

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجبالي بونعامة بخميس مليانة



معهد علوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية
مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في النشاط البدني الرياضي
التربوي

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة حالة في بعض ثانويات ولاية عين الدفلى

إشراف الأستاذ:

* حملاوي محمد

إعداد الطالبان:

- أحمد بوشارب أحمد

- فتحي سعيد

السنة الجامعية

2015/2014

إنني رأيت أن لا يكتب إنسان كتاباً في يومه إلا قال في خده: لو
غيرت هذا لكان أحسن، ولو زيد لكان يستحسن ولو قدم
هذا لكان أفضل، ولو ترك هذا لكان أجمل، وهذا من أعظم
العبر، وهو دليل استيلاء النقص على جملة البشر

العماد الأصفهاني

(1125-1201)م

شكرو وتقدير

أنتقدم بأسمى عبارات الشكر:

إلى خالقنا ومولانا وموقفنا الذي لا إله إلا هو، إلى من نسأله بكل اسم هو له

أن يجعل هذا الجهد في ميزان حسناتنا، وأن يجعل نياتنا خالصة لوجهه الكريم، إلى الذي تعجز الكلمات عن حمده وشكره، فيا رب لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك، الحمد لله حمدا كثيرا، إلى من كان رحمة للعالمين، إلى من هو قوتنا في كل حين، إلى من نسعى دوما لإتباع خطاه، إلى من أوصانا بطلب العلم، إلى سيدنا وحبيبنا ورسولنا الكريم، الصادق الأمين، محمد وعلى آله الطيبين وأصحابه الطاهرين صلاة وسلاما دائمين إلى يوم الدين.

إلى الأستاذ حملاوي محمد الذي بفضلته تغلبت على الصعاب، والذي كانت له علي يدا بيضاء لا أستطيع مكافأته عليها إلا بالدعاء، فحفظه الله ورعاك وأطال في عمرك لفعل الخير.

إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بخميس مليانة الذين ثابروا على تعليمنا وتوجيهنا لطريق العلم.

إلى كل أصدقائنا الطلبة الذين كانوا عوننا لنا، حفظهم الله وجعل عملهم في ميزان حسناتهم آمين.

إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد وله منا كل التقدير.

إلى كل هؤلاء لكم منا ألف شكر.

احمد

فتحي

الإهداء

لوسأل القلب عن الأحبة بعد الله والرسول فإنه لا يعرف إلا هؤلاء،
فألف تحية وسلاملتي رفع الله من مقامها وجعل الجنة تحت أقدامها، ربحانة حياتي وبهجتها،
صاحبة القلب الكبير،أمي الحبيبة حفظها الله.

إلى الذي منحه الله القوة لمنحي الأدب والتربية، إلى الذي باع راحة شبابه وأشعل سنين عمره شموعا
ليشوق لي الطريق، فكان لي درع أمان أحتمي به من غدر الزمان، أبي العزيز حفظه الله.

إلى إخوتي الأعزاء ، وأخواتي الغاليات أدامهم الله وحفظكم لي.

إلى الصغيرة الغالية ابنة أخي " نور الهدى" والغالي عبد الحق دمتي لي نورا ولوالديك.

إلى الكتكوت الصغير ابن أختي "محمد إسلام" حفظك الله لي ولوالديك.

إلى الصغيرة الغالية ابنة أخي " رهف" مبتسمة دائما.

إلى كل الاحباء و الصداقاء.

إلى كل من تقاسم معي أحلى لحظات عمري، كل النفوس الجميلة والطيبة،

إلى كل أساتذتي إلى كل من عرفني

إلى جميع طلبة التربية البدنية والرياضية دفعة2014- 2015.

إلى كل من أحبوني في الله وأحبتهم وكل من أعانوني ولو بالكلمة الطيبة.

إلى كل من أخطأت في حقهم ملتسما منهم العذر.

أهدي لهم ثمرة جهدي المتواضع.

فتحي أحمد

الصفحة	العنوان
	كلمة شكر و تقدير.
	الإهداء.
	قائمة المحتويات.
	قائمة الجداول و الأشكال.
	ملخص البحث بالعربية.
أ، ب	مقدمة.
الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة	
04	1- الإشكالية.
05	2- فرضيات البحث.
05	2-1- الفرضية العامة.
05	2-2- الفرضيات الجزئية.
05	3- أهداف الدراسة.
06	4- أهمية الدراسة.
06	5- تحديد المفاهيم.
08	6- الدراسات السابقة.
09	7- صعوبات البحث.

الجانب النظري

الفصل الاول: النشاط البدني الرياضي التربوي

	تمهيد
	1-1- مفهوم النشاط.
	1-2- مفهوم النشاط البدني.
13	1-3- المفهوم التربوي.
14	1-4- تعريف النشاط البدني الرياضي.
14	1-5- فلسفة النشاط البدني الرياضي التربوي.
14	1-5-1- النظرة المثالية.
15	1-5-2- المدرسة الطبيعية.
15	1-5-3- المدرسة البرجماتية.
16	1-6- علاقة النشاط البدني الرياضي بالتربية العامة.
16	1-7- النشاط البدني الرياضي في الجمهورية الجزائرية.
16	1-8- الخصائص النفسية للنشاط البدني الرياضي.
17	1-9- أهمية الأنشطة الممارسة في المرحلة الثانوية.
17	1-10- أهداف النشاط البدني الرياضي.
17	1-10-1- الأهداف التربوية.
18	1-10-2- الأهداف التعليمية.

18	10-3-1- الأهداف السلوكية النهائية.
18	11-1- دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي.
19	1-11-1- دوافع مباشرة.
19	2-11-1- دوافع غير مباشرة.
19	12-1- تقسيمات النشاط البدني الرياضي التربوي.
20	10-1- خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي.
20	13-1- أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي.
21	14-1- تصنيفات النشاط البدني الرياضي التربوي.
21	1-14-1- درس التربية البدنية و الرياضية.
21	1-1-14-1- تعريفه.
21	2-1-14-1- واجبات درس التربية البدنية و الرياضية.
21	3-1-14-1- أهمية درس التربية البدنية و الرياضية.
22	2-14-1- النشاط الرياضي الداخلي.
22	1-2-14-1- تعريفه.
22	2-2-14-1- أهمية النشاط الرياضي الداخلي.
22	3-2-14-1- أهداف النشاط الرياضي الداخلي.
23	4-2-14-1- أنواع النشاطات الداخلية.
23	5-2-14-1- ميزانية النشاط الداخلي.
23	6-2-14-1- برنامج النشاط الداخلي.
24	3-14-1- النشاط الرياضي الخارجي.

24	1-14-3-1- تعريفه.
24	1-14-3-2- أهمية النشاط الخارجي.
25	1-14-3-3- أهداف النشاط الخارجي.
25	1-14-3-4- أسس إعداد و تنظيم النشاط الخارجي.
27	خلاصة.
الفصل الثاني: الضبط الاجتماعي	
29	تمهيد.
30	2. الخلفية التاريخية للضبط الاجتماعي
31	3 — تعريف الضبط الاجتماعي
32	3-1- نظريات الضبط الاجتماعي
33	3-4- أنواع الضبط الاجتماعي
34	3-5- وسائل الضبط الاجتماعي
35	3-6- أهداف الضبط الاجتماعي
36	3-7- أهمية الضبط الاجتماعي
36	3-8- فاعلية الضبط الاجتماعي
37	خلاصة
الفصل الثالث: المراهقة	
39	تمهيد.

40	3- مفهوم المراقبة.
40	3-1- تعريف المراقبة.
40	3-2- بعض التعاريف المختلفة للمراقب.
41	3-3- تحديد مراحل المراقبة.
41	3-3-1- المراقبة المبكرة (12-14 سنة).
42	3-3-2- المراقبة الوسطى (15-17 سنة).
42	3-3-3- المراقبة المتأخرة (18-21 سنة).
42	3-4- خصائص النمو في مرحلة المراقبة.
46	3-5- مشكلات المراقبة
46	3-6- حاجيات المراقب.
49	3-7- أشكال المراقبة.
51	3-8- أهمية الرياضة بالنسبة للمراقبين.
52	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للبحث	
55	تمهيد.
56	4-1- الدراسة الاستطلاعية.
56	4-2- المنهج المتبع.
57	4-3- المجتمع و عينة البحث.
57	4-3-1- مجتمع البحث.

57	4-3-2- عينة البحث.
58	4-4-1- مجالات البحث.
58	4-4-2- المجال المكاني.
58	4-4-3- المجال البشري.
58	4-4-3- المجال الزماني.
58	4-5- متغيرات البحث.
58	4-5-1- المتغير المستقل.
59	4-5-2- المتغير التابع.
59	4-6- أدوات الدراسة.
59	4-6-1- وصف المقياس.
60	4-6-2- تصحيح المقياس و تقدير الدرجات.
61	4-6-3- قياس ثبات و صدق المقياس.
61	4-6-3-1- الثبات.
61	4-6-3-2- صدق المقياس.
61	4-7- التباين
62	4-8- الأساليب الإحصائية.
64	خلاصة.
الفصل الخامس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
66	5-1- عرض و تحليل و مناقشة النتائج.

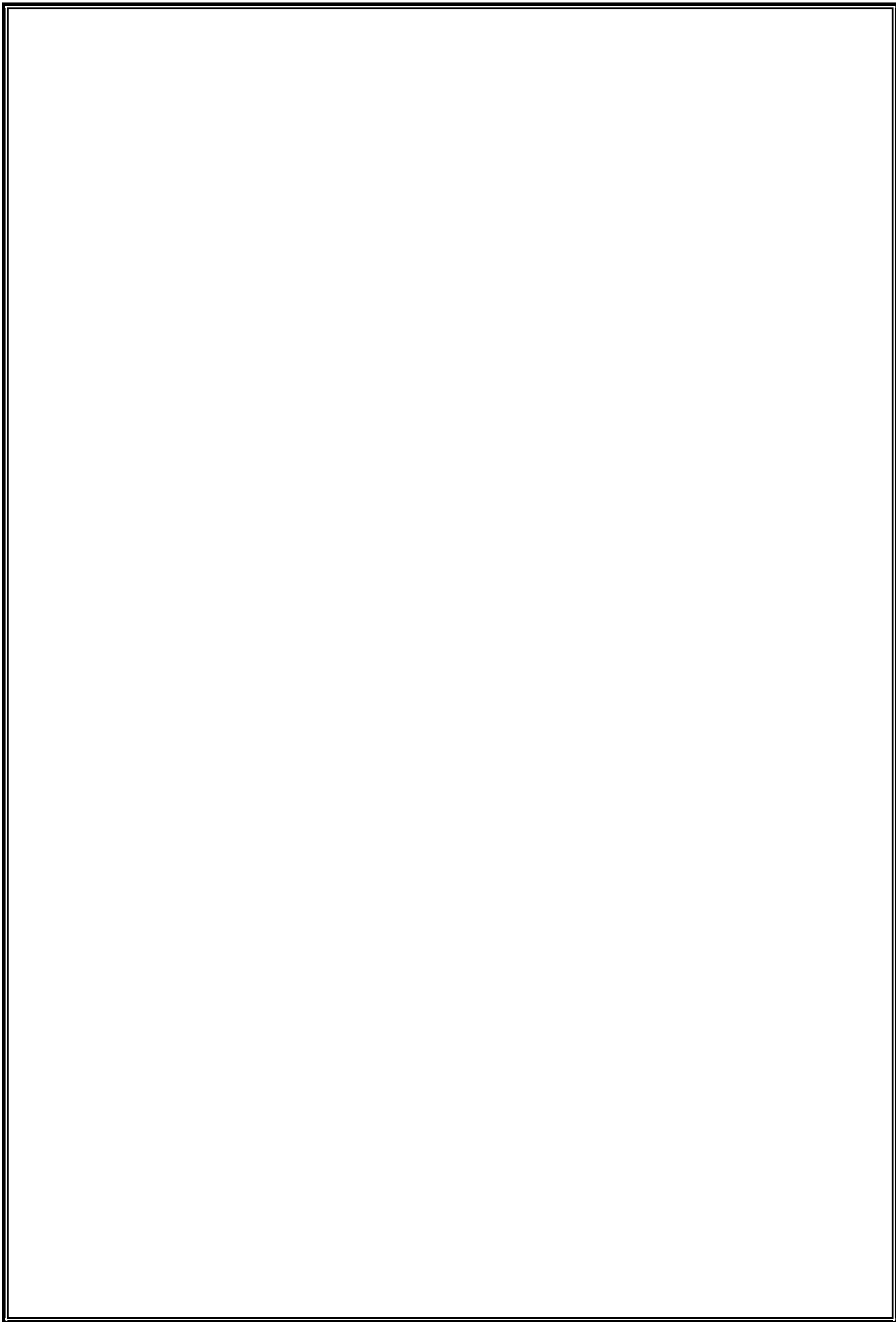
66	5-1-1- عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى.
68	5-1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
70	5-1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
72	5-1-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
73	5-1-5- عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة .
74	5-1-6- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة
76	5-1-7- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة
78	5-2- مقابلة النتائج بالفرضيات.
80	5-3- الاستنتاجات
81	5-4- الاقتراحات
83	الخاتمة
	المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
60	يبين خصائص العينة من حيث الجنس.	01
60	يبين خصائص العينة من حيث النظام الدراسي.	02
60	يبين خصائص العينة من حيث المستوى الدراسي.	03
60	يبين خصائص العينة من حيث نوع النشاط الممارس (أقسام رياضة و دراسة).	04
63	يبين أبعاد المقياس.	05
63	يبين معاملات ثبات مقياس الضبط الإجتماعي	06
67	يبين النسبة المئوية للناجحين وغير الناجحين في بعد التعبير الاجتماعي	07
68	يبين دلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين في بعد التعبير الاجتماعي.	08
69	يبين النسبة المئوية للناجحين وغير الناجحين في بعد الحساسية الاجتماعية.	09
70	يبين دلالة الفروق بين ممارسين وغير ممارسين في بعد الحساسية الاجتماعية.	10
71	يبين النسبة المئوية للناجحين وغير الناجحين في بعد الضبط الاجتماعي.	11
72	يبين دلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين في بعد الضبط الاجتماعي.	12
73	يبين دلالة الفروق بين الثالثة ثانوي والاولى ثانوي في بعد الضبط الاجتماعي.	13
74	يبين دلالة الفروق بين الذكور والانات في بعد الضبط الاجتماعي.	14
75	يبين دلالة الفروق بين كرة السلة وألعاب القوى في بعد الضبط الاجتماعي.	15
77	يبين دلالة فروق بين ممارسين نشاط داخلي و خارجي في بعد ضبط اجتماعي.	16

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	
67	يوضح دائرة نسبية للناجحين وغير الناجحين بالنسبة للممارسين في بعد التعبير الاجتماعي.	01
67	يوضح دائرة نسبية للناجحين وغير الناجحين بالنسبة لغير الممارسين في بعد التعبير الاجتماعي.	02
68	يوضح المتوسط الحسابي للممارسين و الغير الممارسين في بعد التعبير الاجتماعي.	03
69	يوضح دائرة نسبية للناجحين وغير الناجحين بالنسبة للممارسين في بعد الحساسية الاجتماعية.	04
69	يوضح دائرة نسبية للناجحين وغير الناجحين بالنسبة لغير الممارسين في بعد الحساسية الاجتماعية.	05
70	يوضح المتوسط الحسابي للممارسين والغير الممارسين في بعد الحساسية الاجتماعية.	06
71	يوضح دائرة نسبية تبين نسبة الناجحين وغير الناجحين بالنسبة للممارسين في بعد الضبط الاجتماعي.	07
71	يوضح دائرة نسبية للناجحين وغير الناجحين بالنسبة لغير الممارسين في بعد الضبط الاجتماعي.	08
72	يوضح المتوسط الحسابي للممارسين و الغير الممارسين في بعد الضبط الاجتماعي.	09
73	يوضح المتوسط الحسابي الثالثة ثانوي و الاولى ثانوي في بعد الضبط الاجتماعي.	10
75	يوضح المتوسط الحسابي للذكور و الاناث في بعد الضبط الاجتماعي.	11
75	يوضح المتوسط الحسابي للممارسين لألعاب القوى و كرة السلة في بعد الضبط الاجتماعي.	12
77	يوضح المتوسط الحسابي للممارسين للنشاط الداخلي و النشاط الخارجي في بعد الضبط الاجتماعي.	13



ملخص

العنوان: دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.
الهدف من الدراسة: إبراز الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

الفرضيات:

الفرضية العامة: للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.
الفرضيات الجزئية:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعيين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعيين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعيين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي .

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الأولى ثانوي-الثالثة ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص الضبط الاجتماعي.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين لكرة السلة وألعاب القوى -أقسام رياضة/ ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

يوجد ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي والنشاط البدني الرياضي الخارجي فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

منهج الدراسة: استعملنا المنهج الوصفي التحليلي.

العينة:

أجريت الدراسة على عينة قوامها 89 تلميذ ممارس للنشاط البدني الرياضي التربوي وغير ممارس تم اختيارها بطريقة مقصودة.

أدوات الدراسة:

مقياس الضبط الاجتماعي الذي أعده رونارد ريجيو ronaldrigio سنة 1990، أعده في صورته العربية السيد محمد عبد الرحمن سنة 2000.

نتائج الدراسة:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي .

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الأولى ثانوي-الثالثة ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص الضبط الاجتماعي.

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين لكرة السلة وألعاب القوى -أقسام رياضة/ ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

لا

يوجد ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي والنشاط البدني الرياضي الخارجي فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

الاستنتاج العام:

للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

مقدمة:

يعتبر الضبط الاجتماعي من

بيناً هما المواضيع التي تتناولها علماء النفس الاجتماعي الذي تشكل وجود المجتمعات البشرية وكان علماً الدوام والزميل الفرد في المجتمع الفرد لم يكن حراً فياً عمالها أفعالها بل ظلالاً محاطاً بقيود وقواعد تحددها أحكامها وتوجهها، وقد حظي الضبط الاجتماعي بمكانة هامة في دراسات علم الاجتماع منذ نشأتها حتى اليوم حيثما هتم الباحثون فني هذا العلم بدراسة النظم والأد ساقاً الاجتماعي ودورها في خبر وسلوكاً أعضاء المجتمع وتعد عيماً النظام الاجتماعي، و الضبط الاجتماعي هو تنظيم عملية الاتصال في المواقف الاجتماعية. ويقاس المهارات في لعب الدور وتقديم الذات للمجتمع، فالأشخاص الذين لديهم مهارات في الضبط الاجتماعي، هم في الوقت ذاته متكيفين عموماً ويتصفون باللباقة والثقة بالنفس في مواجهة المواقف الاجتماعية ويستطيعون أن يحققوا الأذ سجاماً معاً ينو عن المواقف الاجتماعية بمرجراً أن يوضعوا فيها كما يعد الضبط الاجتماعي عيماً في ضبط الاتجاه هو المحتوى في التنافس علائقاً اجتماعية.

وتعتبر المراهقة فترة أو مرحلة جد حساسة من حياة البش، وهذا باعتبارها مرحلة عبور من الطفولة إلى البلوغ التي تستمر حتى البلوغ عالم الكبار، ولتتمكن الفرد منا اجتياز هذه المرحلة بنجاح حلسه عليه هو اصلة مشوار حياتها بسهولة وتؤدي آثاراً جانبية قد تؤثر عليه وتحدث له ديه عقدة نفسية يصعب التخلص منها مستقبلاً، فمن خلال هذه الفترة - المراهقة - تحدث عدة تغيرات نفسية وعقلية واجتماعية وجسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة أو غير مباشرة

ويعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي فناً وعلماً، له أصوله ومبادئه وأهدافه يعزز من خلاله عملية التعليم وكسب المهارات الحركية، وقد أصبح في عصرنا هذا أساس النمو المتكامل وذلك بإعداد الفرد السليم الفعال في محيطه ومجتمعه، ولأجل ذلك أضحت هذه النشاط بأهدافه وبرامجه من العوامل الأساسية التي تبنى عليه المجتمعات الحديثة والمتطورة، وما نلاحظه هو أن معظم الجهود قد كرست لمعرفة تأثير هذا النشاط على الجوانب البدنية للتلميذ باعتباره من الأهداف الأولى، ولم يوضع الاهتمام الكافي لما يقدمه هذا الأخير من تأثيرات ايجابية على الجوانب النفسية والاجتماعية للتلميذ رغم وجود العديد من الدراسات التي تثبت أن للممارسة الرياضية تأثيرات نفسية ايجابية على الفرد، وبناءً على ذلك تطرقنا في هذه الدراسة إلى جانب اجتماعي مهم ألا وهو الضبط الاجتماعي ومدى مساهمة النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيقه لتلاميذ المرحلة الثانوية.

واستجابة لمتطلبات الموضوع تم تقسيم البحث على النحو التالي:

-الجانب التمهيدي: خصصناه للإطار العام للدراسة بتحديد إشكالية البحث ووضع الفرضيات التي عملنا على التحقق منها، إضافة إلى أهمية وأهداف البحث، إضافة إلى تحديد المفاهيم.

-الإطار النظري: يشمل ثلاثة فصول حيث أن الفصل الأول يدرس النشاط البدني الرياضي الترويبي، أما الفصل الثاني فيندرج موضوعه حول الضبط الاجتماعي حين أن الفصل الثالث فيتناول المراهقة.

- الإطار التطبيقي: تضمن فصلين الفصل الأول يدرس الإجراءات المنهجية للبحث، أما الفصل الثاني يدرس تحليل ومناقشة النتائج، والاستنتاج العام والتوصيات والاقتراحات.

1- الإشكالية:

يهتم علم النفس الاجتماعي بدراسة الفرد داخل الجماعات دراسة علمية من حيث علاقاته مع الآخرين وتأثيره وتأثره بهم وذلك من خلال ما يسمى بعملية التفاعل الاجتماعي كما يهتم بدراسة عدة مواضيع أخرى تتعلق بالفرد من أهمها ديناميكية الجماعة والقيادة والاتصال والتنشئة الاجتماعية وغيرها ومن بين أهم المواضيع التي يتناولها علم النفس الاجتماعي موضوع الضبط الاجتماعي والذي تشكل مع وجود المجتمعات البشرية وكان على الدوام إلزامي للفرد في المجتمع فالفرد لم يكن حرا في أعماله وأفعاله بل ظل دائما محاطا بقيود وقواعد تحدد أحكامه وتوجهها . وقد حظي الضبط الاجتماعي بمكانة هامة في دراسات علم الاجتماع منذ نشأته حتى اليوم حيث اهتم الباحثون في هذا العلم بدراسة النظم والأنساق الاجتماعية ودورها في خبرة سلوك أعضاء المجتمع وتدعيم النظام الاجتماعي.

ويعتبر الضبط الاجتماعي عملية إلزامية يقوم بها المجتمع بهيئاته ومؤسساته الرسمية وغير الرسمية لتعديل سلوك الأفراد، ومن بين هذه المؤسسات الرسمية المدرسة التي تعتبر المؤسسة الاجتماعية التي تلي الأسرة في مسؤولياتها وأهميتها في عملية التنشئة الاجتماعية، وذلك من خلال ما تقدمه من برامج تعليمية وتربوية للتلاميذ، ومن بين هذه البرامج التي تقدمها المدرسة النشاط البدني الرياضي التربوي الذي يعتبر مؤثر حيوي وفعال في حياة المراهق حيث يمكن من خلال هذا المؤثر تشكيل وضبط سلوك المراهق ولهذا طرحنا الإشكالية التالية:

هل للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

التساؤلات الفرعية:

- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي؟
- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية؟
- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي؟
- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي والنشاط البدني الرياضي الخارجي فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي؟
- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الأولى ثانوي-الثالثة ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي؟
- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي؟

- هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين لكرة السلة و ألعاب القوى -أقسام رياضة ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

لنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق الضبط الاجتماعي لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2-2-الفرضيات الجزئية:

2-2-1- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي.

2-2-2- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية.

2-2-3- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي .

2-2-4- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الأولى ثانوي-الثالثة ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

2-2-5- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص الضبط الاجتماعي.

2-2-6- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين لكرة السلة وألعاب القوى-أقسام رياضة/ ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

2-2-7-

يوجد ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي والنشاط البدني الرياضي الخارجي فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

3-أهداف البحث:

من بين الأهداف الرئيسية لكل دراسة هو الوصول إلى نتائج، والهدف من دراستنا هو إيجاد العلاقة بين النشاط البدني الرياضي التربوي و الضبط الاجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين في الثانوي ونسعى من خلال بحثنا إلى:

- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي للممارسين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي.
- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي للممارسين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية.
- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي للممارسين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.
- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي للممارسين (الأولى ثانوي-الثالثة ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي للذكور والاناث فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.
- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي الجماعي والفرد فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.
- معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي الداخلي والخارجي فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

4- أهمية البحث:

- الإشارة إلى أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي كمؤثر حيوي وفعال في حياة التلميذ المراهق حيث يمكن من خلال هذا المؤثر تشكيل و ضبط سلوك المراهق.
- إبراز دور و أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي داخل المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي.
- إبراز دور الضبط الاجتماعي في توجيه سلوك التلاميذ وتعديله عن طريق النشاط البدني الرياضي التربوي.

5- تحديد المفاهيم:

5-1 النشاط البدني الرياضي التربوي:

هو ميدان من التربية عموماً، والتربية البدنية خصوصاً ويعد عنصراً فعالاً في اعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه النمو البدني والنفسي والاجتماعي والخلفي للوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع¹.

5-2 - النشاط البدني الرياضي الداخلي:

هو النشاط الذي يقدم خارج اوقات الدراسة داخل المؤسسات التعليمية، والغرض منه اتاحة الفرصة لكل تلميذ لممارسة النشاط المحبب اليه، ويتم في اوقات الراحة الطويلة والقصيرة، في اليوم المدرسي، وينظم طبقاً للحظة التي يضعها المدرس سواء كانت مباريات بين الاقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية².

