأسئلة المغلقة أو محددة الإجابة	1-10-4
68	الطريقة الإحصائية	11-4

68	التحليل الإحصائي	1-11-4
69	خلاصة	
الفصل الخامس: تحليل ومناقشة نتائج البحث		
83-71	عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الأولى (التلاميذ)	
97-85	عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثانية (التلاميذ)	
99	التحليل والمناقشة	1-5
99	التحقق من الفرضية الأولى	1-1-5
100	التحقق من الفرضية الثانية	2-1-5
101	الاستنتاج العام	
102	الاقتراحات	
104	خاتمة	
قائمة المراجع باللغة العربية والفرنسية		
الملاحق		

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجداول
		01
جداول تمثل نتائج الاستمارة الاستبائية الخاصة بالتلاميذ (المحور الأول)		
71	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الأول	02
73	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثاني	03
75	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثالث	04
77	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الرابع	05
79	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الخامس	06
81	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال السادس	07
83	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال السابع	08
جداول تمثل نتائج الاستمارة الاستبائية الخاصة بالتلاميذ (المحور الثاني)		
85	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الأول	09
87	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثاني	10
89	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثالث	11
91	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الرابع	12
93	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال الخامس	13
95	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال السادس	14
97	جدول يوضح نسبة الإجابات للسؤال السابع	15

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
دوائر نسبية تمثل نتائج الجداول الخاصة بالاستمارة الإستبائية خاصة بالتلاميذ		
71	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 02.	01
73	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 03.	02
75	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 04.	03
77	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 05.	04
79	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 06.	05
81	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 07.	06
83	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 08.	07
85	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 09.	08
87	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 10.	09
89	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 11.	10
91	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 12.	11
93	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 13.	12
95	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 14.	13
97	دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول 15.	14

حفظ ص

يبدأ الفرد في بداية حياته بالعيش مع أسرته إلى أن يتأقلم مع أصدقائه وزملائه سواء في المحيط الذي يعيش فيه، أو مكان الذي يدرس فيه فتنتج عن ذلك عملية انسجام الفرد مع الآخرين سواء من الناحية النفسية، أو الاجتماعية حيث تبدأ عملية نمو الفرد من الجانبين.

ويوجد في المجتمع نوعين من الأفراد هناك نوع الأول مجتمع سليم أما النوع الثاني فأقل ما يقال عنه بأنه مجتمع مريض، وإن وجد الفرد في هذا المجتمع المريض فقد يتعرض للأزمات مما يتسبب عنها وجود الأمراض النفسية والاجتماعية، وهو ما آلت إليه المجتمعات المعاصرة حيث سجلت أعلى معدلات المرض وأن الأفراد أصبحوا يعانون من الاضطرابات النفسية الاجتماعية.

ويمر الفرد في حياته على عدة مراحل ولعل أبرزها هي مرحلة المراهقة التي تعتبر أخطر مرحلة، أو بمعنى آخر هي المنعرج الحاسم في حياته فهي بمثابة مرحلة التطلع الاجتماعي، بحيث يتعلم قيم اجتماعية عديدة فهو يتأثر بأشخاص سواء كانوا صالحين أو فاسدين حيث يلاحظ المراهق في هذه المرحلة من حياته بأنه يشهد نمو الثقة بالذات وامتداد لاهتماماته حيث تزيد عملية نمو الجانب النفسي الاجتماعي أو تنقص عند التحاقه بالثانوية، فقد يواجه عدة مشاكل ومواقف جديدة ويصادف أكثر من نوعين من الأشخاص.

ولما نتحدث عن المراهق والمراهقة فيجب التحدث كذلك عن الرياضة لما لها من علاقة وطيدة مع هذه الفترة لأنها تؤثر بدرجة كبيرة في حياته فيعتبر النشاط البدني الرياضي أو التربية البدنية من بين المواد التدريسية التي يصادفها المراهق في المرحلة الثانوية، حيث أن الهدف الأسمى لهذه المادة هو وصول بالفرد إلى أحسن حالته النفسية الاجتماعية وتزرع فيه الثقة بالنفس، ومواجهة المشاكل وتعایش مع الآخرين، لذا ارتأينا من خلال هذه الدراسة محاولة الكشف في مدى انعكاس النشاط البدني على الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، حيث قسمنا هذه الدراسة إلى جانبين: جانب نظري وتطرقنا في الفصل الأول إلى الشخصية ومفهومها أما الفصل الثاني فتحدثنا على الأستاذ وحصة التربية البدنية والرياضية، كما تناولنا في الفصل الثالث المراهقة بمفهومها ومراحلها وأنواعها فئة 15-18 سنة.

أما الجانب التطبيقي فتناول فصلين الفصل الرابع تمت في التعريف بالمنهجية المستعملة في بحثنا والفصل الخامس كان عرض وتحليل نتائج الاستبيان.

الإطار العام للبحث

-الإشكالية:

للمشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية قيمة أساسية في حياة الفرد وذلك لما يقدمه من فوائد جسمية واجتماعية وتربوية ونفسية فمن الناحية الجسمية فهو يقوي عضلات الجسم وينشطها، أما من الناحية الاجتماعية فهي تقوي الروابط الاجتماعية وتساعد على إنشاء علاقات جديدة، ومن الناحية التربوية فهدها اكتساب الأخلاق الحسنة وزرع روح التعاون والتسامح والتآخي بين الأفراد داخل المجتمع، أما من الناحية النفسية فهي مصدر لمعالجة الأزمات النفسية التي تطرأ على الإنسان فهو يخلق داخل الفرد الاستقرار النفسي والاتزان العاطفي وذلك من فعاليات أنشطته المختلفة فهو يدفع بالفرد إلى روح الاستعداد للمنافسة الإيجابية المقرونة بالتفوق مع الطموح للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية بحيث يمكنه من أداء دوره الإيجابي داخل المجتمع بشكل فعال ومتميز، كما أنه عامل يساعد في خلق الشعور بالدافعية والمثابرة في أداء العمل بنوعية قوية وبروح ايجابية تمكنه من ضبط انفعالاته النفسية مع القدرة بالتعامل بروية أمام المواقف الصعبة.

فالتربية البدنية والرياضية، فهي مادة دراسية تربوية أساسية تعمل على تحقيق التكامل التربوي للمتعلم، بحيث تنفذ من خلال دروس داخل الجدول الدراسي كأنشطة خارج الجدول (داخلية، خارجية). يمكن تقويم نتائجه على المستوى السلوكي (الحركي، المعرفي، الوجداني)⁽¹⁾. وهو من بين الوسائل التي تعمل على تحقيق غاية التربية من حيث اكتساب مهارات التكامل والتوافق بين البيئة والفرد، من حيث القيم والاتجاهات تبعاً لدرجة التطور بهدف التوازن من جميع الجوانب، كما تعد الأنشطة البدنية والرياضية بطابعها التربوي عنصراً هاماً في ابتعاد المراهقين عن الآفات الاجتماعية، فهي تعمل على تنظيم حياته الاجتماعية والتخفيف من الضغوط التي يعاني منها المراهق، سواء داخل المدرسة أو البيت أو المجتمع. تعد مرحلة المراهقة من بين المراحل الحرجة في حياة الإنسان التي يسعى فيها من التحرر والاستقلال واتخاذ القرارات في حياته.

¹ - أمير أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، ط1، مصر، 2000، ص 25.

وعرفها الباحث "سعد جلال" 1977م هي تلك الفترة الزمنية في مجرى حياة الفرد تتميز بالتغيرات الجسمية الفسيولوجية، التي تتم تحت ضغوط اجتماعية معينة تجعل لهذه المرحلة مظاهرها النفسية المتميزة، وتساعد الظروف الثقافية على تمييز هذه المرحلة⁽¹⁾.

ومن هنا ومن خلال هذه المعطيات نطرح السؤال العام: ما مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي؟
ومنه نستخلص ما يلي:

2- الأسئلة الجزئية:

- هل يوجد تأثير إيجابي لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية على الحالة النفسية لدى التلميذ المراهق؟

- هل تخلق المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية روحا اجتماعية إيجابية لدى التلاميذ؟

3- الفرضية العامة:

- لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية تأثير في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي.

4- الفرضيات الجزئية:

- لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى التلميذ المراهق.

- المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية تخلق روحا نفسية واجتماعية لدى التلاميذ.

5- أهمية البحث:

- أهمية علمية:

✓ تحسيس بضرورة محافظة المجتمع على المراهقين مع مراعاة الظروف التي يعيشها.

✓ إيجاد مؤثرين وكفاءات عالية لتكوين مراهقين على نهج الرياضي الاجتماعي النفسي الصحيح.

- أهمية عملية:

✓ تبرز أهمية بحثنا في أهمية الموضوع كونه يتيح لنا التفكير في فئة المراهقين مع الحرص على

مراعاة الظروف النفسية والاجتماعية لهذه الفئة، من أجل تحقيق نمو بدني وفكري خال من الانفعالات النفسية.

¹ - أحمد محمد الزغبى: علم النفس النمو، المكتبة الوطنية عمان، الأردن، 2001م، ص 318.

6- أهداف البحث:

- ✓ معرفة مدى تأثير ممارسة التربية البدنية والرياضية على نمو الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق.
- ✓ معرفة إن كان للنشاط البدني دور في تقليل من المشاكل الاجتماعية وتحقيق من ضغوط النفسية للمراهقين في طور الثانوي.
- ✓ معرفة كيفية انعكاس التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي الاجتماعي بالإيجاب عند المراهق.

7- أسباب اختيار الموضوع:

- أسباب ذاتية: إننا بحاجة ماسة إلى البحوث العلمية التي تتناول هذا الموضوع ، وأنه كثر الحديث عنه في الاهتمام الأكثر بالجانب النفسي.
- أسباب موضوعية:

- إثراء الزاد المعرفي لحصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالجانب النفسي الاجتماعي إضافة لإثراء المكتبة بمثل هذه المواضيع.

8- تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث:

8-1- الشخصية:

- أ- لغة: شتق كلمة الشخصية من اللغة اليونانية "Perssona"، وهو عبارة عن القناع الذي يضعه الممثلون على وجوههم أثناء القيام بدور مسرحي.
 - ب- اصطلاحاً: تعني الشخصية التكامل النفسي والاجتماعي للسلوك عند الإنسان و تغيير عادات الفعل والشعور والاتجاهات والآراء عن هذا التكامل.¹
- عبارة عن نتيجة التفاعل وتكامل وانتظام في الصفات والوظائف المختلفة في وحدة واحدة سواء كانت داخلية أو خارجية لسلوك الفرد.²

¹-محمد السيد ومحمد الزعيلوي: تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس-رسالة دكتوراه-مؤسسة الكتب الثقافية-1994-ص65.

²-رمضان محمد القذافي: الشخصية: نظرياتها واختباراتها وأساليب قياسها-منشورات الجامعة المفتوحة-1993-ص24.

ج-التعريف الإجرائي:

وبعد تقديم هذه التعاريف نتوقف على تعريفنا للشخصية، إنها ذلك الكيان الداخلي والخارجي للفرد، والذي يجعله مميزا عن غيره من أفراد المعمورة، والشخصية هي حوصلة لمجموعة من الصفات منها الوراثية، ونقصد ما أخذ عن والديه، ومنها مكتسبة وتكون سواء من مجتمعه الذي عاش فيه أو بيئته المحيطة به، إذ تتعكس عليه في ميولاته ومعتقداته وتفاعله مع الأشخاص الآخرين.

8-2-حصة التربية البدنية والرياضية: هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية

والرياضية، التي تمثل اصغر جزء من المادة وتحمل كل خصائصها، فالخطة الشاملة لمنهج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط الذي يريد أن يمارسها تلاميذ مدرسته.

- التعريف الإجرائي:

هي جزء مكمل للتربية العامة، تعمل على الحرص أن ينشأ الفرد أحسن ما ينشأ عليه من قوة جسم وسلامة البدن وحيوية ونشاط عن طريق الأنشطة البدنية المختارة التي تمارس بقيادة وإشراف أساتذة، وهذا يهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب البدنية العقلية والاجتماعية.¹

8-2- المراقبة:

يدل مفهوم المراقبة في علم النفس على مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مراحل أخرى من النمو (المراقبة)⁽²⁾، وتتميز بأنها فترة بالغة التعقيد لما تحمله من تغيرات عضوية ونفسية وذهنية تجعل من الطفل كامل النمو، وليس للمراقبة تعريفا دقيقا محددًا فهناك العديد من التعاريف ومفاهيم خاصة بها.

أ- لغة:

تفيد كلمة المراقبة من الناحية اللغوية الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم "راهق" بمعنى اقتراب من الحلم ودنانه.⁽³⁾

والمراقبة تعني الاقتراب والنمو والدنو من النضج والاكتمال.⁽⁴⁾

¹-محمد سعيد عزمي: "أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية"، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1996، ص102.

²- عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: النمو من الطفولة إلى المراهقة، الخنساء للنشر والتوزيع، دون تاريخ، ص49.

³- محمد السيد محمد الزعبلوي، خصائص النمو في المراهقة ط1، مكتبة التوبة، 1988، مصر، ص14.

⁴- ليهي فؤاد السيد، الأسس النفسية للنمو، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975، ص275.

ب- اصطلاحا:

والمراقبة من الناحية الاصطلاحية حسب "ستائلي هول" هي تلك الفترة الزمنية التي تستمر حتى سن الخامسة والعشرون والتي تقوده إلى مرحلة الرشد.⁽¹⁾

وحسب "دورتي روجرز" المراقبة هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية، تختلف هذه الفترة في بدايتها ونهايتها باختلاف المجتمعات الحضارية والمجتمعات الأكثر تمدنا والكثير برودة.⁽²⁾

9- صعوبات البحث:

لقد واجهتنا خلال إنجاز هذا البحث صعوبات عديدة يمكن إيجازها في النقاط التالية للجانب النظري:

- النقص الكبير في المراجع وان وجدت فهي تفتقر إلى التجديد.
- عدم توفر أمثلة عن مذكرات التخرج في اختصاص علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والتي تكون بمثابة مرشد لنا.

- ندرة الدراسات حول النمو النفسي والاجتماعي في ميدان التربية البدنية والرياضية.

- عامل الوقت وصعوبة في استرجاع الاستبيان من التلاميذ.

10- الدراسات السابقة والمشابهة:

1- دراسة محمد ابراهيم عبد الحميد (1996). جامعة ورقلة.

عنوان الدراسة : دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي الاجتماعي لدى المراهق في الطور الثانوي (مذكرة ليسانس غير منشورة).

أهداف الدراسة:

- ✓ الكشف عن الخصائص النفسية والاجتماعية للمراهق في الطور الثانوي.
- ✓ معرفة طبيعة النمو النفسي والاجتماعي أثناء المرحلة الثانوية.
- ✓ معرفة ما مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية وشخصية الأستاذ على الحالة النفسية والاجتماعية للمراهق بعد نهاية النشاط.

عينة الدراسة : 150 تلميذ من الطور الثانوي لولاية غرداية.

أدوات الدراسة : المنهج الوصفي (استبيان مكون من خمسة محاور).

¹- عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي، النمو النفسي، ط4، دار النهضة العربية، 1973، ص301.

²- محمد مصطفى زيدان: علم النفس التربوي، دار المشرق، جدة، ص 152-159

أهم نتائج المتوصل إليها: لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور مهم وفعال في الإعداد النفسي والاجتماعي للمراهق.

2-دراسة رشا عبد الرحمان محمد والي (2007) جامعة القاهرة

أهداف الدراسة : التعرف على تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المرحلة الإعدادية.

عينة الدراسة : 60 تلميذ بمدرسة آجا الإعدادية للبنين.

أدوات الدراسة: المنهج التجريبي.

أهم نتائج المتوصل إليها: بناء مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، وكذلك معرفة الفروق بين الفئات المختلفة.

3-دراسة محمد ابراهيم عبد الحميد (1996)

عنوان الدراسة : العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي .

أهداف الدراسة : معرفة أثر ممارسة بعض الرياضات على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المراهق .

عينة الدراسة: 30 طفل وطفلة تتراوح أعمارهم بين 08 إلى 10سنوات.

أدوات الدراسة: جمع البيانات في مقياس السلوك التكيفي، مقياس جوداف هارس للذكاء، وبرنامج لبعض

الأنشطة الحركية. أهم النتائج المتوصل إليها: وجود فروق دالة إحصائية بين درجتي عينة الدراسة على

نشاط مقياس السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل و بعد ممارسة النشاط الحركي.

4-دراسة عليليش عيسى، نايل بلال، مختاري خالد (2012-2013). المركز الجامعي تيسمسيلت.

عنوان الدراسة : أثر درس التربية البدنية والرياضية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور

المتوسط(مذكرة ليسانس غير منشورة). أهداف الدراسة: معرفة مدى تأثير التربية البدنية والرياضية على

التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق.

عينة الدراسة: 50 تلميذ ممارس للنشاط البدني الرياضي، 50 تلميذ غير ممارس للنشاط البدني الرياضي.

أدوات الدراسة: استخدام مقياس التوافق النفسي والاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية رشا عبد الرحمان.

أهم النتائج المتوصل إليها: إن الممارسين يتمتعون بدرجة كبيرة في التوافق النفسي والاجتماعي عكس

غير الممارسين للنشاط البدني.



الباب الأول
الجانب النظري
للدراسة

الفصل الأول

التَّخْصِيَّةُ

تمهيد:

اهتم علماء النفس والتربية بموضوع الشخصية منذ القدم، والتي كانت في كل مرة تشكل محكا ومجالا للنقاش كبيرين فمنهم من نظر إليها من جانب مكوناتها ومنهم من نظر إليها من جانب أبعادها ونموها وتطورها واختلفوا أيضا في محدداتها بين الوراثة والبيئة وطرق قياسها وكان كل ذلك على أساس نظريات متعددة ومتباينة، فهذا يتميز بشخصية تظهر روح أداء الواجب واحترام العمل وعدم الاكتراث للتقاليد وهذا نجد عنده العاطفة تغلب عن التفكير والميل إلى الخيال وهذا منطوي والأخر تبدو عليه ملامح الغضب والنرفزة والتوتر والإهمال، وغيرها كل هذا جعل من دراسة موضوع الشخصية محل إثارة للجدل والتساؤل ومثير للغرابة وعلى درجة كبيرة من الاختلاف والتفاوت.

1-1 - مفهوم الشخصية:

تعددت نظريات الشخصية وتباينت المفاهيم والافتراضات غير انه يمكن النظر إلى الشخصية في ضوء التعريفات المتعددة لأصحاب تلك النظريات على أنها ذلك الجانب من الفرد الذي يمثله أكثر من بقية الجوانب الأخرى، ليس لأنه الجانب الذي يميزه عن الآخرين فيما نسميه السمات الفارقة فحسب، ولكن الأهم من ذلك هو انه يمثل ما يكون عليه الفرد في حقيقته⁽¹⁾.

عادة ما يقصد علماء النفس بالشخصية تلك الأنماط المستمرة النسبية من الإدراك والتفكير والإحساس والسلوك التي تبدو لتعطي ذاتهم المميزة⁽²⁾.

والشخصية تكوين اختزالي يتضمن الأفكار، الدوافع، الانفعالات، الميول، الاتجاهات والقدرات والظواهر المشابهة.

وقد عرفها أحمد عبد الخالق:

"الشخصية نمط سلوكي مركب ثابت ودائم إلى حد كبير يميز الفرد عن غيره من الناس ويتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات والأجهزة المتفاعلة معا والتي تضم القدرات العقلية، الوجدان أو الانفعال والتورع أو الإرادة والتركيب الجسمي والوظائف الفسيولوجية والتي تحدد طريقة الفرد الخاصة في الاستجابة وأسلوبه الفريد في التوافق للبيئة"⁽³⁾.

1-1-1- تعريف كاتل:

الشخصية ما يمكننا التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين ويشكل فهم الإنسان وعلاج مشكلاته اتجاه خاصا في علم النفس هو اتجاه دراسة الشخصية إن مفهوم الشخصية هو علمي اعد لتوضيح الواقع النفسي للفرد وما هدف نظريات علم النفس الحديث إلا تحليل هذا الموضوع وتحديد منهج دراسته.

(1) محمود عبد الفتاح عنان : "سيكولوجية التربية البدنية ،النظرية والتطبيق والتجريب"؛ ط1، دار الفكر العربي، مدينة نصر : 1995، ص (41).

(2) سامية حسن الساعاتي: "الثقافة الشخصية"؛ ط2، دار النهضة العربية، لبنان :1993،ص (119).

(3) أحمد محمد عبد الخالق: "استخبارات الشخصية"؛ بدون طبعة دار المعرفة الجامعية : 1994، ص (24).

1-1-2- تعريف إجرائي للشخصية:

يجب أن نشير إلى أنه لا يوجد تعريف من التعريفات السابقة للشخصية يمكن اعتباره تعريفاً يسمح بالملاحظة والمقياس والتجريب بصورة كاملة، وهو ما يسمى بالتعريف الإجرائي ويقترح الدكتور عماد إسماعيل (1959) تعريفاً إجرائياً للشخصية فيقول "أنها ذلك المفهوم أو ذلك الاصطلاح الذي يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والإدراكية المعقدة التنظيم، التي تميزه عن غيره من الناس وبخاصة في المواقف الاجتماعية".

ويرى المعرف أن من ميزات هذا التعريف .

- عرف الشخصية بأنها مفهوم، وبذلك يبعد الاتجاهات الخرافية في النظر إلى الشخصية.
- أن الشخصية يمكن أن تقاس بالأساليب السلوكية و الإدراكية التي ترتبط بعضها ببعض .
- إن ما بهما هنا من الأنماط السلوكية هو ما يفصل منها بالمواقف الاجتماعية على وجه الخصوص⁽¹⁾.

1-2- نظريات الشخصية:

نظراً لكون النظريات التي تطرقت للشخصية وموضوعها، فإننا سنتطرق إلى ثلاثة نظريات تعتبر الأهم بالنسبة لموضوعنا وهي نظريات: السمات، السلوكية، الحركية.

1-2-1- نظرية السمات:

تصف سمات الشخصية عن طريق سماتها الأساسية لان السمة هي صفة أو خاصية مميزة للفرد عن غيره وقد تكون فطرية، "وراثية أو مكتسبة" كما أن نظرية السمات تفترض أن سمة الشخصية هي سمة ثابتة، نسبياً لذا فالشخص الواحد يتوقع له أن يتصرف بنفس الطريقة في مواقف مختلفة، كما يفترض أيضاً أن الأفراد يختلفون فيما بينهم في السمة الواحدة، أي درجة السمات ذات العلاقة، فكل إنسان يتصف بصفة بدرجة معينة من القلق، لكن البشر لا يتساوى في درجة قلقه بشكل عام أو في درجة قلقه عندما يتعرض لموقف حرج يستوجب القلق.

(1) فوزي محمد جيل: "الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية"؛ بدون طبعة، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر

1-2-2- النظرية السلوكية:

تصنف هذه النظرية في اعتمادها على مواقف السلوك الظاهري أساسا للتعبير عن الشخصية "ثورانديك" و"إتسن" و"سكانر" إن هؤلاء العلماء ويرون بتأثير البيئة على الفرد، ويعتبرون استجابة الفرد لهذا التأثير أساس للشخصية.

1-2-3- النظرية الحركية:

إن علماء هذه النظرية ينظرون إلى الشخصية على أنها عبارة عن تفاعل النواحي الفيزيولوجية والمجتمع والأدوار التي يقوم بها الفرد، وإن هذا التكوين الحركي هو الذي يكون الشخصية، إن عادة هذه النظرية تقسم مكونات الشخصية إلى مكونات جسمية، ومكونات مستمدة من الجماعة ومكونات مستمدة من الدور ومكونات مستمدة من المواقف⁽²⁾.

1-3- بنية الشخصية:

أولاً: البناء الوظيفي للشخصية:

يتكون البناء الوظيفي للشخصية من مكونات ترتبط ارتباطاً وظيفياً قوياً في حالة السواء، وإذا حدث اضطراب أو نقص أو شذوذ في أي مكون منها أو في العلاقة بينها، أدى إلى اضطراب في البناء العام والأداء الوظيفي للشخصية وفيما يلي مكونات البناء الوظيفي للشخصية:

✓ **مكونات جسمية:** تتعلق بالشكل العام للفرد وحال الطول والوزن وإمكانات الجسم الخاصة والعجز

الجسمي الخاص، والصحة العامة، والأداء الحركي والمهارات الحركية، وغير ذلك مما يلزم في أوجه النشاط المختلفة في الحياة، ووظائف الحواس المختلفة ووظائف أعضاء الجسم مثل: الجهاز العصبي والجهاز الدوري والجهاز التنفسي والجهاز الهضمي والجهاز الغدي والجهاز التناسلي.

✓ **مكونات عقلية ومعرفية:** وتشمل الوظائف العقلية مثل: الذكاء العام والقدرات العقلية المختلفة

والعمليات العقلية العليا كالإدراك والحفظ والتذكر والانتباه والتخيل والتفكير والتحصيل... الخ. وتشمل كذلك الكلام والمهارات اللغوية.

مكونات انفعالية: وتتضمن أساليب النشاط المتعلق بالانفعالات المختلفة مثل الحب والكره والخوف والبهجة والغضب... الخ. وما يرتبط بذلك من ثبات انفعالي وعدمه وتجمعات الانفعالات في عواطف.

(1) مصطفى غالب: "سكولوجية الطفولة والمراهقة"؛ دار مكتبة الهلال، بيروت: 1986، ص(109. 110).

مكونات اجتماعية: وتتعلق بالتنشئة الاجتماعية للشخص في الأسرة والمدرسة والمجتمع وجماعة الرفاق، والمعايير الاجتماعية والأدوار الاجتماعية والاتجاهات الاجتماعية والقيم الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والقيادة والتبعية... الخ.

ثانياً: البناء الدينامي للشخصية:

يوضح البناء الدينامي للشخصية القوى المحركة فيها والتي تحدد السلوك، ويتكون البناء الدينامي للشخصية من: الشعور واللاشعور وما قبل الشعور ويتكون البناء الدينامي للشخصية كذلك من الهو والانا الأعلى، ويلعب الكبت دوراً هاماً في أبعاد الدوافع والأفكار المؤلمة أو المخزية أو المخيفة المؤدية إلى القلق من حيز الشعور إلى حيز اللاشعور حتى تنسى.