5-3 - النشاط البدني الرياضي الخارجي:

يتمثل في نشاطات الفرق المدرسية الرسمية كما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الالعاب الفردية او الجماعية وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة ، وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية و الرياضية ، وفي هذه الفرق توجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي³.

5-4 - التعريف الإجرائي للنشاط البدني الرياضي التربوي:

¹ - عيسى بن صديق: من النشاط التربوي والترفيهي إلى الأداء الرياضي الرفيع المستوى، الملتقى الدولي الثالث، تيبازة 1-2 مارس 2009.
² - الدكتور محمود عوض ، الدكتور فيصل ياسين ، نظريات و طرق التربية البدنية : ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1989 ، ص 132.
³ - الدكتور محمد عوض، الدكتور فيصل ياسين، نظريات و طرق التربية البدنية: مرجع سابق، ص 133.

هو عبارة عن مادة أكاديمية كباقي المواد الأكاديمية الأخرى، تدرس في المؤسسات التربوية بقيادة أساتذة مختصين ومؤهلين، تهدف إلى إعداد الفرد المراهق من كل النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والتربوية معتمدة في ذلك على مجموعة من الأنشطة البدنية والألعاب الرياضي.

5-5- المعفين:

هم التلاميذ الذين لا يمارسون أي نشاط بدني رياضي.

5-6- الضبط الإجتماعي:

لغة: لزوم الشيء وحبسه وضبطه يضبط الشيء حفظه بالحزم، ورجل ضابط أي قوي شديد وفي الاستخدام العربي الشائع يعني الضبط اذا نسب إلى الربط و شيء مضبوط شيء محكم دقيق.¹

إصطلاحا:

ويعرف "ماكيفر" الضبط الاجتماعي بأنه: وظيفة للحفاظ على البناء الاجتماعي، من خلال أشكال القوى ذات التأثير الفعال التي تعمل على تدعيم التماسك الاجتماعي، وضبط سلوك الأفراد من خلال احترام معتقدات المجتمع وعاداته وتقاليده وقيمه ومعاييره.²

5-7- التعريف الإجرائي للضبط الاجتماعي:

هو تنظيم عملية الاتصال في الموقف الاجتماعي³. ويقاس المهارة في لعب الدور وتقديم الذات للمجتمع، فالأشخاص الذين لديهم مهارة في الضبط الاجتماعي هم في الوقت ذاته متكيفين عموما ويتصفون باللياقة والثقة بالنفس في مواجهة المواقف الاجتماعية ويستطيعون أن يحققوا الانسجام مع أي نوع من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها كما يعد الضبط الاجتماعي مهما في ضبط الاتجاه والمحتوى في التفاعلات الاجتماعية.⁴

نعتبر كل تلميذ ناجح في الضبط الاجتماعي كل من تحصل على 65 بالمئة من مجموع الدرجات الكلية للبعد.

5-8- المراهقة:

لغة: أن كلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب، أو الدنو من الحلم، بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم راهق بمعنى غشا أو دنا من، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمل نضجه.⁵

¹صلاح الدين شروخ، علم الاجتماع التربوي: دار العلوم للنشر و التوزيع، الجزائر، 2004، ص، 99.

²ماكيفر المجتمع، ترجمة علي أحمد حسين: مكتبة الهيئة المصرية، القاهرة، 1961، ص، 273.

³طريف فرح شوقي محمد: المهارات الاجتماعية والاتصالية، دار الغريب، القاهرة، 2003، ص45

⁴محمد السيد عبد الرحمن، دراسات في الصحة النفسية (المهارات الاجتماعية، الاستقلال النفسي، الهوية)، ج2، دار قباء، القاهرة، 1998،

ص111.

⁵- فؤاد السيد، الأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة الطبعة الرابعة: دار الفكر العربي، مصر، 1975، ص257.

اصطلاحاً: هي الفترة العمرية الممتدة بين الثانية عشر والثامنة عشر تقريبا وتتمثل في التغيرات الجسمية والنفسية والاجتماعية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد وتعتبر هذه المرحلة خطيرة في حياة الفرد لأنها تأخذ أشكالاً عدة.¹

6- الدراسات السابقة و المشابهة:

***الدراسة الأولى:** الباحث سعودان مخلوف 2009

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير الموسومة بعنوان: الممارسة الرياضية في أقسام رياضة ودراسة وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ التعليم المتوسط (دراسة ميدانية في إكماليات ولاية الجلفة).
الهدف من الدراسة:

معرفة بعض خصائص طبيعة التفاعل الاجتماعي داخل هذه الاقسام ومعرفة مدى الفروق التي تحدثها هذه الاقسام المستحدثة بين تلاميذها وتلاميذ الأقسام العادية، ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه.
أهم النتائج المتوصل إليها:

ممارسة الرياضة داخل هذه الأقسام تساهم في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين الفرد وذاته وبين الفرد وجماعته الرفاق.

***الدراسة الثانية:** الطالب قاصد حميد (2010-2011).

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير الموسومة بعنوان: دور حصة التربية البدنية والرياضية في التنشئة الاجتماعية للمراهقين في المرحلة الثانوية (دراسة ميدانية في بعض ولايات تيزي وزو).
الهدف من الدراسة:

إبراز الدور الفعال الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تحقيق تنشئة اجتماعية سوية للمراهقين في المرحلة الثانوية.
أهم النتائج المتوصل إليها:

- تساهم التربية البدنية والرياضية في تكيف المراهق مع قيم المجتمع.
- لا يؤثر عاملي السن والجنس في عملية التنشئة الاجتماعية.
- توفر الوسائل و الامكانيات المادية عاملا هاما في تحقيق التنشئة الاجتماعية للمراهقين في الطور الثانوي.

***الدراسة الثالثة:** الطالب بشيري زين العابدين (2010-2011).

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير الموسومة بعنوان: النص الديني والضبط الاجتماعي (دراسة ميدانية لتلاميذ التعليم المتوسط بمدينة الجلفة).
الهدف من الدراسة:

¹-إبراهيم ياسين الخطيب و آخرون التنشئة الاجتماعية للطفل: الطبعة الأولى، دار الثقافة الأردن، 2013، ص47.

إثبات مدى تأثير النص الديني على الضبط الاجتماعي لتلاميذ التعليم المتوسط.
أهم النتائج المتوصل إليها:

- النص الديني المتمثل في القرآن والحديث النبوي يؤثر في الضبط الاجتماعي للمتعلمين من حيث تنشأتهم على القيم الموجهة للسلوك.
- النص الديني المتمثل في القرآن والحديث النبوي يؤثر في الضبط الاجتماعي للمتعلمين من حيث تنشأتهم على الامتثال للأوامر و النواهي.
- النص الديني المتمثل في القرآن والحديث النبوي يؤثر في الضبط الاجتماعي للمتعلمين من حيث وقايتهم من الانحراف.

*الدراسة الرابعة: الطالبة فتان صليحة (2010/2009).

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير الموسوعة بعنوان: عمل الأم وتأثيره على الضبط الاجتماعي للأبناء (دراسة مقارنة بين الأمهات العاملات و الغير العاملات).
الهدف من الدراسة:

أبراز تأثير عمل الأم على أساليب الضبط الاجتماعي للأبناء ونرصد هنا أهم النتائج المتوصل إليها:

- هناك اختلاف ذات دلالة احصائية بين الأم غير العاملة والأم العاملة في أساليب التنشئة الاجتماعية للأبناء أي هناك علاقة ايجابية بين وضعية الأم (تعمل-لا تعمل) وأساليب التنشئة الاجتماعية للأبناء.
- هناك اختلاف دال احصائيا بين الأم العاملة وغير العاملة في أساليب تلقين الأبناء تعاليم الدين الاسلامية، أي هناك علاقة ايجابية بين وضعية الأم (تعمل-لا تعمل) وأساليب تلقين الأبناء تعاليم الدين الاسلامية.

- صعوبات البحث:

- عدم تجاوب أحد مدرء الثانويات مع دراستنا الميدانية.
- عدم ملاءمة بعض الاستمارات من طرف التلاميذ وتركها فارغة.
- إيجاد صعوبات في جمع الاستمارات من طرف التلاميذ بسبب التزاماتهم بالدراسة.
- ضيق الوقت وهذا لاستلام موضوع البحث متأخرا.
- الجانب المادي.
- عدم توفر دراسات مشابهة فيما يخص الموضوع.

تمهيد:

لقد أجمعت الفلسفات التربوية على أن النشاط البدني الرياضي يلعب دورا متميزا في الارتقاء بخبرة الفرد الشخصية، وتميزها من حيث إسهامها في تحسين المستوى الصحي و البدني، وتنمية الروح الاجتماعية، والاتصال بالآخرين و زيادة إنتاجية الفرد، فهو يسعى إلى تحقيق التربية الشاملة ولا يحتاج إلى مدرّبين يعملون على قيادة نمو الشباب من الناحية النفسية والاجتماعية، بما لذلك من أثر بالغ على تحديد قيم الممارس واتجاهاته، فهذه النشاطات البدنية والرياضية هو تكوين أفراد مقبولين للحياة الاجتماعية من جميع جوانبها، وليس أفراد رياضيين ليصبحوا أبطال في المستقبل.

ويعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي وسيط مهم لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق بالوسط المدرسي وذلك لما يميزه من عوامل الاستقرار النفسي والاجتماعي فضلا على الصحة البدنية. وقد أصبح من الواجب علينا تصحيح بعض الأفكار الخاطئة، والابتكار والتجديد لترغيب التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي والاستفادة منه بناء على أسس علمية تضمن للتلميذ الفائدة والمنفعة المنشودة من خلال أهدافها.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم وأهداف وأهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي، كما سنتحدث عن مختلف تقسيمات وتصنيفات هذا النشاط والدوافع المؤثرة فيه.

1-1 مفهوم النشاط:

هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقعة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها الاستجابة.¹

2-1 مفهوم النشاط البدني:

يرى "Larson" الذي اعتبر أن النشاط البدني هو بمثابة نظام رئيسي تتدرج تحته كل الأنظمة الفرعية الأخرى، واستدل في ذلك على درجة أنه لم يرد ذكر التربية البدنية على الإطلاق في مؤلفاته، واعتبر النشاط البدني الرياضي هو التعبير المتطور تاريخياً من التعبيرات الأخرى، كالتدريب البدني والثقافة البدنية وهي تعبيرات مازالت تستخدم حتى الآن ولكن بمضامين مختلفة².

وتستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي والإجمالي لحركة الإنسان، وكذلك عملية التدريب التنشيط والتربص في مقابل الكسل والخمول.

1-3-المفهوم التربوي:

إن مفهوم التربية الذي أبرزه المفكر "JohnDewey" والذي يرى أن التربية ليست مجرد إعداد للحياة وإنما الحياة نفسها، وهنا تبرز معاني التربية التي لا يتوقف إكسابها على سن معينة، كما يبرز مفهوم التربية المستمرة من خلال تثقيف الفرد مدى الحياة.

وفي هذا السياق ينظر إلى التربية البدنية والرياضية على أنها أسلوب للحياة وطريقة مناسبة لمعيشة الحياة وتعاطيها من خلال خبرات الترويح البدني، اللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط الوزن، تنظيم الغذاء والنشاط، وهو مفهوم يتفق مع التربية مدى الحياة.³

وعند إضافة كلمة تربوي تصبح التربية البدنية جزء لا يتجزأ من التربية العامة من خلال العملية التربوية، التي تعني في نظر علماء العصر الحديث تكيف الفرد مع بيئته الطبيعية والاجتماعية، والهدف منها تكوين الفرد من الناحية الجسمية، العقلية، الاجتماعية و الانفعالية عن طريق النشاط و الحركة.⁴

من خلال ما ذكرنا يتجلى لنا أن ميادين النشاطات البدنية والرياضية والتربوية تتعدد وتتعدى من كونها تربية للبدن فقط الذي يظهر على المعنى الحقيقي للكلمة، بل تتجاوز ذلك لتشمل أبعاد أخرى أصبحت تربية الطفل ككل، وبذلك ازداد المفهوم رحابة وسعة وجاوز حدود الجسم ليشمل آفاق الفكر والإدراك المشاعر والحساسيات والانفعالات والحاجات.

¹ - أحمد زكي بدوي: معجم العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، 1977، ص80.

² - أمين أنور الخولي: الرياضة و المجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب و الفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 2000، ص22.

³ - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، ط 01، مصر، 1996، ص30.

⁴ تشارلز بيكور/ ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده: أسس التربية البدنية و الرياضية، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، 1994، ص30.

4-1 تعريف النشاط البدني الرياضي:

عرفه "قاسم حسن حسين" بأنه "ميدان من ميادين التربية عموماً والتربية البدنية خصوصاً، ويعد عنصراً فعالاً في إعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية، تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجه الايجابي لخدمة الفرد نفسه ومن خلال خدمة المجتمع".¹

وهناك من عرفه بأنه مجموعة السلوكيات الحركية التي ترتبط باللعب، ويمكن استغلالها في المنافسات الفردية والجماعية وفق منهجية منتظمة قصد تطوير وتحسين وصيانة الصفات البدنية و النفسية، والتي تساهم في تفتح الفرد وتكيفه مع محيطه، وتسعى أيضاً إلى تكوين الإنسان تكويناً كاملاً.²

ويعتبر النشاط البدني الرياضي أحد اتجاهات الثقافة الرياضية التي ترجع إلى التقدم حيث كان الإنسان البدائي يمارسها كثيراً ضمناً لإشباع حاجاته الأولية، فأقام مسابقات العدو والجري والرمي المصارعة والقفز وغيرها من النشاطات الأخرى محاكياً أجداده الأولين ومستقيداً من خلفياته الرياضية السابقة، ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات والمضارب والشبكات وضع لها القوانين واللوائح وأقام من أجلها التدريبات والمنافسات، وعمل جاهداً من أجل تطويرها والارتقاء بها حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم وأصبحت عنوان الكفاح الإنساني ضد الزمن، وذلك ليلعب أعلى المستويات من المهارة.

أما في عصرنا هذا فإن النشاط البدني الرياضي أصبح عنصر من عناصر التضامن بين المجموعات الرياضية وفرصة لشباب العالم أجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع، بالإضافة إلى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملاً من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني.³

نستنتج إذن أن مصطلح النشاط البدني الرياضي يصف الكثير من أشكال الحركة التي تشمل النشاطات التي يستخدم فيها الإنسان عضلاته التي تؤدي إلى تبديد الطاقة في مجموعة التمارين البدنية الترويحية أو المباريات والمسابقات بغرض تنمية القدرات البدنية وتحسين المهارات الحركية وكذا تطوير الجوانب النفسية والعلاقات الاجتماعية عن طريق التسلية والترفيه.

1-5-1 فلسفة النشاط البدني الرياضي التربوي:

1-5-1-1 النظرة المثالية:

اهتم رواد المدرسة المثالية بكل شيء عقلي وروحي أكثر مما هو مادي وملمس، فيرون أن العالم المادي أقل قيمة من العالم بالخبرة، وأن الحقيقة روحية أكثر منها مادية، فأكدت المثالية بذلك على عظمة الروح، لذا اهتموا بالنشاط البدني الرياضي لأنه يساعدهم على تحقيق الذاتية لدى الفرد.

¹قاسم حسن حسين: علم النفس الرياضي و الميداني و تطبيقاته في مجال التربية، مطابع بغداد، العراق، 1990، ص65.

² أحمد زكي بدوي: معجم العلوم الاجتماعية، مرجع سابق، ص8.

³علي يحي المنصور: الثقافة الرياضية، دار النشر القومي، ط 01، القاهرة، 1971، ص209.

ويرجع البعض مقولة "العقل السليم في الجسم السليم" إلى "أرسطو" تلميذ "أفلاطون"، فهو الذي طالب في مشروع الدولة بسن قوانين تهتم بالحالة البدنية لأنها تشكل عوامل أساسية لأي نظام تربوي، وينصح "سقراط" بتنمية البدن إلى جانب العقل، مشيراً إلى أن البدن المعتدل يثمر عواقب وخيمة على التفكير، ونادى بالمزج بين الطبيعة الروحية والبدنية لخلق الإنسان المتكامل.¹

ويرى "أفلاطون" أن ظاهرة ارتباط العقل بالجسم تعتبر فلسفة ثنائية، ويميز هنا العقلن الجسم، ويرى أن الروح متأثرة بشروط الجسد وشهواته.²

1-5-2- المدرسة الطبيعية:

ظهرت الحركة الطبيعية على أنقاض منطوق العصور الوسطى عندما ضعفت الحركة الإنسانية، وكان من روادها Rosso الذي عارض وثار على كل الهيئات الاجتماعية ونظمها القائمة، وكان من بين اهتماماته الممارسة الرياضية بكل محاورها خاصة التربوية، حيث يقول "إن الاهتمام بممارسة النشاط البدني الرياضي في إطار التربية البدنية أو الترويح من خلال ألعاب رياضية في الخلاء وبين ربوع الطبيعة، وتحت ظل قوانينها يتيح الفرص المناسبة لاحتكاك الإنسان بمظاهر الطبيعة المادية وعناصرها، والحياة في كنفها بعيداً عن حياة المدن".³

وقد وضع Basedow (1774) في مدرسته المعروفة باسم النفيلانثروبينام أول برنامج مدرسي للتربية البدنية يقوم على أساس الفكر الطبيعي، حيث عهد إلى Siméon بتدريس التربية البدنية والألعاب، فكان بذلك أول مدرس تربية بدنية في العصر الحديث.⁴

1-5-3- المدرسة البرجماتية:

تهتم البرجماتية بالطرق والأهداف لا بالأفكار والمعتقدات، وتبحث دائماً عن الإيجابية والتعلم عن طريق الحياة، ووضع الفرد في مواقف التحدي كي يصارعها وتصارعه حتى يصل إلى الحقيقة، ويسعى البرجماتيون وراء النتائج المباشرة والملموسة من أي نشاط يقوم به الإنسان، فليس للقيم والمعايير الروحية في رأيهم وجود، بل تنشأ أثناء القيام بالتجارب الناجحة وتتولد أثناء حل المشاكل المتنوعة.

ويهتم أصحاب هذه المدرسة بالفرد وبيئته والتفاعل بينهما، وتوجيه الدوافع نحو تحقيق حاجات الفرد في النشاط والإنتاج والإبداع، والقدرة على التقدم والوصول إلى درجة الكمال وليس لتحقيق المثل العليا.

ورغم أن Dewey كان من أسد المتحمسين لمبدأ الواحدية، ولم يؤمن قط بثنائية العقل والجسم ولا بثنائية المادة والروح، إلا أن Lasalle اهتم بعلاقة العقل بالجسم، حيث يقول "إننا نفكر بأجسامنا وعقولنا، وإن قدرتنا على التفكير تتوقف على لياقتنا معا".⁵

¹ أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص384..

² محمد صبحي حسنين: التقويم و القياس في التربية البدنية و الرياضية، الجزء 01، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص81.

³ أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية و الرياضية: مرجع سابق، ص391.

⁴ نفس المرجع، ص397.

⁵ محمد صبحي حسنين: التقويم و القياس في التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص84..

ويرى أصحاب هذه المدرسة أن النشاط البدني الرياضي وسيلة تمكن الفرد من توسيع أرضية خبراته، وتمكنه من عيش حياة أكثر غنى وأغنى معنى، فالسعادة الغامرة التي يحصل عليها الفرد بعد أدائه للنشاط الرياضي وبذله مجهودا، وحالة السرور لتحقيقه هدفا منشودا سواء كان الفوز في المنافسة أو هدف ايجابي آخر، هي أحد أهداف البرجماتيين.¹

1-6- علاقة النشاط البدني الرياضي بالتربية العامة:

يعد النشاط الرياضي في صورته التربوية الحديثة ميدانا هاما من ميادين التربية العامة كما يسهم في إعداد الفرد بقدرات تمكنه أن يتكيف مع مجتمعه، وأن يشكل حياته العملية ويساهم في تنمية وطنه. فمزاولة النشاط البدني الرياضي في المجال المدرسي يعتمد بصورة أساسية على النواحي التربوية التي تهتم بصفة رئيسية على الجوانب النفسية والاجتماعية للتلاميذ الممارسين أكثر من اعتمادها على تقدم مستوى فئة معينة للوصول إلى قطاع البطولة، ولا فرق بين تلميذ وآخر لان لكل منهم مستواه وبرامجه الخاصة التي قد أعدت له من طرف متخصصين وفق مناهج مبرمجة خاصة بذلك.²

ويقول "محمد بسيوني" و"فيصل الشاطي" أن النشاط البدني الرياضي من الجانب التربوي يؤدي إلى:

- تطوير رغبات التلميذ في الألعاب الرياضية المختلفة.
- تربية التلاميذ على الشجاعة، العمل الجماعي، الطاعة والشعور بالمسؤولية.
- حب النظام والتعود عليه والتصرف الحضاري.
- تربية التلميذ على حب الوطن.³

1-7- النشاط البدني الرياضي في الجمهورية الجزائرية:

يعرف النشاط البدني الرياضي في الجزائر على أساس أنه نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل، ويخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها والرامية إلى رفع شأن تكوين الإنسان والمواطن والعمل بما لديه من مزايا.⁴

1-8- الخصائص النفسية للنشاط البدني الرياضي:

يمارس التلميذ عدة أنشطة رياضية ولكل نشاط خصائصه النفسية التي ينفرد بها، وفي هذا الصدد يقول "حسن علاوي" أن "كل نشاط رياضي له خصائصه النفسية التي يتميز وينفرد بها عن غيره من الأنشطة الأخرى، سواء بالنسبة لطبيعة أو مكونات أو محتويات نوع النشاط من عمليات عقلية عليا كالإدراك، التصور، التذكر والانتباه، أو بالنسبة لما ينبغي أن يتميز به اللاعب من سمات نفسية معينة كالتعاون، الشجاعة، قوة الإرادة، التصميم، ضبط النفس والمثابرة.⁵

¹ محمد صبحي حسنين: التقويم و القياس في التربية البدنية و الرياضية مرجع سابق، ص80.
² عباس أحمد السامرائي و عبد الكريم محمود السامرائي: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية البدنية، ط 01، جامعة بغداد، 1991، ص67-68.
³ محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 02، الجزائر، 1992، ص11.
⁴ وزارة الشباب و الرياضة: قانون التربية البدنية و الرياضية، مطبعة جريدة الشعب، الجزائر، 1976، ص65.
⁵ محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1992، ص22.

1-9- أهمية الأنشطة الممارسة في المرحلة الثانوية:

- تختلف أهمية النشاط البدني الرياضي حسب إستراتيجية كل دولة في مجال التعليم، لكن هناك عناصر مشتركة سنتطرق إليها ونحصرها في النقاط التالية:
- العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ وتنمية القوام السليم.
 - تنمية الصفات البدنية وفق خصائص التلاميذ ومستوياتهم وأولوياتهم.
 - تعليم وتنمية المهارات الحركية للأنشطة الرياضية الممارسة.
 - التدريب على تطبيق المهارات الفنية والخططية بالدرس وخارجه.
 - رعاية النمو النفسي لتلاميذ المرحلة في ضوء السمات النفسية لهم.
 - تنمية الجوانب الخلقية والاجتماعية (الروح الرياضية، القيادة، التعاون والاحترام).
 - العمل على نشر الثقافة الرياضية المرتبطة بها (صحية، تنظيمية، تشرحية).
 - الاهتمام بالجانب الترويحي من خلال الأنشطة الممارسة.¹

1-9- أهداف النشاط البدني الرياضي:

من البديهي أن أي نجاح في أي عمل كان مرهون بمدى نجاعة التخطيط لرسم الأهداف المراد الوصول إليها، وفي هذا الصدد تقسم أهداف النشاط البدني الرياضي إلى ثلاثة أنواع وهي: الأهداف التربوية، الأهداف التعليمية، الأهداف السلوكية النهائية.

1-9-1- الأهداف التربوية:

وهي ترتبط ارتباطا وثيقا بخصائص ومطالب المجتمع وفسفة الدولة أيضا، وتهتم بخصائص المتعلم الجسمية، النفسية والعقلية، ولهذه الأهداف جملة من الخصائص هي كالتالي:

- تتسم بالمرونة في صياغتها ومحتواها، ولا تحمل معنى سلوكي حيث أنها لا تشير إلى ما ينبغي على المتعلم أن يقوم به في نهاية التدريس.
- يشترك في وضعها ممثلون لقطاعات عديدة من المجتمع وأجهزة الإعلام والمدرسة والأندية.
- تعبر هذه الأهداف عن جميع مراحل التعليم وأنواعه المختلفة، ولإعداد الأهداف التربوية يجب مراعاة ما يلي:

أ- الشمول:

وهي أن تشمل الأهداف المراد بناؤها وظائف التربية والتعليم المختلفة، وأن تشتق من مصادر متعددة.

ب- الواقعية:

وهي أن تتسم الأهداف التربوية بالواقعية أي ترتبط بالواقع الاجتماعي والواقع التربوي.²

¹ - محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية- مصر، 1997، ص14.
² - أحمد الطيب: أصول التربية، المكتب الجامعي الحديث، ط 01، الأزاريطة- الإسكندرية، 1999، ص205

ج- الوضوح:

أن تصاغ هذه الأهداف بلغة يتمكن من فهمها المخططون لها وينفذوها على السواء.

د- الإمكانية:

أن تصاغ هذه الأهداف بصورة قابلة للتحقيق والتقييم في الميدان مراعية الإمكانيات المادية والبشرية.

و- التكامل:

يؤكد هذا المعيار على ضرورة التكامل بين عناصر الأهداف العامة ومركباتها، وعلى اعتبار العملية التعليمية نسقا يحتوي كل المركبات الجزئية، فلا بد من إحداث التوازن بين المركبات وبالتالي التكامل بين أجزاء النسق.