وتوجد المقاومة وهي ما تمثل ما يسمى الضمير أو الوازع الخلقى الذي يتحكم في سلوك الإنسان ليكون سلوكاً مقبولاً من ناحية التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية، وتوجد المقاومة وتعمل بين الشعور واللاشعور، هذا أولاً يوجد فاصل قاطع بين الشعور واللاشعور، فما هو شعوري قد يصبح لاشعورياً بالكبت أو النسيان وما هو لاشعوري يمكن أن يستدعى أو يخرج إلى حيز الشعور بتغيير الظروف أو بالتداعي الحر.

وقد يحدث الصراع بين الهو والانا الأعلى أو بين الأنا والهو أو بين الأنا والانا الأعلى وتعمل الضغوط البيئية الخارجية عملها إذ تشمل الصراعات والاحتباطات والحرمانات والتوترات (1).

1-4- النظرية التفاعلية للشخصية:

يشير الاستعراض المرجعي إلى أن أغلب البحوث التي اهتمت بدراسة الشخصية والرياضة قبل السبعينات من هذا القرن الماضي، اعتمدت لدرجة كبيرة على مدخل السمعة، وبينما تبنى بعض الباحثين هذا المدخل تبعاً لإطار نظري منطقي، فإن لكثير من الباحثين استخدموا هذا المدخل نظراً لتوافر البحوث الملائمة لذلك الغرض، ومنها على سبيل المثال:

- اختبار العوامل الستة عشر للشخصية.

- قائمة مفيسوتا المتعددة الأوجه للشخصية.

- قائمة كاليفورنيا النفسية.

(1) - حامد عبد السلام زهران: "الصحة النفسية والعلاج النفسي"؛ ط3، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة: 1997، ص(73. 74).

وتجدر الإشارة إلى مدخل السمات الشخصية يتأسس على افتراض أن الطبيعة الإنسانية شأنها في ذلك شأن كل ما هو طبيعي، تتكون من بناءات ثابتة نسبياً، ولكن لا يوجد اتفاق عام على هذه البناءات، كما يرى أصحاب نظرية السمات الشخصية أن هذه البناءات مصدرها داخل الفرد بسبب حقيقة ملحوظة لا تتكرر وهي المعروفة بسمة الإنسان النسبي في سلوك شخص ما، أي أننا عندما نعرف شخصاً معيناً نستطيع بدقة معقولة أن نتوقع كيف سيسلك في مواقف متعددة.

ووفقاً لرأي أصحاب نظرية السمات الشخصية فإن الفرد الذي يتصف بالثبات الانفعالي سيظهر عليه ذلك بشكل ثابت في أغلب تصرفاته بصرف النظر عن اختلاف الظروف والمواقف، بمعنى آخر فإن هذا الأسلوب في دراسة الشخصية يقلل من تأثير العوامل الموقفية أو عوامل البيئة.

هذا في ضوء محددات مدخل السمات الشخصية في دراسة السلوك، فإن العديد من الباحثين اتجهوا إلى النظرية الموقفية البيئية، باعتبار أنها تؤكد على أن السلوك يتحدد بدرجة كبيرة بواسطة العوامل البيئية وفي نفس الوقت يقلل أصحاب هذه النظرية من دور السمات الشخصية في تفسير السلوك.

ويبدو أن أصحاب النظرية الموقفية على النحو السابق يمثلون رد الفعل متطرف لمدخل السمات الشخصية، حيث أن المهتمين بمدخل السمات لدراسة الشخصية يعظمون من شأن البناءات الداخلية، بينما يهملون تأثير البيئة، وفي المقابل فإن المهتمين بالنظرية الموقفية يمجدون البيئة باعتبارها المصدر الهام الوحيد لتباين السلوك ويهملون الفروق الفردية بين الأفراد، والواقع أن كلا من وجهتي النظر ترجح السمة أو الموقف تعطي رؤية محدودة للمصدر المحتمل لتباين السلوك، لذا أخذ الباحثون يتزايد اهتمامهم للتعرف على بديل ثالث وهو ما يطلق عليه المدخل التفاعلي إذ يأخذ هذا المدخل بعين الاعتبار الأدوار المترابطة لكل من العوامل الشخصية والعوامل الموقفية ويعتبرها هي المحددات الأساسية للسلوك .

فالنظرية التفاعلية تنظر إلى كل من الموقف والشخصية باعتبارهما عاملين يسهمان معا في تشكيل السلوك دون تحديد أيهما الأكثر أهمية أو تأثيراً، ويعتبر السلوك نتيجة تفاعل الشخصية مع البيئة.

1-5- مقاييس الشخصية:

تفتقر المكتبة العربية إلى مقاييس من هذا النوع على الرغم من أهمية الموضوع في الكتابات النفسية والاجتماعية، إلا أن الاختبارات الأجنبية تعتبر واسعة الانتشار واستخدامها في المجال الرياضي كبير وذلك للأغراض التالية⁽¹⁾:

- التعرف على المشكلات النفسية والاجتماعية للرياضيين للإتباع الطرق الملائمة في معاملاتهم.
- اختيار الرياضيين الذين يتصفون بصفات شخصية معينة تؤهلهم للنجاح في فعاليات رياضية مختلفة.

- التعرف على الصفات التي تميز الرياضيين على غير الرياضيين .
- التعرف على الصفات التي تميز الرياضيين الذين يزاولون فعاليات مختلفة عن بعضهم.
- مقارنة صفات الشخصية في بعض المقاييس الجسمية والمقاييس المهارية، ومقاييس اللياقة البدنية ودراسة العلاقة بينهما.

إن مقاييس الشخصية قد تكون أحادية البعد تقيس سمة واحدة من سمات الشخصية أو مظهر واحد من مظاهر السلوك ويمكننا التطرق لمقاسين الأول وهو مقياس القلق حالة وسمة وهما مثال للمقاييس الأحادية والثاني هو مقياس (فرايبورج) وهو مثال للمقاييس المتعددة الأبعاد، حيث أن في مقياس القلق حالة يطلب من المفحوص وصف شعوره في لحظة معينة من الوقت .

1-5-1- مقياس فرايبورج للشخصية:

ويشمل هذا المقياس على ثمانية أبعاد وهي:

- **العصبية** : الدرجة العالية على هذا المقياس، تميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية وحركية واضطرابات نصف جسمية كالنوم والإرهاق والتوتر وسرعة الإحساس بالتعب وفقدان الراحة.
- **العدوانية**: ودرجة هذا المقياس العالية تشير إلى الأفراد الذين يرتكبون تلقائياً الأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية واستجابتهم بصورة انفعالية.
- **الاكتئابية**: والدرجة العالية لهذا المقياس تشير إلى تميز الأفراد الذين يتسمون بالاكتئاب والتذبذب المزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة.

(1) - نزار مجيد الطالب، كامل طه لويس: "علم النفس الرياضي"؛ ط1، جامعة بغداد، كلية الرياضة: 1988، ص(87،88).

- **القابلية للاستثارة:** ودرجة هذا المقياس العالية تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية وشدة التوتر وضعف في القدرة على المواجهة والاحباطات اليومية والانزعاج وعدم الصبر وكذا الغضب، والاستجابات العدوانية.
- **الاجتماعية:** يتميز أصحاب الدرجة العالية على هذا المقياس بالقدرة على التفاعل مع الآخرين، ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات، كما يتميزون بالمرح والحيوية.
- **الهدوء:** يتصف أصحاب الدرجة العالية لهذا المقياس بالثقة بالنفس وعدم الارتباك أو تشتت الفكر واعتدال المزاج والتفاعل والابتعاد عن السلوك العدواني.
- **السيطرة:** يتصف أصحاب الدرجة العليا لهذا المقياس بالاستجابة بردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية، جسدية، تخيلية وعدم الثقة بالآخرين، والميل للسلطة واستخدام العنف.
- **الكف:** الأفراد الذين يتميزون بدرجة عالية على هذا المقياس من صفاتهم عدم قدرة التفاعل مع الآخرين خاصة في المواقف الاجتماعية، ويتصفون بالخجل والارتباك.

1-6- السمات الشخصية للرياضيين:

هناك العديد من الدراسات التي تعرضت لدراسة شخصية الأفراد الذين يمارسون النشاط الرياضي واتجهت نحو تمييز سمات الشخصية واستمرت الاختبارات المتعددة، ومقاييسها لتحديد السمات المرتبطة بدرجة عالية بالرياضيين ذوي المستويات المختلفة ومن هذه السمات⁽¹⁾:

- **سمة الاجتماعية:** تشير دراسة هذه السمة إلى أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعي لدرجة كبيرة، كما يتسم بالدفء والاستعداد للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين.
- **سمة السيطرة:** تم التوصل بعد دراسة هذه السمة إلى أن الرياضيين يتسمون بسمة السيطرة في مواقف حياتهم كما يظهرون هذه السمة في مواقف التحصيل الرياضي، وعامل السيطرة مركب عريض يشير بصفة عامة إلى إثبات وتوكيد الذات، والقوة والعنف والعدوان التنافسي.
- **سمة الانبساطية:** إن الانبساطية هي مركب لتفسير الاتجاهين الرئيسيين للشخصية .
أ- الاتجاه الانبساطي الذي يوجه الفرد نحو الخارج والعالم الموضوعي.

(1) إسماعيل مقران: "مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي منتخبات الألعاب الجماعية لمعهد التربية البدنية الرياضية"، (مذكرة ليسانس غير منشورة)، جامعة الجزائر، 1997، ص (17).

ب- الاتجاه الانطوائي الذي يوجه الفرد نحو الداخل والعالم الذاتي .

وسمة الانبساطية هنا معناها تميز الشخص لحب النشاط والروابط الاجتماعية والاشتراك في الروابط الاجتماعية والاشتراك في الأنشطة الجماعية وحب تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية، كما تتميز بالتفاؤل أما الانطوائية فإن الشخص المتميز بها يميل للخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية والميل إلى الانعزال والاكنتاب .

• **الاتزان الانفعالي:** أظهرت بعض الدراسات أن هذه السمة تظهر بمستوى منخفض من القلق عند الرياضيين، كما أظهرت دراسات أخرى بأنها لا تظهر بصورة واضحة لدى الرياضيين، إلا أن الاتزان الانفعالي لدى الرياضيين يظهر كما يلي:

- النضج الانفعالي وضبط الاندفاعات والاستجابات الجسيمة.

- مستوى منخفض من القلق والتوتر العصبي.

- التحكم في الانفعالات أوقات الشدة، كالهزيمة والإصابة، استجابات انفعالية مناسبة للمواقف

المختلفة.

- النظرة التفاؤلية.

• **صلابة العود:**

أظهرت الدراسات التي قام بها علماء كثيرون أمثال فرنر 1965، وجوتهامل 1966، وكروول 1970، أن هذه السمة تعتبر من السمات المميزة، وذلك لكونهم لا يتميزون بالصلابة البدنية، بل أيضا بالصلابة العقلية كنتيجة للنشاط الرياضي وخاصة المستويات العالية التي تتميز بزيادة بذل الجهد والعمل الشاق وتحمل المصاعب والأخطار، وتظهر هذه السمة عند الرياضيين فيما يلي:

- القدرة على مجابهة المصاعب وعدم الانتكاس في حالة الانهزام، أو عدم التوفيق والقدرة على النقد دون فقدان الاتزان، وعدم الحاجة إلى حماس وتشجيع الآخرين.¹

• **سمة الخلق والإبداع:** يرى العديد من العلماء أن هذه السمة من أبرز السمات الرياضية ويعرفون الخلق على أنه جملة السمات الرئيسية التي يتميز بها الفرد على السمات التي تقرها الجماعة وهي واضحة وشبه ثابتة في سلوك الفرد لا يمكن تحديد الخلق بسمة واحدة فقط، بل هو مركب من مجموعة متكاملة من السمات النفسية، ولكنها تبدو لدى الفرد في أنواع متعددة في اتجاهاته وسلوكه، أما الإرادة فهي تعني القدرة على حسم الصراعات الناتجة من تعارض الأهداف لاتخاذ

¹ - إسماعيل مقران: نفس المرجع: ص(18).

قرار بعد تفكير وتمعن، ثم الكفاح من اجل تحديد هذا القرار لذلك فان الإرادة تتمثل في قدرة الفرد في التغلب على المقاومات الداخلية أو الخارجية التي تعترض سبيله في تحقيق هدف مقصود. وتلعب السمات الخلقية الإرادية دورا رسميا هاما في تشكيل الشخصية الرياضية وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدرات الفرد واستعداداته.

• سمة تصور الذات مفهوم الذات:

إن العديد من السمات المميزة للشخصية تحاول الإجابة عن تصور الذات لدى الرياضي، فسمات كسمة الثقة بالنفس وتأكيد الذات والافتتاع بالذات وتقدير واحترام الذات ،واعتبار الذاتكلها سمات تشتق من أحكام أو تقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته أو تصوره عن نفسه وتصور الذات الجيد يجعل الفرد أكثر ثقة وأمنا في معاملاته مع الآخرين، وفي الأعمال التي يقوم بها وهذا يظهر نتيجة الثقة في النفس والافتتاع بها لدى الرياضيين الناجحين.¹

1-7-العوامل العامة المؤثرة في الشخصية:

تشير نظريات الشخصية دون استثناء إلى وجود عاملين هامين يؤثران في بناء الشخصية وفي تطورها هما عامل داخلي تكويني وعامل خارجي بيئي.

1-7-1-المؤثرات الوراثية:

إن النمط الوراثي الخاص الذي يتكون من اللحظة التي يتم فيها الإخصاب يؤثر في تكوين شخص الفرد وعلى احتمال إصابة الفرد بأحد الأمراض الوراثية أو التشوهات التكوينية أو السمات ذات الطابع المميز مثل نزيف الدم الوراثي والاضطرابات ومرض السكري مع اختلاف متوسط الدرجة وهناك سمات أخرى مميزة للشخصية ولها علاقة بالعوامل الوراثية وتشمل لون البشرة ولون العيون والقصر وغيرها.

¹ - إسماعيل مقران: نفس المرجع: ص(19).

1-7-2- المؤثرات البيولوجية:

تؤثر هرمونات الغدد الصماء بوجه خاص على السلوك وعلى عمليات التكيف ويبدو ذلك واضحا في حالة نقص إفراز الهرمونات من الغدد أو توقفها عن العمل مثل:

الغدد الدرقية: تؤدي كثرة إفراز هرمون هذه الغدة إلى كثرة الحركة والشعور بالتهيج والأرق في حالة نقص الهرمونات إلى سهولة الشعور بالتعب والإرهاق وإلى كثرة النوم.

البنكرياس: يقوم بإفراز الأنسولين لتنظيم مقدار السكر في الدم وتحويله إلى الكبد لتجزئته وفي حالة زيادة نسبة السكر في الدم فإن ذلك يظهر على شكل إصابة بمرض السكر.⁽¹⁾

(1) سليم مدثر أحمد "الصحة النفسية"؛ المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية: 2002، ص(136).

خلاصة:

يرى أنّ أهم العوامل التي تُحدّد بها الشخصية هي المزاج، والأخلاق، والطبقات الاجتماعية، أما الفيلسوف كارتيشمر فقسّم الشخصية إلى جانبين مُهمّين مُكمّلين لبعضهما ومن غير الممكن الفصل بينهما، وهما: جانب المظهر الذاتي وهو اتجاهات الذات ونظرتها نحو نفسها، وجانب المظهر الموضوعي المتعلّق بالاستجابات للمثيرات المختلفة والتفاعل مع الآخرين. يظهر ارتباط المظهر الذاتي بالمظهر الموضوعي في أنّ الشعور بالتفرد والتميّز في مهارة أو مجال معين بين الآخرين متطلّب واضح للمظهر الذاتي والنظرة الذاتية.

الفصل الثاني

الأستاذ

وحصة التربية
البدنية والرياضية

تمهيد

أن النشاط البدني الرياضي التربوي مظهر من مظاهر التربية ويعتبر وسيلة من أجل إعداد الفرد من كل النواحي المتعلقة بحياته فله أثر كبير في تكوين الصفات الاجتماعية والخلقية والشعورية والبدنية والعقلية للأفراد وإعداد الفرد إعدادا شاملا متكاملًا كمواطن صالح ينفع نفسه ومجتمعه ووطنه وهذا هو الهدف المشترك بين التربية البدنية والتربية العامة، وعرفت التربية البدنية والرياضية عناية كبيرة من قبل الأفراد والمجتمعات منذ العصور القديمة ومرت بمراحل وتطورات عديدة كباقي العلوم الأخرى فالإنسان البدائي لم يكن ينظرها بنظرة الإنسان في العصور الوسطى أو العصر الحديث فكل عصر كانت له فلسفة خاصة به تتماشى ومتطلباته في الحياة مما جعله ينظر إلى الأمور بنظرة الخاصة، فنظرة الإنسان البدائي تختلف بطبيعة الحال عن نظرة الإنسان المتقدم وذلك باختلاف طرق العيش ووسائل الحياة ومن ثم كل حضارة كانت تعطي نظرتها وفلسفتها للتربية البدنية والرياضية حيث تطورت هذه الأخيرة مع تطور المجتمعات والأجيال حيث أصبحت في عصرنا الحالي علما قائما بذاته له فلسفته الخاصة به وأسس وقواعد يسير عليها.

2-1- مفهوم التربية:

التربية في أبسط معنى لها تعنى عملية التكيف أو التوافق⁽¹⁾، فالتربية حسب ذلك المفهوم عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد وبيئته الاجتماعية، وذلك بغرض تحقيق التوافق أو التكيف بين الإنسان والقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة تبعاً لدرجة التطور المادي والروحي فيها⁽²⁾.

فالتربية هي عبارة عن ممارسة، فالإنسان أو الفرد يتعلم عن طريق ممارسة للأشياء سواء كان ذلك في البيت أو الشارع أو المدرسة أو المسجد.... الخ، فهي لا تقتصر عن المدرسة حين يجتمع الأفراد، والهدف الأسمى للتربية هو مساعدة شخصية الإنسان في النمو السليم وذلك أن يكون انفعاليا واجتماعيا بحيث يحررها من الحقد والكراهية والظنينة وهي الشرط الأساسي لتحقيق الأمن والسلامة.

وتعمل التربية على إعداد المواطن الصالح للحياة وذلك بتزويده بالعادات والمهارات التي تسهل له إشباع حاجاته، وهذا كله يتكون خلال المراحل المبكرة من حياة الفرد، ولذا فإن التكيف هو في الواقع نتائج بما مر به الإنسان خلال المراحل السابقة من خبرات وتجارب أثرت فيه في كيفية تعلمه لطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته ويتعامل بها مع غيره من الناس في مجال الحياة الاجتماعية.

ظلت البحوث جاهدة في إيجاد دوافع تحمل الأطفال على التعلم بنفس الحماسة التي تفيض بها لعبهم التلقائي ومثل هذه الطرق يطلق عليها في الغالب: (التعليم عن طريق اللعب) "فاللعب وسيلة فهم والمهارة عندما يتصل الطفل بالعالم المادي والاجتماعي من المهارات المتعددة منها: لغوية وحركية جسمية... الخ إلا منتج من نتاجه وثمره طيبة من ثماره وذلك باللعب⁽³⁾.

" إن سر إدخال اللعب باعث في ميدان التربية وذلك لما له من اثر فعال وإيجابي وعلى هذا ترتب عنه انتشاره في المدارس ودور التعليم، إن حدوث أثناء اللعب محاولات غير طبيعية مثل خلال السابق يحدث تتافر في تطبيق نظم وقواعد اللعب بصورة دقيقة.... يرغب بعض الأطفال لعبة عقلانية ويحاولون تكرار الحركة على حساب غيرهم.

فالمربي الجيد يلاحظ هذه الرغبات والحوادث وسيتم الظروف في توجيه وعلاج وتربية الأطفال إلى أسمى درجات الرقي التربوي".

¹- تشالز بيوتشر- أسس التربية البدنية- ترجمة حسن معوض والآخرين- مكتبة الانجلو المصرية- القاهرة -1964- ص- 16.

²- محمود عوض بسبوني والآخرين- نظريات وطرق التربية البدنية - ديوان المطبوعات لجامعية - الطبعة الثالثة - الجزائر 1992- ص9.

³- صالح عبد العزيز- التربية وطرق التدريس-الجزء الثاني- الطبعة 1- دار المعارف-القاهرة- 1981 - ص 37.

إن الإنسان يتربى وهو يلعب باعتبار إن اللعب احد الحاجات الضرورية للإنسان فحب الحياة مع الاحتفاظ بالصحة الجيدة يتضمن ذلك نمو بالحالة النفسية والفسولوجية والاجتماعية والتي يستطيع تنميتها عن طريق ممارسة التربية البدنية والرياضية، كما لها اثر ايجابي على الفرد وذلك بتنمية النواحي الاجتماعية والخلقية والصحية للفرد وفي نفس الوقت تؤكد الخصائص الضرورية لحياة الجماعة.

2-1-1-2-التعريف اللغوي:

جاء في لسان العرب، ربا الشيء: زاد ونما، و أربيته: نميته، في القرآن الكريم: يربي الصدقات: أي يزيدنها ربوت في بنى فلان أي نشأت فيهم، وترى: نشأ وتقدى وتتقف، وفي لغتنا العربية هي النمو والزيادة، والتغذية والتنشئة والتثقيف.

2-1-2-التعريف الاصطلاحي:

المعنى الاصطلاحي للكلمة يتعرض لتفسيرات متباينة، يقول " ليستر سميث" أن معنى التربية لا يتأثر بمرور السنين فحسب بل يتأثر باختلاف المكان حيث نجد لكلمة تربية معناً خاصاً في كل قطر من الأقطار، بل أن لهذا المعنى لا يكون واحد داخل القطر الواحد، فالمناطق الريفية تحتاج إلى نوع من التربية يختلف عن ذلك الذي يلائم المناطق المزدحمة.⁽¹⁾

2-2-وظيفة التربية:

يرى أحمد الخشاب أنّ التربية من وجهة نظر الاجتماعية تعتبر على نسق اجتماعي يقوم بدور وظيفي في إعداد وتنشئة وتشكيل النشء من خلال وسائل ومؤسسات وأجهزة لها تأثيراتها الفعالة في تكوين الفرد وتهيئته من النواحي البدنية والعقلية والأخلاقية ليكون عضواً في مجتمعه، لوكي يحيا حياة سوية في بيئته الاجتماعية ويذكر التربوي الأمريكي: "Fredenberg" أنّ وظائف الاجتماعية للتربية: نقل ثقافة المجتمع عبر الأجيال.إحداث تكامل بين الثقافة العامة والثقافة الفرعية داخل المجتمع. مصدر مهم لعمليات التحديث الثقافي والاجتماعي.⁽²⁾

1 - خيرى وناس وبوصنبورة عبد الحميد، التربية وعلم النفس، مديرية التكوين، الجزائر، 2005، ص 50.

2 - أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، علم المعرفة، الكويت، 1996، ص45- 145.

2-3-أغراض التربية:

يرتبط نهوض وانحطاط المدنية ارتباطاً بالفلسفة التربوية التي يعتنقها شعب ما وان الاتجاهات والمثل العليا التي تحفز التفكير والسلوك لدى أي جيل من الأجيال ليتكون منها الأساس الذي يبنى عليه مقياس للقيم وهي تنتقل عن طريق النظريات والتطبيقات التربوية. وهذا المقياس للقيم - التي يطمح كل جيل في الحصول عليها دوماً وان يوفرها لأطفاله - يعرف بأنه أغراض التربية.

تعتبر الأغراض العامة للتربية بمثابة بيانات عن نوع وطبيعة الحياة التي يمكن إن توصف بأنها جديرة بالسعي للحصول عليها وان تعدد القوى الاجتماعية والسياسية والدينية يمكن أن تساعد في تحديد الأهداف التي يتفق عليها - إما النتائج التي تعمل التربية على تحقيقها فإنها تختلف من ثقافة لأخرى وكأمثلة للأغراض التي طالما سعى وراءها كثير من الناس ما يلي: إعداد الرجل العسكري ، إعداد المواطن الصالح ، إنقاذ روح الفرد، تنمية الضمير الاجتماعي والمسؤولية المدنية، إعداد لحياة كاملة. ولقد قبلت أغراض التربية باهتمام قوى من جانب أعظم المفكرين منذ الأزمنة القديمة، وقد ترك هؤلاء الفلاسفة التربويون كنزاً من الحكمة والإلهام فيما يتعلق بالقيم الإنسانية في الحياة.

2-4- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

يعرفها قاموس التربية " أنها برنامج للتعليم والممارسة والمشاركة ترتبط بالجسم ككل لتنمية التقدم البدني المرغوب فيه والمهارات الحركية والاتجاهات النفسية وعادات السلوك". وأيضاً ومن بين التعاريف العلمية اختلفت لدى العلماء، ويرجع هذا الاختلاف في تحديد معنى التربية الرياضية، ووضع تعريف ثابت بها، إلا أن لكل نظام اجتماعي أو أساسي هدفه التربوي ومثله العليا في إعداد الشباب، وإعداد المواطن الصالح كما يرجع تنوع الأهداف وتباين الغايات إلى اختلاف النظرة الفلسفية نحو تنظيم المجتمع ونحو حياة الفرد وعلاقته بهذا المجتمع، ويعطي الأستاذ " شلتوت حسن " والدكتور " حسن معوض" تعريفاً لها: " أنها ذلك الجانب المتكامل من التربية والذي يعمل على تنميته الفرد وتكيفه جسمانياً وعقلياً واجتماعياً ووجدانياً عن طريق الأنشطة البدنية المختارة والتي تمارس تحت قيادة صالحة لتحقيق القيم الإنسانية".⁽¹⁾

¹- مكارم حلمي أبو هراجة و محمد سعد زغلول و أيمن محمد عبد الرحمن- مدخل التربية الرياضية - ط1- مركز الكتاب لنشر - القاهرة - 2002- ص 20.