1-9-2- الأهداف التعليمية:

يقول الدكتور "أحمد الطيب" بأن "الأهداف التعليمية هي وليدة الأهداف التربوية، ووصيقتها الأساسية في توجيه عملية التعليم وتسييرها حتى تتحقق أهداف المجتمع العامة من العملية التربوية، وعليه فإن الهدف التعليمي هو عبارة عن وصف لسلوك ينتظر حدوثه في شخصية التلميذ نتيجة لمروره بخبرة تعليمية أو بموقف تعليمي معين، وبذلك فإن الأهداف التعليمية ما هي إلا تعبيرات محددة تصدر أو تنتج أو تقع بين الهدف التربوي العام والهدف السلوكي النهائي".¹

1-9-3- الأهداف السلوكية النهائية:

وهذه الأهداف يتم التعبير عنها من ناحية المتعلم وهي تمثل خلاصة أو نتيجة التعليم، فإذا كان هدفنا هو التخفيف من الضغوط النفسية و امتصاص الطاقة الزائدة و تفعيل عملية التكيف الاجتماعيين خلال النشاط البدني الرياضي فإن وجود هذا الهدف يجب أن يراعي الظروف الواقعية من وسائل مادية وبشرية للوصول إلى تلميذ متوازن نفسيا، عاطفيا، انفعاليا، سليم وقوي جسميا، مسؤول ومتكيف اجتماعيا.²

1-10- دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي:

إن الدوافع المرتبطة بالتربية الرياضية تتميز بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، ومن المهم معرفة أن للنشاطات البدنية والرياضية دوافع مهمة تحفز التلميذ على ممارسة هذه الأنشطة المختلفة، فكل فرد دافع يحثه للقيام بنشاط ما، و قد حدد الباحث "Rudik" أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي وقسمها إلى نوعين هما كالآتي:

¹ - نفس المرجع، ص205

² نفس المرجع، ص206.

1-10-1- دوافع مباشرة:

- الإحساس بالرخاء والإشباع بعد نشاط عضلي كنتيجة للنشاط البدني، إذ أن المراهق يشعر بالرخاء بعد نشاط يتطلب وقتا وجهدا خاصة عند تحقيقه النجاح.
- المتعة الجمالية سبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد، نذكر على سبيل المثال الجمباز أو الترحلق على الثلج وغيرها من الرياضات التي تتميز برشاقة الأداء والحركات.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها والتي تتطلب المزيد من الشجاعة وقوة الإرادة.
- الاشتراك في المنافسات الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي.
- تسجيل الأرقام والبطولات وأثبات التفوق وإحراز الفوز.¹

1-10-2- دوافع غير مباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة عن طريق ممارسة النشاط البدني الرياضي، فإذا سألت أي فرد عن سبب ممارسته للرياضة فإنه يجيب بما يلي "أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قويا".
- السعي عن طريق الممارسة الرياضية إلى الاستعداد للعمل الجدي والإنتاج.
- الإحساس بالضرورة في حالة السمنة، حيث أن الممارسة الرياضية للفرد تسمح بتخفيف وزنه من حيث الثقل.
- الوعي بالشعور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة إذ يرى الفرد أنه يكون رياضيا يجب عليه الاشتراك في الأندية والفرق الرياضية، ويسعى للانتماء في جماعة معينة لتمثيلها رياضيا واجتماعيا.²

1-11- تقسيمات النشاط البدني الرياضي التربوي:

إذا أردنا أن نتكلم عن النواحي للنشاطات البدنية والرياضية كان من الواجب معرفة أن هناك أنشطة يمارسها الفرد لوحده وهي تلك الأنشطة التي يمارسها دون الاستعانة بالآخرين في تأديتها، أما الأنشطة الأخرى فيمارسها الفرد داخل الجماعة وتسمى بالأنشطة الجماعية أو الفرق، وهذه النشاطات هي على النحو التالي:

- **النشاطات الرياضية الهادئة:** هي النشاطات الرياضية التي لا تحتاج إلى مجهود جسماني ، ويقوم به الفرد وحده أو مع غيره ، وهذا في جو هادئ أو مكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو الغرف وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد جهد مبدول طوال اليوم .
- **النشاطات الرياضية البسيطة:** ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

¹ - جلال سعد و علاوي محمد: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، القاهرة- مصر، 1986، ص187.

² - علاوي محمد الصالح: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1987، ص162.

- النشاطات البدنية التنافسية: تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه الألعاب، يتنافس فيها الأفراد فرديا وجماعيا.¹

1-12- خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي:

من أهم الخصائص التي يتميز بها النشاط البدني والرياضي نجد:

- النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط اجتماعي، وهو تعبير عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.

- خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.

- أصبح للصور التي يتسم بها النشاط الرياضي التدريب ثم التنافس.

- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود على السير النفسية للفرد.

- كما نلاحظ أن النشاط الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف.²

1-13- أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي:

اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب، التمرينات البدنية، التدريب الرياضي والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف عن الجانب البدني الصحي وحسب، وإنما تعرف على الآثار الايجابية النافعة لها الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية، المعرفية والجوانب الحركية المهارية، والجوانب الجمالية الفنية، وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملًا، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في أطر ثقافية وتربوية عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره، وكانت التربية البدنية والرياضية هي الترويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والتي اتخذت أشكال واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا وتاريخيا .

ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي، ما ذكره Socrate مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب: "على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي"، كما ذكر المؤلف Schiller في رسالته "جماليات التربية" أن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب، ويعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتنهيب الإرادة ويقول "أنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا ، بل على النقيض

¹ - علاوي محمد الصالح: علم النفس الرياضي، مرجع سابق، ص70.

² - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص195.

فهو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه"، ويذكر المربي الألماني "جونس موتس" أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم.¹

1-14-1- تصنيفات النشاط البدني الرياضي التربوي:

صنف علماء التربية الرياضية أنشطتها وفق اتجاهات متباينة ووفق هدفها والمشاركين فيها وكذا نوعيتها وأدوارها وطبيعتها.²

وسنحاول في هذا الصدد أن نتناول أحد أهم التقسيمات والذي يتميز بالتنوع التي من أجلها أدرج النشاط البدني الرياضي التربوي وتتمثل في:

- درس التربية البدنية والرياضية (أنشطة لبرامج الدرس).
- النشاط الرياضي الداخلي.
- النشاط الرياضي الخارجي.

1-14-1-1- درس التربية البدنية و الرياضية:

1-1-14-1- تعريفه:

يعتبر الوحدة الرئيسية للرياضة المدرسية لكونه يكتسي طابعا خاصا يميزه عن باقي الدروس، حيث أصبح من الأهم العناية بمكوناته أي المادة التي يحتويها و طريقة توصيل المادة إلى المتدربين، فدرس التربية البدنية والرياضية هو الوحدة المصغرة التي تحقق محتوى المنهج، وتنفيذ هذا الدرس أهم واجبات المدرس، ولكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي، وجداني، معرفي) وتتكون الوحدة التعليمية من عدد من دروس التربية البدنية والرياضية.³

1-14-1-2- واجبات درس التربية البدنية و الرياضية:

- رفع القابلية البدنية للتلاميذ.
- تطوير وتعليم المهارات الحركية الرياضية الأساسية.
- تربية الصفات الخلقية كالتعاون، المثابرة، التضحية والإقدام.
- تطوير وتربية الروح الجماعية والعمل على التكيف الاجتماعي.
- تطوير وتحسين القدرات العقلية مثل الإدراك، الذكاء، الانتباه، التخيل وهذا عن طريق الألعاب والتمارين المدرجة وفق الطرق والمناهج العقلية لتمكين التطوير.⁴

1-14-1-3- أهمية درس التربية البدنية و الرياضية:

لما كانت التربية البدنية والرياضية تعد الركن الأساسي لتطوير كافة قدرات التلاميذ، فقد وجب الاهتمام بمادتها وما تحتاج إليه من إمكانيات بشرية ومادية ومساحات وأجهزة وأدوات وبرامج ومناهج حديثة.

¹ - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص41.

² - ليلي عبد العزيز زهران: المناهج و البرامج في التربية الرياضية، دار زهران، ط 04، مصر، 2003، ص97.

³ - أمين أنور الخولي و جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، ط01، القاهرة، 2000، ص01.

⁴ - عباس أحمد السامرائي و بسطويسي أحمد بسطويسي: طرق التدريس في مجال التربية البدنية، جامعة بغداد، العراق، 1984، ص87.

ولما كانت التربية البدنية والرياضية قد عرفت بأنها عملية توجيه النمو والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدريبات الصعبة وبعض الأساليب الأخرى، والتي تشارك في الأوساط التربوية بتنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلقية فإن ذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لما يحقق أيضا هذه الأهداف، ولكن على مستوى المدرسة فهو يضمن النمو الشامل والمشرف للتلاميذ لتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنوية فتعطي الفرصة للبالغين منهم بالاشتراك في أوجه النشاط داخل وخارج المدرسة.

وهكذا يكون درس التربية البدنية والرياضية قد حقق إلى حد معين الأهداف التربوية التي رسمتها المناهج التربوية في مجالات النمو البدني، الصحي، النفسي والاجتماعي للتلميذ وفي كل المستويات.¹

1-14-2- النشاط الرياضي الداخلي:

1-14-2-1- تعريفه:

هو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدراسة وداخل المدرسة، والغرض منه إتاحة الفرصة إلى جميع التلاميذ لممارسة النشاط المحبوب إليهم، وهو كذلك تطبيق للمهارات التي تعلمها التلميذ خلال الدرس. وهو أحد أنواع الممارسة الفعلية التي تتصل اتصالا وثيقا بالدروس التي تمثل القاعدة والتي يبنى عليها تخطيط النشاط الداخلي من مدرسة إلى أخرى، وذلك راجع إلى الإمكانيات المتوفرة وطبيعة البيئة، والنشاط الداخلي يحتوي على الأنشطة المتوفرة بالمدرسة، الفردية منها أو الجماعية، ويتم النشاط الداخلي عادة في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم الدراسي وتحت إشراف المدرسين والتلاميذ الممتازين والذين يجدون فرصة لتعلم أدق الأنشطة الرياضية وكذلك التحكيم، وبشكل عام فإن هذا النشاط يتيح الفرصة للتلاميذ التدرب على المهارات والألعاب الرياضية خارج وقت الدرس.²

1-14-2-2- أهمية النشاط الرياضي الداخلي:

إن النشاط الداخلي بالمؤسسة يعد نشاطا تربويا متكاملًا خارج أوقات الدراسة، والغاية منه هو إتاحة الفرصة الجيدة لكل تلميذ في المدرسة للاشتراك في جانب أكثر من هوايته الرياضية. ويعتبر أحد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، فهو حقل خصب لتنمية المهارات التي تعلمها التلميذ خلال دروس التربية البدنية والرياضية، ولهذا فالتلميذ يعمل على تحقيق بعض الأهداف التربوية بطريقة راشدة.³

1-14-2-3- أهداف النشاط الرياضي الداخلي:

- تحقيق أهداف منهاج النشاط البدني الرياضي التربوي.
- رفع مستويات المتعلمين في الأنشطة المختلفة.

¹ - مصطفى أمين: تاريخ التربية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1972، ص99.

² - إبراهيم أحمد سلامة: الاختبارات والقياسات في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة، 1990، ص130.

³ - حسن شلتوت و حسن معوض: التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار المعارف للنشر، القاهرة، 1998، ص55.

- تدعيم روح التعاون والمحبة بالمدرسة.
 - تقوية الولاء للمدرسة.
 - الكشف عن المواهب الرياضية للمتعلمين.
 - التعرف على رغبات وميول المتعلمين لتحديد أنواع الأنشطة التي يجب التركيز عليها.
 - تربية القيادة والتبعية السليمة.
 - استثمار أوقات الفراغ للمتعلمين بتنمية الصفات الذاتية والحركية.
 - تشجيع المتعلم على الاختبار الذاتي.
 - تدعيم القيم الخلقية والاجتماعية لدى المتعلمين.¹
- 1-14-2-4- أنواع النشاطات الداخلية:**

تتعدد أنواع الأنشطة الداخلية حتى تتلائم مع رغبات وميول التلاميذ وحاجاتهم، ومن أهمها:

- منافسات في الألعاب الجماعية المختلفة (كرة القدم، اليد، السلة، الطائرة) بين الأقسام والسنوات الدراسية المختلفة.
 - منافسات الأنشطة الفردية (الجمباز، ألعاب القوى، دفع الجلة، تنس الطاولة)، ومنازلات فردية (الجيو، الملاكمة، المصارعة... الخ).
 - منافسات في اللياقة البدنية بين الأقسام المختلفة.
 - مهرجانات وحفلات مدرسية بمناسبة الأعياد الوطنية والاجتماعية تقام فيها منافسات رياضية.²
- 1-14-2-5- ميزانية النشاط الداخلي:**

إن أوجه النشاط الداخلي غير غالية أو مرتفعة التكاليف خصوصا وأن الساحات والأدوات والأجهزة المطلوبة غالبا ما تكون بالمدرسة، وقد تكون نفس الإمكانيات المستعملة في حصص التربية البدنية والرياضية، وعلى كل حال لو احتاج الأمر إلى ميزانية خاصة لهذا النشاط فيجب أن يكون ذلك عن طريق إدارة المدرسة، فإن رأت المدرسة مع مساهمة بسيطة من التلاميذ أو رأت أن تقوم هي بإعداد النشاط بما يحتاجه، فهذا أمر إداري يرجع إلى السياسة الإدارية العامة للمدرسة، وقد يلزم أن تكون الوحدات المشتركة بدفع رسم اشتراكي خصوصا إذا كان النشاط من الأنشطة التي تكلف أكثر من غيرها كالتنس.³

1-14-2-6- برنامج النشاط الداخلي:

يختلف حجم النشاط الداخلي من مدرسة إلى أخرى وفق اعتبارات عدة منها الإمكانيات المادية والبشرية المتوفرة، و منها عدد المتعلمين في المدرسة ورغبتهم، ويلاحظ أن أنشطة هذا الجزء يجب أن تكون امتداد لدرس التربية البدنية والرياضية، حتى يمكن للمتعلم من التدريب عليها، وبذلك يصبح هذا النشاط جزءا

¹ - مكارم حلمي أبو هريرة و سعد زغول: مناهج التربية البدنية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1999، ص105.

² - ناهد محمود سعد و نبلي رمزي فهمي: طرق التدريس في التربية البدنية، القاهرة، 1968، ص204.

³ - حسن شلتوت و حسن معوض: التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية، مرجع سابق، ص132.

مكملا لبرنامج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، ويفضل اختيار الأنشطة التي تحتاج إلى مساعدات واسعة وأجهزة عالية أو تستغرق وقتا طويلا في التدريب داخل هذا الجزء، حيث يقاس نجاح النشاط الداخلي بعدد الممارسين أو المتعلمين في مختلف أنواع الأنشطة.¹

1-14-3-النشاط الرياضي الخارجي:

1-14-3-1- تعريفه:

هو الجزء المكمل لدروس التربية البدنية والرياضية وبرنامج النشاط الرياضي الداخلي لتدعيم مسيرة منهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة.

والنشاط الخارجي يخص الأفراد الممتازين رياضيا بالمدرسة، ولذا فإنه نشاط تنافسي يتم وضع برنامجه عن طريق توجيه التربية البدنية والرياضية بالاتحاديات والإدارات التربوية بالإضافة إلى برنامج سنوي يضعه مدرس التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، وذلك بإقامة عدد من المباريات المدرسية الرسمية.² ويقصد بالنشاط الرياضي الخارجي أنه من أوجه النشاط التي يمارسها التلاميذ خارج المدرسة، وتقوم المدرسة بتنظيمه والإشراف عليه حيث أن هذه الأنشطة تكون بعيدة عن التقيد بالجدول الدراسي للمدرسة ولقد ذكرنا أن النشاط الرياضي الداخلي هو امتداد لدرس التربية البدنية والرياضية والآن نقول أن النشاط الرياضي الخارجي هو كذلك امتداد للنشاط الداخلي الذي يزود التلاميذ المتفوقين في مختلف الأنشطة البدنية والرياضية باختيار ما يصبون إليه من لعبة أو فعالية، ويمثل النشاط الخارجي إقامة الأيام الرياضية وبرامج المسابقات بين المدارس، كما يمثل أيضا كل نشاط بدني رياضي تروحي كالرحلات والأعمال التطوعية وغيرها من الأنشطة التي تشرف عليها المدرسة.

إن النشاط الرياضي الخارجي يوفر الفرصة للتلاميذ ذوي المهارات العالية في مختلف الألعاب الرياضية فيشكلون فريق يقابل فرق المدارس الأخرى، ولقد أنشئت الجمعية الرياضية للمدارس لتشرف على هذه المباريات وتنظيمها وتضع المستويات المطلوبة لها، وكثير من المدارس تستبدل هذه المباريات بأيام رياضية وأيام لعب فيما يتعلق بالبنات، ولقد قامت جمعية المدارس حديثا بدراسة مسحية لعدد 395 مدرسة ولكي يحصل الشباب على كل القيم التربوية للنشاط الخارجي يجب أن يقوم على إدارة و تنفيذ هذا البرنامج مدرسون وموظفون من المدرسة من المهتمين أصلا برعاية الطلبة المشتركين فيه.³

1-14-3-2- أهمية النشاط الخارجي:

يرى "هاشم الخطيب" أن "النشاط الرياضي الخارجي هو ناحية أساسية مهمة من منهاج التربية البدنية والرياضية، ودعامة قوية تتركز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى أنه يكمل النشاط الذي

¹ - طلحة حسام الدين و عدله عيش مطر: مقدمة في الإدارة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص184-185.

² - مكارم حلمي أبو هرجة و سعد زغول: مناهج التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص158.

³ - تشارلز بيكور/ ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده: أسس التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص88.

يزول في الدروس المنهجية¹. إن النشاط الرياضي الخارجي هو تلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي أو هو نشاطات الفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية التي تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة وهذا من حيث الاختيار وانتقاء الرياضيين الممتازين وتشكيل الفرق الرياضية مع بداية الموسم المدرسي، وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق، حيث نصت المادة (07) من التعليم الوزاري المشتركة رقم (15) "أنه تكون الممارسة التنافسية التربوية من تدريب رياضة متخصصة وتدريبية للمنافسة فهي تستهدف التهيئة والإدماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة سليمة تشغل الجهاز الوطني لفرز وانتقاء الشباب ذوي المواهب الرياضية خاصة في أوساط التربية والتكوين"².

1-14-3-3- أهداف النشاط الرياضي الخارجي:

- إفساح المجال للفرق الرياضية للتنمية الاجتماعية والنفسية وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المؤسسات والمدارس الأخرى.

- الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي بين التلاميذ.

- إتاحة الفرصة لتعلم قواعد وقوانين الألعاب وكيفية تطبيقها.

- إعطاء الفرصة لتعلم القيادة والتبعية وكذا الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية³.

1-14-3-4- أسس إعداد و تنظيم النشاط الخارجي:

يكمل مفهوم النشاط الخارجي سائر أجزاء البرنامج من حيث الواجبات التربوية، وفي بعض دول العالم يوجد تنظيم مهم للغاية لإدارة هذا النشاط، وفي الغالب توجد اتحادات متخصصة في إدارة مثل هذا النشاط المدرسي، ولكي تتاح فرصة النجاح للنشاط الخارجي يجب مراعاة الأسس التالية:

- مراعاة المرحلة السنوية للتلاميذ عند اختيار الفرق الرياضية، حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص بدنية وقدرات خاصة.

- مراعاة اختيار أعمدة الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة والمستوى المناسب في الأداء.

- الاهتمام بتحديد فترات لتدريب أعضاء الفرق الرياضية بحيث لا يعوقهم التدريب على التحصيل الدراسي.

- الاهتمام بتوفير الإمكانيات اللازمة للنشاط.

- العمل على تكوين فرق رياضية في نشاطات متنوعة، وعدم الاقتصار على نوع أو نوعين فقط⁴.

وفي هذا السياق، يرى "عباس أحمد السامرائي" أنه يجب أن يكون تناسق بين البرامج الصفية

والبرامج اللاصفية، أي يجب أن يتدربوا على ما تعلموه في الدرس، حيث أن النشاط اللاصفي يهدف إلى:

- تنمية الصفات البدنية الأساسية للطلاب مثل: الرشاقة، المرونة، السرعة... الخ.

¹ - منذر هاشم الخطيب: تاريخ التربية الرياضية، ط 01، جامعة بغداد، 1988، ص 689.

² - تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 و المتعلقة بتنظيم الرياضة في الوسط المدرسي لمؤسسات التربية مؤرخة في 1993/02/03.

³ - محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 02، الجزائر، 1992، ص 37.

⁴ - محمد الحممامي: فلسفة اللعب، مركز الكتاب للنشر، ط 01، القاهرة، 1999، ص 190.

- ترقية المهارات الرياضية والتحكم بالسيطرة عليها حيث يوجد متسع من الوقت لذلك، وعليه يمكن تحديد الأسس الرئيسية للنشاطات اللاصفية فيما يلي:
- أن تكون مرتبطة بنشاطات درس التربية البدنية و الرياضية، وتتبع خطة مقرر على مدار السنة.
- أن تهدف إلى تنمية الصفات البدنية الأساسية.
- أن تهدف إلى تنمية المهارات و الألعاب الرياضية الموجودة في الخطة، و أن تخص بالإمكانيات وتتلائم مع حجم الملاعب.
- أن تحقق أدنى طموح للطلاب و تحقق أهداف الرياضة المدرسية.¹

¹ - عباس أحمد السامرائي و عبد الكريم محمود السامرائي: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية البدنية، ط 01، جامعة بغداد، 1999، ص225.

خلاصة:

من خلال ما سبق ذكره، فإننا نرى أن النشاط البدني الرياضي جزء لا يتجزأ من التربية العامة لأنها الجزء الحيوي لها، حيث تعتبر ممارسة النشاط الحركي من أحدث أساليب التربية الحديثة وهذا لأن وسيلتها هي الممارسة العلمية، فعندما يشترك الفرد في نشاط رياضي موجه وعلى أسس علمية سليمة فإنه يستفيد صحيا و حركيا و تتوطد العلاقات الإنسانية بفضل هذا النشاط.

فالتربية العامة والنشاط البدني الرياضي هدفهما واحد، وهو العمل على نمو الفرد اجتماعيا، عقليا بدنيا ونفسيا، وهذا من خلال الأنشطة التربوية التي تتم داخل المؤسسة سواء كانت تطبيقية أو نظرية.

تمهيد:

يهتم علم النفس الاجتماعي بدراسة الفرد داخل الجماعات دراسة علمية من حيث علاقاته مع الآخرين وتأثيره وتأثره بهم وذلك من خلال ما يسمى بعملية التفاعل الاجتماعي كما يهتم بدراسة عدة مواضيع أخرى تتعلق بالفرد من أهمها ديناميكية الجماعة والقيادة والاتصال والتشئة الاجتماعية وغيرها ومن بين أهم المواضيع التي يتناولها علم النفس الاجتماعي موضوع الضبط الاجتماعي والذي تشكل مع وجود المجتمعات البشرية وكان على الدوام إلزامي للفرد في المجتمع فالفرد لم يكن حرا في أعماله وأفعاله بل ظل دائما محاطا بقيود وقواعد تحدد أحكامه وتوجهها. وقد حظي الضبط الاجتماعي بمكانة هامة في دراسات علم الاجتماع منذ نشأته حتى اليوم حيث اهتم الباحثون في هذا العلم بدراسة النظم والأنساق الاجتماعية ودورها في خبرة سلوك أعضاء المجتمع وتدعيم النظام الاجتماعي

وسيكون موضوع الضبط الاجتماعي موضوع بحثنا ، حيث سنتطرق إلى ماهية الضبط الاجتماعي وذلك بتعريف الضبط الاجتماعي وتناول الخلفية التاريخية لظهوره وأهم النظريات التي فسرتة كل من وجهة نظرها ، كما سنتناول أنواع ووسائل الضبط الاجتماعي ، وسنتناول أهمية وأهداف الضبط الاجتماعي ومدى فاعليته في المجتمع.

2-1- الخلفية التاريخية للضبط الاجتماعي:

لقد ظهر الضبط الاجتماعي في القرن 19 على يد مجموعة من العلماء في علم الاجتماع، أما كفكر فيعتبر عبد الرحمان ابن خلدون هو أول من نوه إلى فكرة الضبط الاجتماعي في مقدمته، حيث يرى " إن الإنسان مدني بطبعه إلا أن ميوله العدوانية تتطلب بالطبع قيام أداء لضبط سلوكه"¹

هذا ويذهب البعض إلأن فكرة الضبط الاجتماعي ظهرت على يد أوجست كونت، وذلك عندما أشار إلى أهمية الدراسة الاجتماعية للنظام الاجتماعي والدور الذي يمارسه الدين والأخلاق والمعرفة في تدعيم النظام . أما إميل دوركايم فقد أشار إلى فكرة الضبط من خلال دراسته للرموز الجمعية والقيم والمثل والنظم الأخلاقية والسياسية والقانونية التي تعتبر قواعد للسلوك².

وبالنسبة للضبط الاجتماعي كمصطلح فيرى كل من جورج جورفيتش وادوارد روس إنهربرت سبنسر هو أول من استخدم مصطلح الضبط الاجتماعي عام 1893 ، غير أن سبنسر لم يعطي المصطلح أي مدلول خاص³ ويرى هولنج شيد أن مصطلح الضبط الاجتماعي ادخل في مجالات الدراسات السوسولوجية عن طريق البيون سمول وفنست في كتابهما مقدمة لدراسة المجتمع الذي ظهر عام 1894 .