ويعرفها " كمال درويش": "أن التربية الرياضية هي تربية عن طريق الرياضة وهي في الحقيقة تربية شاملة ووسيلتها الرياضة"، وهنا يحقق للتربية الرياضية بحكم طبيعتها كمادة أن تفخر على سائر المواد وذلك لأنها مادة الخبرة والتفاعل والممارسة، أنها عملية تطبيقية تتناول سلوك الشخصية، فعملها الملاعب وأجهزتها الأدوات والأفراد يمرون فيها بتجارب وخبرات ويتفاعلون مع أنفسهم ومع غيرهم تحت توجيه وإشراف سليم⁽¹⁾، والتربية الرياضية تشارك في تحقيق الأهداف التربوية في المجتمع ولكن من خلال أنشطتها وطرقها الخاصة بها وعلى هذا الأساس لا يجب أن تتعارض أهداف التربية الرياضية وأهداف التربية مادام الهدف هو إعداد الفرد إعداداً شمولياً، ومنه فإن التربية الرياضية نظام تربوي له أهداف التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي، يتميز حصائل تعليمية وتربوية هامة.

ويعرفها " وليامز williams " "التربية الرياضية هي مجموعة الأنشطة الرياضية التي أختيرت كأنواع ونفذت كحصائل".

وعرفها "ناش Nash" "التربية البدنية هي ذلك الجانب من المجال الكلي للتربية التي تتعامل مع أنشطة العضلات الكبيرة وما يرتبط بها من استجابات.⁽²⁾ ويعرفها "لومبكين Lumpkin" "التربية البدنية هي العملية التي يكسب الفرد خلالها المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني".⁽³⁾

باستعراض مجمعة التعريفات السابقة يتضح أن التربية الرياضية كنظام تربوي يضم المادة الدراسية والأنشطة المصاحبة لها وهذا النظام يعمل على تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة والمقترنة والمتكاملة للطاقات الكامنة في المتعلم سواء كانت حركية أو معرفية ووجدانية، وجاء تعريفه "الجمعية الأمريكية للصحة والتربية والترويج (AAHPER)" عرفتها بأنها "المادة التي يتعلم فيها الأطفال التحرك للتعلم" ويعرفها "المجلس الأعلى للشباب والرياضة" هي أحد الوسائل التي تستخدم النشاط البدني ذلك النشاط الذي يختاره المربون والقادة لممارسة الأطفال والفتيان والشباب وغيرهم وفقاً لما

1- هنية محمود الكاشف، دور التربية الرياضية في تنمية الوعي السياسي، دار الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2004، ص 18-19

2- محمد محمد الشحات- نحو مفهوم جديد لتدريس المواد والأنشطة التربوية الرياضية، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع-القاهرة- 2007-ص-30.

3-أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، المدخل التاريخ الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص36.

يحتاجونه من نمو وظيفي وعضوي ورفاهية، وما يحدث من تأثير اجتماعي كمواطن نافع لنفسه ولمجتمعه".⁽¹⁾

2-5- إسهام التربية في دعم الرياضة:

ينظر المجتمع بشكل تقليدي إلى التربية البدنية على أنها نظام الذي يقدم الخدمات بدنية ورياضية في المجال التربوي وبشكل خاص في المدار، وتتبع علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية من خلال اعتبارها أحد النظم التربوية المهمة التي تعمل على تحقيق الكثير من الأهداف والمرامي التربوية، واليوم ينظر إلى التربية الحديثة على أنها إعداد الفرد الذاتي التوجيهي الذي يعيش وجوداً ذا معنى في هذه الحياة، وفي هذا السياق من

الفكر التربوي تسهم التربية البدنية والرياضية وبخاصة ذلك الجانب منها المعنى بقطاع التعليمي والمدرسي، وإسهامات كبيرة من خلال معطيات سلوكية وحصائل يكتسبها الفرد بديناً ومعرفياً وانفعالياً، وبديهي أن الخوض في هذه العلاقة أكبر بكثير من مجرد شكل عبر هذا المقام، فعلى الرغم من طبيعة العلاقة المنطقية بين التربية البدنية ونظام التربوي إلا أن المعالجة التالية تقتصر على أبعاد هذه العلاقة من المنظور الاجتماعي.⁽²⁾

2-6- علاقة التربية بالتربية البدنية والرياضية:

اكتسب تعبير "التربية البدنية" معنى جديداً بعد إضافة كلمة التربية إليه، فكلمة بدنية تشير إلى البدن، وهي في غالب الأحيان تشير إلى الصفات البدنية المختلفة كالقوة، والسرعة، والنمو البدني، التحمل البدني.... الخ. وعلى ذلك فحينما تضاف كلمة "التربية" إلى "البدن" نحصل على تعبير "التربية البدنية" والمقصود بها حسب تشالز بيوشر " تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنتمي وتصون جسم الإنسان"⁽³⁾، فحينما يجرى الإنسان أو يمشى أو يقفز، أو يمارس الترحلق أو ممارسة أي نوع من النشاط البدني الذي يساعده على تقوية جسمه وسلامته، فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وهذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر حيوية أو بالعكس قد تكون من نوع الهدام ويتوافق ذلك على نوع الخبرة التي تصاحب هذه التربية فقد تكون خبرة ايجابية وسارة، كما تكون عكس ذلك خبرة تعيسة شقية للفرد، وهذا سيؤثر في بناء مجتمع قوى ومتماسك أو يورث أفراد هذا المجتمع انطباعات ضارة هدامة للجميع وهما يأتي

1- محمد محمد الشحات، مرجع سابق، ص36.

2- أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص146.

3- شالز بيوتشر، مرجع سابق، ص11.

دور التربية البدنية على المعاونة في تحقيق الأهداف التربوية كما تتوقف نجاحاتها أو انحرافها عن هذه الأهداف على صلاحية القيادة المسؤولة عن توجيهها.

"والتربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة، وهي ليست حاشية أو زينة تضاف للبرنامج المدرسي كوسيلة لشغل الأطفال"⁽¹⁾ لكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية فعن طريق إعداد البرامج الموجه توجيهها صحيحا والمعد إعدادا علميا يمكن إكساب الأطفال المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم لطريقة مقيدة.

وبهذا ينمون اجتماعيا كما أنهم يشتركون في مختلف الأنشطة البدنية التي طالما تضحى حياتهم بالصحة البدنية والعقلية. إن وظيفة الرئيسية التربية البدنية والرياضية هي مساعدة الطفل للوصول إلى أعلى مستوى ممكن ضمن قدراته الخاصة ، بحيث يستطيع أن يكتشف محيطه على أحسن وجه⁽²⁾.

إن ممارسة التربية تحقق هذه الأغراض "فالتمارين البدنية يعود بالفائدة على الصحة والمهارات الحركية الأساسية تؤدي إلى حياة أبهج لونا وأكثر كفاية كما أنها تقوى الخلق وترقى العادات الإنسانية لأي مجتمع"⁽³⁾، وتدل دراسة التاريخ على أن هناك مجتمعات وحضارات سالفة قد آمنت بأهمية التربية البدنية في إعداد النشء " ففي أثينا القديمة مثلا كان كل فرد يدرس ثلاثة أشياء : التمرينات البدنية وأصول اللغة والموسيقى"⁽⁴⁾.

2-7- أهداف التربية البدنية والرياضية:

ككل العلوم الأخرى تعمل التربية البدنية والرياضية في تحقيق أغراض وأهداف محددة، ويعتقد البعض أن التربية البدنية والرياضية تعمل على تكوين الفرد بدنياً فقط ولكن الاجتهادات العلمية أكدت أنّ التربية البدنية تعمل على تكوين الفرد من جوانب أخرى عديدة سواء كانت اجتماعية أو ثقافية، فجسم الإنسان وحدة متكاملة لا ينفصل جزء عن الآخر، ولعل أهم أهداف التربية البدنية والرياضية:

¹- تناء فؤاد أمين والآخرين، ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية وأثرها على التوافق النفسي، القاهرة ، 1986 ، ص4.

²- سوزان ملر، سيكولوجية اللعب، ترجمة رمزي حليم، القاهرة، 1984، ص12.

³- على يحي المنصوري، الاتجاهات المعاصرة للثقافة الرياضية، القاهرة، 1973، ص65.

⁴- فائز مهنا، التربية الرياضية الحديثة - دار طلاس للدراسات والترجمة، دمشق، 1985، ص 16.

2-7-1-1- الناحية البدنية والاقتصادية:

2-1-7-2- الناحية البدنية:

من أهداف التربية البدنية والرياضية هي تنمية القدرات البدنية عن طريق القدرات الجسمية والأجهزة المختلفة للجسم، والمقصود بالكفاية البدنية هي الفرد الصحيح البدن الذي تحمل أجهزته الحيوية بنشاط وتقوم بوظائفها على أكمل وجه، وهو خال من العيوب القوامية، والمعوقات البدنية التي تعوق نشاطه أو تقسد عليه مظهره العام.⁽¹⁾

2-1-7-2- الناحية الاقتصادية:

إنّ الخبرات في أوجه نشاط التربية البدنية تسهم في العمل على تحسين الصحة الجسمية والعقلية والعلاقات الإنسانية التي تساعد على إتقان العمل والتربية لاختيار المهن، التربية لاختيار المهنة وإمدادهم بمعلومات مهنية، التوعية بكيفية استهلاك السلع والخدمات، تكوين المواطن الصالح بدنياً وعقلياً مما يعمل على زيادة الإنتاج.⁽²⁾

1-7-2- الناحية الاجتماعية والثقافية:

2-1-7-2- الناحية الاجتماعية:

لما كانت الميول الوراثية تتميز بالهمجية والأناية فإنّ إحلال مبادئ اجتماعية والسامية محل الدوافع الأولية يعد نمواً اجتماعياً وهو أيضاً تحول اجتماعي ضروري لخلق المواطن الصالح، ويتيح مختلف الأنشطة الرياضية فرصاً عديدة للتكوين الخلقى والاجتماعي، إذ تنمي في الفرد صفة العمل الصالح واحترام أقرانه والتعاون مع الغير وإتقان الصالحية والتبعية والابتكار والنقطة بالنفس وغيرها من الصفات الخلقية والاجتماعية.⁽³⁾

2-2-7-2- الناحية الثقافية:

إنّ التربية البدنية تعمل على جعل القيم الاجتماعية والثقافية قيماً ويعيش بها الفرد، فتكسبه قيماً خلقية وتثبت في الفرد سلوك التعامل والتسامح وتكسبه روح المسؤولية، كما تساعد الفرد على إنقاص توتره وتهديته كما تساعد على حل مشاكل بفضل التسامح الذي يكسبه الفرد، وتساعد على إثراء ثقافي⁽⁴⁾، والحركة

1 - محمد محمد الشحات، مرجع سابق، ص37.

2 - هنية محمود الكاشف، مرجع سابق، ص21.

3 - محمد محمد الشحات، مرجع سابق، ص 37.

1- عواطف أبو العلاء- التربية السياسية للشباب ودوره في التربية الرياضية، دار النهضة العربية، القاهرة، دس ن، ص37.

الهادفة تنمي التعقل في السلوك وإضفاء المنطقية عليه ومن خلال أنماط الحركة الموسعة بتعلم الطفل حل المشكلات وبتزايد الخبرة الحركية، تنمو القدرة لديه على إصدار أحكام تقويمية ويكتسب أساليب التحليل والتركيب ويتفهم معاني الحركة وغزاها الاجتماعي والثقافي.⁽¹⁾

2-7-3- الناحية الخلقية والنفسية:

2-7-3-1- الناحية الخلقية:

إنّ التربية البدنية والرياضية تساعد على تكوين الفرد عقلياً لما يحتويه النشاط الرياضي من سلوك أخلاقي، فالمنافسة في نظريتها يوفر النشاط التنافسي من سلوك أخلاقي وهذا بالنظر إلى حماسة المنافسة ومما يجري بها من اصطدام وهجوم والخوف من الهزيمة وفي كل هذه المنافسة تهتم بالتهديئة، وذلك بوضع ما لا يجب القيام به في المنافسة وهذا ما يساعد الفرد على العمل الصالح والثقة في النفس والإخاء والصدقة وروح التعاون، والمسؤولية.

2-7-3-2- الناحية النفسية:

يعبر هدف التنمية النفسية عن مختلف القيم والخبرات و الحصائل الانفعالية الطيبة المقبولة والتي يمكن أن تكسبها برامج التربية البدنية والرياضية للمشاركين بها، بحيث يمكن إجمال هذا التأثير في تكوين الشخصية الإنسانية المتزنة والتي تتصف بالشمول والتكامل، كما أنها تتيح مقابلة الكثير من الاحتياجات النفسية للفرد، وفي دراسة أجراها رائد علم النفس والرياضة " أوغليفي و توكو Ogilive & Tutko " على خمسة عشر ألفاً من الرياضيين أوضحت النتائج أن للرياضة تأثيرات نفسية منها اكتساب مستوى رفع الكفايات النفسية المرغوبة مثل الثقة بالنفس، الاتزان الانفعالي، التحكم في النفس، انخفاض التوتر، انخفاض في التعبيرات العدوانية.⁽²⁾

1 - محمد عادل خطاب، التربية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965، ص67.

2 - أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص166.

2-8-أغراض التربية البدنية والرياضة:

بعدما استعرضنا أهداف التربية الرياضية نجد الأساس هو إسعاد الفرد والمجتمع بطرق متعددة ومختلفة، ومن هنا تلتقي التربية الرياضية تربية عن طريق الرياضة وهي تسهم في تحقيق أغراض التربية البدنية العامة.

2-8-1-غرض التنمية البدنية:

تساعد التربية الرياضية إيجابياً في تحسين الأداء البدني والوظيفي للفرد، ويشمل ذلك إحداث التحسين في وظائف الأعضاء المختلفة من خلال الأنشطة الحركية المتقنة مما يؤدي إلى إيجاد مستوى أداء مناسب، ويرى " ويست بيوتشر " أن غرض التنمية البدنية يجب أن تؤدي إلى أن يكون النشاط البدني عملاً يومياً منتظماً وبشكل روتيني لنصل في النهاية إلى صحة أفضل للإنسان، فإذا طبقنا ذلك على الفرد العادي حتى دون الفرد الرياضي كان لذلك أثر إيجابي على أعمال الفرد الروتينية ومهام وظيفته وأوقات فراغه.

2-8-2-غرض التنمية الحركية:

الإنسان كائن متحرك بطبيعة تكوينه البيولوجي، والحركة جزء لا يتجزأ من الوجود الإنساني، لكل مرحلة من مراحل العمر قدرة حركية مناسبة تنمو من الطفولة إلى الشباب إلى الرجولة، ثم تنتهي إلى الشيخوخة التي تتصف بنقص من الحركة عما كان ممكناً في مراحل الشباب، وتساعد التنمية الحركية على الاستمتاع بالأنشطة المختلفة، كما أنها تكسب الثقة بالنفس وتتسم في تحسين وزيادة اللياقة البدنية، كما أنها صارت عنصراً هاماً في زيادة وتحسين مهارات العاملين، كما أنها عنصر أساسي في زيادة فرص الأمان والدفاع عن النفس.⁽¹⁾

2-8-3-غرض الترويح والتنمية المعرفية:

ممارسة النشاط الرياضي يصاحبه إحساس بالتسلية، ومن نتائج الممارسة كترويح إرجاء وقت الفراغ، تحسين اللياقة البدنية والأجهزة الحيوية وإشاعة البهجة وتدعيم الاستقرار الانفعالي. من خلال هذه الممارسة تنمو العلاقات والصدقات بين الممارسين كما أن الحركة في النشاط الرياضي تعتبر أهم المصادر المعرفية خصوصاً في مراحل الطفولة من حيث أنها تنمي القدرة على الملاحظة والابتكار، وتسهم في التعقل السلوكي، ولقد أكد "Piaget" من أنّ السلوك الحركي أساس التنمية العقلية يشير إلى الذكاء النفس حركي .Psychomotor Intelligence

1- مكارم حلمي أبو هراجة و آخرون، مرجع سابق، ص42.

2-8-4- غرض التنمية النفسية والاجتماعية:

تسهم برامج التربية الرياضية في إحداث نمو نفسي في القيم والخبرات والحصائل الانفعالية الحسنة المقبولة مما يؤدي إلى تكوين الشخصية الإنسانية السوية التي تتميز بالاتزان والشمول والتكافؤ وتشبع الاحتياجات النفسية لدى الفرد الممارس لها، وأكد " لوريا Loria " أنّ الشعور يتضمن عناصر حركية، كما تتيح الأنشطة الرياضية مناخاً اجتماعياً ثرياً بالتفاعلات الاجتماعية وتكسب الممارس قيماً وخبرات وحصائل اجتماعية إيجابية والتي منها التطبيع والتنشئة الاجتماعية والتكيف مع المجتمع.⁽¹⁾

2-9- أهمية التربية البدنية والرياضية:

لعلّ من أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي وذكر سقراط Sacrates مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي.

كما ذكر المؤلف شيللر Schillaer في رسالته " جمالية التربية " أن الإنسان يكون إنساناً فقط عندما يلعب، ويعتقد المفكر ريد read أن التربية البدنية تمدنا بالتهذيب للإرادة ويقول " إنه ليأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا بل على النقيض فإنه هو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه " ويذكر المربي الألماني جوتس مونس Guts mutls أن الناس تلعب من أجل أن يتعافوا وينشطوا أنفسهم، وقد رأى بيار دوكوبر تان Pierre de coubertin أن التربية البدنية قد أهملت كلية وبذلك فهو لم يؤكد أن التربية أحد المكونات الأساسية للتعليم الشامل فحسب، وإنما أيضاً أكد ضرورة إعطاء منافسات الرياضية وضعاً خاصاً في الحياة المدرسية.⁽²⁾ Vous avez étudié à l'Université de

1- نفس المرجع: ص21.

2- أيمن أنور الخولي، مرجع سابق، ص41-42 .

2-10-10- الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية:

2-10-1-1- الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية:

2-10-1-1-1- الأسس البيولوجية والنفسية:

تهتم التربية البدنية والرياضية بجسم الإنسان بالدرجة الأولى، هذا الجسم الذي يتميز بميكانيكية معقدة جداً لهذا كان من الضروري أن يكون مدرس التربية البدنية والرياضية على دراية كاملة حول هذا الجسم من حيث تركيبه ووظائفه وأعضائه وميكانيزم حركته، وهذا لا يعني أن يكون هذا المربي أخصائي أو طبيب وإنما أن يكون لديه قاعدة راسخة من العلوم الإنسانية في الجانب البيولوجي، لهذا فإن منهج التربية البدنية والرياضية يحتوي على مواد بيولوجية، كما أنه يعتبر أن اللعب ميدان من الميادين

إن جسم الإنسان ذو ميكانيكية معقدة جداً، ولا بد أن يكون تركيبه مألوفاً لكل مرب بدقة، ولذلك يدرس طالب التربية البدنية والرياضية جسم الإنسان بالتفصيل خلال فترة إعداده ليكون قادراً على إعطاء تفسير شاق لطبيعة عمل العضلات أثناء كل تمرين وكذلك ما يتصل بها منه أجهزة تمد جسم الإنسان بالوقود مثل الجهاز الدوري، الجهاز التنفسي والجهاز العظمي وبهذا يكون الطالب قادراً ليس فقط على شرح الهدف وتركيب التخزين ولكنه أيضاً قادراً على إعطاء تقاسير لماذا أدت هذه الحركة فهذا الاتجاه؟ ولماذا هذا العدد من التكرار لذلك فإن منهج التربية البدنية باحتوائه على المواد البيولوجية (علم التشريح، علم وظائف الأعضاء، بيولوجيا الرياضة، علم البيوميكانيك) بالإضافة إلى مواد أخرى مثل التدليك الرياضي، إصابات الملاعب، علم الصحة الرياضية، هذه الطائفة الهائلة من العلوم البيولوجية تعطي الطالب خلفية علمية قوية لتعامل مع الإنسان الرياضي.

ومن هنا جاءت قاعدة فهم كل طالب أو مرب بدني للأسس البيولوجية لتربية البدنية والرياضة حتى يتسنى له إعطاء كل تفسير لأي حالة أثناء حدوثها حيث انه يتعامل مع جسم إنسان وقد تتعرض هذه الأجسام للأذى إن لم يكن المسؤول أو المربي ملماً بالمأما وافياً بتأثيرات النشاط البدني على الجسم البشري.⁽¹⁾ وليس أن يكونا ملماً كطبيب وإنما يجب أن تكون لديه قاعدة راسخة من العلوم الأساسية في الناحية البيولوجية، وعند فشل المربي عن إعطاء تفسيرات وافية أو صحيحة للمعنى فينظر إليه بعدم المبالاة وأحياناً باستهزاء.

¹ - محمد حسن علاوي، علم نفس الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1985، ص120.

لما كانت التربية البدنية والرياضية تحضي بمنزلة مرموقة في أوساط الشعوب في العصر الحديث فإن هذا لا يوفر فقط على الإعداد البدني والنمو الجسمي المتزن فقط وإنما يمتد إلى الصفات الخلقية والإدارية، إن أنواع الرياضات عديدة ومتنوعة ولكن تتطلب الاشتراك والمواظبة في التدريب والانتظام قبل الدخول في المنافسة وهذا التدريب يبني على قواعد وطرق علمية متينة ولن ينجح هذا إلا بدراسة طبيعة النشاط الرياضي من ناحية ودراسة وتشخيص الشخصية الرياضية كموضوع لهذا النشاط من ناحية أخرى أن تحليل ودراسة نفسية يعطى تحليلاً لنشاط بدني رياضي ويساعد في بناء طرق الإعداد السليمة لكافة الأنشطة.⁽¹⁾ وعليه لا بد على كل مرب أو مدرس أن يعلم مختلف النشاطات الرياضية التي تتضمنها مهياً وذلك وفق المبادئ السيكولوجية المتعارف عليها وإذ الم المتعلم بأحسن الطرق تعليم المهارات في مجال التربية البدنية والرياضية.

التي يعنى بها برنامج التربية البدنية والرياضية، حيث يرى المحللين النفسانيين أن اللعب الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم بها الطفل للتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها وأن يكشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة و مشكلة عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى.⁽²⁾

2-10-1-2- الأساس الاجتماعية:

إنّ الأساس الاجتماعي الذي تركز عليه التربية البدنية والرياضية فله دور هام في تحسين الديمقراطية، فقط عملت التربية البدنية والرياضية على تكريس العلاقات الإنسانية السلمية ومحاولة هزم منافس بطرق سلمية اجتماعية مقبولة، بصفة عامة تحسين الأوضاع الاجتماعية بعدما كانت تتسم في العصر البدائي بالعنف والضرب والقساوة، والقيام بأعمال لا تليق بالمجتمع الإنساني، لهذا كان من الضروري أن تقوم على أسس علمية وتربوية لتضمن تقنية علمية لكي يجعل شبابنا على المستوى المطلوب من التكامل والصحة الجسمية والنفسية التي تساعده على التغلب على احتياجاته واحتياجات عصره.⁽³⁾

علم الاجتماع هو علم الذي يهتم بدراسة الناس وجماعتهم وأنشطتهم وهويتهم بصفة خاصة بأصل المجتمع ونشأته وما به من نظم، مثل الدين والأسرة والحكومة والتعليم والترويج لذلك يهتم علم الاجتماع بتتمية حياة الاجتماعية أفضل بحيث تتميز بالخير والسعادة والتسامح والمساواة.

1- محمد حسن علاوي- علم نفس الرياضي- ط7- دار المعارف- القاهرة- 1985- ص-120.

2- نفس المرجع : ص-120.

3- محمد عوض بسولي- فيصل ياسين الشاطي-نظريات وطرق التربية البدنية- ديوان المطبوعات الجامعية- 1992- ص-32.

ومادام أن التربية البدنية والرياضية تتخلل حياتنا اليومية فإنها تستطيع أن تلعب دوراً هاماً في تحسين أسلوب الحياة بطريقة ديمقراطية وهي مادة علمية وظيفته تساعد الفرد في الإعداد للحياة بحيث تكون قوية وصحية والتربية البدنية والرياضية تساعد في التكيف مع الجماعة فما اللعب إلى احد مظاهر التآلف الاجتماعي وعن طريق اللعب تزداد المحبة والأخوة والصداقة بين الناس .

إن طبيعة الإنسان القديم المتميز بالعنف والقوة والضرب والإثارة بينما عن طريق التربية البدنية والرياضية تستطيع تعليم العلاقات الإنسانية المتفتحة لأي لاعب أو عداء يعمل قصارى جهده لهزيمة غيره ولكن كل ذلك في إطار الصفات النبيلة وعلاقات اجتماعية مقبولة. والتربية البدنية بمختلف نشاطاتها ترمي إلى توطيد العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة وتعمل على إنشاء مبادئ اقتسام الحب والألفة والاهتمام بآراء الآخرين وشعور الإنسان بطمأنينة داخل المجتمع الذي يعيش فيه .

ومما سبق يتضح فعلاً إن التربية البدنية والرياضية تؤدي وظيفتها قائمة على أسس علمية وقادرة على إعطاء تفسيرات واضحة لماهيتها وأهميتها ودورها داخل المنظومة التربوية.⁽¹⁾

2-11- الوظيفة الاجتماعية للرياضة:

يصعب تحديد الوظيفة الاجتماعية للرياضة إلا من خلال إطار يربط بين الرياضة وبين القوى الاجتماعية/الثقافية لمجتمع بذاته وذلك على اعتبار أن الرياضة هي أحد هذه القوى، وفي هذا الصدد يشير "إدواردز" إلى أن الرياضة لا تنتج سلعاً مادية قياسية، بل الرياضة تتعامل مع النوع الإنساني بكل ما يتصف به من عوامل التنوع والاختلاف والفروق، لهذا علينا أن نتوقع نتائج متباينة ومطاطة خلال عملنا في مجال الرياضة، ويضيف "إدواردز" أن الإجابة عن هذا التساؤل يعتمد على متضمنات ما أطلق عليه العقيدة الرياضية Sport Creed وعلى العلاقة بين تضمينات العقيدة الرياضية وبين

المكونات الأخرى للتراث الثقافي للمجتمع، ويعقب "لوي كايون" بأنه بالبحث والنقض كان لا بد أن شيئاً ما إضافياً إلى الطبيعة الجوهرية للرياضة، وإليه ينسب الولع الشديد بها ومن خلاله فقط يمكن فهم وتفسير الوظائف التي تقوم بها الرياضة في المجتمع.⁽²⁾

¹- نفس المرجع، ص32.

²- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص57.

2-12- التربية البدنية كمهنة:

المهنة هي ما يقوم به الإنسان من عمل نظير عائد مالي يسير به أمور حياته، ويستجيب لضرورياتها، ومهنة التربية الرياضية مرت بتطورات كثيرة على مر العصور ولم تبدأ في أول الأمر كمهنة بقصد كسب الرزق⁽¹⁾، وذكر "ويست، يوتشر Wuest & Bûcher" 1990 أنّ مجال التربية البدنية والرياضية قد توسع بشكل هائل خلال العقد المنصرمين ولم يتم التقدم النمو في المهنة في اتجاه زيادة المعارف الهائلة فقط، إنما اتخذ أشكالاً توسعية في البرامج وفي نوعية الأفراد المستفيدين منها⁽²⁾، لذا فإنه يمكن القول بأن التربية الرياضية كمهنة يجب أن يفخر بها كسائر المهن، فهي مهنة التدريس المتميزة التي لا تقتصر على الناحية التعليمية فقط بل تتعداها إلى النواحي التربوية أيضاً فهي مادة الخبرة والتفاعل والممارسة والمواقف والمجالات⁽³⁾، ويوضح "لومبكين Lumpkin" أن المهنة تتصف بعدد من الركائز التي تتأسس عليها، فالمهنة تتطلب فترة ممتدة متصلة من الأعداد والتدريب، كما تتطلب قدراً مناسباً من الكفايات العقلية والمعرفية فضلاً عن المهارات، وأيضاً تتطلب المهنة توفير فرص الاتصال بين الأعضاء الممارسين لها، وقد يتاح للمهني فرص النمو الدراسي الرأسي كالدراسات العليا، أو النمو الأفقي من خلال المقررات ودورات التدريب أثناء الخدمة⁽⁴⁾، إذن فالتربية البدنية مهنة مميزات ومقومات تجعل منها مادة تسيير وتواكب تطور العصر وأصبحت كتاب مفتوح لهذه المهنة تنهل منه وتطلق أساليبه وتقنياته في أبحاثها وتقدمها، فظهرت الأبحاث العديدة التي ترتقي بالمهنة وتقدم بها التربية البدنية والرياضية كبرامج:

وهو المنظور الأقدم والذي ارتبط بالتربية البدنية ومنذ القدم ومازال والذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ الاشتراك في أنشطة بدنية أو حركية منتقاة بعناية وبتتابع منطقي وذلك حسب المراحل العمرية وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية الإنسانية وعبر أنشطة مختلفة كالجمباز والألعاب والسباحة والعباب القوى... الخ.

1- مكارم حلمي أبو هراجة وآخرون، مرجع سابق، ص141.

2- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية المهنة والإعداد المهني والنظام الأكاديمي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002، ص29.

3- مكارم حلمي وآخرون- مدخل التربية الرياضية- المرجع السابق- ص- 142.

4- أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص30.

2-13- مدرس التربية البدنية والرياضية:

يعتبر الاهتمام بمدرس التربية البدنية والرياضية وتطويره وإمداده بالبرامج المناسبة وأساليب التدريس الجيد ذو أهمية في العملية التعليمية، ولما كانت فلسفة التعليم والنظام تتبثق أساساً من فلسفة المجتمع وظروفه وإمكانياته وثقافته فإن فلسفة إعداد المعلم يجب أن تكون تعبيراً لذلك، فإعداد المعلم الذي يتحمل مسؤولية تربية أجيال يعتبر ذا أهمية بالغة لأن تربيته وتوجيه وإمداد هؤلاء التلاميذ بالمعلومات القيمة تساهم في رفع مستواهم وإعدادهم إعداداً سليماً ليكونوا مواطنين صالحين يحتاجون إلى إعداد جيد لمدرس المسئول عن تلك العملية التعليمية الهامة، وقد أكد العديد من العلماء على أنّ مدرس التربية الرياضية ينفرد بقدرته على إشباع العديد من حاجات التلميذ وميوله.⁽¹⁾

ويشير " بونبور Bonboir" إلى أنّ مكونات المهنة التربوية من خلال وحدتها وعلاقتها المترابطة وتعطي لنشاط الأستاذ محددًا وتطبع عمله بأسلوب المرابي، لذا فالاختيار المهني لدور وظيفي متخصص يتطلب وجود ارتباط بين طبيعة هذا الدور ومتطلباته من قدرات وكفاءات تخصصية مناسبة، وبذلك يتضح دور أستاذ التربية

الرياضية والتي تتطلب تحقيق البرامج لأهدافها التعليمية والتربوية والتي تتطلب أستاذ على مستوى عالٍ من الكفاءة ومن المهارة الفنية والفكرية والإنسانية.⁽²⁾

2-14- شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية:

لا يوجد شخصان يتشابهان تماماً في طريقة تصرفهما وشعورهما وتفكيرهما حتى التوأمان المتماثلان اللذان يكون التشابه الجسدي بينهما كبير إلى حد بعيد فإنهما يختلفان الواحد عن الآخر في القابليات والاهتمامات وطرق التكيف، ومع ذلك فإن ثمة قدراً كافياً من التشابه بين الأفراد يسمح لنا بالقوة بأنهم متشابهون سيكولوجياً ببعض الأمور الخاصة وأوجه الاختلاف بين الأفراد البشريين، وذلك بأن الدراسة الكاملة لشخصية بشرية عمل يتطلب العمر بطوله، ولذلك فإنه لواضح أنه حين نتحدث عن شخصية الفرد من الأفراد يعني كل شيء عنه⁽³⁾، وهناك جملة من العوامل المؤثرة في الشخصية كالخبرة البيئية داخل نطاق البيئة المحيطة به وآثارها الرئيسية على نمو خصائص شخصيته وكذا تأثير النمط الوراثي الذي يتكون منذ اللحظة التي يتم فيها الإخصاب، يؤثر في شخصية الفرد التي سوف تنمو فيما بعد، وفي الحالات نجد

1- مكارم حلمي أبو هراجة و آخرون، مدخل التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002، ص 113.

2- محمد الحمامي و أمين أنور الخولي- أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص 196-197.

3- فاخر عاقل، علم النفس دراسة التكيف البشري، دار العلم للملايين، بيروت، ط 10، 1987، ص 695.

اللياقة الشاملة وهي مقدار الاستعداد الوظيفي لتكيف الأعضاء مع البيئة والتفاعل مع مؤشراتنا خلال وجود دوافع مستمرة.

2-14-1-صفات الأستاذ الناجح:

إن عمل مدرس التربية البدنية والرياضية يختلف من حالة إلى أخرى وأن النجاح في التدريس يجب أن يقاس بالنسبة إلى التأثير الكلي على أفراد المراد تعليمهم فإذا كان مدرس التربية البدنية والرياضية يرغب في أن يحتل نفس مكانة بقية المدرسين فيجب عليه أن يتصف بنفس الصفات الموجودة لديهم، وهناك صفات يجب أن يتصف بها مدرس التربية الرياضية هي:

2-1-14-2-صفات شخصية:

يجب أن يكون لدى مدرس التربية الرياضية صفات شخصية تساعده على القيام بمهامه على أكمل وجه وهذه الصفات هي:

إتباع التعليمات، الاتزان الانفعالي، الأداء واللياقة في التصرفات، الذكاء الاجتماعي، تعدد الخبرات، المظهر السليم، القدرة على الابتكار والإبداع، القدرة على التحكم الموضوعي، تقبل النقد، القدرة على الاندماج في الجماعة، المظهر العام المميز، الأدب الخلقى الصادق السليم، الالتزام بمراعاة الأسس النفسية في التعليم، يدير الفصل بطريقة فعالة.

2-1-14-2-صفات مهنية:

من الصفات المهنية التي تساعد المدرس لقيم مهامه هي: الإعداد الجيد للدرس، اختيار الألفاظ المناسبة للموقف الذي يتعرض له، القدرة على ربط أجزاء المنهاج ببعضها البعض، القدرة على قيام بتقويم التلاميذ بطريقة علمية سليمة، القدرة على اكتشاف المواهب الرياضية، القدرة على توجيه التلاميذ التوجيه السليم، تشجيع التلاميذ على الإبداع بأرائهم بشجاعة، تقبل الثقة والبناء، فهم البيئة المحلية ومشاكلها، القدرة على توصيل المعلومات للتلاميذ، القدرة على حل المشكلات، تقسيم طبيعة الميول والاستعدادات الخاصة.⁽¹⁾

1- مكارم حلمي أبو هراجة وآخرون، المرجع السابق، ص 117-118.

2-14-2- خصائص نجاح الأستاذ في عمله:

إن نجاح الأستاذ في التربية البدنية والرياضية في عمله إلى مجموعة من الخصائص حيث استهدفت دراسة " بوج pogue " 1967 التعرف على آراء الطلبة فيما يتعلق بالخصائص المميزة للأستاذ المثالي، ولقد اعتمدت الدراسة على نتائج استفتاء أجاب عنها 307 طالباً وطالبة من الفرقتين الأولى والثانية بكلية فلاندر سميث "Philander "Smith collège وتبين من نتائج الدراسة أن تمكن الأستاذ من معلوماته، ودقته في تقويم تلاميذه، ووضوح شرحه من أكثر الخصائص أهمية في تميز الأستاذ المثالي، وكشفت النتائج أيضاً العناية بالطلبة وتشجيعهم على التفكير الناقد، ووضوح مخارج ألفاظه من أقل الخصائص أهمية في تميز الأستاذ المثالي.⁽¹⁾

كما استهدفت دراسة " جازيلا gadzalla1968 " معرفة أكثر الخصائص المميزة للأستاذ المثالي أهمية وأقلها أهمية من وجهة نظر الطلبة في كلية بغرب واشنطن (WWSC) في الو.م.أ خلصت أو كشفت نتائج الدراسة عن تمكن الأستاذ من مادته العلمية، وإعداده لمحاضراته وقدرته على عرض المادة بطريقة مشوقة، ومعرفته بخصائص اللغة من أهم الخصائص تمييزاً من جهة نظرهم.⁽²⁾

2-15-2- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية:

2-15-2-1- دوره في تدعيم العلاقات الإنسانية:

يعدّ المعلم من أهم العوامل المؤثرة في المواقف التعليمية، فهو يساعد التلاميذ على التمتع بعلاقات إنسانية سليمة تسودها المودة والتعاون والتقبل الجماعي، وهو يقوم بدور الأبوين في تكوين الذات العليا أو الضمير للصغار، وهو يعدّ قدوة لتلاميذه، وبإمكانه أن يخلق الحساسية الاجتماعية بينهم، كما في إمكانه أن يخلق بينهم جواً من التوتر والانفرادية وعدم التعاون، والمعلم بحكم وظيفته يعدّ مصدراً للمعرفة فهو موجه ومرشد ومورد العلم والمعرفة، وقد أكسبه ذلك قوة في التأثير على الصغار، والحق أن الصغار لهم القدرة على نقده ونقد تصرفاته، فهم يقبلون عليه ويلتفون حوله ويتخذونه مثلاً أعلى إذا كان ذات صفات معينة، وينصرون إذا كان ذات صفات أخرى.⁽³⁾

1- عبد المجيد عبد التواب شيخة، في أصول الفلسفية والاجتماعية للتربية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، 2005، ص188.

2- نفس المرجع، ص188.

3- حسن عبد الحميد رشوان، العلاقات الإنسانية في مجال علم النفس، علم الاجتماع، علم الإدارة، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، 1997، ص163.

2-15-2- يمكن تلخيص دور معلم التربية الرياضية اتجاه التلاميذ وفق ما يلي:

القدرة على فهم خصائص نمو التلميذ في جميع الجوانب الدينية والنفسية والاجتماعية واختيار الأنشطة المناسبة لذلك، اكتشاف ما لدى التلاميذ من مواهب رياضية وتشجيعهم على تنمية هذه المواهب تنفيذ منهج التربية الرياضية، التعاون مع إدارة المدرسة وأعضاء هيئة التدريس في حل مشاكل الطلبة، الإشراف على النشاط الرياضي وتوجيه كل تلاميذ لما يرغبه.

2-15-3- كمصدر للمعرفة:

وقد أكد العديد من العلماء على أنّ مدرس التربية الرياضية ينفرد بقدرته على إشباع العديد من حاجات التلاميذ وميوله، ويعتبر الأستاذ مصدراً للمعرفة، لأن انبثاق فلسفة إعداد معلم التربية الرياضية من فلسفة الدولة، لأنه مسؤول ومسئولية كاملة عن إعداد المواطن الصالح إعداداً شاملاً منزناً، فإن فهم فلسفة التعليم وأهدافه وكيفية تطبيقه في العملية التعليمية وبالتالي القدرة على تحقيق أهداف التعليم من خلال تدريس مادة التربية الرياضية، وأن يكون لديه القدرة على التقويم السليم لنمو التلاميذ وتقديمهم تقدماً سليماً.⁽¹⁾

2-16- متطلبات مهنة التدريس:

2-16-1- الإعداد الأكاديمي والثقافي:

2-16-1-1- الإعداد الأكاديمي:

إنّ الإعداد الأكاديمي التخصصي يهدف إلى تزويد طلاب كليات التربية الرياضية بالمواد الدراسية التي تعمق فهمه للمادة التعليمية التي يتخصص فيها ومساعدته على السيطرة والتمكن من مهاراته والقدرة على توظيفها في المواقف التعليمية لمجموعة الأنشطة التي سيقوم بتدريسها للتلاميذ في مراحل التعليم المختلفة، وهي عبارة عن أنشطة جماعية، بالإضافة إلى مجموعة مقررات ترتبط بالعلوم الأساسية والهدف العام من الإعداد الأكاديمي هو أن يتقن المدرس أساسيات ومنهج وحقائق المادة الدراسية.⁽²⁾

1 - مكارم حلمي أبو هراجة وآخرون، مرجع سابق، ص113.

2- زكية إبراهيم كامل وآخرون، طرق التدريس في التربية الرياضية، أساسيات في تدريس التربية الرياضية، ط1، ج1، دار الوفاء للنشر والتوزيع، القاهرة، 2007، ص16.

2-1-16-2- الإعداد الثقافي:

الإعداد الثقافي يعتبر شرطاً أساسياً في ممارسة مهنة التدريس ، فالمدرس المعد إعداداً ثقافياً شاملاً منزناً يعتبر ذا كفاءة عالية لأن هذا الإعداد ضروري لكل معلم، وذلك لأنه مربي مسئول عن أجيال فكلما زادت معلوماته وثقافته كان أقدر على اكتساب ثقة تلاميذه وركاناً هاماً من أركان وظيفته، وإذا نظرنا على هذا الإعداد الثقافي نجد أنه يجب

على المدرس أن يلم إماماً جيداً باللغة القومية لأنها أدواته ووسيلته في تفهم كل الأمور⁽¹⁾ ، وفي الحقيقة يصبح دور المعلم اليوم في نقل المعارف والمعلومات إلى أذهان المتعلمين بل أصبح واجباً على المعلم أن يقوم بدور رئيسي للثقافة العامة والعلمية.⁽²⁾

2-16-2- الإعداد الشخصي:

الشخصية هي أولى المؤثرات العلمية في مدى نجاح معلم التربية ويتوقف نجاح الدرس على شخصية المعلم وكفاءته وبالرغم من الخصائص المرغوبة في شخصية المعلم إلا أن هناك خصائص عامة يجب أن يتصف بها المعلم، منها القدرة على التحكم في انفعالاته عند التعامل مع الآخرين والمظهر العام المميز، الصحة واللياقة البدنية ، من خلال بعض المقررات الدراسية التربوية التي يدرسها الطالب المعلم حيث يتعرف منها السمات والخصائص اللازمة للمعلم الناجح.

1-2-16-1- الإعداد المهني:

الإعداد المهني هو كل العمليات التربوية التي يتعرض لها الطالب في مراحل إعداد هو يهدف إلى توعيته بالأهداف التربوية التي ينبغي أن يحققها عندما يصبح معلماً، كما تزوده بالمعلومات والمهارات والاتجاهات التي تمكنه من القيام بمهنة التدريس⁽³⁾، وإن الإعداد المهني العام يجب أن يعطي فكرة عامة واضحة عن ميدان التربية ودورها المجتمعي، والإدارة المدرسية ومعلومات عن نمو الأطفال وتطورهم السلوكي، التقويم، والقياس، والتربية العلمية فترة كافية، الإدارة الرياضية، بيولوجيا الرياضة "التشريح ووظائف الأعضاء، الإصابات والإسعافات"، فإذا كان هناك التدريب الميداني الجيد والتقويم العلمي السليم بمراعاة

1- مكارم حلمي أبو هراجة وآخرون، مرجع سابق، ص119.

2- زكية إبراهيم كامل وآخرون، مرجع سابق، ص17.

3- أيمن أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية: المهنة، الإعداد المهني، النظام الأكاديمي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002، ص111.

النواحي النفسية والتربوية ساعد ذلك كله على خلق صلة وثيقة بين الدراسات النظرية وكيفية تطبيقها التطبيق السليم الجيد علمياً، لأن التلاميذ يستطيعون من خلال تدريس المدرس لهم الوصول إلى مستوى مميز. (1)

2-17- الكفايات المهنية لمدرس التربية البدنية والرياضية:

2-17-1- الكفايات التدريسية والعلمية:

من بين الكفايات التدريسية أن يكون مدرس التربية البدنية والرياضية قادر على الإعداد والتخطيط وأن يستطيع تحديد أهداف الدرس بوضوح وأن يستطيع تنوع وصياغة أهداف الدرس " معرفية، انفعالية، مهارية"، وأن يكون قادر على عرض المهارة الحركية بطريقة علمية سليمة، وأن يكون قادر على مراعاة حاجات التلاميذ وأن يشجع التلاميذ

على الإبداع والابتكار، ومن بين الكفايات العلمية نجد أنه لا بد أن يكون حاصل على مؤهل تربوي كما عليه أن تكون له القدرة على استيعاب الفلسفة التربوية للمجتمع.

2-17-2- الكفايات الشخصية والأخلاقية:

من بين الكفايات الشخصية أن يتسم مدرس التربية البدنية والرياضية بالمرح وحسن المظهر كما أن يتحلى بالذكاء والصبر والحزم وأن يحترم القرارات الخاصة بالعمل وأن يعتني بمظهره وأن يمتاز بصفة القيادة، وأن يتحلى بالروح الرياضية وأن يتميز بضبط النفس وحسن التصرف، ومن بين الكفايات الأخلاقية أن يحترم مهنة التدريس واحترام العاملين بها، وأن يعمل بروح التربية الحديثة في التعاون ورسوخ الجانب العقائدي وأن يحترم شعور الآخرين. (2)

2-18- تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن انتهاج سياسة جديدة وجريئة في ميدان الرياضية حتى تتوفر للشبيبة الجزائرية كل الإمكانيات التي تساعد في ازدهار الطاقات البدنية والمعنوية، ولذلك سوف تبذل الدولة جهد خاص لتكوين مربّي وأساتذة التربية البدنية والرياضية حتى يتم تزويد كل أصناف النشاطات الرياضية بالتأطير الذي تحتاجه (3)، ويكون تعليم التربية البدنية والرياضية إجباري في كل أطوار التربية ويدرج تدريسها كمادة إلزامية. (4)

أما تكوين الإطارات فيشمل أربع مراحل وهي:

1- مكارم حلمي أبو هراجة وآخرون، مرجع سابق، ص 120

2- زكية إبراهيم كامل وآخرون، مرجع سابق، ص 20-21.

3- حزب جبهة التحرير الوطني، ميثاق الجزائر، 1976، ص 275.

4- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية- الأمر رقم 04- مؤرخ في 14 أوت 2004- يتعلق بالتربية البدنية والرياضية، الجريدة الرسمية، الصادر بتاريخ 18 أوت 2004، العدد 52، ص 14.

❖ المرحلة الأولى: تكوين متعدد الجوانب بعيد المدى لأساتذة التربية البدنية والرياضية (PSE) " Professeur D'enseignement Physique Sportif " "أساتذة مساعدين (P.A) " " Professeur D'enseignement Fondamental " (PEF) "أساتذة التعليم الأساسي" Adjoint .
❖ المرحلة الثانية: تكوين متخصص بعيد المدى " cycle longue " في فرع معين مستشارين وتقنيين سامين .

❖ المرحلة الثالثة: تكوين متخصص قريب المدى " cycle court " منشطين .

المرحلة الرابعة: تكوين إطارات رياضية: أعوان الطب الرياضي، التسيير الصيانة والإعلام.⁽¹⁾

2-19- تأثير الجانب النفسي على أستاذ التربية البدنية والرياضية:

الأستاذ بصفة إنسان له شخصية فهو يؤثر ويتأثر، ومن بين المؤثرات التي تكون عادة عند مجمل الأساتذة هي اضطرابات نفسية.

2-19-1- الاضطرابات النفسية:

إنّ المخاوف والصراعات والهموم المصاحبة لمهنة التدريس تتجم عن إحباط الفعلي أو المتوقع للجهود المبذولة من أجل إرضاء الحاجات وما يتصل بها من دوافع وحوافز ، فظاهرة القلق التي من الصعب أن يتحكم على ما يترتب على القلق والهم من آثار سيئة غير أنه من السلم به أن النقص في الإنتاج من جراء ذلك أمر ملحوظ، فالمدرس المهموم يكون فاقداً الكفاية ولا يمكن الركون فيه، وعلى العموم لا يمكن أن يزول الهم أو القلق تماماً، ولكن الإشراف الفني القويم يحدد كثيراً منهما، ولعلّ الخطورة الأولى في أخذ بيد المدرس يجب أن تبدأ قبل أن يبدأ القلق فعلاً، ويقصد بهذه الخطورة لإقامة علاقات مودة بين المدرس والمشرف الفني اليقظ يكشف عادة تغيراً ملحوظاً في سلوك مدرسية الذين يعترتهم القلق فمثلاً المدرس الذي يتميز بالحيوية يبدو ضيق الصدر

عنيف اللفظ أو دائم التفكير، هذه الأعراض أو نحوها والتي يتبينها المشرف اليقظ تدله على أن الأمور ليست على ما يرام، فتكون خطواته التالية هي معرفة طبيعة الأداء وقد يتم ذلك بالاستفسار الودي لتقديم المعونة.⁽²⁾

³-الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، الأمر رقم 89-03- يتعلق بالتنظيم وتنمية الجهاز الوطني، 14 / 02 / 1989.
¹- حسن منصور و محمد مصطفى زيدان- سيكولوجية الإدارة المدرسية والإشراف الفني والتربوي- دن- دم ن - دت- ص-60.

2-20-العلاقات المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

2-20-1-علاقة الأستاذ بالتلميذ:

إنّ اكتساب حب التلميذ والتعاطف معهم مفتاح كل المشكلات، فحرص المدرس على مصلحة تلاميذه وعطفه عليهم يعني اهتمامه بالتحضير لدروسه وحرصه على وقتهم وعلى مدى فهمهم وعدم استخدام العنف معهم وعلى التسامح معهم والترتيب على تساؤلاتهم الكثيرة والغريبة أحياناً، ومن المهم أن يعرف الأستاذ تلامذته عن قرب ومن الأفضل أن يعرف أسمائهم فإن العلاقة المباشرة من أهم دواعي نجاح الأستاذ، وينبغي أن لا تتقطع صلة العلاقة المباشرة بتلامذته خارج الفصل فاشترائه في نشاطاتهم هو يفرحهم ويملؤهم بالفخر كما أن ذلك يساعده في معرفتهم معرفة شخصية وإدراك مشكلاتهم، ومن المهم أن لا يصد الأستاذ تلامذته عن الاستفسار، أن يحترم آرائهم ويساعده في نمو شخصيتهم، فاحترام شخصية التلميذ يساعد كثيراً في نجاح أهداف التربية ويجعل العلاقة بين المعلم وتلامذته وطيدة لا تفصلها الأيام.⁽¹⁾

2-20-2-علاقة المدرس بالزملاء:

كان الكثير من المدرسين في الماضي يفترضون أن تحسين عملهم يقتصر على فاعليتهم داخل غرف الصف، ومع أن عمل الصف يتميز بعملية فريدة فإنه من المعترف به الآن ثمة مجالات خارج غرفة الصف ذات أهمية قصوى في النمو المهني للمدرس ومن هذه المجالات علاقات العمل بين المدرسين والإيضاح ما قصدناه فإننا نتقارب بين مواقف المدرس فهناك تربطهم روح ويتبادلون الكتب والمجالات والمعالم ودوائر المعارف وفيه يتبادلون ويتناقشون سوياً مشكلات تلامذتهم عن طريق الاقتراح وأنجع الحلول، ونجد هذه العلاقة بين المدرس والتلاميذ والمدرس والإدارة وغيرها.⁽²⁾

2-20-3-علاقة المدرس بالمفتش:

لقد تطور مفهوم التفتيش أو التوجيه الفني والتربوي تطوراً كبيراً في السنوات الأخيرة، بل إنّ تسميته الحالية بالتوجيه بدلاً من التفتيش لدليل واضح يعكس هذا التطور الكبير في المفهوم، فقديمًا كان التفتيش بالمدارس اليوم على أساس استخدام السلطة وتحييد الأخطاء وتوجيه النقد وانعدام التوجيه والإرشاد من جانب المفتش، ومن هنا كان ينظر إليهم من طرف المدرسين نظرة ملؤها الخوف والرغبة وهكذا أصبحت العلاقة بين المدرس والمفتش علاقة معتلة تقوم على أساس صحي سليم من العلاقات الإنسانية

²- إبراهيم عهه واصف و عزيز واصف- التربية العلمية وأسس الطرق التدريسية- دم ن- دن- 1991- ص-91.
³- فاخا عاقل - علم النفس التربوي- ط9 - دار العلم للملايين- بيروت- 1982 - ص- 528 .

الصحيحة، ويقوم المفهوم الحديث للتفتيش على أساس أنه مفهوم حي ديناميكي متطور ومن مميزاته: يقوم التوجيه الحديث على أساس المشاركة والتعاون بين المدرس والمفتش وهكذا يتطلب أن تقوم العلاقة بينهما على أساس ديمقراطي سليم وأن تكون الصلة بينهما على أساس قوي من العلاقات الإنسانية الصحيحة، ويعتبر برنامجاً متكاملاً مخططاً لتحسين العملية التربوية، فالمفتش يستخدم أساليب متنوعة مثل الزيارات والندوات والاجتماعات والمناقشات وتبادل المعلومات والخبرات وما شابه ذلك.⁽¹⁾

2-20-4- علاقة الإدارة بالأستاذ:

الإدارة في المصطلح الحديث عبارة عن العملية الخاصة بتنفيذ غرض معين والإشراف على تحقيقه، وتعرف الإدارة أيضاً من الناحية الإنسانية بأنها الناتج المشترك لأنواع ودرجات مختلفة من المجهود الإنساني الذي يبذل في هذه العملية، كما أنّ اتحاد هؤلاء الأفراد الذين يبذلون سوية لهذا المجهود في أي مشروع من المشروعات يعرف بإدارة المشروع ويعرفها "أورد واي تيد O Tido" توجيه الناس المشتركين معاً في عمل للوصول إلى هدف مشترك.⁽²⁾

وللعلمية الإدارية سواء كانت لمرفق عام أو لمؤسسة خاصة أو للتعليم وظائف محددة أهمها ما يأتي:

- التخطيط **Planning** أو محاولة التحكم في المستقبل.