وقد زادت عناية علماء الاجتماع بدراسة الضبط الاجتماعي حيث قام العالم الأمريكي بعرض سلسلة من الأبحاث بعنوان الضبط الاجتماعي في مجلة العلوم الاجتماعية في السنوات 1896 – 1898 ثم عاد وجمعها في كتاب واحد بعنوان (الضبط الاجتماعي : دراسة لأسس النظام الاجتماعي العام) و تم نشره عام 1901، ثم زاد الاهتمام بهذا الموضوع حين دعت الجمعية الأمريكية لعلم الاجتماع إلى تخصيص دورة انعقدت في سنة 1917 لبحث موضوع الضبط الاجتماعي . وبذلك جاءت دراسة ادوارد روس لتفتح بؤرة لدراسة من العلماء لدراسة الضبط الاجتماعي كموضوع يستحق البحث والتحليل والدراسة⁴.

وهذا وقد ذهب وليم سمنر إلى دراسة الضبط الاجتماعي من خلال تناوله (العادات والتقاليد والعرف) في كتابه الطرق الشعبية .

وفي بداية الخمسينات ساهم تالكوتبارسونز في المفهوم إذ اعتبره وسيلة فعالة لكي تحقق التوازن داخل النسق الاجتماعي⁵.

وفي نهاية الستينات شهد المفهوم حالة من التراجع والركود ، إلأن ظهرت بوادر جديدة في التسعينات حيث اصدر داريو ميلوسي مؤلفا بعنوان دولة الضبط الاجتماعي سنة 1990 حيث نظر إلى المفهوم من وجهة نظر الدولة واعتبره أداة لتحقيق السيادة والقوة ، لهذا تعمل الدولة على توسيع أجهزة الضبط الاجتماعية الرسمية . وفي منتصف التسعينات ظهرت بوادر جديدة تدعو إلى تكوين نظرية خاصة بالضبط الاجتماعي في محاولة إحيائه من جديد⁶

¹ احمد الخشاب ، الضبط الاجتماعي : أسسه النظرية وتطبيقاته العملية ، مكتبة القاهرة الحديثة ، ط2 ، القاهرة ، 1968 ، ص 45.

² سامية محمد جابر ، القانون والضوابط الاجتماعية : دار المعرفة الجامعية ، مصر ، 1997 ، ص 34.

³ عبد الله رشدان ، علم الاجتماع التربوية : دار الشروق للنشر ، ط1 ، الأردن ، 1999 ، ص 189 – 190.

⁴ حسن الساعاتي ، علم الاجتماع القانوني : مكتبة الانجلو المصرية ، ط3 ، مصر ، 1968 ، ص 05.

⁵ عدلي السمري ، الثابت والمتغير في آليات الضبط الاجتماعي : مركز البحوث والدراسات الاجتماعية ، ط1 ، مصر ، 2003 ، ص 15.

⁶ أمال عبد الحميد و آخرون ، الانحراف والضبط الاجتماعي : دار المعرفة الجامعية ، ط1 ، مصر ، 2000 ، ص 13-16.

2-2- تعريف الضبط الاجتماعي :

لغة الضبط : لزوم الشيء وحبسه وضبطه يضبط الشيء حفظه بالحزم ، ورجل ضابط أي قوي شديد وفي الاستخدام العربي الشائع يعني الضبط النظام إذا نسب إلى الربط و شيء مضبوط شيء محكم دقيق¹ التعريف الإصلاحي للضبط الاجتماعي : لقد اختلف العلماء في تعريفهم للضبط الاجتماعي وذلك بسبب توجهاتهم النظرية وقد حصرنا أهم التعريفات فيما يلي :

يعرف موريس كوسن الضبط الاجتماعي على انه "مجموعة من الوسائل التي يستخدمها الأفراد للحد أو لمنع الانحراف " ²

ويعرف ماكيفر الضبط الاجتماعي بأنه "وظيفة للحفاظ على البناء الاجتماعي، من خلال أشكال القوى ذات التأثير الفعال التي تعمل على تدعيم التماسك الاجتماعي، وضبط سلوك الأفراد من خلال احترام معتقدات المجتمع وعاداته وتقاليده وقيمه ومعاييره"³

ويعرف جورج جورفيتش الضبط الاجتماعي على انه "مجموعة الأنماط الثقافية التي يعتمد عليها المجتمع في ضبط التوتر والصراع "

كما يعرفه ادوارد روس " بأنه سيطرة اجتماعية مقصودة وهادفة لها قوة دافعة لا يستهان بها في إحداث الاستقرار في المجتمعات " ⁴

بينما يذهب جارلسهرتون كولي إلى تعريف الضبط الاجتماعي على انه " ضبط المجتمع لنفسه الذي يتم من خلال عملية التنظيم والخلق بواسطة فرد أو أفراد معزولين " ⁵

أما جيون فيذهب إلى الضبط الاجتماعي على انه العمليات والوسائل التي تلجا إليها الجماعة للتحكم في حالات الانحراف عن المعايير الاجتماعية، وان كل ما يعتبر وسيلة من وسائل تنظيم السلوك يعتبر في الوقت نفسه أداة من أدوات الضبط الاجتماعي " ⁶

2-3- نظريات الضبط الاجتماعي :

¹ صلاح الدين شروخ ، علم الاجتماع التربوي : دار العلوم للنشر والتوزيع ، الجزائر ، 2004 ، ص 99.
² إبراهيم مذكور ، معجم العلوم الاجتماعية : الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مصر ، 1975 ، ص 357.
³ ماكيفر ، المجتمع : ترجمة علي احمد حسين ، مكتبة الهيئة المصرية ، القاهرة ، 1961 ، ص 273.
⁴ السالم و خالد بن عبد الرحمن ، نظرية الضبط الاجتماعي في الإسلام: بدون دار نشر ، ط1 ، الرياض ، 2000 ، ص 27.
⁵ سمير نعيم احمد ، علم الاجتماع القانوني : دار المعارف ط2 ، الكويت ، 1982 ، ص 35.
⁶ محمد سلامة غباري ، الانحراف الاجتماعي ورعاية المنحرفين: المكتب الجامعي الحديث ، ط2 ، الإسكندرية ، 2002 ، ص 171.

اختلفت وجهات نظر الباحثين حول نظرتهم للضبط الاجتماعي، وتبعاً لذلك ظهرت عدة نظريات في مجال الضبط الاجتماعي وفي ما يلي أهم النظريات التي تناولت الضبط الاجتماعي :

2-3-1-نظرية تطور وسائل الضبط الاجتماعي: يعتقد ادوارد روس أن داخل النفس البشرية أربع غرائز هي (المشاركة، القابلية للاجتماع، الإحساس بالعدالة، ورد الفعل الفردي) حيث تشكل هذه الغرائز نظاماً اجتماعياً للإنسان

وترى هذه النظرية انه كلما تطورت المجتمعات ضعفت تلك الغرائز وظهرت سيطرت المصلحة الذاتية وهنا تضطر تلك المجتمعات إلى وضع ضوابط مصطنعة تحكم العلاقات بين كافة أفرادها ، أي أن هناك أسباباً وجدت الحاجة إلى الضبط الاجتماعي وتطور وسائله (ازدياد حجم السكان، ضعف الغرائز الطبيعية، ظهور جماعات متباينة)¹.

2-3-2-نظرية الضوابط الثقافية: يؤكد هنا سمنر أن الأعراف والعادات الشعبية هي التي تنظم السلوك فهي ضوابط يستخدمها الأفراد دون وعي منهم².

ونلاحظ إن الفكرة الأساسية تنصب على العادات الشعبية التي تعتبر من وجهة نظره الصفة الرئيسية للواقع الاجتماعي التي تعرض نفسها بطريقة واضحة في تنظيم السلوك، إذ أنها تعمل على ضبط التفاعل الاجتماعي.

2-3-3-نظرية الضبط الذاتي: يرى كولي إن المجتمع يعتمد في تنظيمه الاجتماعي على الرموز والأنماط والمستويات الجمعية والقيم والمثل ، فهو يرى إن الضبط الاجتماعي هو " تلك العملية المستمرة التي تكمن في الخلق الذاتي للمجتمع أي انه ضبط يقوم به المجتمع فالمجتمع هو الذي يضبط وهو الذي ينضبط في نفس الوقت وبناءا عليه فان الأفراد ليسوا منعزلين عن العقل الاجتماعي"³.

2-3-4- النظرية البنائية الوظيفية: يركز لانديز على مكونات البناء ودورها في الضبط الاجتماعي كما يركز على مفهوم التوازن الوظيفي بين النظم الاجتماعية وعلاقة هذه النظم بالضبط الاجتماعي، ويرى لانديز أن مؤسسات الضبط الاجتماعي تعمل على تحقيق التوازن والاستقرار في المجتمع ، فالمنظور الوظيفي إذن يقوم على مسلمة أساسية إلا وهي أن المجتمع نسق نظامي متكامل وان ثمة ميكانيزمات ضبط تعمل على تحقيق التساند والتوازن داخل النسق ويضطلع النسق بعدد الوظائف التي تعمل من خلال أهداف مشتركة إذ تعتبر القيم مصدراً أساسياً لتوجيه السلوك وضبطه⁴.

2-3-5-النظرية الثقافية التكاملية: " يؤكد جورج جورفيتش على ضرورة دراسة الضبط الاجتماعي على أسس وشروط تتمثل في :

¹ الحامد محمد بن معجب والرومي، الأسرة والضبط الاجتماعي: مطابع جامعة الإمام محمد بن سعود، ط1، السعودية، 2001 ص 97.

² الجابري خالد فرج ، دور مؤسسات الضبط في الأمن الاجتماعي: بحث في الندوة الفكرية ، الرياض ، 1997 ، ص 42.

³ عبد الله رشدان ، علم الاجتماع التربوية: مرجع سابق ، ص 72.

⁴ السالم و خالد بن عبد الرحمان ، نظرية الضبط الاجتماعي في الإسلام: مرجع سابق ، ص 69.

- إن الضبط الاجتماعي ليس نتيجة لتطور المجتمع وتقدمه بل انه كان موجودا في المراحل العمرية المبكرة من تاريخ المجتمعات الإنسانية ، إذ يستحيل تصور مجتمع بلا ضوابط .
- إن الضبط الاجتماعي واقع اجتماعي وليس أداة.
- عدم وجود صرع بين المجتمع والأفراد.
- إن كل نمط من أنماط المجتمع هو عبارة عن عالم صغير يتألف من جماعات، وان مؤسسات الضبط الاجتماعي تختلف باختلاف تلك الجماعات " ¹.

2-4- أنواع الضبط الاجتماعي:

- 2-4-1- الضبط الداخلي: الضبط الداخلي هو الذي ينبع من داخل الإنسان كالقيم والعادات والتقاليد والمعايير الأخلاقية والاتجاهات أيأن الضبط الداخلي هو الضمير الذي يوجد في داخلنا والذي كونه المجتمع فينا .
- " فالضبط الداخلي يحدث عندما يقبل الأفراد معايير الجماعة على أنها تمثل جزءا من ضمائرهم الاجتماعية ويعدون جزءا من هويتهم الذاتية تغرسها عملية التنشئة الأسرية في بداية مرحلتها لتجعله احد أوجه ذات الفرد لدرجة انه عندما يكون بمفرده بعيدا عن أعين الناس ولا يوجد شخص يراقبه يتصرف حسبها وملتزم بها " ²
- 2-4-2- الضبط الخارجي :ويتمثل في القوانين والتشريعات التي تضعها المجتمعات حديثة التنظيم، وتتولى الجهات الرسمية للدولة مهمة تطبيق هذه القوانين واللوائح ويتعرض من يخالفها لعقاب المجتمع واهم المؤسسات التي تستخدم هذه الضوابط الحكومة والضمان الاجتماعي ³.

- 2-4-3- الضبط الاجتماعي الرسمي :هذا النوع من الضبط نجده في نظم المجتمع المختلفة كالنظام التربوي والنظام الأسري والنظام الاقتصادي ... الخ . ⁴

- 2-4-4- الضبط الاجتماعي غير الرسمي : يظهر هذا النوع من الضبط الاجتماعي في المجتمعات بصورة تلقائية ومن أمثلتها نقل الأخبار والقبيل والقال والاستنكار والتهمك إطلاق شائعات اللوم والتهديد بالحرمان، وهذا النوع من الضبط الاجتماعي نجده في الجماعات الأولية كالأصدقاء .

- 2-4-5- الضبط الاجتماعي الايجابي :ويعتمد هذا النوع من الضبط الاجتماعي على دافعية الفرد الايجابية نحو الامتثال والمسايرة، يتمثل في المدح والثناء والرضا الجمعي والتقدير المادي والتي تشع الأفراد على الالتزام ⁵

- 2-4-6- الضبط الاجتماعي السلبي :ويتمثل هذا النوع في ماتتخذه الجماعة من أساليب سلبية كالإلزام والنواهي والتهديدات والعقوبات الجزائية والتي تجعل الفرد حريصا على عدم مخالفة نظم وقيم المجتمع ¹.

¹ الحامد محمد بن معجب والرومي ، الأسرة والضبط الاجتماعي : مرجع سابق ، ص 57.

² معن خليل العمر ، الضبط الاجتماعي : دار الشروق ، ط1 ، الأردن ، 2006 ، ص 47.

³ الأخرس محمد صفوح ، نموذج إستراتيجية الضبط الاجتماعي في الدول العربية :أكاديمية نايف للعلوم الأمنية ، الرياض ، 1997 ، ص 41.

⁴ احمد رأفت عبد الجواد ، مبادئ علم الاجتماع : مكتبة نهضة الشروق ، 2006 ، ص 109-110.

⁵ عبد الله رشدان ، علم الاجتماع التربوية : مرجع سابق ، ص 269.

2-5- وسائل الضبط الاجتماعي :

هي تلك الطرق والممارسات التي تتحكم في سلوك الأفراد وتعمل كقوى تجبرهم على الخضوع للمعايير الاجتماعية فكل مجتمع له وسائل ضبط تنظم حياة أفرادهِ وتُحكم طرق معاملاتهم وسلوكياتهم، وفي ما يلي عرض لأهم الوسائل :

2-5-1- الدين : " يعتبر الدين من أهم أقوى الوسائل الاجتماعية الفاعلة في ضبط وتنظيم وتحديد سلوك الأفراد والجماعات وفي حفظ المجتمع وضمان استقراره فوظيفة الدين هو تأكيد السمو الأخلاقي للمجتمع وسيطرته على الأفراد ومن ثم تحقيق التضامن الاجتماعي " .²

ويرى لوكي ران الدين لا يتشكل بالمجتمع بل إن المجتمع يتشكل وفقا للدين، وقد أشار ماكس فيبر في هذا الصدد إلى أن الدين في بعض الأحيان يحوي قوى محافظة تتمتع بنوع من الثبات يؤدي إلى استقرار المجتمع وتماسكه ولا يسمح بالتغيرات الاجتماعية في نظم المجتمع .

إن الدين مؤسسة هامة في المجتمع يقوم بعدة وظائف على المستوى الفردي والجماعي فيرى إدوارد سابير أن الوظيفة الأساسية للدين هي تزويد الإنسان بهدوء النفس وسلامة العقل، وإحساساً بالأمن في عال مليء بالمخاطر والشكوك والأوهام، ومن الوظائف الهامة الأخرى قيامه بدور فعال في تكامل وتوفيق شخصيات الأفراد مع معايير وقيم المجتمع الذي ينتمون إليه.³

2-5-2- القانون : "إن القانون هو الآلة الرادعة للتجاوزات والاعتداءات على أفراد المجتمع ويعد الوسيلة الناجعة للضبط الاجتماعي لأنه يعبر من خلال بنوده، عن الأحكام الرادعة وفرض العقوبة على الخارجين على حدود المجتمع " .⁴

2-5-3- التربية : تعتبر التربية وسيلة يلجأ إليها المجتمع لزرع أنماط الثقافة في الفرد وتهدف التربية إلى تحقيق انضباط سلوك الفرد وفقاً لمتطلبات الحياة الاجتماعية .

ويؤكد إدوارد روس على أن التربية أسلوباً آخر للضبط الاجتماعي تتعدد وسائله وتخلف هيئاته التي تتمثل في الأسرة والمدرسة والقوة المرغوبة .⁵

إن التربية تمثل ظاهرة اجتماعية إلزامية وضرورة حيوية للجماعة، إذ يشعر الفرد أنه مترابط بنائياً ووظيفياً بالمجتمع وترتكز التربية كوسيلة للضبط الاجتماعي على عمليات التفاعل الاجتماعي بين الفرد ومحيطه الثقافي لمكوناته المختلفة من أفراد وجماعات وأنماط سلوكية وأنظمة اجتماعية .⁶

¹ عبد الله رشدان، علم الاجتماع التربوية مرجع سابق، ص 270.

² ذبيان سامي محمود، الضبط الاجتماعي : رسالة دكتوراه غير منشورة، مصر، 1986، ص 89.

³ الزامل محمد عبد الله، الدين والضبط الاجتماعي : رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الملك سعود، السعودية، ص 12.

⁴ أبو زيد محمود، الشائعات والضبط الاجتماعي : الهيئة المصرية العامة للكتاب، مصر، ص 69.

⁵ سامية محمد جابر، القانون والضوابط الاجتماعية : مرجع سابق، ص 83.

⁶ محمد الجوهري، مدخل إلى علم الاجتماع : دار المعرفة الجامعية، القاهرة، 2006، ص 276.

والتربية تجعل من الفرد إنسانا واعيا مدركا لحقوقه، وهي باعتبارها وسيلة ضابطة تؤثر في تنشئة الأفراد وهذب في سلوكهم¹.

ولكي تعمل التربية على تعديل السلوك يجب أن تقوم بوظيفة أخرى وهي غرس القيم والمبادئ باعتبارها مصدر للضبط الاجتماعي وتنظم السلوك بتلقين الفرد توقعات المجتمع السلوكية، عبر وسائط التربية عامة والتعليم الرسمي خاصة².

2-5-4- العرف: ويشمل المعتقدات التي تسري بين الناس، وهم يشعرون ان هذه المعتقدات ملزمة لهم وتضغط عليهم ويستمد العرف قوته من قوة المعتقدات التي تسود فكر الجماعة وقيمها، والتي لا يستطيع الأفراد الخروج عليها إلا في حدود ضيقة.

2-6- أهداف الضبط الاجتماعي:

من بين أهداف الضبط الاجتماعي ما يلي :

- العمل على تحقيق الامتثال لمعايير وقيم الجماعة الاجتماعية، لكي يشعر أفرادها بشعور جمعي واحد يجمع بينهم كقاسم مشترك .

- يهدف الضبط الاجتماعي إلى صناعة النظام الذي في إطاره يستطيع الفرد أن يقوم بدوره الاجتماعي في موقعه من خلال الوحدات الاجتماعية التي ينتمي إليها³.

- يهدف الضبط الاجتماعي بأساليبه المختلفة إلى تطبيع الإنسان ليصبح اجتماعيا، بمعنى وضع أسس تكيف الشخصية بطريقة تكبح أنانية الفرد الغريزية ويوله النظرية ليحل محلها بعض الميول الاجتماعية التي تسمح له بالتجاوب مع ماتمليه الحياة من قواعد وقيود والتزامات .

- المحافظة على درجة عالية من التضامن الاجتماعي بين أفراد الجماعة الاجتماعية من اجل بقاء دوامها ومتانتها.

- العمل على دعم وتعزيز التماسك الاجتماعي داخل التنظيمات الاجتماعية من اجل استمرارها⁴.

- تحقيق الأمن الاجتماعي في المجتمع ، حيث يتفرغ كل عضو من أعضائها لأداء دوره كاملا في المجتمع .

تحقيق الوحدة الاجتماعية عن طريق غرس الارتباط الدائم لدى أفراد مجتمعهم⁵.

2-7- أهمية الضبط الاجتماعي :

¹ احمد الخشاب ، الضبط الاجتماعي : أسسه النظرية وتطبيقاته العملية ، مرجع سابق ، ص 53.

² بدر خان و سوسن سعد الدين ، أشكال الضبط المدرسي المستخدمة من قبل معلمي المرحلة الثانوية في الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، عمان ، ص 29 .

³ احمد الخشاب ، الضبط الاجتماعي : أسسه النظرية وتطبيقاته العملية ، مرجع سابق ص 34.

⁴ معن خليل العمر ، الضبط الاجتماعي : مرجع سابق ، ص 41 .

⁵ بو زيد محمود ، الشائعات والضبط الاجتماعي : مرجع سابق ، ص 213 .

للضبط الاجتماعي أهمية بالغة في تحقيق التوازن والاستقرار في المجتمع، إذ لا يوجد مجتمع في حالة من التوازن والاستقرار دون أن تكون خلفه ضوابط تعمل على تحقيق ذلك فكل مجتمع قيمه السائدة ومورثاته الثقافية، والآن سنتناول أهمية الضبط الاجتماعي في العناصر الآتية :

-تتم أهمية الضبط الاجتماعي في انه ضروري لتنظيم معاملات وعلاقات الأفراد بعضهم البعض، ووسيلة لتدعيم النظام والقضاء على الفوضى والجنوح في الجماعة

- تتبع أهمية الضبط الاجتماعي أيضا من خلال فرض الرقابة اللازمة والسيطرة على الأفراد عن طريق التنشئة الاجتماعية وتربية الأطفال على تقبل ما يفرضه عليهم التنظيم الاجتماعي من قيود وضوابط¹

- تبرز أهمية الضبط الاجتماعي في مراقبة من يحاول العبث بالقوانين والقيم والعادات والأعراف والدين والأخلاق.....الخ التي وضعها المجتمع .

- "يمكن التحكم عن طريق الضبط الاجتماعي في نوازع الصراع والظلم بين فئات المجتمع، كما يمكن علاج الانحرافات الاجتماعية وإعادة الاستقرار والتوازن إلى مكونات البناء الاجتماعي"².

2-8- فاعلية الضبط الاجتماعي :

إذا أراد المجتمع أن يستمر في وجوده الاجتماعي عليه أن يمتلك شروطا وضوابط خاصة لضبط وتوجيه أفرادة نحو الالتزام بمعاييره أو قيمه التي وضعها وحددها كآليات ضبطية تربطهم بأهدافه من اجل جعلهم متمثلين في سلوكهم وتفكيرهم حسبها، ولا يتم هذا عن طريق تكوين ضوابط داخلية تتم عبر التنشئة الاجتماعية، وهذا الانضباط الداخلي يمثل جزءا من ضمائر الأفراد ، ينبع من داخل الفرد ليس بسبب الخوف من عقوبة خارجية، إذا حصل انحراف عن المعايير والقيم التي تنشأ عليها من أسرته فذلك يرجع إلى خضوعه لضغوط خارجية استجاب لها فجعلته منحرفا عن الضوابط الداخلية.

خلاصة:

¹سامية محمد جابر ، القانون والضوابط الاجتماعية : مرجع سابق ، ص 50.
²عبد الرحمان بنخلدون ، مقدمة في علم الاجتماع : دار الفكر للطباعة والنشر ، بيروت ، 2007 ، ص308

ومما سبق يتبين أن للضبط الاجتماعي أهمية بالغة في تحقيق التوازن والاستقرار في المجتمع، إذ لا يوجد مجتمع في حالة من التوازن والاستقرار دون أن تكون خلفه ضوابط تعمل على تحقيق ذلك فلكل مجتمع قيمه السائدة ومورثاته الثقافية، ويعتبر الضبط الاجتماعي عملية إلزامية يقوم بها المجتمع بهيئاته ومؤسساته الرسمية وغير الرسمية لتعديل سلوك الأفراد، ومن بين هذه المؤسسات الرسمية المدرسة التي تعتبر المؤسسة الاجتماعية التي تلي الأسرة في مسؤولياتها وأهميتها في عملية التنشئة الاجتماعية.

تمهيد:

إن المراهقة فترة أو مرحلة جد حساسة من حياة البشر، وهذا باعتبارها مرحلة عبور من الطفولة إلى الرشد تسمح للفرد بالولوج عالم الكبار، ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح لسهل عليه مواصلة مشوار حياته بسهولة وبدون آثار جانبية قد تؤثر عليه و تحدث لديه عقد نفسية يصعب التخلص منها مستقبلا، فمن خلال هذه الفترة - المراهقة - تحدث عدة تغيرات نفسية وعقلية واجتماعية وجسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة أو غير مباشرة .

ومنه فقد حاولنا في هذا الجزء إعطاء فكرة عن هذه المرحلة الصعبة حتى يسهل لدينا فهم الفرد في هذه المرحلة والتعامل معه بصورة إيجابية بالإضافة إلى التحدث عن خصائص النمو في هذه المرحلة وكذا الحاجات الأساسية للمراهق .

3- مفهوم المراهقة :

إن المراهقة مصطلح نصفى لفترة أو مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة و بداية مرحلة الرشد .

وبذلك المراهق لا يعد لا طفلا ولا راشدا إنما يقع في مجال تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها **عبد العالي الجسيماني** "بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن يندشوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات ¹.

3-1-1- تعريف المراهقة :

3-1-1-1- المعنى اللغوي :

يعرفها **البيهي السيد** : " المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشى أو لحق أو دنى من فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج " ².

3-1-2- المعنى الاصطلاحي :

ان كلمة مراهقة ADOLESERE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLESCENE ومعناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي و الانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج ³.

3-2- بعض التعاريف المختلفة للمراهقة :

المراهقة مصطلح عام يقصد به عادة مجموعة التحولات الجسدية والسيكولوجية التي تحدث ما بين مرحلة الطفولة والرشد.

المراهقة هي مرحلة البحث عن الاستقلالية والاندماج بالمجتمع، وتبدأ من اثني عشر سن إلى العشرين (12-20) سنة.