- والتنظيم **Organizing**: ويعني التنظيم وضع كل شيء في مكانه.

- والمتابعة والرقابة **Controlling**: وتعني المتابعة والتأكد من تنفيذ كل الواجبات.⁽³⁾ بطريقة سليمة

ومحاولة اكتشاف أي أخطاء في المواعيد المناسب لإيجاد السبل لحلها.

حتى يتوفر الاحترام المتبادل والتعاون الوثيق بين المدرس والإدارة فإن ذلك كفيل بأن يدفع كل منهما إلى مصارحة الآخر بمتابعة ومصاحبة ويقلل من خوف كل منهما من زميله، وحينئذ يرى الاثنان أن الثقة المتبادلة والتعاون المخلص كفيلا بتذليل هذه المصاعب.⁽⁴⁾

2-20-5- علاقة الأستاذ بالعتاد والأجهزة:

إنّ الأستاذة يحتاجون لهذه الأجهزة والأدوات في كثير من المواقف التعليمية، لذلك أصبحت الحاجة الماسة لاستنباط طرائق جديدة شيقة تقسح المجال لاستخدام أدوات صغيرة وبسيطة، قديمة أو حديثة مبتكرة

1- محمد منير مرسي- الإدارة المدرسية الحديثة-عالم الكتب- القاهرة- 1985- ص- 247.

2- عصام بدوي- موسوعة التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضية-دار الفكر العربي- القاهرة- 2000 - ص - 68 .

3- نفس المرجع :- ص-38.

4- فاخر عاقل، مرجع سابق، ص527- 528.

لكي تملأ ذلك الفراغ الكبير من نشاط التلاميذ الناتج عن عدم استغلال الأدوات مهما كان نوعها وحجمها في تدريس التربية البدنية والرياضية، إنّ توفر الملاعب والأدوات أمر ضروري لنجاح كل برنامج، لكن هذا لا يعني ترك العمل جانباً بحجة عدم وجود الأدوات اللازمة أو الملاعب الضرورية لتدريس البرنامج، إذ أمكن التكيف والتصرف بالنسبة إلى الملاعب والأدوات.

2-20-6- علاقة الأستاذ بالراتب الشهري:

يعتبر الراتب الشهري كمكافئة يتقاضاها العامل مقابل عمله أو ما يقوم به من مجهودات سواء كانت فكرية أو مهارية، وتعتبر نظرية أبراهام ماسلو من رواد نظرية الحاجات، وتختلف من فرد إلى آخر حسب مستواه ونظر للحالة التي يعيش فيها مدرس

التربية البدنية والرياضية الذي هي في حاجة إلى راتب شهري مناسب لمساعدته على شراء حاجياته الرياضية من لباس، حذاء وحتى بعض الوسائل التي تساعد في عمله المهني مثل الصفارة، الميقاتي...ومن خلال احتكاكنا ببعض المدرسين لاحظنا أنّ راتبهم الشهري لا يكفي لقضاء حاجياتهم أو مستلزماتهم كل هذا أدى إلى عجزه عن تحقيق مستوى ملائم

من المعيشة نتيجة لضعف مرتبه أو كثرة حاجياته العائلية أو حاجاته إلى الظهور بمظهر حسن لا يحتمله مرتبه.⁽¹⁾

¹- قاسم حسن حسين، التدريب في ألعاب السياحة والميدان، بغداد، 1976، ص285-285.

خلاصة:

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

الفصل الثالث

المراهقة

(15-18) سنة

تمهيد:

حظيت مرحلة المراهقة باهتمام الدراسات النفسية والاجتماعية بحيث يمكن القول بأن هذه المرحلة من مراحل النمو قد نالت قسطا وافرا من البحث والدراسة لم تتاله أي مرحلة عمرية أخرى. إن حاجتنا لدراسة المراهقة تتجلى من خلال ثلاث زوايا بحيث تكتسي طابع ذا أهمية بالغة في حياة المراهق ألا وهي (الفرد، المجتمع، المؤسسة التعليمية "النظام التربوي").

فإذا نظرنا إلى أهمية المراهقة من زاوية الفرد فسنجد أنها تمثل مرحلة حرجة في حياة الفرد لأنها السن التي يتحدد فيها مستقبله إلى حد كبير، وإذا نظرنا إلى مرحلة المراهقة من زاوية المجتمع سنجد أنها الفترة التي يعد فيها الفرد نفسه لبدء العطاء للمجتمع، وإذا نظرنا إلى مرحلة المراهقة من زاوية النظام التربوي، الذي يمر من خلاله الأفراد المزاولون لدراساتهم فإن هذا الأخير قد ينمي في شخصية المراهقين روح الانتماء وذلك نظرا لما يمر به من صراعات وتغيرات.

3-1- مفهوم المراهقة:

• المراهقة لغة:

جاء على لسان العرب لابن منظور، راهق الغلام أي بلغ مبلغ الرجال فهو مراهق، وراهق الغلام، فهو مراهق إذا قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم، وجارية مراهقة، ويقال جارية راهقة وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر. (1)

• أما في اللغة اللاتينية:

مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني فكلمة Adolescere بمعنى يكبر، أي ينمو على تمام النضج وغلى أن يبلغ مبلغ سن الرشد. (2)

• المراهقة اصطلاحاً:

إن أول عمل علمي، حول موضوع المراهقة يعود إلى (بدوير) 1981 وهو بعنوان: " روح الطفل " يليه كتاب (برنهام) "دراسة المراهقة" في هذه الأثناء، كان العلماء يعتبرون المراهقة الفصل الأخير من الطفولة لكن بعد ذلك أقيمت للمراهقة فصلاً خاصاً بها لاسيما مع (ستالين هول) (3). في كتابة المراهقة الذي تأثر بأفكاره داروين ولامارك، حول التطور، ثم تبعه تلاميذه من بعده حتى أصبح للمراهقة اهتمام عالمي، فأصبح علما قائما بذاته يدعى (Hébélogie) . (4) وعلى هذا الأساس تعددت الآراء والأفكار والتعاريف في دراسة المراهقة لدرجة أصبح من العسير اعتماد تعريف دقيق لهذه المرحلة، وقد عرف (ستالي هول) المراهقة سنة 1882م " بأنها المرحلة التي تسبق البلوغ وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج ، أي الاقتراب من الحلم والنضج ". (5)

3-2- مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المراهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني للمراهق، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتاً بين العلماء إلا أننا نعتبر هذا التقسيم الذي وضعه أكرم رضا والذي قسم فيه المراهقة إلى ثلاث مراحل:

1- أبو الفضل جمال الدين ابن منظور: " لسان العرب "، دار الطباعة والنشر، ب ط، ج3، 1997، لبنان، ص 430.

2- كمال الدسوقي: " النمو التربوي للطفل والمراهق "، دار النهضة العربية، ب ط، لبنان، 1997، ص 100 .

3- عبد الغني الإيدي: " التحليل النفسي للمراهقة "، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، ب ط، لبنان، ب س، ص 17 .

4- عبد الغني الإيدي: " التحليل النفسي للمراهقة "، مرجع سابق، ص 17.

5- مريم سليم: " علم النفس النمو "، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، لبنان، 2002، ص 379 .

3-2-1- المراهقة المبكرة:

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره ما بين (12-15 سنة) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي. (1)

فنجد من يتقبلها بالحيرة والقلق ولآخرون يلقمونها ، وهناك من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب فنجد المراهق في هذه المرحلة يسعى إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدرسين والأعضاء الإداريين)، فهو يرغب دائما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه

3-2-2- المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة ، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية ، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع حنين آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو الجنسي، العقلي، الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء، لتصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما وملائمة.

3-2-3- المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة):

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فسيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمه التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه .

كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه، للمفاهيم والقيم الأخلاقية والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل والسرعة في القراءة على جميع المعلومات والاتجاه نحو الاستقرار في المهنة المناسبة له. (2)

3-3- حاجات المراهق:

الحاجة أمر فطري في الفرد أودعها الله عز وجل فيه ليحقق مطالبه ورغباته ، ومن أجل أن يحقق توازنه النفسي والاجتماعي، ويحقق لنفسه مكانة وسط جماعته ، وفي الوقت نفسه تعتبر الحاجة قوة دافعة

1- أكرم رضا: "مراهقة بلا أزمة"، دار التوزيع والنشر الإسلامية، ب ط، ج3، مصر، 2000، ص 257 .

2- حامد عبد السلام زهران: "علم النفس النمو للطفولة والمراهقة"، عالم الكتب، ب ط، بدون بلد، 1982، ص 252،

262،353،263،289.

تدفع الفرد للعمل والجد والنشاط وبذل الجهد وعدم إشباعها يوقع الفرد في عديد من المشاكل. وعليه فالحاجة تولد مع الفرد وتستمر معه إلى وفاته ، وتتنوع وتختلف من فرد لآخر ومن مرحلة زمنية لأخرى، وعلى الرغم من تنوع الحاجات إلا أنها تتداخل فيما بينها فلا يمكن الفصل بين الحسية، النفسية، الاجتماعية والعقلية، ولما كانت الحاجة تختلف باختلاف المراحل العمرية فإن لمرحلة المراهقة حاجات يمكن أن نوضح بعضها فيما يلي :

3-3-1- الحاجة إلى الغذاء والصحة:

الحاجة إلى الغذاء ذات تأثير مباشر على جميع الحاجات النفسية والاجتماعية والعقلية ، ولا سيما في فترة المراهقة ، حيث ترتبط حياة المراهق وصحته بالغذاء الذي يتناوله ، ولذا يجب على الأسرة أن تحاول إشباع حاجته إلى الطعام والشراب وإتباع القواعد الصحية السليمة لأنها السبيل الوحيد بضمان الصحة الجيدة، وعلم الصحة يحدد كميات المواد الغذائية التي يحتاج إليها الإنسان من ذلك، مثلا أن الغذاء الكامل للشخص البالغ يجب أن يشمل على (450 غ) مواد كربوهيدراتية، (70 غ) مواد دهنية حيوانية ونباتية، و(100 غ) مواد بروتينية.

ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة النمائية السريعة ، فإن هذا النمو يحتاج إلى كميات كبيرة ومتنوعة من الطعام لضمان الصحة الجيدة.⁽¹⁾

3-3-2- الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية :

إن شعور المراهق وإحساسه وبالتقدير من طرف جماعته، وأسرته، ومجتمعه يبوئه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه.

فالمراهق يرد أن يكون شخصا هاما في جماعته، وأن يعترف به كشخص ذا قيمة، إنه يتوق إلى أن تكون له مكانة بين الراشدين، وأن يتخلى على موضوعه كطفل، فليس غريبا أن نرى أن المراهق يقوم بها الراشدين متبعا طرائقهم وأساليبهم.⁽²⁾

إن مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالطاقات التي تحتاج إلى توجيه جيد، لذا فالأسرة الحكيمة والمجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها أحسن استثمار.

3-3-3- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

وتتضمن الحاجة إلى الابتكار وتوسيع القاعدة الفكر السلوك، وكذا تحصيل الحقائق وتحليلها وتفسيرها. وبهذا يصبح المراهق بحاجة كبيرة إلى الخبرات الجديدة والمتنوعة، فيصبح بحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والنجاح والتقدم الدراسي، ويتم هذا عن طريق إشباع حاجاته إلى التعبير عن النفس والحاجة إلى المعلومات والتركيز ونمو القدرات.

¹- موسوعة: "التغذية وعناصرها"، الشركة الشرقية للطبوعات، ب ط ، لبنان، 1982، ص38.

²- فاخر عقل : " علم النفس التربوي"، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع ط3، لبنان، ب س ، ص 125.

3-3-4- الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيدها:

إن المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي، وهو بذلك ذات تفرض وجودها في الحياة حيثما وجدت خاصة في حياة الراشدين، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة إلى النمو السليم، يساعد في تحقيق ذاته وتوجيهها توجيهها صحيحا، ومن أجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا إشباع حاجياتهم المختلفة، والمتنوعة فقدان هذا الإشباع معناه اكتساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه.

3-3-5- الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق :

من مميزات مرحلة المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا، حيث تفتتح القدرات العقلية من ذكاء والانتباه والتخيل وتفكير وغيرها، وبهذا تزداد حاجة المراهق إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق. فيميل المراهق إلى التأمل والنظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به ، التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي يستعصى عليه فهمها ، حينما يطيل التفكير فيها، وفي نفس الوقت يريد إجابات عن أسئلته، لذا من واجب الأسرة أن تلبى هذه الحاجة، وذلك من أجل أن تنمي تفكيره بطريقة سليمة، وتجيب عن أسئلته دونما تردد. (1)

3-4- خصائص النمو في مرحلة المراهقة الأولى:

إن اكتساب المعرفة يمر حتما بالرغبة فيها، ومدى التهيؤ لاستيعابها لذا تم وضع مراحل عمرية تتوافق مع المتطلبات المعرفية التي يتلقاها الفرد. وبعد نهاية المرحلة الابتدائية التي تمتد من السادسة إلى غاية الحادي عشر تليها المرحلة المتوسطة التي تمتد عموما من 12 سنة إلى غاية 16 سنة، وتتميز هذه المرحلة بظهور البلوغ لدى الجنسين وازدياد قدرة التلميذ على الاستدلال، وظهور الميول والمهارات تبين وجود الحوافز ودوافع مهنية لدى التلميذ مرحلة ، تأكيد على القدرة في استعمال الخبرات وإيقاظ المدجلات التي يكون قد اكتسبها في مرحلة التعليم الابتدائي ، ويمكن اعتبار هذه المرحلة كمرحلة التحول من الطفولة والاستعداد إلى الرشد أو التدرج نحوه لهذا يطلق عليها مرحلة المراهقة تصاحبها النضج والبلوغ لدى الطفل والمراهق (Adolescence) معناها السير نحو النضج هذا ما يجعل مرحلة التعليم المتوسط مميزة من هه الناحية باعتبارها تلازم التغيرات في النمو بكل جوانبه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي والحسي والحركي، وسنحاول التطرق إلى هذه التغيرات التي تحدث في هذه الجوانب وهي:

3-4-1- النمو الجسمي والفيزيولوجي:

تحدث أثناء هذه الفترة تغيرات فسيولوجية تبين دخول الفرد في مرحلة البلوغ ، حيث تظهر علاماته كظهور العادة الشهرية لدى الإناث، وبداية إنتاج الجهاز التناسلي لدى الذكور للحيوانات المنوية،

¹- حامد عبد السلام زهران : "علم النفس الطفولة والمراهقة " ، دار عالم الكتب ، ط5، مصر، 2001 ، ص 435، 436 .

بالإضافة إلى ظهور خصائص الجنسية الثانوية لدى الجنسين ويبدأ عمل الغدد بصورة فعالة، تعمل الغدة النخامية على استثارة النشاط الجنسي، وتعمل الغدة الكظرية على زيادة الإسراع في النمو الجسمي. كما تحمل هذه المرحلة تغيرات فسيولوجية كحدوث تغير في التمثيل الغذائي ، وتزداد حاجة الفرد للأكل باستثناء الحالات المرتبطة بالتغيرات الانفعالية ، وتتغير بعض ملامح الطفولة كغلظة الصوت بالنسبة للذكور وتغير شكل الوجه وزيادة في الطول ونمو العضلات. (1)

3-4-2- النمو العقلي:

هو مجموعة التغيرات التي تمس الوظائف العليا، كالذكاء والتذكر، ومن مظاهره بطئ نمو الذكاء مقابل السرعة في النمو، القدرة اللفظية الميكانيكية والإدراكية كالتحصيل والنقد. والقدرة العدلية واللفظية التي تأهل المراهق لاختيار التكوين المناسب، الأمر الذي يجعل عملية التوجيه أصعب ما تكون، كما نجد فروقا واضحة في القدرات الفردية فتظهر الطموحات العالية وروح الإبداع والابتكار، بالإضافة إلى ما سبق ذكره ، فإن نظام التعليم (المنهج ، شخصيات المدرسين، الرفاق) تأثر في النمو العقلي للمراهقين في حين يعوق الحرمان والإهمال الدراسي وسوء المعاملة هذا الجانب من النمو. (2)

3-4-3- النمو الانفعالي:

يتفق علماء النفس على أن المراهقة هي فترة الانفعالات الحادة، والتقلبات المزاجية السريعة، في مرحلة المراهقة الأولى، حيث نجد المراهق دائما في حالة القلق والغضب، وينفعل ويغضب من كل شيء . فهذه الانفعالات تؤثر في حالته العقلية حيث تتطور لديه مشاعر الحب، والإحساس بالفرح والسرور عند شعوره بأنه فرد من المجتمع مرغوب فيه ، فالمراهق في هذه الفترة يعتبر كائنا انفعاليا يعاني من ازدواجية المشاعر، والتناقض الوجداني، فيعيش الإعجاب والكراهية، والانتداب والنفور. (3)

فيتعرض بعض المراهقين إلى حالات من الاكتئاب والانطواء والحزن، فتتمو لديهم مشاعر الغضب والتمرد، والخوف والغيرة والصراع، فيثور غضبه على جميع المواقف، وعلى أفراد المجتمع عامة والأسرة والمدرسة خاصة .

3-4-4- النمو الاجتماعي:

يضم النمو الاجتماعي كل التفاعلات الاجتماعية التي تحدث بين جوانب المجتمع الذي ينتمي إليه المراهق ، ففي المرحلة الأولى تبدأ مرحلة أولى دراسية جديدة، هي مرحلة المتوسطة ، فتزيد مجالات النشاط الاجتماعي للفرد وتتنوع الاتصالات بالمدرسين والرفاق، فهذا يجعل إمكانية التخلص من بعض

1- حامد عبد السلام زهران : " علم النفس الطفولة والمراهقة " ، مرجع سابق ، ص 345 ، 346 .

2- محمد زياد حمدان : "علم النفس النمو التربوي مجالاته ونظرياته وتطبيقاته المدرسية" ، دار التربية الحديثة، ط1، الأردن، 2000، ص 28 .

3- حامد عبد السلام زهران : " علم النفس الطفولة والمراهقة " ، مرجع سابق، ص 352، 354.

الأناية التي طبعت سلوكه في الطفولة، فينتج عنه نوع من الغيرة بحيث يحاول الأخذ والعطاء، والتعاون مع الغير وتنتج لديه مظاهر النمو الاجتماعي لمرحلة المراهقة الأولى:

- رغبة المراهق في تأكيد ذاته، لذلك يختار في بادئ الأمر النموذج الذي يحتذي به كوالدين أو المدرسين أو الشخصيات ثم يعمل على اختيار المبادئ والقيم والمثل التي يتبناها، وفي الأخير يكون نظرة للحياة.

- الميل إلى تحقيق الاستقلال الاجتماعي، ويتجلى هذا في نقد السلطة المدرسية والأسرية، ومحاولة التحرر منها عن طريق التسلط والتعصب وتقديم التقاليد. (1)

3-4-5- النمو الحركي الجسمي:

عن التغيرات الجسمية التي يتعرض لها المراهق من زيادة في الطول والوزن وزيادة القوة العضلية، يتبعه تغير في نموه الحركي الذي يؤدي حتما إلى تناسق في سلوك المراهق ، وهذا ما نلاحظه من خلال الزيادة الكبيرة في القوة العضلية بدء بالطفولة المتأخرة إلى المراهقة. (2)

ولعله من مظاهر النمو الحركي زيادة قوته ونشاطه وإتقانه للمهارات الحركية مثل العزف على الآلات والألعاب الرياضية، وفي هذه الفترة نلاحظ أن الفتاة تكون أكثر وزنا وطولا ولكنها لا تضاهي القدرة العضلية التي تتميز بها عضلات الفتى ، وبهذا يرجع الاختلاف الشدة والتدريب والنسب الجسمية عند الجنسين، كما يرتبط النمو الحركي للمراهق بالنمو الاجتماعي ، فمن المهم للمراهق أن يشارك بكل ما أوتي من قوة في مختلف أوجه النشاط الجماعي وذلك لإثبات الذات وسط جماعته ، ويتطلب ذلك القيام بمختلف المهارات الحركية للقيام بهذا النشاط وإذ لم يتحقق له ذلك فإن المراهق يميل إلى الانسحاب والعزلة.

3-5- أشكال من المراهقة:

توجد 4 أنواع من المراهقة :

3-5-1- المراهقة المتوافقة: ومن سماتها :

- الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار .

- الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والاتزان العاطفي .

- الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة.

— التوافق مع الوالدين والأسرة ، فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم والوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال ، فالأسرة تنمي الذات وتحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة في الحياة . (3)

1- محمد عماد الدين إسماعيل: "النمو في مرحلة المراهقة"، دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، مصر، 1986، ص 76.

2- محمود حمودة: "الطفولة والمراهقة"، دار الفكر العربي، ب ط ، بدون بلد، ب س، ص 43.

3- محمود حسن: "الأسرة ومشكلاتها"، دار النهضة العربية، ب ط، لبنان، 1981، ص 4 .

3-5-1-1- العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة:

— معاملة الأسرة السمة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وعدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة، وعدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته، فهي تساعد في تعلم السلوك الصحيح والاجتماعي السليم ولغة مجتمعه وثقافته وتشبع حاجاته الأساسية. (1)

. توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق.

. شعور المراهق بتقدير الوالدين واعتزازهم به والشعور بالتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله، وسير حال الأسرة وارتفاع مستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي للأسرة.

. الشغل وقت الفراغ من النشاط الاجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، زد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس.

3-5-2- المراهقة المنطوية: ومن سماتها ما يلي :

— الانطواء وهو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص أنه غير جدير لمواجهة الواقع، لكن الخجل والانطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للشخص خجلا وانطواء. (2)

. التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظام الاجتماعي.

— الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة والاعتراف بالجنسية الذاتية.

. محاولة النجاح المدرسي على شرعية الوالدين.

-العوامل المؤثرة فيها:

— اضطراب الجو الأسري: الأخطاء الأسرية التي فيها، تسلط وسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة، التدليل، العقاب القاسي... الخ.

. تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق .

. عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجذب العاطفي .

3-5-3- المراهقة العدوانية: (المتمردة) من سماتها

. التمرد والثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع.

— العداوة المتواصلة والانحرافات الجنسية: ممارستها باعتبارها تحقق له الراحة واللذة الذاتية مثل: اللواط ، العادة السرية الشذوذ، المتعة الجنسية... الخ. (3)

¹- رايح تركي: " أصول التربية والتعليم"، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2 ، الجزائر، 1990 ، ص 173 .

²- يوسف ميخائيل اسعد : " رعاية المراهقين"، دار غريب للطباعة والنشر، ب ط ، بدون بلد ، ب س ، ص 160 .

³- عبد الغني الإبيدي: " ظواهر المراهق وخفاياه"، دار الفكر للملايين ، ط1 ، بدون بلد ، 1995 ، ص 153 .

— العناد: هو الإصرار على مواقف والتمسك بفكرة أو اتجاه غير مصوغ والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء، والمراهق يقوم بالعناد بغية الانتقام من الوالدين وغيرها من الأفراد ، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات.⁽¹⁾

. الشعور بالنقص والظلم وسوء التقدير والاستغراق في أحلام اليقظة والتأخر الدراسي.

3-5-4- المراهقة المنحرفة: من سماتها ما يلي

- . الانحلال الخلقي التام والجنوح والسلوك المضاد للمجتمع.
- . الاعتماد على النفس الشامل والانحرافات الجنسية والإدمان على المخدرات.
- . بلوغ الذروة في سوء التوافق.
- . البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك.

3-6- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق:

بما أن النشاط الرياضي جزء من التربية العامة، وهدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع مختلفة من النشاط البدني لتحقيق هذه الأغراض، وذلك يعني أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية، مع مراعاة المرحلة السنوية التي يجتازها الطفل حيث يكون عدم انتظام في النمو من ناحية الوزن والطول مما يؤدي إلى نقص التوافق العصبي وهذا ما يحول دون نمو سليم للمراهق.

إذ يلعب النشاط الرياضي دورا كبيرا وأهمية بالغة في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب، وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به المراهق من حركات وهذا من الناحية البيولوجية.

أما من الناحية الاجتماعية فبوجود التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الممارسة الرياضية يزيد من اكتسابهم الكثير من الصفات التربوية.

إذ يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلقية كالطاقة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والزمالة واقتسام الصعوبات مع الزملاء، إذ أن الطفل في المرحلة الأولى من المراهقة ينفرد بصفة المسيرة للمجموعة التي ينتمي إليها، ويحاول أن يظهر بمظهرهم ويتصرف كما يتصرفون، ولهذا فإن أهمية ممارسة النشاط الرياضي في هذه المرحلة هي العمل على اكتساب الطفل للمواصفات الحسنة، حيث كل الصفات السابقة الذكر تعتبر من المقومات الأساسية لبناء الشخصية الإنسانية ، أما من الناحية الاجتماعية فإن للنشاط الرياضي دورا كبيرا حيث نشأة الاجتماعية للمراهق ، إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أواصر الأخوة والصدقة بين التلاميذ.⁽²⁾

¹ - يوسف مخائيل اسعد : " رعاية المراهقين " ، مرجع سابق، ص 157 .

² - يوسف ميخائيل اسعد: " رعاية المراهقين"، دار غريب للطباعة والنشر، ب ط، بدون بلد، ب س، ص 172.

خلاصة:

بالاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الاجتماعية، وبذلك مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة، ويستطيع النشاط الرياضي أن يخفف من وطأة المشكلة العقلية عند ممارسة المراهق للنشاط الرياضي المتعدد ن ومشاركته في اللعب النظيف واحترام حقوق الآخرين، فيستطيع المراهق أن يحول بين الطفل والاتجاهات المرغوبة التي تكون سلبية كالغيرة مثلا، وهكذا نرى أنه باستطاعة النشاط الرياضي أن يساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ صحي للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية.