وهي تحديدات غير دقيقة لأن ظهور المراهقة ومدتها تختلفان حسب الجنس والظروف الاجتماعية والإقتصادية، كما تتميز بتحديد النشاط الجنسي إلى جانب نمو القدرات العقلية على التفكير المنطقي والتجرد والتخيل ⁴. تبدأ عند حوالي (12-13) سنة وتنتهي عند سن (18-20) سنة، هذه

¹ عبد وحقاتها العالي الجسيماني : سيكولوجية الطفولة والمراهقة الأساسية ، دار البيضاء للعلوم ، لبنان ، 1994 ، ص 195

² فؤاد البيهي السيد : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، مصر، 1956، ص 257

³ - مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، دار المعارف الجديدة ، 1986 ، ص 189

⁴ - LEHALLE.H, Psychologie des l'adolescent , sans ed, 1985.p13

التحديدات غير دقيقة لأن ظهور المراهقة ومدتها يختلفان حسب الجنس، الظروف الجغرافية والعوامل الاقتصادية والاجتماعية.¹

كما جاء Schonfeld أن " المراهقة هي وجه من وجوه التطور التي تقود إلى سن الرشد وهي مرحلة S التغيرات العميقة في حياة الفرد خاصة على ثلاث مستويات البيولوجي، النفسي والاجتماعي ".² ويعرفها Horrocks عام 1961 بأنها " الفترة التي تكسر فيها المراهقة شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي، ويبدأ في التفاعل معه والإندماج فيه ".³

3-3- تحديد مراحل المراهقة :

إن مرحلة المراهقة هي مرحلة تغير مستمر لذا من الصعوبة تحديد بدء مرحلة المراهقة ونهايتها فهي تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، فالسلالة والجني والنوع والبيئة لها آثار كبيرة في تحديد مرحلة المراهقة وتحديد بدايتها ونهايتها، كذلك يختلف علماء النفس أيضا في تحديدها، بعضهم يتجه إلى التوسع في ذلك فيرون أن فترة المراهقة يمكن أن نضم إليها الفترة التي تسبق البلوغ وهم بذلك يعتبرونها ما بين سن العاشرة وسن الحادي والعشرون (10-21) بينما يحصرها بعض العلماء في الفترة ما بين سن الثالثة عشر وسن التاسعة عشر (13-19) .

وبداية المراهقة تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، فبعض الأفراد يكون بلوغهم مبكرا في سن الثانية عشر أحيانا، وبعضهم قد يتأخر بلوغه حتى سن السابعة عشر.⁴ وفيما يلي أقسامها كما جاءت في كتاب " علم نفس النمو للطفولة والمراهقة " لمؤلفه حامد عبد السلام

3-3-1- المراهقة المبكرة (12-14) سنة :

تمتد منذ بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ حوالي سنة إلى سنتين بعد البلوغ لاستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد.

في هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال ويرغب دائما في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساس بذاته وكيانه ويصاحبها التفطن الجنسي الناتج عن الإستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.⁵

¹ - Sillamy.N. Dictionnaire de la psychologie. Ed bordes.1983. p14

⁴- Schonfeld in memoire en psychologie clinique eperçu sur problème d identification de l adolescent .algerien.

³ - سعدية محمد علي بدر: سيكولوجية المراهقة ، دار البحوث العلمية ، 1980 ، ص 27

⁴ - راجح أحمد عزت : مشاكل الشباب النفسية ، جماعة النشر العالمي ، مصر ، 1945 ، ص 09

⁵ - حامد عبد السلام زهران : الطفولة والمراهقة ، عالم الكتاب ، ط1 ، 1995 ، ص263-252

3-3-2- المراهقة الوسطى (15-17) سنة :

يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية وما يميز هذه المرحلة هو بطئ سرعة النمو الجنسي نسبيا مع المرحلة السابقة وتزداد التغيرات الجسمية والفيزيولوجية من زيادة الطول والوزن واهتمام المراهق بمظهره الجسدي وصحته الجسمية وقوة جسمه ويزداد بهذا الشعور بذاته.

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

يطلق عليها بالذات مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها اختيار مهنة المستقبل وكذلك اختيار الزواج أو العزوف، وفيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسدي ويتجه نحو الثبات الإنفعالي والتبلور لبعض العواطف الشخصية مثل : الاعتناء بالمظهر الخارجي وطريقة الكلام والاعتماد على النفس والبحث عن المكانة الاجتماعية وتكون لديه نحو الجماليات ثم الطبيعة والجنس الآخر.¹

3-4-4- خصائص النمو في مرحلة المراهقة :

3-4-4-1- النمو الجسدي :

في هذه المرحلة تظهر الفروق التي تميز تركيب جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة كما يزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام وبذلك يستعيد الفرد إترانه الجسدي ويلاحظ أن الفتيان يتميزون بالطول وثقل الوزن عند الفتيات، وتصبح عضلات الفتيان قوية في حين تتميز عضلات الفتيات بالطراوة والليونة.²

3-4-4-2- النمو المورفولوجي :

تتميز هذه المرحلة بضعف التحكم في الجسم، حيث تمثل مرحلة غياب التوازن في النمو بين مختلف أطراف الجسم وهذا نتيجة لعوامل غير المتوازنة إذا أنه تبعا لاستطالة الهيكل العظمي فإنه احتياطات الدهون تبدأ في الزوال خاصة عند الذكور، كما أن العضلات تستطيل مع استطالة الهيكل العظمي، ولكن دون زيادة في الحجم وهذا يميز الذكور بطول القامة ونحافة الجسم، كما أن الأطراف السفلى تستطيل أسرع من الجذع والأطراف العليا وفي هذه المرحلة يبدأ ظهور التخصص الرياضي³. الذي يعتمد بنسبة كبيرة على البنية المورفولوجية لجسم الرياضي.

¹ - حامد عبد السلام زهران : الطفولة والمراهقة مرجع سابق، ص 289-352

² - عنايات محمد أحمد فرج : مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، مصر، 1998، ص 74

³ - مفتي ابراهيم حمادة : التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، ط 1، القاهرة، مصر، 1996، ص 121

3-4-3- النمو النفسي :

تعتبر مرحلة النمو النفسي عند المراهق مرحلة من مراحل النمو، حيث تتميز بثروة وحيرة واضطراب يترتب عليها جميعا عدم تناسق وتوازن ينعكس على انفعال المراهق مما يجعله حساسا إلى درجة بعيدة، وأهم هذه الحساسيات والإنفعالات وضوحا هي¹:

- خجل بسبب نموه الجسمي إلى درجة يظنه شذوذا أو مرضا .
- إحساس شديد بالذنب يثيره انبثاق الدافع الجنسي بشكل واضح .
- خيالات واسعة وأمنيات جديدة وكثيرة
- عواطف وطنية ، دينية وجنسية .
- أفكار مستحدثة وجديدة .

كما ينمو عند المراهق الفكر النقدي وسعة الملاحظة ، ويصبح مضادا للعادات والتقاليد ومبتعدا عن القيم العائلية ويتبع سياسة الهروب نحو الأمام، وهذا عن طريق حلم اليقظة ويصبح كثير البحث عن الإمكانيات التي تمكنه من إبراز شخصيته، ومرحلة لتنمية المقدرة عن التحكم في الانفعالات خلال مواقف اللعب المختلفة².

3-4-4- النمو الإجتماعي :

في هذه المرحلة يبلغ الطفل مرحلة النضج حيث ينعكس هذا النضج في نموه الإجتماعي الواضح فيبدو المراهق إنسانا يرغب في أخذ مكانة في المجتمع وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يقبله كرجل أو امرأة .

كما يبدأ المراهق بإظهار الرغبة الإجتماعية من حيث الإنضمام إلى النوادي والأحزاب أو الجمعيات على اختلاف ألوانها مما يؤمن له شعورا بالإنتماء إلى المجتمع كإنسان ذي قيمة فعالة . أما الشيء الملفت للنظر في هذه المرحلة فهو ميل الجنس إلى عكسه لأنه على هذا الميل يتوقف بقاء الجنس البشري لذلك ترى المراهق مهتما بمظهره الخارجي وذاته الجسمية من أجل جذب اهتمام الآخرين من الجنس الآخر نحو شخصه، مما يترتب عليه ميل اجتماعي جديد للمشاركة فيما بعد لأن يكون إنسانا قادرا على بناء مستقبله³.

كما يرى البعض أن: " هذه المرحلة تعتبر سن البحث عن الصديق الكاتم لأسراره، والمصغي له "⁴.

¹ - توما جورج خوري : سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق ، المؤسسة الجامعية للدراسات ، ط 1، بيروت ، لبنان ، 2000، ص 91

² - محمود كاشف : الإعداد النفسي للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، 1991 ، ص 166

³ - توما جورج خوري : سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق ، مرجع سابق ، ص 111

⁴ - بولسر و آخرون : أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، ترجمة عبد العزيز سلامة ، مكتبة الفلاح ، ط 1، الكويت ، 1976، ص 428.

3-4-5- النمو العقلي والمعرفي :

في هذه المرحلة العمرية يكون المراهق غير قادر على استيعاب ولا فهم المجرّد كما تكون اهتماماته هي محاولة معرفة المشكلة العقائدية، وهي المرحلة التي تبدأ في التفكير في المستقبل وهكذا شيئاً فشيئاً تتبلور لديه الإتجاهات الفكرية ويبدأ في البحث عن تفسير لسلسلة الطفولة.¹ كما يلاحظ أو المراهق يقترب من النضج ويحصل لديه نمو معتبر في القدرات العقلية، مما يؤدي إلى حب الإبداع، واكتشاف الأمور التي تبدو غامضة، والبحث عن أشياء ومثيرات جديدة.²

3-4-6- النمو الوظيفي :

في هذا الجانب الكثير من الباحثين لفتوا الانتباه إلى أن النمو الوظيفي يبرز بعض الميول بالنسبة للنمو المورفولوجي، ومن بين علامات هذا الميول نلاحظ تذبذب وعدم التوازن الوظيفي للجهاز الدوراني التنفسي أي نقص في السعة التنفسية والتي أرجعها (جودان) GODAIN إلى بقاء القفص الصدري ضيق، وهنا يدخل دور الرياضة أو بالتدقيق " التربية التنفسية " ويلاحظ كذلك إتساع عصبي حسب GAMAVA راجع إلى توازن وتطور القلب وهذا بالتأقلم مع الاحتياجات الوظيفية الجديدة فيزداد حجمه ويبدأ بالإستناد على الحجاب الحاجز الذي يمثل له وضعية جيدة ومناسبة للعمل حيث أن القدرة المتوسطة للقلب تتراوح بين 200-220 سم³.

بينما القدرة الحيوية تتراوح بين 1800-3000 سم³ وتعمل شبكة الأوعية الدموية - المرتبطة بحجم الجسم - دور الوسيط بين القلب والأعضاء وهذا ما يعطيها أهمية لا تقل عن أهمية القلب والرئتين في العملية التنفسية للمراهق أثناء العمل أو الجهد البدني.³ كما يؤكد كل من "شريكين" و "دتسومسكي" أن "مرحلة المراهقة تتميز بالإمكانات الوظيفية الفيزيولوجية العالية وزيادة القدرة على التكيف مع المجهود البدني".⁴

3-4-7- النمو الحركي :

تتعارض الآراء بالنسبة لمجال النمو الحركي في مرحلة المراهقة، فلقد اتفق كل من "جوركن" "هامبورجر" و "مانيل" على أن حركات المراهق في بداية المرحلة تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام، وأن هذا الاضطراب الحركي يحمل الطابع الوقتي، إذ لا يلبث المراهق بعد ذلك أن تبدل حركاته لتصبح أكثر توافقاً وانسجاماً عن ذي قبل، أي أن مرحلة المراهقة هي "فترة الإرتباك الحركي وفترة الاضطراب".

¹ - أنوف ويتج : مقدمة في علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين وآخرون ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية ، 1994، ص 50.

² - حامد عبد السلام زهران : الطفولة والمراهقة ، ط5 ، عالم الكتاب ، 1995 ، ص 377.

³ - قاسم حسن حسنين: الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي ، ط1، دار الحكمة ، جامعة بغداد 1990 ، ص 98-99.

⁴ - عنايات محمد أحمد فرج : مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ، مرجع سابق ، ص 70.

إلا أن " ماتيفيف " أشارت إلى أن النمو الحركي في مرحلة المراهقة لا يتميز بالإضطراب ولا ينبغي أن نطلق على هذه المرحلة مصطلح الأزمة الحركية للمراهق بل على العكس من ذلك يستطيع الفرد في هذه المرحلة أن يمارس العديد من المهارات الحركية ويقوم بتثبيتها.¹ كما أن هذه الفترة تمثل انفراجا في المستوى بالنسبة للأفراد العاديين من ناحية والموهوبين من ناحية أخرى، وبذلك فهي ليست مرحلة تعلم ولكنها مرحلة أداء مميز، حيث نرى تحسنا في المستوى في بداية المرحلة وثباتا واستقرار حركيا في نهايتها.²

3-4-8- النمو الانفعالي :

انفعالات المراهق تختلف في أمور كثيرة عن انفعالات الأطفال وكذلك الشباب، يشمل هذا الإختلاف في النقاط التالية³ :

- تمتاز الفترة الأولى من المراهقة فترة انفعالات عنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب .
- المراهق في هذه المرحلة لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته الإنفعالية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عند غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الإلتزان الإنفعالي .
- يتعرض بعض المراهقين لحالات اليأس والقنوط والحزن نتيجة لما يلاقونه من إحباط ،تتميز المرحلة بتكوين بعض العواطف الشخصية تتجلى في اعتناء المراهق بمظهره بطريقة كلامه إلى الغير .
- يسعى المراهق إلى تحقيق الاستغلال الإنفعالي أو النظام النفسي عن الوالدين .
- بالرغم من حاجة المراهق إلى الرعاية إلا أنه يميل إلى نقد الكبار .

3-4-9- النمو الجنسي :

يعتبر هذا النمو من ملامح النمو البارزة والواضحة في مرحلة المراهقة وعلامة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة وهي نتيجة منطقية لمجموعة التغيرات البيولوجية في هذه المرحلة . عندما تبدأ مرحلو المراهقة ويحدث البلوغ نلاحظ أنه يطرأ على الأعضاء الجنسية نشاط حيث تبدأ الغدد التناسلية في صنع الخلايا الجنسية وهذه المرحلة لا تعني أن الطفل قادر على التناسل، ولكنها تعتبر مرحلة تكيف على النضج الصفات الجنسية الأولى، أما الصفات الجنسية الثانوية فإنها مصدر التمايز بين الذكور والإناث.⁴

1 - عنايات محمد أحمد فرج : مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، مرجع سابق، ص 71 .
 2 - بسطويسي أحمد : أسس ونظريات الحركة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1996 ، ص 185 .
 3 - بسطويسي أحمد : نفس المرجع ، ص 177 - 183 .
 4 - أنور الخولي ، جمال الدين الشافعي : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، مصر ، 2000 ، ص

3 -- 5مشاكل المراهقة:

3-5-1- مشكلات نفسية:

تعد المشكلات النفسية للمراهق نتيجة لعوامل كثيرة بعضها اجتماعية و أخرى فيزيولوجية أو جنسية تتمثل في الحساسية للنقد و التجريح، الشعور بالندم، عدم التمكن من السيطرة على أحلام اليقظة والخوف من ارتكاب الأخطاء، الشعور بالحزن و الضيق دون سبب.¹ كما تتميز حياة المراهق النفسية بالقلق الذي يعيق تفكيره و يصعب تركيز انتباهه مما يدفعه إلى الشرود الذهني، وقد لوحظ في بعض الدراسات النفسية والاجتماعية للنمو الجسمي المبكر أو المتأخر لدى المراهق يسبب له نوعا من الحساسية الشديدة مما يؤدي به إلى الانطواء والكراهية، أما عند فئة المتأخرين فكثيرا ما يعانون من قصر البنية وضعف العضلات إلى جانب بعض الأمراض فيؤدي بهم إلى الشعور بالنقص و بالتالي إلى سوء التوافق

3-5-2- مشكلات اجتماعية:

كثيرا ما يستاء المراهقين من تدخل الكبار فيما يعتبرونه شؤوننا خاصة بهم وينظرون إلى هذا التدخل على أنه تعدي على سلطاتهم وسلب لحريتهم، ومن واجب الآباء في الغالب هو تقديم المساعدة وأن يعملوا على تشجيعهم في التفاعل الايجابي، وعدم معارضة العادات والتقاليد، فغالبا ما نجد الصراع مع الوالدين يظهر في مقاومة الوالدين لتحقيق الاستقلالية وذلك عند منعهم من الخروج، أين يشعر المراهق بأن حقوقه غير محترمة من طرف الوالدين مما يدفعه إلى هجوم مضاد لإثبات الذات.

3-6- حاجيات المراهق :

يعتبر كمال دسوقي " إن الحاجة هي الظروف أو الموقف الذي يتطلب العمل للوصول إلى هدف معين منها الحاجات البيولوجية التي تتميز بها كل الكائنات الحية المتمثلة في الأكل والشرب ففي سبيل المثال البقاء وحاجات إجتماعية كما يسميها البعض حاجات نفسية ".² أما فاخر عاقل فيرى " أن للمراهق نفس الحاجات الجسدية التي تكون للأطفال والراشدين ونفس حاجاته الاجتماعية إلا أنها تختلف في شدتها ومعناها ".

3-6-1- الحاجة للمكانة :

يقول فاخر عاقل : " يريد المراهق أن يكون شخصا مهما ذو قيمة، كما يريد أن تكون له مكانة في جماعته، ويتميز بمكان الراشدين وأن يتخلى عن موضعه كطفل، لهذا ليس من الغريب أن نرى المراهق

1- سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، دار الفكر، ط 01، عمان-الأردن، 2004

2- كمال دسوقي : النمو التربوي للطفل والمراهق ، دار النهضة العربية ، سنة 1979 ، ص 221

يقوم ببعض تصرفات الكبار كما أنه يرفض أن يعامل معاملة الصغار، أو أن يطلب منه القيام بأعمال الأطفال، ثم أن المكانة التي يطلبها بين رفاقه من مكانته عند أبويه " فالمكانة التي يرغب المراهق تحقيقها قد تحدها في الفريق الرياضي خاصة عند فوزه، ونجاحه في مقابلة رياضية ما إذ أن هذا يشعره أن له مكانة ودور يلعبه في المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي تكون له مكانة اجتماعية¹.

3-6-2- الحاجة للاستقلال :

يقول فاخر عاقل " أن المراهق حريص على تحمل المسؤولية ويقوم بأعمال على وجه حسن ويظهر قدرة الإبداع والإنجاز رغم قيامه ببعض الأخطاء"².
فالمراهق قد يحقق استقلاليته عن طريق ممارسته للرياضة إذ أن هذه الإستقلالية تبدأ عند اختياره لنوع الرياضة التي يريد ممارستها دون تدخل الأهل في ذلك ويكون بذلك قد تخلى عن قيود الأهل.

3-6-3- الحاجة الجنسية :

" نادى Freud.S وأتباعه من علماء التحليل النفسي بأن حرمان الحاجة الجنسية هو من العلل الأساسية "

لسوء توافق الشخصية والاضطرابات العصبية ، وكما أثبتت دراسته على أن الطفل يكون له إلهام جنسي لغرض اكتشاف الجسم وحين يبلغ مرحلة المراهقة، نجد أن هذه الحاجة تقوى وتأخذ شيء آخر وهو الإشباع الجنسي "³.

" كما دلت دراسات Kinsy أن فترة المراهقة هي فترة رغبات جنسية قوية وبين أن ما يزيد عن 90 بالمئة من المراهقين في أمريكا يكونون فاعلين نسبيا عند السن 15 سنة⁴.

الحاجة الجنسية عادة ما تتحقق في مجتمعنا عن طريق الزواج أما في حالة المراهق الذي ينمو نموا جنسيا وتقوى رغباته الجنسية ، فإن الحاجة الجنسية يمكن أن توجه إلى نشاط آخر يسلكه المراهق والرياضة قد تكون أفضل وسيلة لتحقيق شخصيته السوية بعيدة عن كل انحراف جنسي، إذ أن بعض المحللين النفسانيين

Freud . Winicolt يرون أن خلال فترة البلوغ هناك شخصية غريزية ليبيدية عدوانية يحاول الفتى

خلالها أن يخفف منها وذلك بتوجيهها نحو نشاطات كالرياضة وبعض الهوايات كالموسيقى⁵.

1 - فاخر عاقل : علم النفس التربوي ، دار العلم للملايين ، سنة 1982، ص 118

2 - فاخر عاقل : نفس المرجع ، ص 119

3 - كمال الدسوقي : النمو تاتريو للطفل و المراهق ، مرجع سابق ، ص 134

4 - حامد عبد السلام زهران : علم النفس ، نمو الطفل والمراهق ، عالم الكتب ، سنة 1981 ، ص 318

5 - فاخر عاقل : علم النفس التربوي ، مرجع سابق ، ص 120

3-6-4- الحاجة إلى تحقيق الذات والانتماء :

تقول **عواطف أبو العلى** " إن تحقيق الذات هو أن يستطيع المراهق تحقيق إمكانياته وتميمتها إلى أقصى حد ممكن يستطيع الوصول إليه، فيدرك كل ما لديه من قدرات أو يمر بالخبرات التي يستطيع أن يباشرها في جو يشعره بالطمأنينة ويسود الإحساس بالانتماء ".
كما أن هذه الحاجة مرتبطة بالحاجة إلى المودة والعاطفة، فالألفة التي تنبثق من داخل الأسرة تنتشر داخل هذا المجتمع الصغير لتنتقل إلى الجماعات الأخرى التي يجد فيها المراهق أن له مكانته الخاصة .
بهذا فإن انتماء المراهق لفريق رياضي قد يجعله يستفيد ويفيد هذا المجتمع الصغير عن طريق ما يقدمه من أعمال رياضية خاصة عند تحقيق النجاح كما أنه قد يستخدم ما لديه من إمكانيات في صالح الفريق الرياضي ربما هذا ما يشعره بالرضا ويحسسه بالانتماء .

3-6-5- الحاجة للعطف والحنان :

يقول **كمال دسوقي** " تتمثل في شعور المراهق بأنه محبوب كفرد، وأنه مرغوب فيه لذاته، وأنه موضع حب واعتزاز، وهذه الحاجة ناشئة من حياة الأسرة العادية، فهي التي تخلق الشعور بالحب عند المراهق وتتكون لديه ما يسمى بالأمان النفسي العاطفي ،وهذا ضروري لانتظام حياة المراهق النفسية، لذلك لا بد من إتباع هذه الحاجة عنده بكل ما يستطيع الوالدين حتى يحافظ على صحته النفسية وتتكون لديه روح التعاون والمحبة ولن يكون عدوانيا متخوفا من الآخرين ".¹

ولعل هذه الحاجة قد تتحقق في الفريق الذي يمارس فيه المراهق الرياضة، إذ أن التعاون الموجود بين أفراد الفريق والأهداف المشتركة بينهم قد يجعله يشعر بحبهم له والاهتمام به .

3-6-6- الحاجة للنشاط والراحة :

يرى **كمال الدسوقي** " إن النشاط يبعث الرضا والارتياح كما أن له آثار جسمية تنشأ عن رياضة أعضاء الحس العادية أي الظاهرة كالعين مثلا، كما لوحظ أن كل أثر على أجهزة الجسم يكوم جديد ولكن غير مؤلم يؤدي إلى المتعة والسرور لكونه خبرة جديدة تضاف إلى سابق المعارف ".²
كما يؤكد أيضا **أبو العلاء عواطف** في هذا المجال يقول " إن المراهق في حاجة إلى تفريغ الطاقة في نشاط يميل إليه ويتفق مع قدراته " إلا أن النشاط إلى الحركة والنشاط يقبلها السكون والراحة فالتوازن بين نشاط الجسم وحركته وسكونه وراحته لا بد منه من الناحية البيولوجية لإطراد النوم، إن فترات النشاط الطويلة أو الزائدة عن الحاجة ترهق ممتلكات المراهق الجسمية والانفعالية والعقلية، إذ أن الفرد المتعب

¹ - كمال دسوقي : النمو التربوي للطفل والمراهق ، مرجع سابق ، ص 138

² - كمال دسوقي : نفس المرجع ، ص 121

الجسم أو المرهق الحواس يظهر عموماً عنيدا، سهل الإثارة وليس في حالة تسمح له بالاستفادة من التجارب التي يتعلمها"¹.

وهكذا تكون الرياضة نشاط يسلكه المراهق لعله يحقق الراحة والرضا والارتياح، بشرط ألا يتعدى هذا النشاط الرياضي إمكانيات المراهق كما يقول المثل " إن تعدى الشيء عن حده انقلب إلى ضده ".
إن مختلف التغيرات التي تطرأ على المراهق تتطلب توفير بعض الحاجيات حتى يتحقق له النمو السليم ، ولعل الرياضة هي أحسن وسيلة لتحقيق مختلف الحاجيات التي ذكرناها سابقا .

3-7- أشكال من المراهقة :

توجد 4 أنواع من المراهقة :

3-7-1- المراهقة المتوافقة : من سماتها :

- الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار .
- الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والإتزان 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.²

- العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة :

- المعاملة الأسرية السمة التي تتم 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.³
- توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق في مناقشة مشكلاته .
- شعور المراهق بتقدير الوالدين واعتزازهما به وشعوره بتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله وسير حال الأسرة وارتفاع المستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي للأسرة .
- تشغل وقت الفراغ بالنشاط الاجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، تزد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس .

¹ - عواطف أبو العلاء : التربية السياسية للشباب ودور التربية البدنية ، مرجع سابق ، ص 56

² - محمود حسن : الأسرة ومشكلاتها ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، 1981 ، ص 24

³ - رابح تركي : أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، 1990 ، ص 173 .

3-7-2- المراهقة المنطوية : من سماتها ما يلي :

- الإنطواء : هو 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 مؤلمو مشابهة للموقف الحالي التي تحدث للشخص خجلا وانطواء¹.

- التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية .

- 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، التذليل العقاب القاسي الخ .

- تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق .

- عدم إشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجدب العاطفي .

3-7-3- 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 الخ².

- العناد : هو الإصرار على موقف والتمسك بفكرة أو اتجاه غير مصوغ والعناد حالة مصحوبة

بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء، والمراهق يقوم بالعناد بغية الانتقام من الوالدين والغير من الافراد، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات³.

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

3-7-4- 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 .

¹ - يوسف ميخائيل نعيمة : رعاية المراهقين ، دار غريب للطباعة والنشر ، دون طبعة ،ص 160

² - عبد الغني الديدي : ظواهر المراهق وخفاياه ، دار الفكر للملايين ، ط 1 ، 1995 ، ص 153

³ - يوسف ميخائيل أسعد، رعاية المراهقين : دار غريب للطباعة والنشر ، دون طبعة وبلد وسنة ، ص 157.

- البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك .

العوامل المؤثرة فيها :

- المرور بخبرات حادة ومميرة وصدمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية .
 - القسوة الشديدة في المعاملة وتجاهل الأسرة لحاجات هذا المراهق من حاجات جسمية ونفسية واجتماعية...الخ
 - الصحبة المنحرفة أو رفاق السوء وهذا من أهم العوامل المؤثرة .
 - الفشل الدراسي الدائم والمتراكم ، سوء الحالة الاقتصادية للأسرة .
- هذا فإن أشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها والعوامل المؤثرة فيها وإن هذه تكاد تكون هي القاعدة وكذلك تؤكد هذه الدراسة أن السلوك الإنساني مرن مرونة يسمح بتعديله .
- وأخيرا فإنها تؤكد قيمة التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرفة نحو التوافق و السواء ¹.

3-8- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين :

إن الرياضة عملية تسلية وترويح لكلا الجنسين، هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا وبدنيا كما تزوده من المهارات والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس والمشاعر النفسية المكتنزة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية وعصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي وقدراته النفسية والبدنية وفق متطلبات العصر، وأنجح منهج لذلك هو مكيف الحصص الرياضية من أجل شغل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق والملل وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا وفكريا فيستسلم حتما للراحة والنمو بدلا من أن يستسلم للكسل والخمول، ويضيع وقته فيما لا يرضي الله ولا النفس ولا المجتمع ، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية والنوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية والنفسية والعقلية التي يمر بها .

مساعدة المراهق على اكتساب المهارات والخبرات المختلفة في الميادين الثقافية والرياضية لتوفر الوسائل والإمكانيات والجو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح والإرشاد والثقة والتشجيع ، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاد وتوجيه وبتث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي ².

¹ - حامد عبد السلام زهران : علم النفس، نمو الطفل و المراهق، مرجع سابق ، ص 440.

² - معروف رزيق : خطايا المراهقة ، دار الفكر ، ط2 ، دمشق ، 1986 ، ص 15.

الخلاصة :

من خلال كل ما تم تقديمه عن فترة المراهقة، نستطيع القول بشكل عام بأن مرحلة المراهقة تعد إحدى أهم مراحل النمو والنضج للإنسان نظراً لما تحتوي من تغيرات وتحولات جسمية، نفسية، اجتماعية حركية، بدنية....الخ

هذه التحولات إذا حسن استغلالها وتطويرها بشكل متناسق وفعال أمكننا الوصول بالمراهق إلى مرحلة الرشد وهو في أحسن قدراته الجسمية والنفسية أي يعد بطريقة حسنة ليصبح فرداً فعالاً ومنتجاً في المجتمع الذي يعيش فيه، وعلى العكس من ذلك تماماً فعند أي خلل في هاته الفترة الحرجة يؤدي إلى تأثيرات عميقة على نفسية المراهق تستمر معه طوال ما تبقى من مشوار حياته وقد تؤدي في بعض الحالات الصعبة إلى الانحراف الاجتماعي، والذي يعد من أخطر الأضرار التي يمكن للمراهق مواجهتها مستقبلاً إذا لم تتم رعايته في فترة المراهقة .

وعليه فقد ارتأينا دراسة هاته المرحلة من كل الجوانب حتى تكون لدينا نظرة ولو صغيرة عن الأفراد الذين نعني بصدد التعامل معهم، وأردنا أن نلقي الضوء ولو بالقليل عن هذه الفترة، والتي تحتاج إلى عناية خاصة من طرف الآباء و المربين و المدرسين، من حيث أسلوب التعامل، فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه والاستغلال العقلاني والموزون لإمكانياته وطاقاته وقدراته، بالإضافة إلى إعطاء جرعات من الثقة في النفس دون الخروج عن المثل العليا ومحاولة صقل وتطوير مواهبه وتوجهاته حسب ميوله ورغباته الذاتية والشخصية وفي الختام لا يسعنا إلا القول بأن مرحلة المراهقة مرحلة جد حساسة من حياة الإنسان إذا صلحت واستغلت بشكل ايجابي وجد الفرد نفسه راشد من دون مشاكل تعيقه، أما إذا فشلت وأهملت فإن الفرد سيعيش مع ما تبقى من حياته من دون أهداف واضحة، ولا تفكير سليم ويجد نفسه بشكل أو بآخر يعيش على هامش المجتمع، وهذا بدوره يؤدي به إلى العزلة والابتعاد، ولما الانحراف .

تمهيد:

أصبح النشاط البدني الرياضي التربوي علما قائما بحد ذاته لما أصبحت ظواهره قابلة للقياس، معتمدا في ذلك على مختلف الطرق والأساليب الإحصائية والتحليلية وغيرها من الأساليب الأخرى، وما أكسب النشاط البدني الرياضي التربوي الصبغة العلمية هي تلك النتائج الموضوعية والدقيقة التي تصل إليها الدراسات، وهنا تكمن أهمية الجانب التطبيقي في الدراسات الميدانية، وذلك تدعيما للجانب النظري لكل دراسة بهدف الإجابة على التساؤلات المطروحة والوقوف على مدى التحقق من الفرضيات المصاغة، وقبل عرض النتائج المتحصل عليها سنوضح أولا أهم الإجراءات المنهجية المتبعة بذكر الدراسة الاستطلاعية، منهج البحث المستخدم، مجتمع البحث وكيفية اختيار العينة، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية وأهم الأدوات المستخدمة في البحث.

4-1- الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل، ولا تتوفر على بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها.¹ وتهدف الدراسة الاستطلاعية لقياس مستوى الصدق والثبات الذي تتمتع به الأداة المستخدمة في الدراسة الميدانية، كما تساعد هذه الخطوة على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق.

وبناء على هذا، قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة مشابهة لمجتمع البحث تم إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة بعد أسبوع من التطبيق الأول وذلك للأسباب التالية:

- معرفة مدى ملائمة المقياس مع واقع وعينة البحث.
- التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس المستخدم (الصدق و الثبات).
- التأكد من وضوح العبارات والتعليمات.
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهنا.
- وضع الحلول والتعديلات المطلوبة في حالة وجود ما يعترض الباحثان أثناء تطبيق المقياس في الدراسة الأساسية.

- معرفة متوسط الزمن المتطلب للإجابة على المقياس.
- الوصول إلى أنسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب، والقائم على توزيع وجمع الاستثمارات وتنفيذ المقياس بدقة وسهولة على عينة البحث.

4-2- المنهج المتبع:

لا تخلو أي دراسة علمية من الاعتماد على منهج من أجل القيام بدراسة وفق قواعد وأسس، ويعرف المنهج "أنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن حقيقة بواسطة مجموعة من القواعد لتحديد العمليات للوصول إلى نتيجة معلومة".²

وتبعاً للمشكلة المطروحة في دراستنا فقد اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي، والذي يعرفه "عمار بوحوش" بأنه "عبارة عن عملية تحليلية لجميع القضايا الحيوية، إذ بفضلها يمكن الوقوف على الظروف المحيطة بالموضوع الذي نرغب في دراسته والتعرف على الجوانب التي هي في حاجة إلى تغيير وتقييم شامل، فهو في مجمله أداة لتوضيح الطبيعة الحقيقية للمشكلة أو الأوضاع الاجتماعية، وتحليل تلك الأوضاع والوقوف على الظروف المحيطة بها، أو الأسباب الدافعة إلى ظهورها".

¹ - ناصر ثابت: أضواء على الدراسة الميدانية، مكتبة الفلاح الكويتية، ط1، الكويت، 1984، ص74.

² - فوزي عبد الخالق و علي إحسان شوكت: طرق البحث العلمي المفاهيم والمنهجيات و تقارير نهائية، المكتب العربي الحديث، عمان، 2007، ص76.

4-3-3-مجتمع و عينة البحث:

4-3-1-مجتمع البحث:

يعتبر مجتمع البحث إطارا مرجعيا للباحث في اختيار عينة البحث، وقد يكون هذا الإطار مجتمع كبير أو صغير، وقد يكون الإطار أفراد أو مدارس أو جامعات أو أندية رياضية.¹ يتمثل مجتمع دراستنا في التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي للسنة الثالثة والسنة الاولى وتلاميذ اقسام رياضة ودراسة والتلاميذ غير الممارسين في الطور الثانوي لبعض ثانويات ولاية عين الدفلى والمتمثلة في ثانوية احمد زهانة بعريب وثانوية الطاهر بوشارب ببوراشد وثانوية قويدري محمد بخميس مليانة وثانوية حشامة بن عودة بسيدي لخضر.

4-3-2- عينة البحث:

4-3-2-1- العينة المقصودة :

يستخدم هذا الأسلوب إذا كان أفراد المجتمع الأصلي معروفين تماما، مثل طلبة المهن التعليمية، مجتمع المهندسين، أطباء، عمال، حيث يعتمد الباحث على هذا الأسلوب من اجل اختيار عينة حسب معايير يضعها الباحث لبحثه.

4-3-2-2- وصف العينة:

4-3-2-2-1- خصائص العينة من حيث الجنس:

الجنس	ذكر	انثى	المجموع
الممارسين	26	19	45
المعفيين	02	18	20

جدول رقم (01) يمثل خصائص العينة من حيث الجنس.

4-3-2-2-2- خصائص العينة من حيث نوع النشاط البدني الرياضي الممارس:

النظام الدراسي	داخلي	خارجي	المجموع
العدد	45	24	69

جدول رقم (02) يمثل خصائص العينة من حيث النظام الدراسي.

¹79- مروان عبد المجيد إبراهيم: طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية، دار الثقافة للنشر، عمان، 2006، ص95.

4-3-2-2-3-3- خصائص العينة من حيث المستوى الدراسي:

المستوى الدراسي	الثالثة ثانوي	الأولى ثانوي	المجموع
العدد	21	24	45

جدول رقم (03) يمثل خصائص العينة من حيث المستوى الدراسي.

4-3-2-2-4- خصائص العينة من حيث نوع النشاط الممارس (أقسام رياضة و دراسة):

أقسام رياضة و دراسة	كرة السلة	ألعاب قوى	المجموع
العدد	14	10	24

جدول رقم (04) يمثل خصائص العينة من حيث نوع النشاط الممارس (أقسام رياضة و دراسة).

4-4-مجالات البحث:

4-4-1- المجال المكاني:

تمت هذه الدراسة في بعض ثانويات ولاية عين الدفلى وهي: ثانوية أحمد زهانة بعريب، ثانوية قويدري محمد بخميس مليانة، ثانوية الطاهر بوشارب ببوراشد، ثانوية حشامة بن عودة بسيدي لخضر.

4-4-2- المجال البشري:

يمثل المجال البشري لدراستنا التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي بأشكاله المتنوعة لتلاميذ المرحلة الثانوية ببعض ثانويات عين الدفلى.

4-4-3- المجال الزمني:

تمت هذه الدراسة ابتداء من شهر مارس إلى شهر أبريل.

4-5- متغيرات البحث:

إن إشكالية وفرضيات كل دراسة تصاغ على شكل متغيرات، تؤثر إحداهما على الأخرى بالاعتماد على مفاهيم ومصطلحات وجب علينا تحديد هذه المتغيرات المستعملة وهي كالآتي:

4-5-1- المتغير المستقل:

وهو العلاقة بين السبب والنتيجة، أي العامل المستعمل الذي نريد من خلاله قياس النواتج¹ والمتغير المستقل في دراستنا هو النشاط البدني الرياضي التربوي.

¹ - DelandSheer. J : Introduction à la recherche en éducation, édition Celin Bourrier, Paris, 1976

4-5-2- المتغير التابع:

هو الذي يوضح الناتج أو الجواب لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها، وهي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها، وهي تتأثر بالمتغير المستقل.¹ والمتغير التابع في هذه الدراسة هو الضبط الاجتماعي.

4-6- أدوات الدراسة:

لغرض جمع المعطيات من الميدان عن موضوع الدراسة، على الباحث انتقاء الأداة المناسبة لذلك حيث تساعده على جمع المعلومات والحقائق المتعلقة بموضوع البحث.² ومنه فأداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يمكن بواسطتها الباحث حل المشكلة وقد استخدمنا في هذه الدراسة مقياس المهارات الاجتماعية.

4-6-1- وصف المقياس:

وهذا المقياس أعده رونارد ريجيو ronaldrigio سنة 1990، أعده في صورته العربية السيد محمد عبد الرحمن سنة 2000، وهو يقيس المهارات الاجتماعية، كما يمكن استخدامه كاختبار للشخصية، عند الكبار، لكنه أثبت فاعليته بالنسبة للمراهقين من 14 سنة فما فوق، وفيه شقين، الجانب الاجتماعي والجانب الانفعالي، ولكن اخترنا منه الجانب الاجتماعي والذي يتضمن الأبعاد التالية:

التعبير الاجتماعي:

ويقيس المهارة في التعبير اللفظي، والقدرة على إشراك الآخرين أو الاشتراك معهم في المحادثات الاجتماعية، والدرجة المرتفعة على هذا المقياس تدل على قدرة التأثير اللفظي في الآخرين كما يتميز الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة بأنهم يظهرون نوعاً من الانبساطية والاجتماعية كما يتميزون بالمهارة في استهلال وتوجيه الحديث في أي موضوع وعلى النقيض من ذلك - وبشكل جزئي - عندما تكون الدرجة في هذا البعد منخفضة فإن الأشخاص غير المعبرين اجتماعياً ربما يتحدثون عفويًا بدون التحكم في محتوى ما يقولونه.

ومن البنود التي تقيسها " أستمتع بوجودي في الحفلات والاجتماعات".

الحساسية الاجتماعية:

ويقيس القدرة على تفسير التواصل اللفظي أثناء التفاعل مع الآخرين، كما تقيس أيضاً الحساسية الفردية لفهم المعايير التي تحكم السلوك الاجتماعي فالأفراد الذين يتميزون بحساسيتهم الاجتماعية يتميزون بالتزامهم بالسلوك الاجتماعي وحساسيتهم ووعيهم بما يفعلون، والأشخاص الذين يحصلون على درجة مرتفعة في

¹Maueica Angers : Limitation à la méthodologie des sciences humaines, 2eme édition, Québec, 1996:118

²- إحسان محمد حسن: سيكولوجيا المجازاة و الضغوط الاجتماعية و تغير القيم، دار غريب للطباعة و النشر، القاهرة، 1982، ص114.

الحساسية الاجتماعية، وفي الوقت ذاته على درجة منخفضة إلى حد ما في بعدي التعبير الاجتماعي، الضبط الاجتماعي قد يصعب عليهم الاشتراك في الفاعلات الاجتماعية بشكل جيد.

ومن البنود التي يقيسها "أقلق أحيانا على ما قلته هل هو صحيح أم خطأ"

الضبط الاجتماعي:

ويقيس المهارة في لعب الدور وتقديم الذات للمجتمع، فالأشخاص الذين لديهم مهارة في الضبط الاجتماعي هم في الوقت ذاته متكيفين عموما ويتصفون باللياقة والثقة بالنفس في مواجهة المواقف الاجتماعية ويستطيعون أن يحققوا الانسجام مع أي نوع من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها كما يعد الضبط الاجتماعي مهما في ضبط الاتجاه والمحتوى في التفاعلات الاجتماعية.¹

ومن البنود التي تقيسها "أستطيع التكيف مع أي موقف وتعديل سلوكي فيه تبعا لمقتضياته"

4-6-2- تصحيح المقياس وتقدير الدرجات:

يتكون كل مقياس من المقاييس الستة من 15 بندا ووزعت البنود على المقاييس بطريقة دائرية فالبنود 1، 4، 7، 11، 14، 17، 21، 25، 28 وهكذا هي بنود البعد الأول، وهكذا للأبعاد الأخرى ويتضمن اثنا وثلاثون بندا سالبا وتقدر الدرجة طبقا لاتجاه الإجابة على النحو الآتي: تنطبق على تماما (خمس درجات)، ولا تنطبق على إطلاقا (درجة واحدة) وذلك في حالة العبارات موجبة الاتجاه، والعكس صحيح في حالة العبارات سالبة الاتجاه، وهي: 3، 5، 9، 10، 17، 18، 21، 25، 30، 36، 37، 39، 41، 43، 48، 49، 54، 56، 60، 64، 66، 67، 69، 72، 73، 76، 81، 84، 85. وتتراوح درجات كل بعد بين 15-75 درجة، والدرجة الكلية للاختبار بين 45-225 درجة.²

والجدول التالي يبين عبارات المقياس:

المجموع	العبارات	الأبعاد
15	43.40.37.34.31.28.25.22.19.16.13.10.7.4.1	التعبير الاجتماعي
15	44.41.38.35.32.29.26.23.20.17.14.11.8.5.2	الحساسية الاجتماعية
15	45.42.39.36.33.30.27.24.21.18.15.12.9.6.3	الضبط الاجتماعي

جدول رقم (05) يبين أبعاد المقياس.

¹ محمد السيد عبد الرحمن: دراسات في الصحة النفسية (المهارات الاجتماعية، الاستقلال النفسي، الهوية)، ج2، دار قباء، القاهرة، 1998. ص111.

² محمد السيد عبد الرحمن: نفس المرجع، ص112.

4-6-3- قياس ثبات و صدق المقياس:

4-6-3-1- الثبات:

يعرف الثبات على أنه "مدى استقرار ظاهرة معينة في مناسبات مختلفة"، وكما يعرف كذلك أنه "مدى دقة أو استقرار نتائجها فيها لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين".¹ تم حساب ثبات المقياس بأبعاده الثلاثة، والجدول التالي يوضح ذلك:

أبعاد المقياس	معامل الثبات	مستوى الدلالة
التعبير الإجتماعي	0.81	0.05
الحساسية الإجتماعية	0.32	0.05
الضبط الإجتماعي	0.90	0.05
المجموع	0.67	0.05

الجدول رقم (6): يوضح معاملات ثبات مقياس الضبط الإجتماعي.

4-6-3-2- صدق المقياس:

* الصدق الذاتي:

من أجل التأكد من صدق المقياس، استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية والتي خلص من شوائبها أخطاء المقياس، والذي يقاس بحساب الجذر التربيع لمعامل الثبات.²

ومن خلال هذه المعطيات التي ذكرت تثبت صدق المقياس من خلال الجذر التربيع لمعامل الثبات $\sqrt{0.67}$ وكانتا النتيجة 0.81.

4-7- التباين:

حساب التباين ف لهارتلي:

$$10.70 = \frac{\text{التباين الكبير}^2}{\text{التباين الصغير}^2} = \text{تباين العينة ف}$$

$$\text{ف الجدولية} = 2.771$$

بمأن ف المحسوبة 10.70 اكبر من ف الجدولية 2.771 فإن العينتين غير متجانستين وعليه تم اختيار اختبار ت لعينتين غير متجانستين.

¹ - مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء النفسي التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1994، ص109.
² - فؤاد بهي السيد: علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، ط 03، القاهرة، 1999، ص120.

4-8- الأساليب الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها، سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية وعلى الأخص حين يكون الهدف منها المقارنة، لذلك فهي الوسيلة التي تمكنه من معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين المجموعات موضوع الدراسة أم لا، وكذا تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظات الشخصية ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة.¹

المتوسط الحسابي:

الانحراف المعياري:

اختبار T لعينتين غير متجانستين:

معامل الارتباط بيرسون:

¹ محمد السيد: الإحصاء في البحوث النفسية و التربوية و الاجتماعية، دار النهضة العربية، ط 02، مصر، 1970، ص74.

درجة الحرية DF:

خلاصة

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل والمرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات، وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة، وفي هذا الفصل تناولنا أهم العناصر التي تقيد الدراسة بشكل مباشر.

ويمكن اعتبار فصل الإجراءات المنهجية للبحث من بين أهم الفصول التي تناولتها الدراسة لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بإمكانها أن تعيق السير الحسن للدراسة، وسنتطرق في الفصل الموالي والأخير نتائج الدراسة الإحصائية ومقابلتها بفرضيات البحث.

5-1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

5-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويبي والغير ممارسين فيما يخص بعد التعبير الإجتماعي.

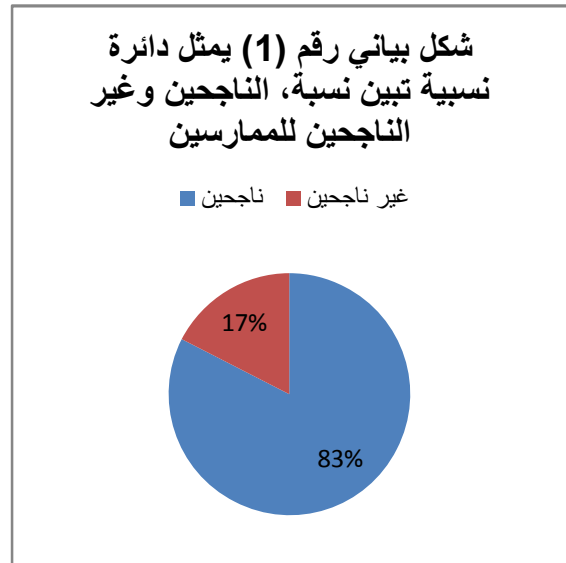
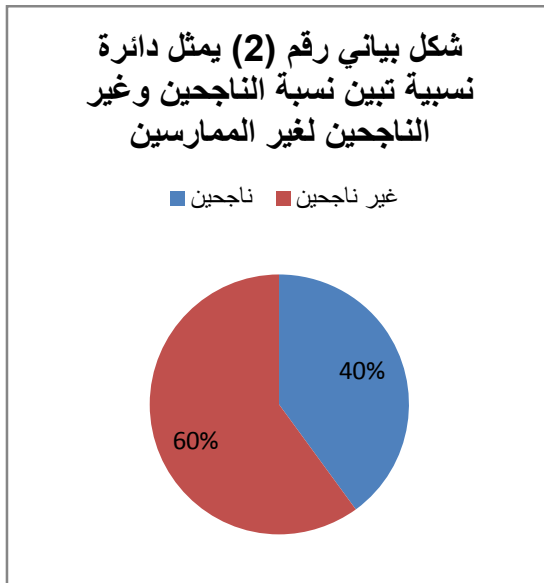
جدول رقم (7) يبين النسبة المئوية للناجحين وغير الناجحين في بعد التعبير الاجتماعي:

غير ممارسين		ممارسين		ناجحين
النسبة المئوية	العينة	النسبة المئوية	العينة	
40%	08	83.33%	25	
60%	12	17.67%	06	غير ناجحين

نلاحظ من خلال الجدول رقم (7) ان نسبة الناجحين بالنسبة للممارسين قدرت بـ 83.33% أما

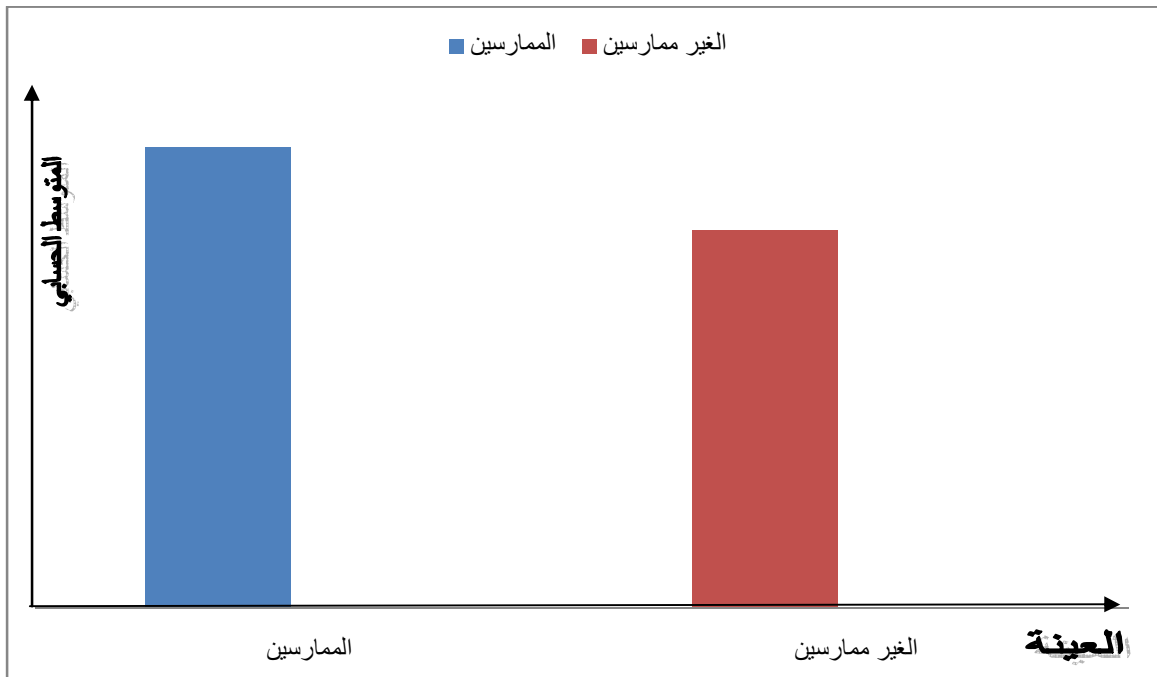
غير الناجحين فقدرت بـ 17.66%، أما بالنسبة لغير الممارسين كانت نسبة الناجحين

40% و غير الناجحين كانت 60%.



جدول رقم (8) يبين دلالة الفروق بين الممارسين والغير الممارسين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	
0.20	37	1.63	1.30	30.98	54.36	30	الممارسين
				9.47	44.5	20	غير الممارسين



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (8) أن المتوسط الحسابي للممارسين قدر بـ 54.36 وانحراف معياري قدر بـ 30.98، أما بالنسبة لغير الممارسين بلغت قمية المتوسط الحسابي بـ 44.5 وانحراف معياري قدر بـ 9.47 وفيما يخص قيمة T المحسوبة قدر بـ 1.63 و T الجدولية قدرت بـ 1.30 وهذا عند مستوى دلالة 0.20 ودرجة حرية 37 وبمقارنة قيمتي T يتضح أن T المحسوبة أكبر من T الجدولية وهذا يدل على وجود فروق بين الممارسين والغير الممارسين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي. واتفقت هذه النتائج مع دراسة الباحث حملاوي محمد سنة 2012 حيث وجد فروق بين الممارسين و غير الممارسين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي عند تلاميذ الرابعة متوسط.

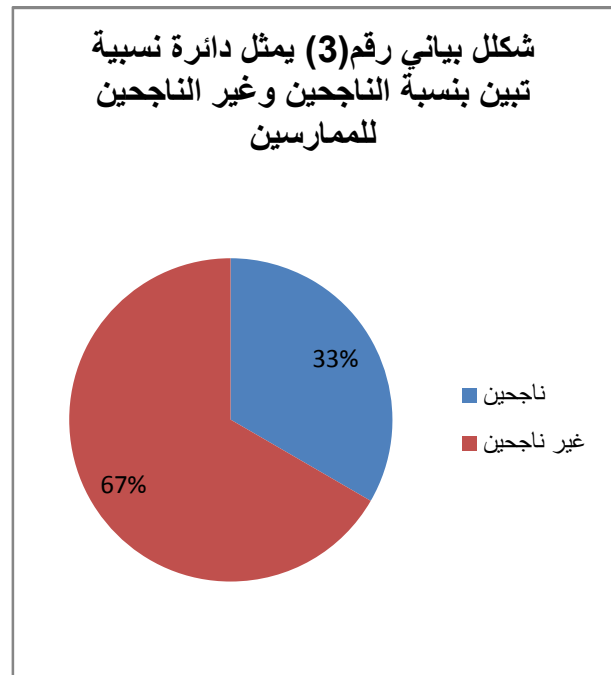
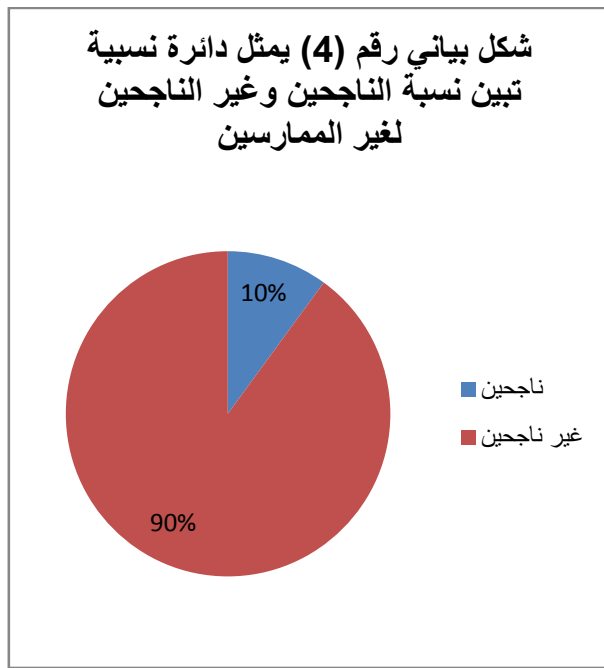
5-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية.

جدول رقم (9) يبين بالنسبة المئوية للناجحين و غير الناجحين في بعد الحساسية الاجتماعية:

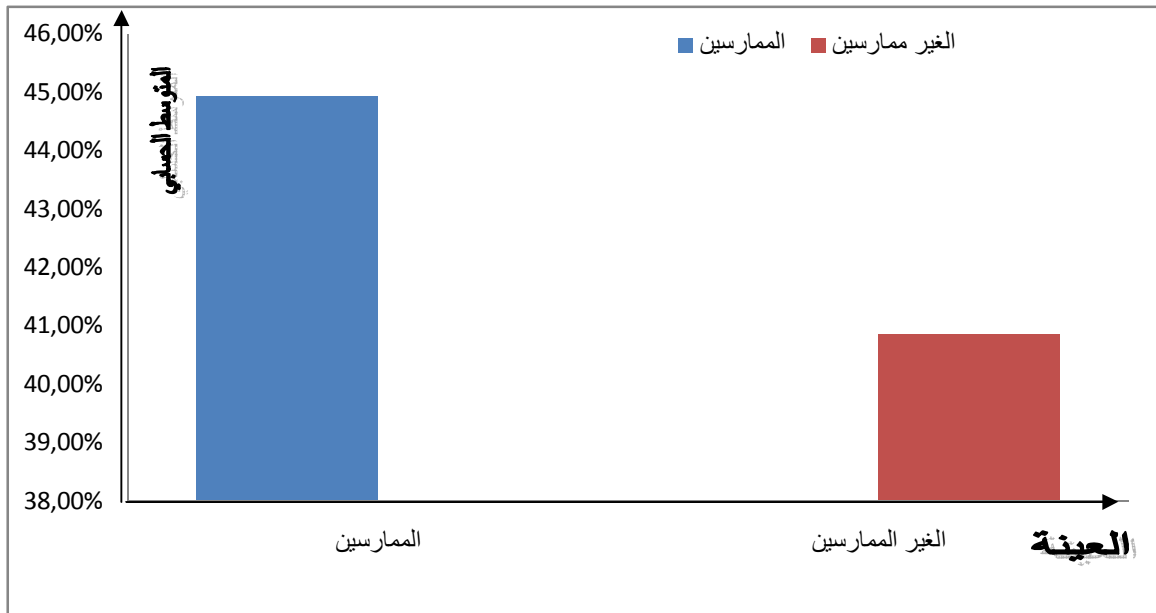
غير ممارسين		ممارسين		ناجحين
النسبة المئوية	العينة	النسبة المئوية	العينة	
10%	2	33.33%	10	غير ناجحين
90%	18	66.67%	20	

نلاحظ من خلال الجدول رقم (9) أن نسبة الناجحين بالنسبة للممارسين تقدر بـ 33.33% في حين قدرت نسبة غير الناجحين بـ 66.67%، أما بالنسبة لغير الممارسين فقدرت نسبة الناجحين بـ 10% في حين قدرت نسبة غير الناجحين بـ 90%.



جدول رقم (10) يبين درجة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين في بعد الحساسية الاجتماعية:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	
0.20	50	1.89	1.29	8.92	44.93	30	الممارسين
				6.28	40.85	20	غير الممارسين



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (10) أن المتوسط الحسابي للممارسين بلغ 44.93 وانحراف معياري قدر بـ 8.92، أما بالنسبة لغير الممارسين بلغت قيمة المتوسط الحسابي 40.85 وانحراف معياري قدر بـ 6.28 وفيما يخص قيمة T المحسوبة قدرت بـ 1.89 و T الجدولية قدرت بـ 1.29 وهذا عند مستوى دلالة 0.20 ودرجة حرية 50.

وبمقارنة قيمتي T يتضح أن T المحسوبة أكبر من T الجدولية وهذا يدل على وجود فروق بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية. وهذا راجع الى كون الممارسين يتميزون بالتزاماتهم بالسلوك الاجتماعي و حساسيتهم ووعيهم بما يفعلون مما يسهل عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية بشكل جيد، على عكس الغير الممارسين ليس لديهم التزام اتجاه السلوك الاجتماعي وعدم حساسيتهم ووعيهم بما يقولون مما يصعب عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعي.

1-1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.

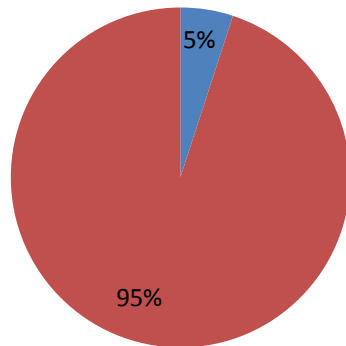
جدول رقم (11) يبين النسبة المئوية للناجحين و غير الناجحين في بعد الضبط الاجتماعي:

غير ممارسين		ممارسين		ناجحين
النسبة المئوية	العينة	النسبة المئوية	العينة	
5%	1	23.33%	7	
95%	19	76.67%	23	غير ناجحين

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن نسبة الناجحين بالنسبة للممارسين كانت تقدر بـ 23.33 % و غير الناجحين قدرت بـ 76.67%، أما بالنسبة لغير الممارسين فكانت نسبة الناجحين 5 % و غير الناجحين قدرت بـ 95% الممارسين فكانت نسبة الناجحين 5% و غير الناجحين قدرت بـ 95%.

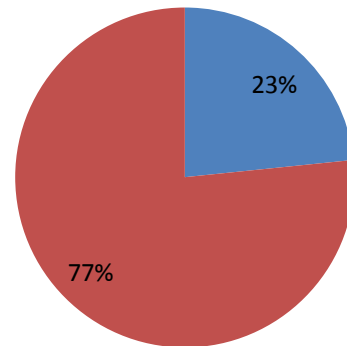
شكل بياني رقم (6) يمثل دائرة نسبية تبين نسبة الناجحين و غير الناجحين لغير الممارسين

■ غير ناجحين ■ ناجحين



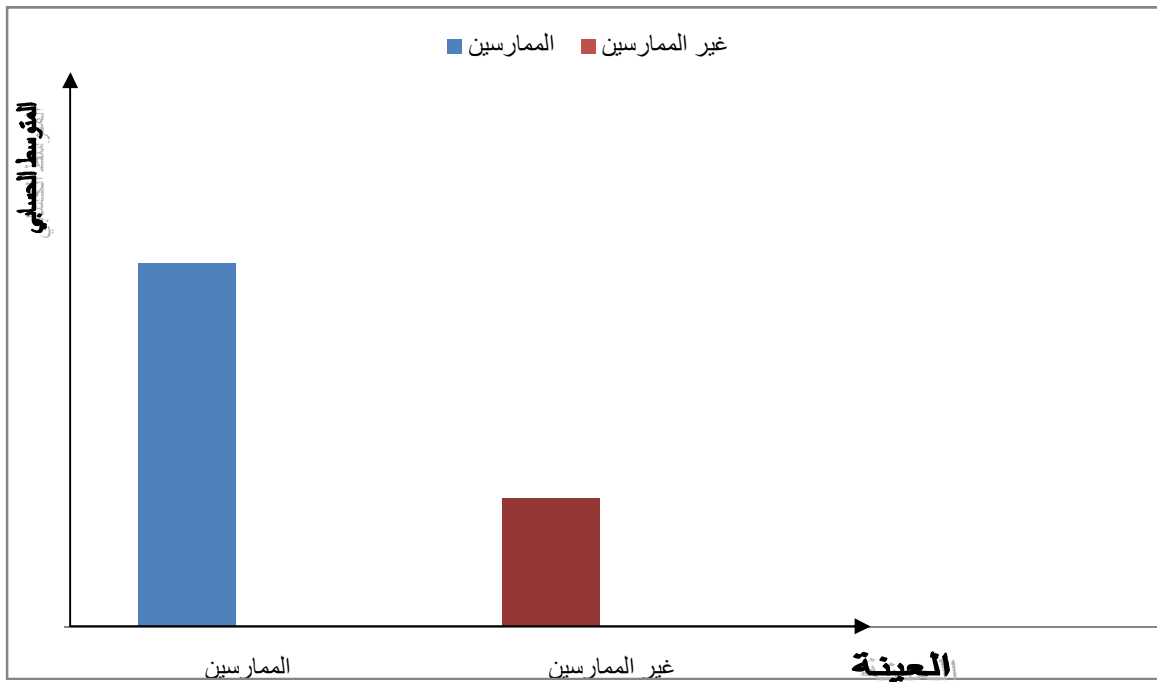
شكل بياني رقم (5) يمثل دائرة نسبية تبين نسبة الناجحين و غير الناجحين للممارسين

■ غير ناجحين ■ ناجحين



جدول رقم (12) يبين نتائج الفرضية الثالثة:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	
0.20	47	1.60	1.30	9.36	42.06	30	الممارسين
				4.89	38.8	20	غير الممارسين



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (12) أن المتوسط الحسابي للممارسين بلغ 42.06% بانحراف معياري قدر بـ 9.36% أما بالنسبة لغير الممارسين بلغت قيمة المتوسط الحسابي 38.8% وانحراف معياري بلغ 4.89%.

وفيما يخص قيمة T المحسوبة قدر 1.60 و T الجدولية قدرت بـ 1.30 وهذا عند مستوى

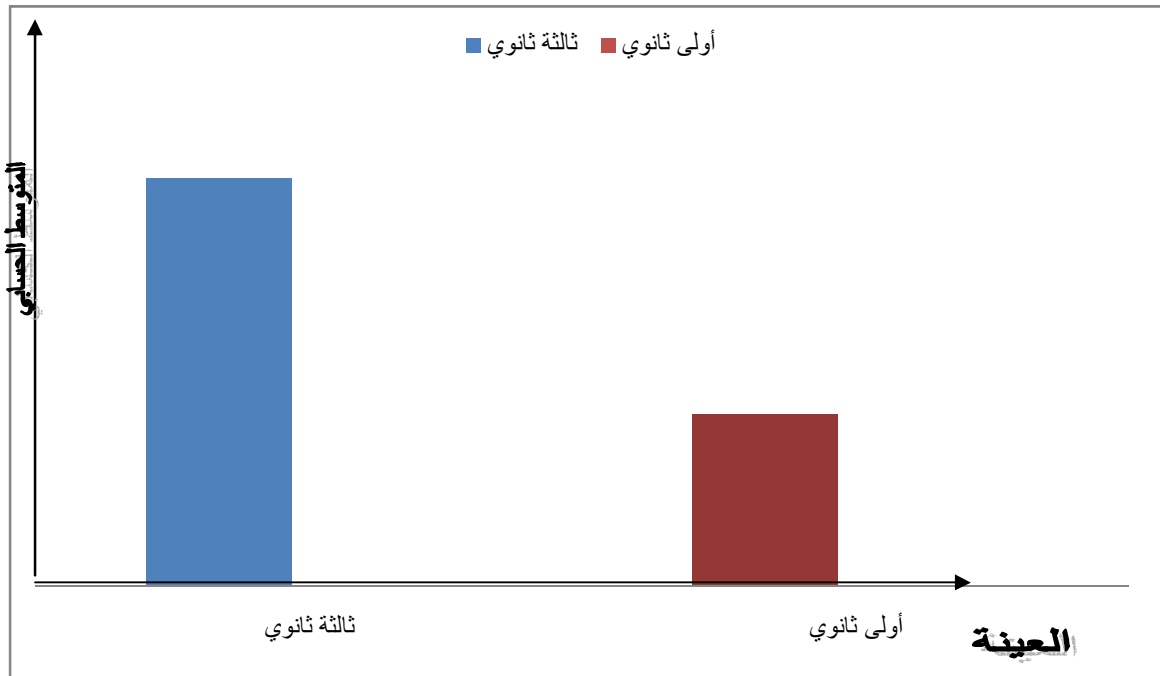
الدلالة 0.20 ودرجة حرية 47.

وبمقارنة قيمتي T يتضح أن قيمة T المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولية وهذا يدل على وجود فروق بين الممارسين والغير ممارسين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي. وهذا راجع الى كون الممارسين يتميزون بالنقطة بالنفس و الاتزان و الحكمة في مواجهة المواقف الاجتماعية و يستطيعون الانسجام مع اي موقف اجتماعي كان، على عكس الغير الممارسين يجدون صعوبة في التواصل مع الاخرين لعدم ثقتهم بالنفس وعدم وجود خبرات سلوكية اجتماعية لديهم.

4-1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الثالثة ثانوي - الأولى ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي. جدول رقم (13) يبين نتائج الفرضية الرابعة:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	
0.20	41	1.46	1.30	18.86	129.28	21	الثالثة ثانوي
				15.74	121.61	24	الأولى ثانوي



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (13) أن المتوسط الحسابي بالنسبة للممارسين بلغ 129.28% وانحراف معياري قدر بـ 18.86 أما بالنسبة لغير الممارسين قدر المتوسط الحسابي بـ 121.61 وانحراف معياري قدر بـ 15.74، وفيما يخص قيمة T المحسوبة قدرت بـ 1.46 الجدولية قدرت بـ 1.30، وبمقارنة قيمتي T يتضح أن قيمة T المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولية وهذا يدل على وجود فروق بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وتلاميذ السنة الأولى ثانوي. وهذا راجع الى كون تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لديهم خبرة في ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي، مما يكسبهم خبرات سلوكية اجتماعية ويسهل عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية، على عكس تلاميذ السنة الأولى ثانوي ليس لديهم خبرة

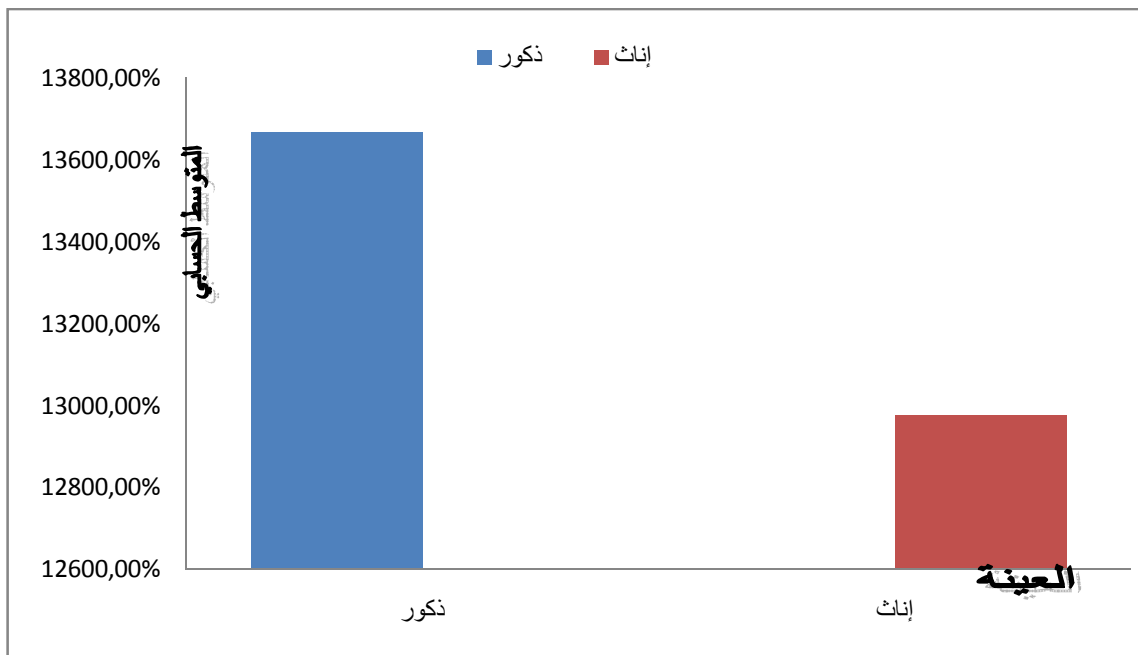
في ممارسة النشاط البدني الرياضي التربي مما يصعب عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية بشكل جيد و يفقدون للحكمة في مواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة.

1-1-5- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربي فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي

جدول رقم (14) يبين دلالة الفروق بين الذكور و الإناث في بعد الضبط الاجتماعي:

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T الجدولية	T المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الذكور	136.69	22.89	1.33	0.98	18	0.20
الإناث	129.75	8.66				



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي بالنسبة للممارسين بلغ 136.69 وانحراف معياري 22.89، أما بالنسبة لغير الممارسين بلغت قيمة المتوسط الحسابي 129.75 وانحراف معياري قدر بـ 8.66 وفيما يخص قيمة T المحسوبة قدرت بـ 0.98 و T الجدولية قدرت بـ 1.33 وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 درجة حرية 18.

وبمقارنة قيمتي T يتضح أن T المحسوبة أصغر من T الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق بين الذكور والإناث. حيث ان عامل الجنس لا يؤثر في ممارسة التربية البدنية و الرياضية للمراهقين، لان هذه المرحلة تتميز بانجذاب كل طرف للآخر، وهذا ما أكدته الدراسة النظرية المتجسدة في كتاب

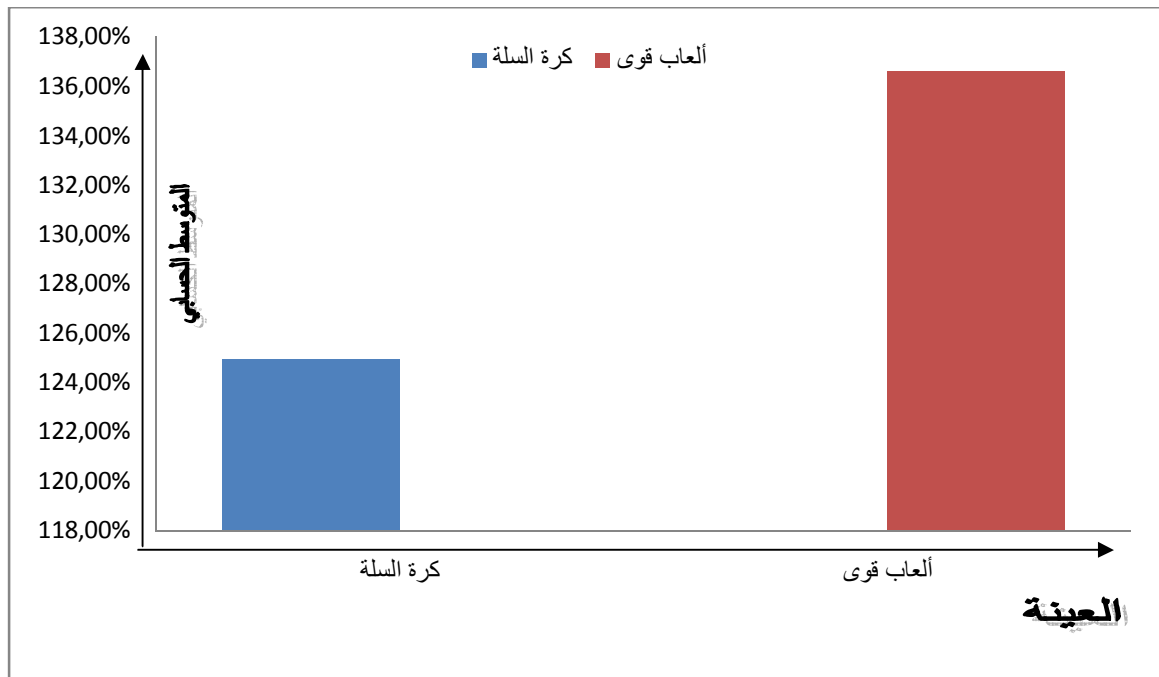
دروس في التربية و علم النفس لعبد القادر بن محمد "مديرية التكوين و التربية خارج المدرسة" الصادر سنة 1973-1974.

1-1-6- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين لكرة السلة و ألعاب القوى (أقسام رياضة و دراسة) فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.

جدول رقم (15) يمثل نتائج الفرضية السادسة:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	
0.20	14	-2.52	1.34	7.28	124.92	14	كرة السلة
				13.32	136.6	10	ألعاب القوى



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي بالنسبة للممارسين لكرة السلة بلغ 124.22 وانحراف معياري قدر بـ 7.28، أما بالنسبة لألعاب القوى بلغ المتوسط الحسابي 136.6 وانحراف معياري قدر بـ 13.32.