الباب الثاني
الجانب
التطبيقي

الفصل الرابع

لإجراءات المنهجية

للبحث

تمهيد:

بعد محاولتنا لتغطية الجوانب النظرية للبحث، سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي، بمعنى الحقل الميداني الدراسي من خلال تحليل جوانبه بدءاً من نوعية البحث الذي تعرفنا فيه للمنهج المتبع للدراسة، ثم كيفية اختيار العينة بحيث فيها الوسيلة التي اتخذناها خلال البحث في تكوين مجتمع الدراسة، ثم التنقل إلى تحديد كيفية جمع البيانات، بعد كل هذا انتقلنا إلى تحليل البيانات وذلك باستعمال المقاييس الإحصائية المناسبة في تحويل الفرضيات من صيغتها الكيفية إلى تحليلها الميداني، ثم الوقوف على أهم الاستنتاجات التي توصلنا إليها في هذا البحث.

4-1-1- منهج البحث المتبع في الدراسة:

4-1-1-1- المنهج الوصفي التحليلي:

يرتكز هذا المنهج على وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية رقمية، وقد يقتصر هذا المنهج على وضع قائم في فترة زمنية محددة أو تطوير يشمل عدة فترات زمنية.

- يهدف هذا المنهج إما إلى رصد ظاهرة أو موضوع محدد بهدف فهم مضمونه، أو قد يكون هدفة الأساسي تقويم وضع معين لأغراض عملية، على سبيل المثال التعرف على عدد العاطلين عن العمل من خريجي الجامعات من الأمثلة الحية على هذا المنهج، بشكل عام ممكن تعريفه "بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على المعلومات وذلك من أجل الحصول على نتائج عملية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعالة للظاهر (1).

- ويعرف المنهج الوصفي على أنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية، ما يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها و تحليلها وإخضاعها للدراسة (2).
بينما يرى آخرون بأن المنهج الوصفي يهدف بخطوة أولى إلى جمع بيانات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع اجتماعي وتحليل ما تم جمعه من بيانات بطريقة موضوعية كخطوة ثانية، تؤدي إلى التعرف على العوامل المكونة والمؤثرة على الظاهرة كخطوة ثالثة، يضاف إلى ذلك أن المنهج يعتمد في تنفيذه على مختلف طرق جمع البيانات كالمقابلات الشخصية والملاحظة المباشرة الآلية منها والبشرية واستمارة الاستبيان وتحليل الوثائق والمستندات وغيرها (3).

أما أهم ما يميز المنهج أنه سيوفر بيانات مفصلة عن الواقع الفعلي للظاهرة أو موضوع الدراسة، كما أنه يقدم في نفس الوقت تفسيرًا واقعيًا للعوامل المرتبطة بموضوع الدراسة تساعد على قدر معقول من التنبؤ المستقبلي للظاهرة على الجانب الآخر، يعاني هذا الأسلوب من بعض العيوب أهمها سمة التحيز الشخصي للباحث عند جمعه للبيانات المختلفة حول ظاهرة الأمر الذي قد يؤدي إلى الحصول على بيانات غير دقيقة

(1) ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه أدواته وأساليبه، ط1، الجامعة الأردنية، 1998، ص47

(2) كمال ايت منصور، رايح طهير : منهجية إعداد البحث العلمي، دار الهدى للطباعة والنشر، عين مليلة، 2003، ص18

(3) سامي عريفج وآخرون: منهج البحث العلمي وأساليبه، ط1، مجدلاوي للنشر، عمان، 1987، ص131

لا يمكن أن تؤدي إلى نتائج موضوعية يمكن تعميمها على مجتمع الدراسة فإن مصداقية هذا المنهج قد تصبح ضعيفة مع مزايا المناهج الأخرى للبحث العلمي.⁽¹⁾

4-2- الدراسة الاستطلاعية:

وهي طريقة عملية لكشف المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء القيام بالتجربة الرئيسية وعود مسبق لمتطلبات التجربة من حيث الوقت، الكلفة، الكوادر المساعدة، صلاحية الأجهزة وغيرها. وتهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التأكد من وجود أفراد العينة المختارة، والتحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات المناسبة للبحوث، حيث قمنا بإجراء دراسة استطلاعية لـ(8) تلاميذ ببلدية خميس مليانة، وكان الغرض من هذه الدراسة هو مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في للطور الثانوي 15-18 سنة حيث نأخذ نظرة شاملة في مكان عينة دراستنا.

4-2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

في هذه النقطة يحاول الطالبة الباحثة عرض أهم الأهداف التي يمكن استخلاصها من الدراسة الاستطلاعية:

- إعداد أدوات البحث وتجريبها والوقوف على خصائصها وقدرتها على قياس متغيرات البحث.
- تهيئة الكادر المساعد.
- معرفة متوسط الوقت الذي تستغرقه أدوات البحوث في التطبيق والوقوف على أفضل الظروف لإجراء الدراسة الأساسية.
- الممارسة عن كيفية تسجيل الحالات في الاستمارة.
- وضوح الحالات الخاصة باستمارات التسجيل من حيث تفسيرها.

4-2-2- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تمثلت عينة دراستنا الاستطلاعية في 8 تلاميذ من ثانوية قويدري محمد من بلدية خميس مليانة التابعة لولاية عين الدفلى، وهي كالتالي:

الجدول رقم 1: يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية

التأنيوة	عدد التلاميذ
ثانوية قويدري بخميس مليانة	08
المجموع	08

⁽¹⁾ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه، أدواته، وأساليبه، مرجع سابق، ص 47

4-2-3- أدوات الدراسة الاستطلاعية:

- استبيان:

يعتبر الاستبيان أداة تستخدم في البحوث العلمية للحصول على بيانات المرتبطة بالموضوع، وهو "يستعمل للحصول على البيانات والمعلومات كما هو قائم بالفعل، حتى يتمكن الباحث من التحقق من صحة الفروض المطروحة، وأحيانا يطلق عليه الاستفتاء أو الاستقصاء، ويستخدم لجميع البيانات المتعلقة بالموضوع المراد دراسته".¹

- مراحل بناء الاستبيانات:

أولاً: كانت أول خطوة قمنا بها هي إلقاء نظرة شاملة وواقية وإجراء مسح مكتبي يخص كل المفاهيم الخاصة ببحثنا وكذا إلقاء نظرة على كل الدراسات التي تناولت متغيرات بحثنا ومنه تم الاستعانة بكل الأدوات من مقاييس واستبيانات جاءت في تلك الدراسات.

ثانياً: تم اعتماد الاستبيان بصورته الأولية والتي تضمنت عدد كبير من العبارات وبالتالي تم الاستعانة بعدد من المحكمين أصحاب الاختصاص وذلك من أجل حذف بعض العبارات والتي وجدوها لا يتماشى وموضوع دراساتنا وكذا من حيث سلامة العبارات من الناحية اللغوية وسهولة طرحها وذلك من أجل الفهم الجيد لها بالنسبة للأساتذة.

ثالثاً: إجراء كل المعاملات الخاصة بصدق وثبات وموضوعية الأداة من خلال بعض المعاملات الإحصائية، لنتمكن في الأخير الحصول على الأداة في صيغته النهائية بدون أن ننسى أننا اعتمدنا في التقييم الخاص بالاستبيان وجاء بالتقسيم التالي:

4-3- متغيرات الدراسة:

4-3-1- المتغير المستقل:

وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى التأثير في الظاهر المدروسة وعامة ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي، ويمثل في دراستنا هو الدور الذي يلعبه شخصية أستاذ حصة التربية البدنية والرياضية.

4-3-2- المتغير التابع:

هو الذي تتوقف قيمته على قيمة المتغيرات الأخرى ومعنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على قيمة المتغيرات الأخرى تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع، وفي هذا البحث هو زيادة الإقبال نحو الممارسة في حصة التربية البدنية والرياضية.

¹ - صلاح الدين شروخ، منهجية البحث العلمي للجامعيين، دار العلو والنش والتوزيع، عنابة، الجزائر، 2003، ص44.

4-4-4- مجتمعة الدراسة (البحت):

4-4-1- مفهومه: نعني بمجتمع البحت جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث ولكن:

- هل يستطيع الباحث أن يدرس جميع أفراد مجتمع البحت؟
- وهل يمتلك وقتاً كافياً لدراسة جميع أفراد مجتمع البحت؟

في واقع الأمر إن دراسة مجتمع البحت الأصلي كله يتطلب وقتاً طويلاً وجهداً شاقاً وتكاليف مادية مرتفعة، ويكفي أن يختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع الدراسة بحيث تحقق أهداف البحت وتساعد على إنجاز مهمته.(2)

4-4-2- عينة الدراسة:

4-4-2-1- مفهوم العينة: هي عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختبارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها، ومن ثم استخدام النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة.(3)

4-4-2-2- اختيار نوع العينة:

أ- العينة العشوائية البسيطة: تعتمد هذه الطريقة على منح فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع الذي يكون ضمن أفراد العينة المختارة، فهي تتضمن الاختيار العشوائي لعدد أفراد العينة من قائمة المجتمع، لنتيجة الاحتمال والصدفة فإن العينة تحتوي مفردات مماثلة لمفردات المجتمع ككل.

4-4-5- عينة البحت: العينة الخاصة بتلاميذ الطور الثانوي لولاية عين الدفلى أخذوا من ثلاثة ثانويات على مستوى بلدية خميس مليانة وبلدية مليانة.

4-4-6- تشكيل عينة البحت:

العينة هي من مجتمع البحت والتي تسمح لنا بالإجابة على الفرضيات المقترحة، بحيث كان عدد التلاميذ الذين وزعت عليهم أسئلة الاستبيان 80 تلميذاً موزعةً على ثلاثة ثانويات.

(2) سامي ملحم: مناهج البحت في التربية وعلم النفس ، ط1 دار المسيرة ، الأردنية ، 2000 ، ص47

(3) سامي ملحم: نفس المرجع السابق ص220-219

جدول رقم (01): يوضح توزيع العينة على الثانويات

الفريق	الاستبيانات الموزعة	الاستبيانات التي ردت
ثاوية فروخي مصطفى	15	15
ثانوية حمزة بن عبد المطلب	25	20
ثانوية الأمير عبد القادر	40	25
المجموع	80	60

4-7- الدراسة الميدانية والدراسة الميدانية والاستطلاعية:

كل دراسة يجب أن تكون ذات أهداف، لأنه ويتحدد هذه الأهداف يمكن تحديد الوسائل والطرق التي تجري بواسطتها، ويمكن تحديد هدف بحثنا هذا على إبراز مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي.

هذا بالإضافة إلى التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل ومناقشة النتائج، ومعالجة بعض جوانب النقص التي لمسناها في الموضوع وإعطاء اقتراحات وتوصيات تخدم موضوع الدراسة.

4-8- مجالات البحث:

4-8-1- المجال الزمني للبحث: شرعنا في إنجاز الجانب النظري لبحثنا هذا في مقربة شهر جانفي

إلى غاية نهاية شهر فيفري، أما في ما يخص الجانب التطبيقي فقد دام من 22 مارس إلى غاية 19 أفريل 2022.

4-8-2- المجال المكاني: قمنا بإجراء البحث الميداني على مستوى ثلاثة ثانويات لبلدية خميس

مليانة وبلدية مليانة ولاية عين الدفلى احتوت على ثلاث ثانويات (حمزة بن عبد المطلب)، (الأمير عبد القادر) و(ثانوية فروخي مصطفى).

4-9- الاستبيان:

هي وسيلة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق إعداد استمارة يتم تعبئتها من قبل العينة الممثلة من الأفراد، ويسمى الشخص الذي يقوم بملء الاستمارة بالمستجيب.¹ كما هو عبارة مجموعة من الأسئلة وقيم استخراج هذه الأسئلة من مضمون البحث تطرقنا إليه ومن خلال التساؤلات الموجودة في إشكالية البحث.

¹ - الرفاعي احمد حسين : مناهج البحث العلمي تطبيقات الغدارية والإقتصادية، دار وائل، عمان، 1998، ص181

4-10- أنواع الأسئلة:

4-10-1- الأسئلة المغلقة أو محددة الإجابة:

وفي هذا النوع من الأسئلة يحدد الباحث الإجابات الممكنة أو المحتملة لكل سؤال ويطلب من المستجيب اختيار أحدهما أو أكثر أي أن يقيدته أثناء الإجابة، ولا يعطيه الحرية لإعطاء الإجابة من عنده.¹

4-11- الطريقة الإحصائية:

4-11-1- التحليل الإحصائي:

إن هدف الدراسة هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات الدلالة التي تساعدنا على التحليل والتفسير على مدى صحة الفرضيات، والمعادلات الإحصائية المستعملة هي: **قانون النسب المئوية**: استخدمنا في بحثنا قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة بعد حساب التكرارات كل منها:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات}}{\text{العدد الكلي للعينة}} \times 100$$

قانون ك² (كاف تربيعي):

حيث يسمح لنا هذا القانون بمعرفة مدى وجود فروق معنوية في إجابات التلاميذ على أسئلة الاستبيان

$$\text{ك}^2 = \frac{(ت م - ت ن)^2}{ت ن}$$

ت م = التكرارات المشاهد.

ت ن = التكرارات النظرية.

× = درجة الخطأ المعياري (× = 0.05).

هـ = يمثل عدد الفئات الأعمدة

ت = درجة الحرية. (ت = هـ - 1).

¹- عمار بوحوش: محمد محمود الزنيبياد، مناهج البحث العلمي، أسس وأساليب، ط1، مكتبة المنار للطباعة للنشر والتوزيع،

خلاصة:

تضمن فصل منهجية البحث منهج البحث الذي استعملناه في دراستنا والمتمثل في المنهج الوصفي، كما تضمن هذا الفصل بالتطرق إلى عينة البحث وخصائصها ومجالات البحث، كما قمنا بشرح أدوات البحث المتمثلة في استمارة مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي.



تحليل ومناقشة الدراسات

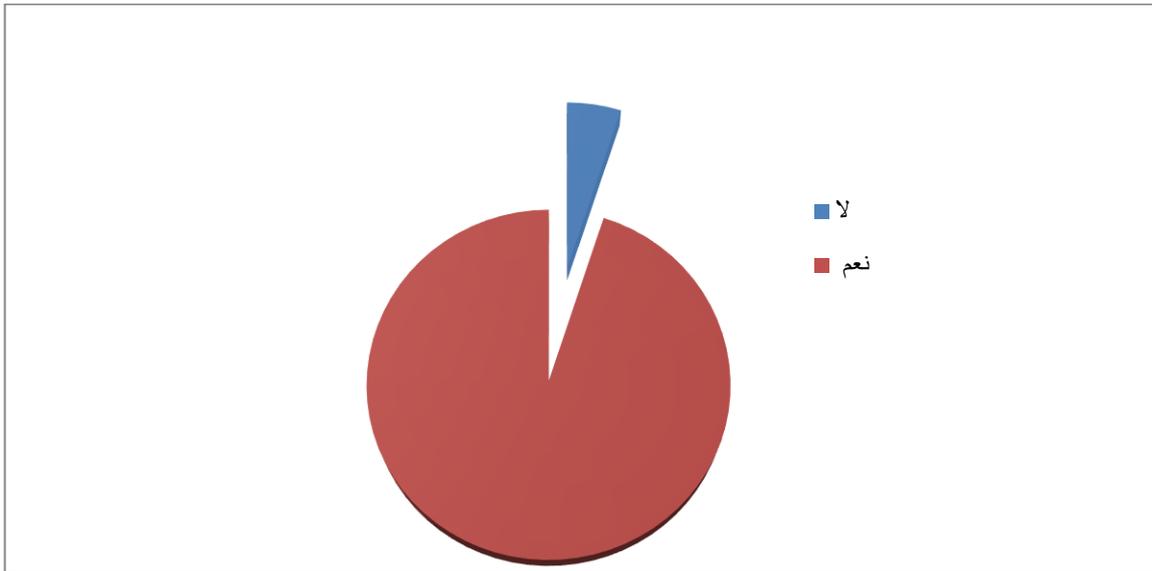
المحور الأول: لحصة التربية البدنية والرياضية أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى التلميذ المراهق.
السؤال الأول: في غرفة تغيير الملابس هل تكون متحمسا للنشاط في حصة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه : معرفة إذا كان التلميذ متحمسا للنشاط في حصة التربية البدنية والرياضية في غرفة تغيير الملابس.

. عرض نتائج السؤال الأول:

. الجدول الثاني:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	نعم	لا					
01	57	03	60	48.6	0.05	01	دال
التكرارات	57	03	60				
النسبة %	95%	05%	100				

الجدول رقم (02) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الأول



الشكل (01): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (02)

تحليل نتائج الجدول الثاني: من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن التلاميذ يحذوهم الحماس قبل بداية حصة التربية البدنية والرياضية بنسبة 95% ونجد نسبة 05% من التلاميذ لا يبالون بذلك وهذا

ما يؤكد شغف التلاميذ للممارسة الرياضية داخل المؤسسة التربوية، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمع، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 48.6 وك² الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة، أي أن هناك دلالة إحصائية ومن هنا نستنتج انعدام المشاكل خارج الميدان له تأثير إيجابي على الحالة النفسية لدى اللاعب مما يسمح له بتقديم أداء جيد أثناء المنافسة.

السؤال الثاني: إذا غاب أستاذ التربية البدنية والرياضية بماذا تشعر؟

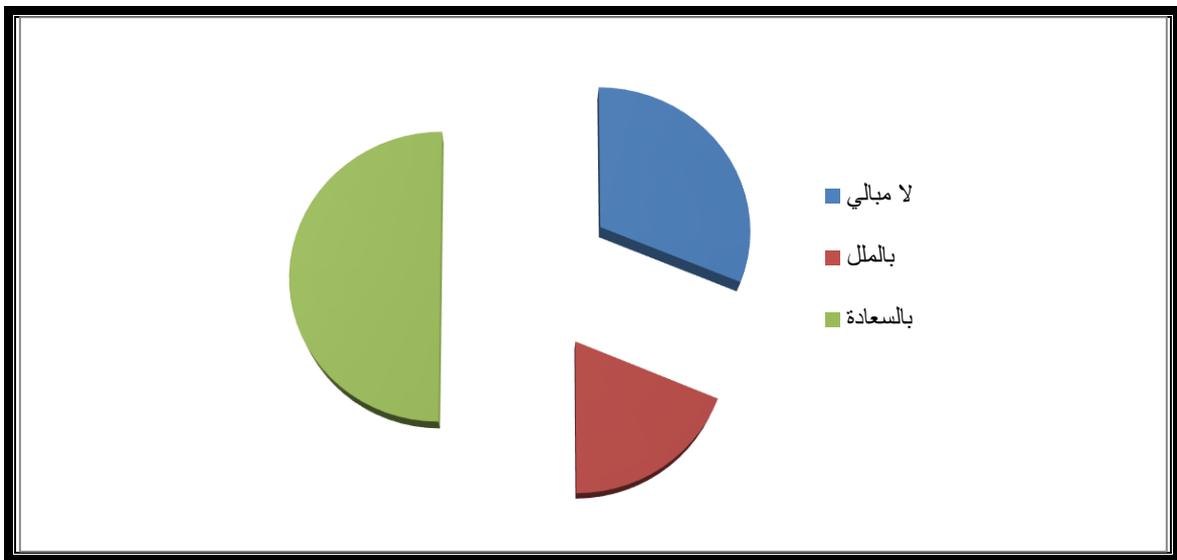
الغرض منه: معرفة شعور التلميذ إذا غاب أستاذ التربية البدنية والرياضية عن الحصة.

. عرض نتائج السؤال الثاني:

. الجدول الثالث:

السؤال	الإجابات			المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	بالمثل	بالسعادة	لا مبالي					
01	15	25	20	60	2.50	0.05	02	غير دال
التكرارات	15	25	20					
النسبة %	25%	41.67 %	33.33 %	100		5.99		

الجدول رقم (03) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الأول



الشكل (02): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (03)

تحليل نتائج الجدول الثالث: من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن التلاميذ يشعرون بالملل إذا غاب أستاذ حصة التربية البدنية والرياضية بنسبة 25% ونجد نسبة 41.67% من التلاميذ يشعرون بالسعادة وهذا لوقت الفراغ الذي يكون وقت الحصة أما نسبة 20% فهم لا يبالون بحضور الأستاذ أو غيابه لأن تلك الفئة لا تحضر بتاتا للحصة، والنسبة تؤكد اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمع، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 19.9 وك² الجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 02، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة.

ومن هنا نستنتج أن هناك اختلاف جوهري بين التلاميذ من حيث شعورهم إذا غاب أستاذ التربية البدنية والرياضية عن الحصة.

السؤال الثالث: هل يقلقك تضييع الوقت أثناء المناداة ومراقبة الهدام من طرف أستاذك؟

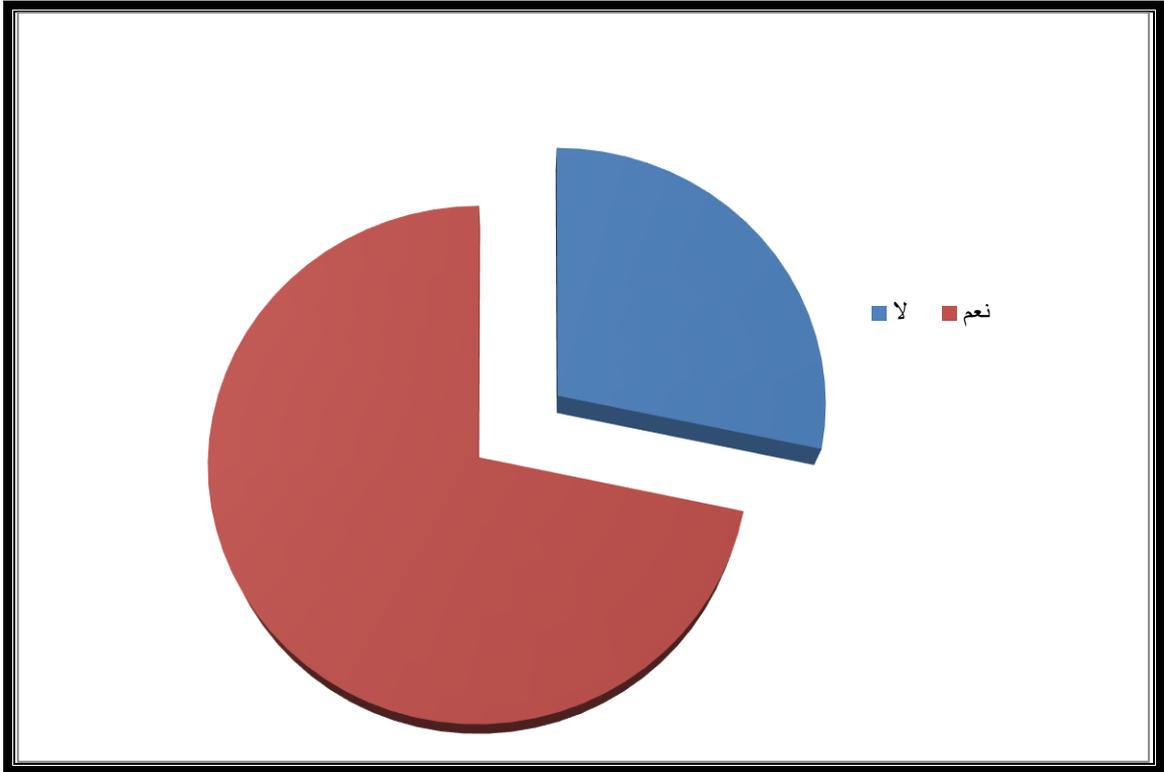
الغرض منه: معرفة إن كان يصاب التلميذ بالقلق إذا تم تضييع الوقت أثناء المناداة ومراقبة الهدام من طرف أستاذه.

. عرض نتائج السؤال الثالث:

الجدول الرابع:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	لا	نعم					
03	لا	نعم	60	11.26	3.84	01	دال
التكرارات	17	43					
النسبة %	28.3	71.6	100				
	3%	7%					

الجدول رقم (04) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثالث



الشكل (03): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (04)

تحليل نتائج الجدول الرابع: من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن نسبة 71.67% من التلاميذ تصاب بالقلق أثناء تضييع الوقت من خلال المناداة ومراقبة الهندام من طرف الأستاذ ونجد نسبة 28.33% من التلاميذ لا يرون في ذلك انزعاج بل هو في صالحهم وهذا ما نراه أن معظم التلاميذ يريدون الدخول مباشرة في النشاط البدني، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث تحصلنا على قيمة K^2 المحسوبة 11.26 و K^2 الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت K^2 المحسوبة أكبر من K^2 الجدولة.

ومن هنا نستنتج أن هناك اختلاف جوهري عند التلاميذ من حيث إن كانوا يصابوا بالقلق إذا تم تضييع الوقت أثناء المناداة ومراقبة الهندام من طرف أستاذتهم.

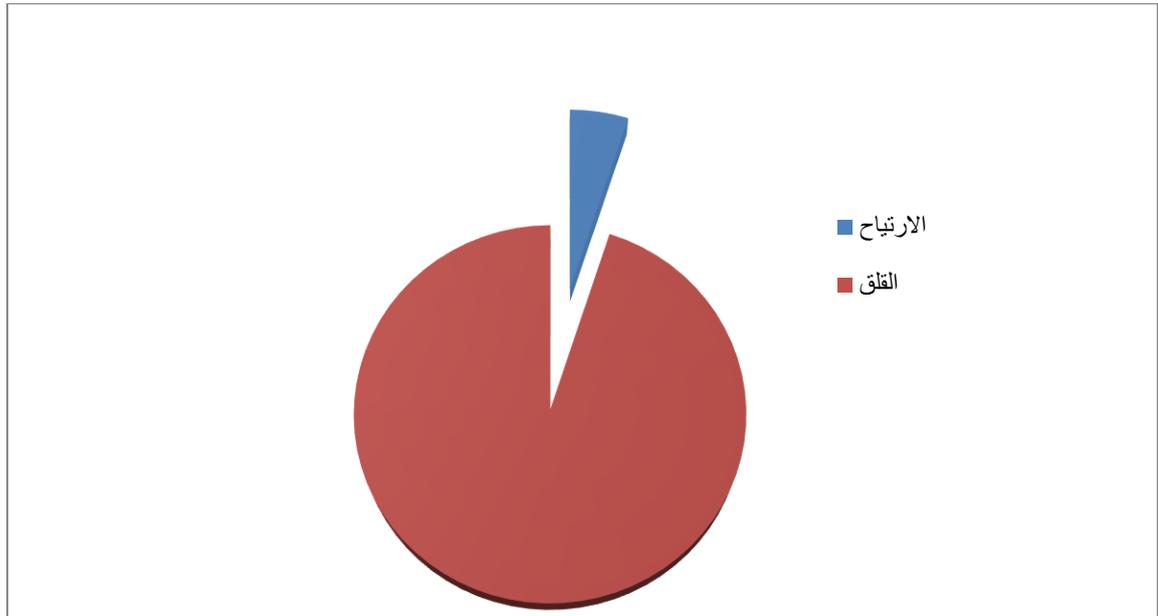
السؤال الرابع: عند قيام أستاذك بشرح درس الحصة دون اختصار بماذا تحس؟
الغرض من السؤال: معرفة شعور التلميذ إذا قيام الأستاذ بشرح درس الحصة دون اختصار.

. عرض نتائج السؤال الرابع:

. الجدول الخامس:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	الارتياح	القلق					
04	03	57	60	48.6	3.84	01	دال
التكرارات	05%	95%	100				
النسبة %							

الجدول رقم (05) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الرابع



الشكل (04): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (05)

تحليل نتائج الجدول الخامس: من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن نسبة 96% من التلاميذ تصاب بالقلق أثناء تضييع الأستاذ بشرح درس الحصة دون اختصار ونجد نسبة 04% من التلاميذ يرتاحون ويحبون الإلمام بالمعلومات والمعارف التي تخصصهم ولا يرون في ذلك إزعاج وهذا ما نراه أن معظم التلاميذ يريدون الدخول مباشرة في النشاط البدني، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث تحصلنا على قيمة ك² المحسوبة 48.6 وك² المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² المجدولة، أي أن هناك دلالة إحصائية.

ومن هنا نستنتج أن التلاميذ يصابوا بالقلق أثناء تضييع الأستاذ بشرح درس الحصة دون اختصار.

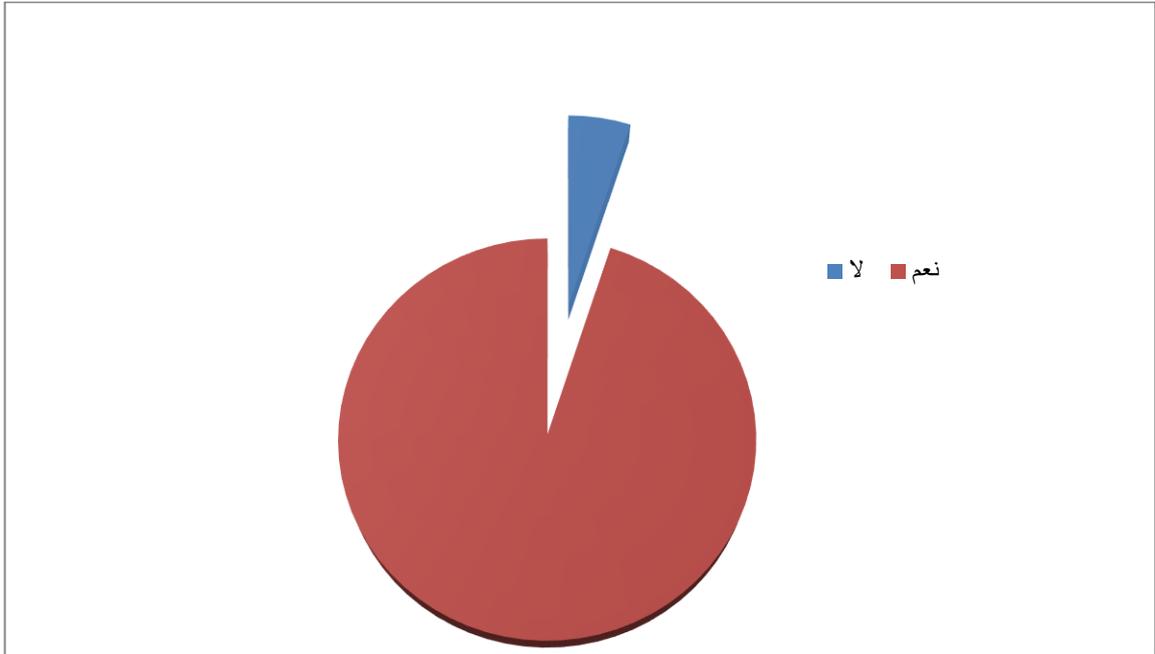
السؤال الخامس: هل تشعر بالراحة النفسية عند المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة إذا كان التلميذ يشعر بالراحة النفسية عند المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية.

. عرض نتائج السؤال الخامس :

. الجدول السادس:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	لا	نعم					
05	لا	نعم	60	48.6	0.05	01	دال
التكرارات	03	57					
النسبة %	05%	95%	100				

الجدول رقم (06) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الخامس



الشكل (05): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (06)

تحليل نتائج الجدول السادس: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين إذا كان التلميذ يشعر بالراحة النفسية عند المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 95% من اللاعبين يشعرون بالراحة، وعند مقارنتنا لهذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع

معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث تحصلنا على قيمة ك² المحسوبة 6.66 وك² الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة، ومنه نستنتج أن التلميذ يشعر بالراحة النفسية عند المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية.

. السؤال السادس: هل توجد محفزات معنوية يقدمها الأستاذ لكم بغرض التشجيع على المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية؟

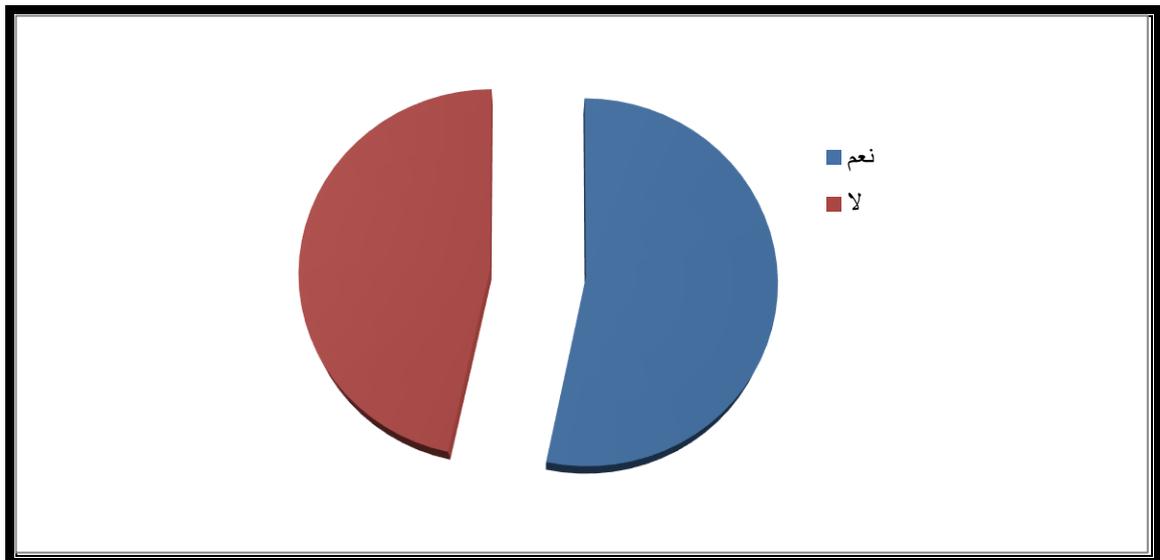
. الغرض من السؤال: يهدف السؤال إلى معرفة إن كانت توجد محفزات معنوية يقدمها الأستاذ للتلاميذ بغرض تشجيعهم على المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية.

. عرض نتائج السؤال السادس:

. الجدول السابع:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	نعم	لا					
06	32	28	60	0.26	0.05	01	غير دال
التكرارات	32	28	60				
النسبة %	53.33%	46.67%	100				

الجدول رقم (07) يوضح نسبة الإجابات للسؤال السادس



الشكل (06): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (07).

تحليل نتائج الجدول السابع: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة إن كانت توجد محفزات معنوية يقدمها الأستاذ للتلاميذ بغرض تشجيعهم على المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 32% من التلاميذ يقولون أن هناك تحفيز من الأستاذ للمشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، في حين نجد أن نسبة 28% من التلاميذ، وعند مقارنتنا لهذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث تحصلنا على قيمة χ^2 المحسوبة 0.26 و χ^2 الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01. وعليه نستنتج ونقول أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت χ^2 المحسوبة أصغر من χ^2 الجدولة.

السؤال السابع: كيف يؤثر ممارستك للنشاط البدني والرياضي؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي التلاميذ حول انعكاس عند ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.

. عرض نتائج السؤال السابع:

. الجدول الثامن:

السؤال	الإجابات			المجموع	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	سلبياً	لا يوجد تأثير	إيجابياً					
07	15	20	25	60	2.50	0.05	02	غير دال
التكرارات	15	20	25	60				
النسبة %	25%	33.33%	41.67%	100				

الجدول رقم (08) يوضح نسبة الإجابات للسؤال السابع



الشكل (07): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (08)

تحليل نتائج الجدول الثامن: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة رأي التلاميذ حول إنعكاس عند ممارستهم للنشاط البدني والرياضي، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 25% من التلاميذ أظهروا أن عند ممارستهم للنشاط البدني والرياضي له تأثير إيجابي، في حين نجد أن نسبة 20% من التلاميذ أظهروا أنه لا يوجد تأثير، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 2.50 وك² الجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 02، وعليه نقول أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أصغر من ك² الجدولة. ومنه نستنتج أن هناك اختلاف جوهري بين التلاميذ أنه يوجد إنعكاس إيجابي عند ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.

المحور الثاني: المشاركة التربوية البدنية والرياضية تخلق روحاً نفسية واجتماعية لدى التلاميذ.

السؤال الأول: هل أنت بحاجة إلى التحفيز من طرف أستاذك أثناء ممارستك للنشاط البدني؟

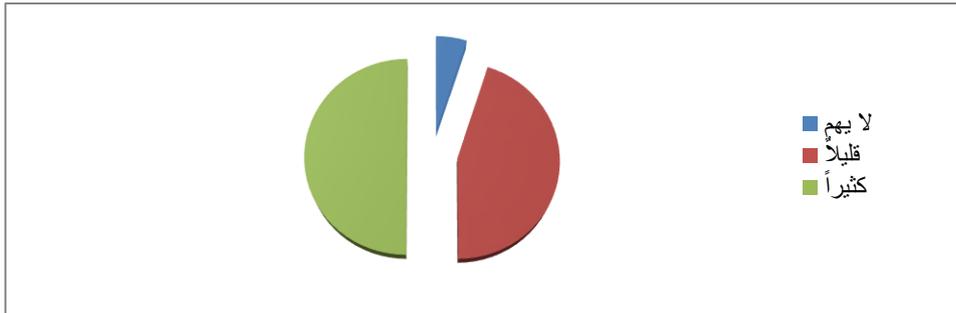
الغرض من السؤال: الهدف من خلال هذا السؤال المقترح هو معرفة إذا كان التلاميذ بحاجة إلى التحفيز من طرف أستاذهم أثناء ممارستهم للنشاط البدني.

عرض نتائج السؤال الأول:

الجدول التاسع:

السؤال	الإجابات			المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	لا يهم	قليلاً	كثيراً					
01	لا يهم	قليلاً	كثيراً	60	19.9	0.05	02	دال
التكرارات	03	27	30					
النسبة %	05%	45%	50%	100				

الجدول رقم (09) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الأول



الشكل (08): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (09)

تحليل نتائج الجدول التاسع: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة إذا كان التلاميذ بحاجة إلى التحفيز من طرف أستاذهم أثناء ممارستهم للنشاط البدني، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 50% من التلاميذ بحاجة إلى التحفيز من طرف أستاذهم أثناء ممارستهم للنشاط البدني، في حين نجد أن نسبة 45% من لا يعطون أهمية للتحفيز كثيراً، وعند مقارنتنا لهذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث تحصلنا على قيمة ك² المحسوبة 1.66 وك² الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01.

وعليه نستنتج ونقول أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أصغر من ك² الجدولة.

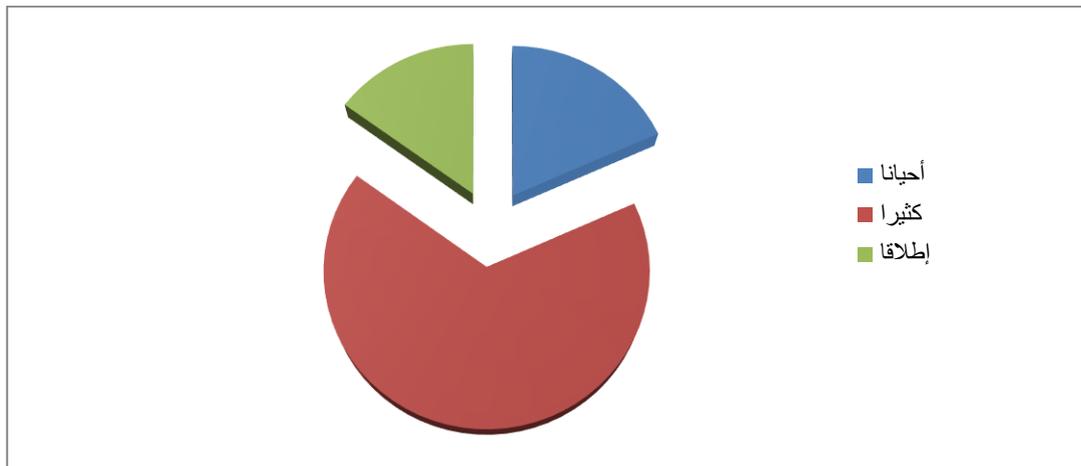
السؤال الثاني: عند نهاية حصة التربية البدنية والرياضية هل تشعر بارتياح من ضغط حجات الدراسة؟
الغرض من السؤال: الغرض منه معرفة إن كان التلاميذ يشعرون بارتياح عند نهاية حصة التربية البدنية والرياضية بعد ضغط حجات الدراسة.

عرض نتائج السؤال الثاني:

الجدول العاشر:

السؤال	الإجابات			المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	أحيانا	كثيرا	إطلاقا					
02	11	40	09	60	15.1	0.05	02	دال
التكرارات	18.33%	66.67%	15%	100				
النسبة %								

الجدول رقم (10) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثاني



الشكل (09): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (10)

تحليل نتائج الجدول العاشر: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة إن كان التلاميذ يشعرون بارتياح عند نهاية حصة التربية البدنية والرياضية بعد ضغط حجات الدراسة، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 66.67% من التلاميذ كثيرا ما يشعرون بالراحة، في حين نجد أن نسبة 18.33% من التلاميذ أحيانا ما يشعرون بالارتياح، وعند مقارنتنا لهذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمع، حيث تحصلنا على قيمة ك² المحسوبة 15.1 وك² الجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 02، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة. ومنه نستنتج أن التلاميذ يشعرون بارتياح عند نهاية حصة التربية البدنية والرياضية بعد ضغط حجات الدراسة.

السؤال الثالث: عندما تكون عصبيا أو قلقا هل ترتاح نفسيتك عند مشاركتك في حصة التربية البدنية والرياضية؟

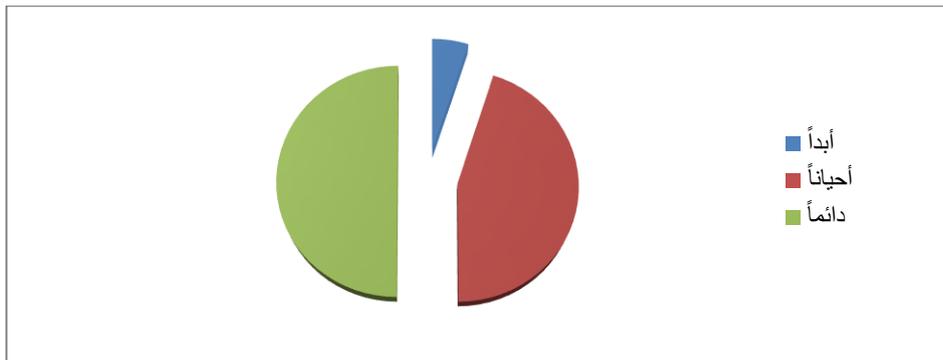
الغرض من السؤال: هو معرفة لما يكون التلاميذ عصبين أو قلقين ترتاح نفسيتهم عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية.

عرض نتائج السؤال الثالث:

الجدول الحادي عشر:

السؤال	الإجابات			المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	أبدأ	أحيانا	دائماً					
03	أبدأ	أحيانا	دائماً	60	19.9	0.05	02	دال
التكرارات	03	27	30					
النسبة %	05%	45%	50%					

الجدول رقم (11) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الثالث



الشكل (10): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (11)

تحليل نتائج الجدول الحادي عشر: هو معرفة لما يكون التلاميذ عصبيين أو قلقين ترتاح نفسيتهم عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 50% من التلاميذ قالوا دائماً ما ترتاح نفسيتهم عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية لما يكونوا عصبيين أو قلقين، في حين نجد أن نسبة 45% أجابوا بأن أحياناً ما يرتاحوا، ونجد أن نسبة 05% أجابوا بأن ليس هناك تأثير، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمع، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 19.9 وك² الجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 02، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة.

ومنه نستنتج أن هناك اختلاف جوهري بين التلاميذ من حيث معرفة لما يكون التلاميذ عصبيين أو قلقين ترتاح نفسيتهم عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الرابع: عندما تكون في شدة القلق هل تمارس النشاط البدني والرياضي؟

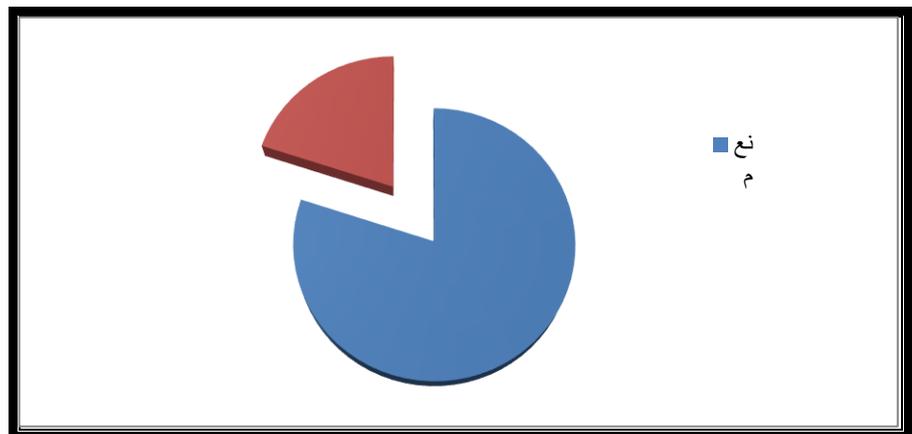
الغرض من السؤال: الغرض منه معرفة إن كان التلاميذ في حالة القلق يمارسون النشاط البدني والرياضي.

عرض نتائج السؤال الرابع:

الجدول الثاني عشر:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	نعم	لا					
04	48	12	60	15.6	3.84	01	دال
التكرارات	80%	20%	100				
النسبة %							

الجدول رقم (12) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الرابع



الشكل (11): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (12)

تحليل نتائج الجدول الثاني عشر: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة إن كان التلاميذ في حالة القلق يمارسون النشاط البدني والرياضي، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 80% من التلاميذ في حالة القلق يمارسون النشاط البدني والرياضي، في حين نجد أن نسبة 20% من التلاميذ لا يمارسون النشاط، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 15.6 وك² الجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 02، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة.

ومنه نستنتج أن التلاميذ في حالة القلق يمارسون النشاط البدني والرياضي.

السؤال الخامس: هل تعتبر مشاركتك في حصة التربية البدنية والرياضية لها جانب إيجابي على راحتك النفسية؟

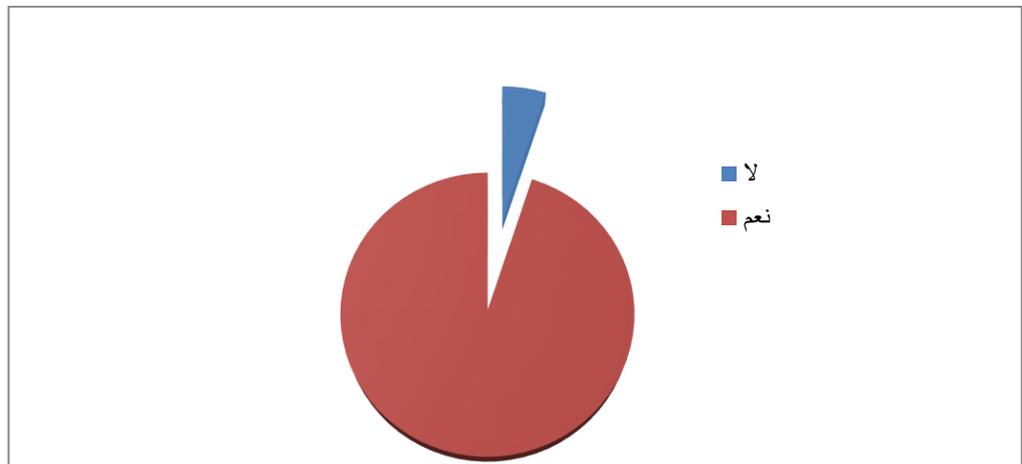
الغرض من السؤال: الغرض منه هو معرفة إن كان يعتبر مشاركة التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية لها جانب إيجابي على راحتهم النفسية.

عرض نتائج السؤال الخامس:

الجدول الثالث عشر:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² لمحسوبة	ك ² لجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	لا	نعم					
05	03	57	60	48.6	0.05	01	دال
التكرارات	03	57	60	48.6	3.84	01	
النسبة %	05%	95%	100	48.6	3.84	01	

الجدول رقم (13) يوضح نسبة الإجابات للسؤال الخامس



الشكل (12): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (13)

تحليل نتائج الجدول الثالث عشر: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة إن كان يعتبر مشاركة التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية لها جانب إيجابي على راحتهم النفسية، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 95% من الإجابات يعتبر مشاركة التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية لها جانب إيجابي على راحتهم النفسية، في حين نجد أن نسبة 03% من نسبة التلاميذ قالوا أن لا يؤثر شيء، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمع، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 48.6 وك² الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة، أي أن هناك دلالة إحصائية.

ومن هنا نستنتج أن مشاركة التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية لها جانب إيجابي على راحتهم النفسية.

السؤال السادس: هل يعطيك ممارسة التربية البدنية والرياضية دافعاً إيجابياً للعودة إلى جو الدراسة براحة نفسية جيدة؟

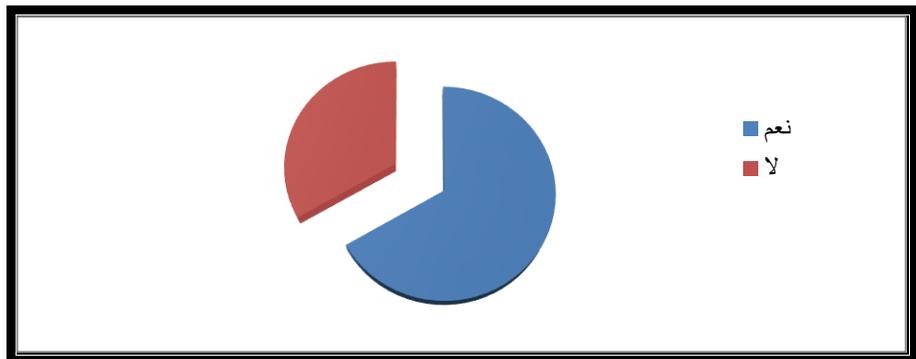
الغرض من السؤال: يهدف السؤال إلى معرفة إن كان يعطي التلاميذ ممارسة التربية البدنية والرياضية دافعاً إيجابياً للعودة إلى جو الدراسة براحة نفسية جيدة.

عرض نتائج السؤال السادس:

الجدول الرابع عشر:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	نعم	لا					
06	40	20	60	6.66	0.05	01	دال
التكرارات	66.67%	33.33%	100				
النسبة %							

الجدول رقم (14) يوضح نسبة الإجابات للسؤال السادس



الشكل (13): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (14)

تحليل نتائج الجدول الرابع عشر: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة إن كان يعطي التلاميذ ممارسة التربية البدنية والرياضية دافعاً إيجابياً للعودة إلى جو الدراسة براحة نفسية جيدة، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 66.67% عبروا أن ممارسة التربية البدنية والرياضية تعطيهم دافعاً إيجابياً للعودة إلى جو الدراسة براحة نفسية جيدة، في حين نجد أن نسبة 33.33% من التلاميذ عبروا بـ "لا"، وعند مقارنة هذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 6.66 وك² الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة.

ومنه نستنتج أن هناك اختلاف جوهري بين التلاميذ من حيث معرفة إن كان يعطي التلاميذ ممارسة التربية البدنية والرياضية دافعاً إيجابياً للعودة إلى جو الدراسة براحة نفسية جيدة.

السؤال السابع: عند مشاركتك في حصة التربية البدنية والرياضية هل ترى الارتياح والفرح في مزاج زملائك؟

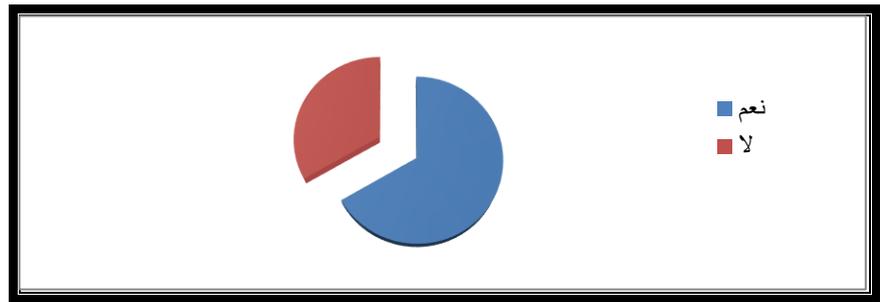
- الغرض من السؤال: يهدف السؤال إلى معرفة التلاميذ عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية إن كانوا يشعرون بالارتياح والفرح في مزاج بعضهم البعض.