وفيما يخص قيمة T المحسوبة قدرت بـ -2.52 و T الجدولية قدرت بـ 1.34 وبما أن قيمة T

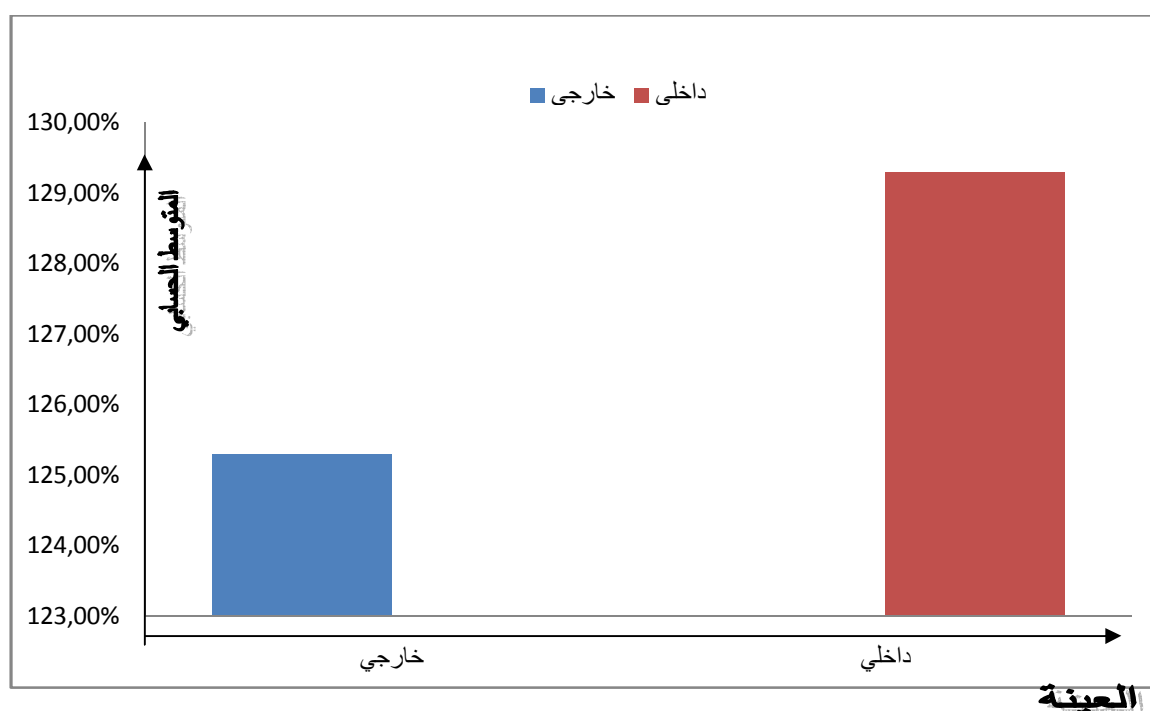
المحسوبة تقع في منطقة الرفض فإننا نقبل الفرضية ومنه يوجد فروق بين الممارسين لكرة السلة

والممارسين لألعاب القوى. و هذا راجع الى كون التلاميذ الممارسين للانشطة الجماعية يكتسبون صفات تساعد في حياتهم اليومية بنسبة كبيرة عن ابتعادهم عن مظاهر العزلة و الانطواء، كما يتعلمون حسن التعامل مع الاخرين و بالتالي الانشطة الجماعية تساعد في تنمية الروابط الاجتماعية، وهذا مجاء به الباحث نجاري لخضر في مذكرة الماستر الموسومة بعنوان: دور انعكاسات التربية البدنية و الرياضية على الاندماج في الجماعة في مرحلة التعليم المتوسط.

1-1-7- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي و النشاط البدني الرياضي الخارجي فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي جدول رقم (15) يمثل نتائج الفرضية السابعة:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	
0.20	35	+0.82	1.30	12.56	125.29	24	خارجي
				18.86	129.28	21	داخلي



يتبين لنا من خلال الجدول رقم (15) أن المتوسط الحسابي بالنسبة للممارسين للنشاط البدني الداخلي بلغ 125.29 وانحراف معياري بلغ 12.56 أما بالنسبة للممارسين للنشاط البدني الخارجي بلغت قيمة المتوسط الحسابي 129.28 وانحراف معياري قدره 18.86، وفيما يخص قيمة T المحسوبة بلغت -0.82 وقيمة T الجدولية بلغت 1.30 وهذا عند مستوى دلالة 0.20 ودرجة حرية 35.

وبمقارنة قيمتي T يتضح أن T المحسوبة أصغر من T الجدولية، وهذا يدل على عدم وجود فروق بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي والممارسين للنشاط البدني الرياضي

الخارجيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.و هذا راجع إلى أن كل من دروس النشاط الداخلي و الخارجي وحدة متصلة و مترابطة تعمل معا لإكساب و تنمية نواحي متعددة لدى التلاميذ كالناحية الصحية و اللياقة البدنية و المهارية و الخططية لأوجه النشاط المختلفة بالإضافة إلى النواحي العقلية و النفسية و الاجتماعية و غيرها من النواحي التي يهدف منهاج التربية البدنية و الرياضية إكسابها للتلاميذ، وهذا ماجاء به أكرم زكي خطابية في كتابه: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية.

2-مقابلة النتائج بالفرضيات:

الفرضية الاولى:يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد التعبير الإجتماعي، تحققت وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 و درجة حرية 37 وهذا راجع إلى كون الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي لديهم خبرات سلوكية إجتماعية، مما يمكنهم من التواصل مع الاخرين وقدرتهم على التعبير اللفظي كما يتميزون بالمهارة في الإستهلاك وتوجيه الحديث في أي موضوع، على عكس غير الممارسين تنعدم لديهم خبرات سلوكية اجتماعية مما يصعب عليهم التواصل مع الاخرين و يتحدثون عفويا دون التحكم في محتوى ما يقولون.

الفرضية الثانية:يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد الحساسية الإجتماعية، تحققت وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 و درجة حرية 50 وهذا راجع الى كون الممارسين يتميزون بالتزاماتهم بالسلوك الاجتماعي و حساسيتهم ووعيمهم بما يفعلون مما يسهل عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية بشكل جيد، على عكس الغير الممارسين ليس لديهم التزام اتجاه السلوك الاجتماعي وعدم حساسيتهم ووعيمهم بما يقولون مما يصعب عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية.

الفرضية الثالثة:يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي، تحققت وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 ودرجة حرية 47 وهذا راجع الى كون الممارسين يتميزون بالثقة بالنفس و الاتزان و الحكمة في مواجهة المواقف الاجتماعية و يستطيعون الانسجام مع اي موقف اجتماعي كان، على عكس الغير الممارسين يجدون صعوبة في التواصل مع الاخرين لعدم ثقهم بالنفس وعدم وجود خبرات سلوكية اجتماعية لديهم.

الفرضية الرابعة:يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الثالثة ثانوي-الأولى ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي، تحققت وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 و درجة حرية 41 وهذا راجع الى كون تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لديهم خبرة في ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي، مما يكسبهم خبرات سلوكية اجتماعية و يسهل عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية، على عكس تلاميذ السنة الاولى ثانوي ليس لديهم خبرة في ممارسة النشاط

البدني الرياضي التربوي مما يصعب عليهم الاشتراك في التفاعلات الاجتماعية بشكل جيد و يفقدون للحكمة في مواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة.

الفرضية الخامسة: يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي، لم تتحقق وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 و درجة حرية 18 و هذا راجع الى التشابه بين الذكور و الاناث بحيث يدرسون في نفس المستوى و نفس المدرسة ومحاولة اثبات الذات من الجنسين .

الفرضية السادسة: يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين لكرة السلة و الممارسين لألعاب القوى-أقسام رياضة/ ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي، تحققت وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 و درجة حرية 14 و هذا راجع الى كون الالعب الجماعية تتميز بالطابع الاخوي و الودي و تساعد في تمتين الروابط الاجتماعية واكتساب خبرات سلوكية اجتماعية.

الفرضية السابعة: يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي و الممارسين للنشاط البدني الخارجي فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي، لم تتحقق وهذا عند مستوى الدلالة 0.20 و درجة حرية 35 و هذا راجع الى كون كل من دروس النشاط الداخلي و الخارجي وحدة متصلة و مترابطة تعمل معا لإكساب و تنمية نواحي متعددة لدى التلاميذ كالتأحية الصحية و اللياقة البدنية و المهارية و الخطئية لأوجه النشاط المختلفة بالإضافة إلى النواحي العقلية و النفسية و الاجتماعية و غيرها من النواحي التي يهدف منهاج التربية البدنية و الرياضية إكسابها للتلاميذ.

3-الاستنتاجات:

في هذا الجزء الأخير من الفصل الميداني و انطلاقا من نتائج الدراسة، و في ضوء ما تم عرضه من خلفية نظرية و كل ما يتعلق بالنشاط البدني الرياضي التربوي و الضبط الإجتماعي، و اعتمادا على البيانات المحصل عليها و انطلاقا من الهدف الرئيسي للبحث و هو التأكد من وجود دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الإجتماعي لتلاميذ الثالثة الثانوية، و انطلاقا من إشكالية الدراسة الحالية توصلنا إلى ما يلي:

- الفرضية الأولى تحققت، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد التعبير الإجتماعي.
 - الفرضية الثانية تحققت، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد الحساسية الإجتماعية.
 - الفرضية الثالثة تحققت، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي و الغير ممارسين فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.
 - الفرضية الرابعة تحققت، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الثالثة ثانوي-الأولى ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.
 - الفرضية الخامسة لم تتحقق، أي لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.
 - الفرضية السادسة تحققت، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين لكرة السلة و الممارسين لألعاب القوى-أقسام رياضة/ ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.
 - الفرضية السابعة لم تتحقق، أي لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي و الممارسين للنشاط البدني الخارجي فيما يخص بعد الضبط الإجتماعي.
- و من هذا المنطلق و من خلال تحقق معظم الفرضيات الجزئية المطروحة في بداية الدراسة نستطيع القول أن الفرضية العامة محققة، أي أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الإجتماعي لتلاميذ الثالثة ثانوي.

خاتمة:

لقد تمحورت هذه الدراسة حول موضوع من أهم المواضيع المطروحة على الساحة التربوية بصفة عامة، والساحة الرياضية بصفة خاصة، و قد طرح هذا الموضوع المعالج في البحث حول مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الإجتماعي لتلاميذ الثالثة ثانوي.

وانطلاقا من دراستنا لهذا الموضوع و الإلمام ببعض جوانبه حول مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الضبط الإجتماعي للمراهقين، و بناءا على النتائج المتحصل عليها، وبعد تحليل و مناقشة كل المعطيات تبين لنا أن هذا النشاط يساهم في تحقيق الضبط الإجتماعي لتلاميذ الثالثة ثانوي، وقد استند بحثنا على سبعة فرضيات:

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد التعبير الاجتماعي.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الحساسية الاجتماعية.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والمعفيين فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي .

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي حسب متغير السن (الأولى ثانوي-الثالثة ثانوي) فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص الضبط الاجتماعي.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين لكرة السلة وألعاب القوى -أقسام رياضة/ ودراسة- فيما يخص بعد الضبط الاجتماعي.

- يوجد ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي الداخلي والنشاط البدني الرياضي الخارجي.

وفي الأخير، يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا جدا، وأن كل ما بذلناه من جهد و كل مساهمتنا فيه بدت ضئيلة، لكن هذا لا يمنعنا من القول أننا أخلصنا فيه و كانت غابتنا في ذلك هو إبراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، و إعطائها المكانة اللائقة بين باقي المواد الأخرى لأنها تساهم في تنمية و تطوير سلوك المتعلمين نحو التعلم و بالتالي نحو تحصيل دراسي جيد، و نرجوا أن تكون هذه الخاتمة بمثابة مقدمة لدراسات أخرى في المستقبل.

1. إبراهيم أحمد سلامة: الاختبارات و القياسات في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة، 1990.
2. إبراهيم مدكور ، معجم العلوم الاجتماعية : الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مصر ، ، 1975 .
3. إبراهيم ياسين الخطيب و آخرون :التنشئة الاجتماعية للطفل، الطبعة الأولى، دار الثقافة الأردن، 2013.
4. أبو زيد محمود ، الشائعات والضبط الاجتماعي : الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مصر .
5. إحسان محمد حسن: سيكولوجيا المجازاة و الضغوط الاجتماعية و تغير القيم، دار غريب للطباعة و النشر، القاهرة، 1982،ص114.
6. احمد الخشاب ، الضبط الاجتماعي : أسسه النظرية وتطبيقاته العملية ، مكتبة القاهرة الحديثة ، ط2 ، 6 .-القاهرة ، 1968
7. أحمد الطيب: أصول التربية، المكتب الجامعي الحديث، ط 01، الأزاريطة- الإسكندرية، 1999.
8. احمد رأفت عبد الجواد ، مبادئ علم الاجتماع : مكتبة نهضة الشروق ، 2006 ، ص 109- 110.
9. أحمد زكي بدوي: معجم العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، 1977.
10. الأخرس محمد صفوح ، نموذج إستراتيجية الضبط الاجتماعي في الدول العربية : أكاديمية نايف للعلوم الأمنية ، الرياض ، 1997 .
- 11.أكرم زكي خطابية: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
- 12.أمال عبد الحميد و آخرون ، الانحراف والضبط الاجتماعي : دار المعرفة الجامعية ، ط1 ، مصر ، 2000 .
- 13.أمين أنور الخولي و جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، ط01، القاهرة، 2000،ص01.
- 14.أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، ط 01، مصر، 1996.
- 15.أمين أنور الخولي: الرياضة و المجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب و الفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 2000.
- 16.أنور الخولي ، جمال الدين الشافعي : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، مصر ، 2000.
- 17.أنوف ويتج : مقدمة في علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين وآخرون ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1994.
- 18.بدر خان و سوسن سعد الدين ، أشكال الضبط المدرسي المستخدمة من قبل معلمي المرحلة الثانوية في الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، عمان .
- 19.بسطويسي أحمد : أسس ونظريات الحركة ، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1996 .
- 20.بولسر و آخرون : أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، ترجمة عبد العزيز سلامة ، مكتبة الفلاح ، ط1، الكويت، 1976.

- 21.تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 و المتعلقة بتنظيم الرياضة في الوسط المدرسي لمؤسسات التربية مؤرخة في 1993/02/03.
- 22.توما جورج خوري : سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق ، المؤسسة الجامعية للدراسات ، ط 1 ، بيروت ، لبنان ، 2000.
- 23.الثالث،تبيازة1-2مارس2009.
- 24.الثقافة الرياضية، دار النشر القومي، ط 01، القاهرة، 1971.
- 25.الجابري خالد فرج ، دور مؤسسات الضبط في الأمن الاجتماعي : بحث في الندوة الفكرية ، الرياض ، 1997 .
- 26.جلال سعد و علاوي محمد: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، القاهرة- مصر، 1986.
- 27.حامد عبد السلام زهران : الطفولة والمراهقة ، عالم الكتاب ، ط1 ، 1995 .
- 28.حامد عبد السلام زهران : الطفولة والمراهقة ، ط5 ، عالم الكتاب ، 1995.
- 29.حامد عبد السلام زهران : علم النفس ، نمو الطفل والمراهق ، عالم الكتب ، سنة 1981 .
- 30.الحامد محمد بن معجب والرومي ، الأسرة والضبط الاجتماعي : مطابع جامعة الإمام محمد بن سعود ، ط1 ، السعودية
- 31.حسن الساعاتي ، علم الاجتماع القانوني : مكتبة الانجلو المصرية ، ط3 ، مصر ، 1968 .
- 32.حسن شلتوت و حسن معوض: التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية، دار المعارف للنشر، القاهرة، 1998.
- 33.الدكتور محمود عوض ، الدكتور فيصل ياسين ، نظريات و طرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1989.
- 34.ذبيان سامي محمود ، الضبط الاجتماعي : رسالة دكتوراه غير منشورة ، مصر ، 1986
- 35.رابح تركي : أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، 1990 .
- 36.راجح أحمد عزت : مشاكل الشباب النفسية ، جماعة النشر العالمي ، مصر ، 1945.
- 37.الزامل محمد عبد الله ، الدين والضبط الاجتماعي : رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، السعودية .
- 38.السالم و خالد بن عبد الرحمان ، نظرية الضبط الاجتماعي في الإسلام : بدون دار نشر ، ط1 ، الرياض ، 2000.
- i. سامية محمد جابر ، القانون ، والضوابط الاجتماعية : دار المعرفة الجامعية ، مصر ، 1997.
- 39.سعدية محمد علي بدر: سيكولوجية المراهقة ، دار البحوث العلمية ، 1980 .

40. سمير نعيم احمد ، علم الاجتماع القانوني : دار المعارف ط2 ، الكويت ، 1982 . - شارلز بيكور / ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده: أسس التربية البدنية و الرياضية، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، 1994.
41. صلاح الدين شروخ ، علم الاجتماع التربوي : دار العلوم للنشر والتوزيع ، الجزائر ، 2004. - عبد الرحمان بن خلدون ، مقدمة في علم الاجتماع : دار الفكر للطباعة والنشر ، بيروت ، 2
42. صلاح الدين شروخ، علم الاجتماع التربوي، دار العلوم للنشر و التوزيع، الجزائر، 2004.
43. طريف فرح شوقي محمد: المهارات الاجتماعية والاتصالية، دار الغريب، القاهرة، 2003.
44. طلحة حسام الدين و عدله عيش مطر: مقدمة في الإدارة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
45. عباس أحمد السامرائي و بسطويسي أحمد بسطويسي: طرق التدريس في مجال التربية البدنية، جامعة بغداد، العراق، 1984.
46. عباس أحمد السامرائي و عبد الكريم محمود السامرائي: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية البدنية، ط 01، جامعة بغداد، 1991.
47. عباس أحمد السامرائي و عبد الكريم محمود السامرائي: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية البدنية، ط 01، جامعة بغداد، 1999.
48. عبد الغني الديدي : ظواهر المراهق وخفاياه ، دار الفكر للملابين ، ط1 ، 1995 .
- عبد الله رشدان ، علم الاجتماع التربوية : دار الشروق للنشر ، ط1 ، الأردن ، 1999 .
50. عبد وحقائقها العالي الجسيماني : سيكولوجية الطفولة والمراهقة الأساسية ، دار البيضاء للعلوم ، لبنان ، 1994.
51. عدلي السمرري ، الثابت والمتغير في آليات الضبط الاجتماعي : مركز البحوث والدراسات الاجتماعية ، ط1 ، مصر ، 2003..
52. علاوي محمد الصالح: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1987.
53. علي يحي المنصور: عيسى بن صديق: من النشاط التربوي والترفيهي إلى الأداء الرياضي الرفيع المستوى، الملتقى الدولي
54. عنايات محمد أحمد فرج : مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1998 .
55. فاخر عاقل : علم النفس التربوي ، دار العلم للملابين ، سنة 1982.
56. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، مصر، 1956.
57. فؤاد السيد، الأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة الطبعة الرابعة، دار الفكر العربي، مصر، 1975.
58. فؤاد بهي السيد: علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري، دار الفكر العربي، ط 03، القاهرة، 1999.

59. فوزي عبد الخالق و علي إحسان شوكت: طرق البحث العلمي المفاهيم و المنهجيات و تقارير نهائية، المكتب العربي الحديث، عمان، 20.
60. قاسم حسن حسنين: الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي ، ط1، دار الحكمة ، جامعة بغداد1990 .
61. قاسم حسن حسين: علم النفس الرياضي و الميداني و تطبيقاته في مجال التربية، مطابع بغداد، العراق، 1990.
62. كمال دسوقي : النمو التربوي للطفل والمراهق ، دار النهضة العربية ، سنة 1979 ،
63. ليلي عبد العزيز زهران: المناهج و البرامج في التربية الرياضية، دار زهران، ط 04، مصر، 2003.
64. ماكيفر ، المجتمع : ترجمة علي احمد حسين ، مكتبة الهيئة المصرية ، القاهرة ، 1961 .
65. ماكيفر المجتمع، ترجمة علي أحمد حسين، مكتبة الهيئة المصرية، القاهرة، 1961 .
66. محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية- مصر، 1997.
67. محمد الجوهري ، مدخل إلى علم الاجتماع : دارا لمعرفة الجامعية ، القاهرة ، 2006 .
68. محمد الحممامي: فلسفة اللعب، مركز الكتاب للنشر، ط 01، القاهرة، 1999.
69. محمد السيد عبد الرحمن: دراسات في الصحة النفسية (المهارات الاجتماعية، الاستقلال النفسي، الهوية)، ج2، دار قباء، القاهرة، 1998.
70. محمد السيد عبد الرحمن، دراسات في الصحة النفسية (المهارات الاجتماعية، الاستقلال النفسي، الهوية)، ج2، دار قباء، القاهرة، 1998.
- محمد السيد: الإحصاء في البحوث النفسية و التربوية و الاجتماعية، دار النهضة العربية، ط 02، مصر، 1970.
71. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1992.
72. محمد سلامة غباري ، الانحراف الاجتماعي ورعاية المنحرفين : المكتب الجامعي الحديث ، ط2 ، الإسكندرية ، 2002.
73. محمد صبحي حسنين: التقويم و القياس في التربية البدنية و الرياضية، الجزء 01، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
74. محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 02، الجزائر، 1992.
75. محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 02، الجزائر، 1992.
76. محمود حسن : الأسرة ومشكلاتها ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، 1981 .
77. محمود كاشف : الإعداد النفسي للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، 1991 .

78. مروان عبد المجيد إبراهيم: طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية، دار الثقافة للنشر، عمان، 2006.
79. مصطفى أمين: تاريخ التربية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1972.
80. مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986 .
81. معروف رزيق: خطايا المراهقة، دار الفكر، ط2، دمشق، 1986 .
82. معن خليل العمر، الضبط الاجتماعي: دار الشروق، ط1، الأردن، 2006.
83. مفتي ابراهيم حمادة: التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1996، ص121
84. مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء النفسي التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1994.
85. مكارم حلمي أبو هريرة و سعد زغلول: مناهج التربية البدنية و الرياضية، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1999.
86. منذر هاشم الخطيب: تاريخ التربية الرياضية، ط01، جامعة بغداد، 1988.
87. ناصر ثابت: أضواء على الدراسة الميدانية، مكتبة الفلاح الكويتية، ط1، الكويت، 1984.
88. ناهد محمود سعد و نيلي رمزي فهمي: طرق التدريس في التربية البدنية، القاهرة، 1968.
89. وزارة الشباب و الرياضة: قانون التربية البدنية و الرياضية، مطبعة جريدة الشعب، الجزائر، 1976.
90. يوسف ميخائيل أسعد، رعاية المراهقين: دار غريب للطباعة والنشر، دون طبعة وبلد وسنة .
91. يوسف ميخائيل نعيمة: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، دون طبعة .

لا تتطبق علي اطلاقا	تتطبق علي قليلا	تتطبق علي	تتطبق علي كثيرا	تتطبق علي تماما	العبارات	
					استمتع بوجودي في الحفلات والاجتماعات.	1
					نادرا ما أشعر بالضيق وعدم الراحة من النقد والتوبيخ.	2
					أستطيع أن أنسجم مع كل الناس صغيرهم وكبيرهم، غنيهم وفقيرهم.	3
					يستغرق الناس وقتا لمعرفتي جيدا.	4
					يعد الناس اكبر مصدر لسعادتي و أحزاني.	5
					عندما أكون مع مجموعة من أصدقائي فغالبا ما أكون أنا المتحدث اليهم.	6
					أحب أن اشارك في الانشطة الاجتماعية.	7
					أفضل أكثر أن أشارك في المناقشات السياسية بدلا من أن أجلس وألاحظ وأحل ما يقوله الاخرين.	8
					أجد أحيانا أنه من الصعب أن أنظر في وجوه الاخرين عندما أتحدث إليهم.	9
					أفضلا لعمالتي لتتطلبوا لاشتراكم أكبر عدد ممكن من الناس.	10
					اتأثر بدرجة كبيرة بالحالة النفسية بمن يحيطون بي.	11
					لست ماهرا في إجراء المحادثات حتى لو سبق الاعداد لها.	12
					أختلط عادة بالآخرين اثناء الحفلات و الاجتماعات.	13
					هناك مواقف معينة أشعر فيه بالقلق بخصوص ما أقوله (أفعله) وهل هو صحيح أم لا.	14
					أجد صعوبة في التحدث أمام جمع كبير من الناس.	15
					أبادر عادة لتقديم نفسي للغرباء.	16
					أعتقد أحيانا أنني أخذ ما يقوله الناس بشكل شخصي أو على أنه يمسنني.	17
					عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص الأشياء الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها.	18

					19	عادة ما أكون الشخص الذي يبادر بمحاولة الآخرين.
					20	إن ما يعتقدُه الآخرين عن تصرفاتي يؤثر علي قليلا وقد لا يؤثر إطلاقا.
					21	عادة ما أكون ماهرا جدا في إدارة المناقشات الاجتماعية.
					22	عندما أحكي قصة لشخص ما أستخدم الكثير من الاشارات و الامثلة لتوضيح ما أقوله.
					23	غابا ما أكون قلق و مشغول من أن يسيء الآخرين فهم شيء ما قلته لهم.
					24	غالبا ما أشعر بعدم الانسجام مع الناس الآخرين الذين يختلفون عني في المستوى الاجتماعي.
					25	عندما أكون في مناقشة مع الآخرين فإنني أشارك بنصيب كبير من الحديث.
					26	منذ صغري يؤكد لي والدي على ضرورة أن يكون سلوكي حسن في مخاطبة الناس و معاملتهم.
					27	لست ماهرا في الاختلاط بالناس أثناء الحفلات.
					28	أستمتع في الحفلات و الاجتماعات بالحديث مع مختلف الناس.
					29	أتأثر بشدة بأي شخص يبتسم لي أو يكشر في وجهي.
					30	أشعر بعدم الراحة أو بأنني غريب في الحفلات التي يحضرها عدد كبير من الاشخاص المهمين.
					31	أعتبر نفسي شخص منعزل.
					32	أنا حساس جدا للنقد.
					33	ألاحظ أحيانا أن الناس من مختلف المستويات يشعرون بأنهم غير منسجمين أو متكيفين معي.
					34	أستمتع بالذهاب إلى الحفلات الكبيرة و مقابلة أشخاص جدد.
					35	من المهم جدا أن يحبني الأشخاص الآخرين.
					36	أقول أحيانا أشياء خاطئة عندما أبدأ المحادثة مع الغرباء.

					37 لا أحب أن أتحدث مع الغرباء إلا إذا تحدثوا معي أولاً.
					38 أصبح عصبيا إذا اعتقدت أن شخصا ما يراقبني.
					39 يتم اختياري غالبا لأكون قائد المجموعة.
					40 أميل إلى أن أنعش أي حفلة وأن أدخل عليها الفرح.
					41 أهتم عموما بما أكونه عن الآخرين من انطباعات.
					42 غالبا ما أجد نفسي في مواقف اجتماعية غير ملائمة لا أحسد عليها.
					43 أستطيع أن أتحدث لساعات عن أي موضوع.
					44 أهتم غالبا بفكرة الآخرين و انطباعاتهم عني.
					45 أستطيع أن أنسجم بسهولة و سرعة مع أي موقف اجتماعي.