- عرض نتائج السؤال السابع:

- الجدول الخامس عشر:

السؤال	الإجابات		المجموع	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	نعم	لا					
07	40	20	60	6.66	3.84	01	دال
التكرارات	66.67%	33.33%	100				
النسبة %							

الجدول رقم (15) يوضح نسبة الإجابات للسؤال السابع



الشكل (14): دائرة نسبية تمثل نتائج الجدول (15)

تحليل نتائج الجدول الخامس عشر: من خلال الجدول أعلاه والذي يبين معرفة التلاميذ عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية إن كانوا يشعرون بالارتياح والفرح في مزاج بعضهم البعض، ومن خلال النتائج نلاحظ أن نسبة 66.67% عبروا أن مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية يشعرون بالارتياح والفرح في مزاج بعضهم البعض، في حين نجد أن نسبة 33.33% من التلاميذ عبروا بـ "لا"، وعند مقارنتنا لهذه النسب التي تقابل التكرارات المبينة في الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، حيث حصلنا على قيمة ك² المحسوبة 6.66 وك² الجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 01، وعليه فإن هناك دلالة إحصائية بين التكرارات مادامت ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة.

ومنه نستنتج أن هناك اختلاف جوهري بين التلاميذ من حيث معرفة التلاميذ عند مشاركتهم في حصة التربية البدنية والرياضية إن كانوا يشعرون بالارتياح والفرح في مزاج بعضهم البعض.

5-1- التحليل والمناقشة:

في بحثنا هذا قمنا بدراسة وتسليط الضوء على تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلميذ المراهق من 15-18 سنة لثلاث ثانويات ببلدية خميس مليانة لولاية عين الدفلى وبعد تطرقنا إلى عرض النتائج وتحليلها، نقوم بمناقشتها وهذا لنرى إن تحققت فرضيات البحث.

5-1-1- التحقق من الفرضية الأولى والتي تنص على:

لحصة التربية البدنية والرياضية أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى التلميذ المراهق:

ومن خلال الجداول رقم 02 حتى رقم 08 والتي تنتمي إلى استمارة تحليل النتائج المتعلقة بحصة التربية البدنية والرياضية ودورها في أثرها الايجابي في التخفيف من شدة الضغوط النفسية الذهنية والبدنية. وهذا ما رأيناه في أهمية التربية البدنية والرياضية الذي لها الدور والفضل في تخفيف الضغوط النفسية الذهنية والبدنية ، وتشخيص الجانب النفسي للتلاميذ وإمدادهم بالتحفيز والدعم المعنوي من قبل الأستاذ. واستنتجنا من خلال إجابات أفراد مجموعة البحث حول أهمية التربية البدنية والرياضية مقارنة بالمواد الأكاديمية الأخرى، وبالتالي تحقيق أفضل النتائج الدراسية عند إبعادهم عن الضغوطات النفسية، وهذا ما يؤكد صحة فرضيتنا الجزئية الأولى وبما أن النشاط الرياضي جزء من التربية العامة، وهدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية الانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع مختلفة من النشاط البدني لتحقيق هذه الأغراض، وذلك يعني أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية، مع مراعاة المرحلة السنية التي يجتاها الطفل حيث يكون عدم انتظام في النمو من ناحية الوزن والطول مما يؤدي إلى نقص التوافق العصبي وهذا ما يحول دون نمو سليم للمراهق. إذ يلعب النشاط الرياضي دورا كبيرا وأهمية بالغة في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب، وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به المراهق من حركات وهذا من الناحية البيولوجية. أما من الناحية الاجتماعية فيوجد التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الممارسة الرياضية يزيد من اكتسابهم الكثير من الصفات التربوية وأثر إيجابي على الحالة النفسية للتلميذ.

5-1-2- التحقق من الفرضية الثانية والتي تنص على:

المشاركة التربوية البدنية والرياضية تخلق روحا نفسية واجتماعية لدى التلاميذ.

ومن خلال الاستبيان الخاص بالتلاميذ والنتائج المتحصل عليها في الجداول رقم 09 حتى 15 الخاص بتحليل الفرضية الثانية نستنتج أن معظم التلاميذ يرون أن للتربية البدنية والرياضية علاقة بتحسين السلوك الانفعالي وتخلق روحا اجتماعية لديهم من خلال مشاركتهم في الأنشطة الجماعية في الحصة وله أثر إيجابي على حالتهم النفسية وعند تضييع الوقت للحصة أيضا يقلقهم ذلك وعلى الأستاذ يجب أن يعمل على تحفيز تلاميذته في القسم كثيرا أثناء أدائهم للنشاط البدني والرياضي هذا ما يؤكد صحة فرضيتنا الجزئية

الثانية. من خلال أسامة كامل راتب في الصفحة أنه بالرغم من أن بعض الباحثين في علم النفس الرياضي يرون أنه في بعض الأحيان قد يسهم إدراك التلميذ للتهديد كنتيجة للضغط الواقع عليه أثناء الدراسة إلى تعبئة قوى التلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وتحفيزه، وبالتالي يتأثر أداء التلميذ بصورة إيجابية نفسياً واجتماعياً وبما أن بما أن النشاط الرياضي جزء من التربية العامة، وهدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع مختلفة من النشاط البدني لتحقيق هذه الأغراض، وذلك يعني أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية، مع مراعاة المرحلة السنية التي يجتازها الطفل حيث يكون عدم انتظام في النمو من ناحية الوزن والطول مما يؤدي إلى نقص التوافق العصبي وهذا ما يحول دون نمو سليم للمراهق، مما يؤكد صحة فرضيتنا الجزئية الثانية.

-استنتاج العام للدراسة:

نستخلص من هذه الدراسة أن النشاط البدني الرياضي له أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى المراهقين، كما تؤثر في التلاميذ وتحد من سلوكهم العدواني وتكسبهم بعض السمات الشخصية التي تجعلهم يحسنون المعاملة والاحترام بين الآخرين، وتعلمهم النظام واحترام الزملاء، فهي بيئات فعالة لتعاون مع الآخرين والتحلي بالروح الرياضية، كما تجعل عند ممارستها أن لا يعتدون على الغير بأي سبب من الأسباب ولا يمتازون بالسلوك العدواني خلال ممارستها إنما يمتازون ببعض جوانبه وهذا راجع لحدثة سنهم، كما تخلق علاقة تخصصية نموذجية وليست عدوانية، وهذا ما يلخص ويحقق لنا الفرضية الأولى.

- وإن النشاط البدني الرياضي يساهم في التوافق النفسي لدى المراهق، بعدما كنا نهدف إلى معرفة إن كان يعطي للتلميذ المشاركة في الرياضات الجماعية راحة نفسية وذهنية واجتماعية، وهكذا نرى أنه باستطاعة النشاط الرياضي أن يساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ صحي للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية، كما يخلق تلك الروح الجماعية من خلال مشاركتهم ككتلة واحدة وعليه يمكن القول أنه تمكنا من تحقيق فرضيتنا الثانية.

التوصيات والاقتراحات:

على ضوء دراستنا لنتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ والدراسة المفصلة في هذا الجانب والتي نعتبرها ما هي إلا دراسة بسيطة ومحصورة في ظل الإمكانيات المتوفرة والموجودة ورغم ذلك فإننا أردنا أن نعطي بداية لانطلاق بحوث ودراسات أخرى في هذا المجال بتوسع وفهم أكثر.

وعلى هذا الأساس نتقدم ببعض التوصيات التي نتمنى من خلالها أن تكون عاملاً مساعداً ومسهلاً لكل المشاكل التي يجدها المراهقين في حياتهم اليومية.

- 1- تغيير نظرنا للنشاط البدني الرياضي بأنها سبب من أسباب تحسين الحالة النفسية.
- 2- الحث على ممارستها والحرس على جوهرها والتعاون والاحترام.
- 3- النظر إليها بأنها وسيلة لإنشاء أفراد صالحين للمجتمع.
- 4- الحث على التعاون والتعلم وعلى اللعب الجماعي وحب الآخرين.
- 5- إعطاء أهمية كبيرة للنشاط البدني والرياضي داخل المؤسسات التربوية بتسخير كل اللوازم المادية والمعنوية للمراهقين.
- 6- توعية المراهقين بخطورة السلوكات العدوانية وأثرها على شخصية الفرد.
- 7- الاهتمام بالمراهقين اهتماماً كبيراً ومراعاتهم لتفادي الانحراف.
- 8- توجيه المراهقين في حياتهم الاجتماعية والرياضية ومرافقتهم.
- 9- إعطاء المسؤولية للمراهقين لتحسين سلوكياتهم وإشراكهم في وضع القوانين والأسس للسير الحسن داخل المؤسسة التربوية.

حَاطَةُ

خاتمة:

تبعاً للإشكالية المطروحة والمتمثلة في انعكاس ممارسة النشاط البدني على الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية تبين لنا أن للنشاط البدني ولحصة التربية البدنية والرياضية دور مهم في تنمية الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق.

حيث افترضنا وجود علاقة ايجابية بين الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق مع التربية البدنية والرياضية وهذا ما تبين لنا من خلال النتائج المتحصل عليها لمطابقتها مع الفرضيات بحيث أكدت بالفعل التأثير الإيجابي لحصة التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ.

ومن هنا نستنتج أن للتربية البدنية والرياضية دور فعال ومهم في حياة المراهق من أجل إعداد النفسي والاجتماعي.

ومن خلال هذا البحث أردنا توعية المجتمع بشريحة المراهقين من أجل تجنب العديد من المشاكل ومساعدتهم في تحسين مستواهم ووصولهم إلى درجات عليا من أجل تحقيق أهدافهم.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قائمة المراجع

قائمة المصادر:

1- القرآن الكريم: سورة الأنفال، الآية 60.

قائمة المراجع باللغة العربية:

1- الرفاعي احمد حسين : مناهج البحث العلمي تطبيقات الغدارية والاقتصادية، ب ط، دار وائل، عمان، 1998.

2- الفنيدي محمد: علم النفس الرياضي للأسس النفسية للتربية، الرياض.

3- أبو الفضل جمال الدين ابن منظور: " لسان العرب "، ب ط، ج3، دار الطباعة والنشر، لبنان، 1997.

4- أحمد محمد الزغبى: علم النفس النمو، المكتبة الوطنية عمان، الأردن، 2001.

5- أكرم رضا: مرافقة بلا أزمة، ب ط، ج3، دار التوزيع والنشر الإسلامية، مصر، 2000.

6- أمير أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2000.

7- حامد زهران: علم النفس الاجتماعي، ط4، علم الكتب، القاهرة، 1977.

8- حامد عبد السلام زهران : علم النفس الطفولة والمرافقة ، ط5، دار عالم الكتب ، مصر، 2001.

9- حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو للطفولة والمرافقة ، ب ط، عالم الكتب، بدون بلد، 1982.

- 10- حسن أحمد الشافعي: حقوق الإنسان وقانون الطفل في التربية البدنية والرياضية في الشريعة الإسلامية، المواثيق الدولية، الإقليمية، المحلية، ط1 ، دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية.
- 11- ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه أدواته وأساليبه، ط1، الجامعة الأردنية، 1998.
- 12- رابح تركي: أصول التربية والتعليم، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990.
- 13- زيدان محمد مصطفى: النمو النفسي للطفل والمراهق، نظريات الشخصية، جدة، 1991.
- 14- سامي عريفج وآخرون: منهج البحث العلمي وأساليبه، ط1، مجدلاوي للنشر، عمان، 1987.
- 15- سامي ملحم: مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط1، دار المسيرة ، الأردنية، 2000،
- 16- سعدية محمد بهاور: علم النفس النمو، دار البحوث العلمية للنشر والتوزيع، الكويت، 1977.
- 17- عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: النمو من الطفولة إلى المراهقة، الخنساء للنشر والتوزيع، دون تاريخ.
- 18- عبد الغني الإيدي : التحليل النفسي للمراهقة ، ب ط، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، ب س.

- 19- عبد الغني الإيدي: ظواهر المراهق وخفاياه، ط1 ، دار الفكر للملايين ، بدون بلد، 1995.
- 20- عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي، النمو النفسي، ط4، دار النهضة العربية، 1973.
- 21- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي النظريات والتطبيقات، ط2، دار الكتب الجامعية، مصر، 1972.
- 22- علي محمد زكريا: التربية الصحية بين النظرية والتطبيق، ط1، 1983.
- 23- علي يحي المنصوري: الثقافة والرياضة، الجزء الأول، د ط، 1971.
- 24- عمار بوحوش، محمد محمود الزنياد: مناهج البحث العلمي، أسس وأساليب، ط1، مكتبة المنار للطباعة للنشر والتوزيع، الأردن، 1989.
- 25- عواطف أبو على: التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطبع والنشر، القاهرة.
- 26- فاخر عقل : علم النفس التربوي ، ط3، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، ب س.
- 27- كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق ، ب ط ، دار النهضة العربية ، لبنان، 1997.
- 28- كمال ايت منصور، رابع طهير : منهجية إعداد البحث العلمي، دار الهدى للطباعة والنشر، عين مليلة، 2003.
- 29- ليلي عبد العزيز زهران: علم النفس الاجتماعي، ط5، عالم الكتب.

- 30- ليهي فؤاد السيد: الأسس النفسية للنمو، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975.
- 31- محمد السيد محمد الزعبلوي: خصائص النمو في المراهقة، ط1، مكتبة التوبة، مصر، 1988.
- 32- محمد زياد حمدان : علم النفس النمو التربوي مجالاته ونظرياته وتطبيقاته المدرسية ، ط1، دار التربية الحديثة، الأردن، 2000.
- 33- محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي: التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، مصر، القاهرة، 1965.
- 34- محمد عماد الدين إسماعيل: النمو في مرحلة المراهقة، ط1، دار القلم للطباعة و النشر والتوزيع، مصر، 1986.
- 35- محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطبي: نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، 1992.
- 36- محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطبي: نظريات وطرق التربية البدنية، د ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1993.
- 37- محمد مصطفى زيدان: علم النفس الاجتماعي، جامعة العلوم الاجتماعية، الخروبة، الجزائر، 1914.
- 38- محمد مصطفى زيدان: علم النفس الاجتماعي، د ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 39- محمد مصطفى زيدان: علم النفس التربوي، دار المشرق، جدة.
- 40- محمود حسن: الأسرة ومشكلاتها، ب ط، دار النهضة العربية، لبنان، 1981.

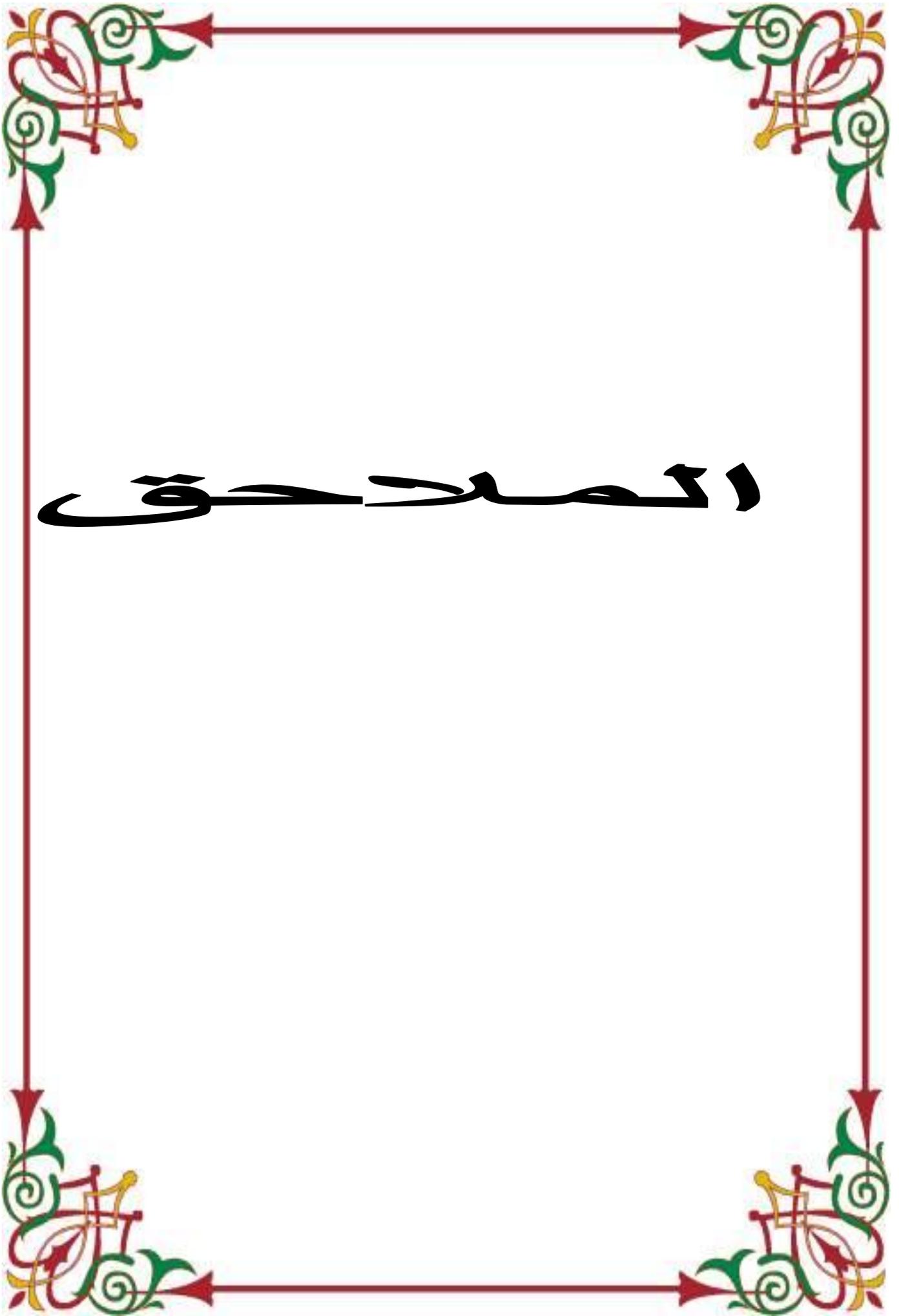
- 41- محمود حمودة: "الطفولة والمراهقة، ب ط، دار الفكر العربي، بدون بلد، ب س.
- 42- مريم سليم: علم النفس النمو ، ط1، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع ، لبنان ، 2002.
- 43- مصطفى سويف: مقدمة لعلم النفس الاجتماعي، الفصل الأول.
- 44- مصطفى فهمي: الأسس النفسية للنمو من الطفولة والشيخوخة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975.
- 45- منجد في اللغة العربية والإعلام: دار المشرق الشرقية، بيروت، ط42، 2007.
- 46- موسوعة :التغذية وعناصرها ، ب ط، الشركة الشرقية للمطبوعات، لبنان، 1982.
- 47- وليام ماترز، رالف بيتز، تعريب خليل رزوق: المراهق والبلوغ، د ط، دار الحرف العربي للطباعة والنشر والتوزيع، ب ت.
- 48- يوسف ميخائيل اسعد : رعاية المراهقين ، ب ط، دار غريب للطباعة والنشر، بدون بلد ، ب س.

شهادة الليسانس:

- 1- أخضر إسماعيل: الآثار النفسية والاجتماعية في العلاقات بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ فيما بينهم في مرحلة الثانوية، شهادة ليسانس، فصل التربية العامة والنشاط البدني الرياضي، 2013.
- 2- ذراع الشيخ عيسى وآخرون : المقاربات النفسية الاجتماعية وأثرها على العلاقة بين الأستاذ والتلميذ في التربية البدنية والرياضية، ف. ت. ب. ر. ليسانس، 2013.

قائمة المراجع باللغة الفرنسية :

l - a r t : n°= 17/1995 de journal officiel de la république démocratique et populaire.



المصطفى

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الجبالي بونعامة بخميس مليانة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة إستبائية
خاصة بالتلاميذ

في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعنوان (مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي) نرجوا من سيادتكم التكرم بالإجابة على الأسئلة التالية وذلك باستخدام المعلومات المطلوبة في هذه الصفحة. إذ أن تعاونكم معنا عنصر أساسي لنجاح هذا البحث العلمي.

ملاحظة: نرجوا وضع علامة (X) أمام الإجابة المناسبة ونشكر صدق مساهمتكم.

تحت إشراف الدكتورة:

- توشن صافية

إعداد الطلبة:

- دوحة حمزة

- بلخوص محمد

السنة الجامعية: 2021 / 2022

المحور الأول : لممارسة النشاط البدني الرياضي أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى التلاميذ.

1- هل تشارك في حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا

2- إذا غاب أستاذ التربية البدنية والرياضية بماذا تشعر؟

بالملل بالسعادة لا مبالي

3 - هل يقلقك تضييع الوقت أثناء المناداة ومراقبة الهدام من طرف أستاذك؟

نعم لا

4 - عند قيام أستاذك بشرح درس الحصة دون اختصار بماذا تحس؟

الارتياح القلق

5- هل تشعر بالراحة النفسية عند ممارسة النشاط البدني والرياضي؟

نعم لا

6 - هل توجد محفزات معنوية يقدمها الأستاذ لكم بغرض التشجيع على ممارسة النشاط البدني والرياضي؟

نعم لا

7- هل ينعكس عدم ممارسة النشاط البدني والرياضي سلبياً على حالتكم المعنوية؟

نعم لا

8- كيف يؤثر ممارستك للنشاط البدني والرياضي؟

ايجابياً سلبياً لا يوجد تأثير

المحور الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي يخلق روحاً نفسية واجتماعية متزنة وإيجابية لدى التلاميذ.

1- هل أنت بحاجة إلى التحفيز من طرف أستاذك أثناء ممارستك للنشاط البدني؟

قليلًا لا يهم كثيراً

2- عند نهاية حصة التربية البدنية والرياضية هل تشعر بارتياح من ضغط حجات الدراسة؟

كثيراً أحياناً إطلاقاً

3- عندما تكون عصبياً أو قلقاً هل ترتاح نفسيته عند مشاركتك في حصة التربية البدنية والرياضية؟

دائماً أبداً أحياناً

4- عندما تكون في شدة القلق هل تمارس النشاط البدني والرياضي؟

نعم لا

5- هل تعتبر مشاركتك في حصة التربية البدنية والرياضية لها جانب إيجابي على راحتك النفسية؟

نعم لا

6- هل يعطيك ممارسة التربية البدنية والرياضية دافعاً إيجابياً للعودة إلى جو الدراسة براحة نفسية جيدة؟

نعم لا

7- عند مشاركتك في حصة التربية البدنية والرياضية هل ترى الارتياح والفرح في مزاج زملائك؟

نعم لا

جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

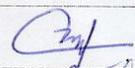
إستمارة تحكيمية

في إطار تحضير مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي يشرفنا أن نتقدم إليكم بهذه الاستمارة من أجل تحكيم الاستبيان الموجه لأساتذة التربية البدنية والرياضية وأسئلة المقابلة الموجهة لتلاميذ الطور النهائي تحت موضوع:

(مدى تأثير شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي)

نرجوا منكم قراءة الأسئلة والإدلاء بأرائكم وتوجهاتكم وتعديلاتكم نحو هذا الاستبيان من أجل الوصول إلى نتائج تخدم هذه الدراسة العلمية.

وفي الأخير تقبلوا منا فائق الشكر والتقدير والاحترام.

الإمضاء -	الملاحظة	الدرجة العلمية	الأستاذ (ة)
	مقبول	أستاذ جامعي	بوكرام بلقاسم
	مقبول مع التحسين	أ.م.أ	عزيرت براهم
	مقبول مع التحسين	أستاذ الجامعي	أديل بلقاسم

تحت إشراف الدكتورة:

- توشن صافية.

من إعداد الطلبة:

- دوحة حمزة.

- بلخوص محمد.

السنة الجامعية: 2021 - 2022

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

République Algérienne Démocratique et Populaire

MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR
ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
UNIVERSITE DJILALI BOUNAAMA
DE KHEMIS-MILIANA
INSTITUT DES STAPS



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجيلالي بونعامه
بخميس مليانة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

خميس مليانة : 2022-04-24

الرقم : 27 / م ع ت ن ب ر / ج خ م / 2022

إلى السيد : م. د. عبد المطلب خميس مليانة
ب. د. عبد المطلب خميس مليانة

الموضوع : تسهيل مهمة

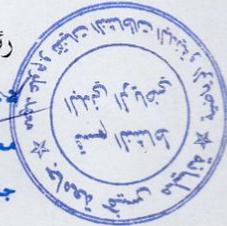
يشرفنا أن نطلب من سيادتكم تسهيل مهمة الطالب :

اللقب والاسم : د. د. حسة حسمونة رقم تسجيل : 4.4.32.20.40.40المسجل في السنة : الثالثة ليسانس الثانية ماستر تخصص : التنشيط البدني الرياضي المدرس بسيوذلك للقيام بتغطية ميدانية خاصة لإنجاز مذكرة تخرج تحت عنوان : دور التنشيط البدني كأساس للتربيةالبدنية والرياضية زيادة الإقبال نحو المراسلة المسؤوللنيل شهادة : م. د. حسمونة في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

رئيس القسم :

د. حريزي عبد النور
استاذ محاضر قسم
معهد علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضية
جامعة الجيلالي بونعامه



موافق على الترخيص
إلى السيد : عبد المطلب خميس مليانة
المدير
عبد الله قباح

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

République Algérienne Démocratique et Populaire

INISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR
ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
UNIVERSITE DJILALI BOUNAAMA
DE KHEMIS-MILIANA
INSTITUT DES STAPS



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجيلالي بونعامة
بخميس مليانة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

خميس مليانة : 2022/2021

الرقم : 277 / م ع ت ن ب ر / ج خ م / 2022

إلى السيد : مدير / خانووية مهدي
قروشي مليانة

الموضوع : تسهيل مهمة

يشرفنا أن نطلب من سيادتكم تسهيل مهمة الطالب :

اللقب والاسم : د. و. جيبك. حسيمة رقم تسجيل : 44.32.20.40.40.....

المسجل في السنة : الثالثة ليسانس الثانية ماستر تخصص : النشاط البدني الرياضي المدرسي

وذلك للقيام بتغطية ميدانية خاصة لإجاز مذكرة تخرج تحت عنوان : دور تنمية أسس التدريب

البدنية والرياضية في زيادة الإقبال نحو الممارسة في الطور الثانوي

لنيل شهادة : مساهمة (في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية).

تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

رئيس القسم :

د. حريزي عبد النور
أستاذ معاصر قسم
معهد علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضية
جامعة الجيلالي بونعامة

