وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف – المسيلة

معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : التربية البدنية

رقم : .....

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع : نشاط بدني رياضي تربوي

تخصص : نشاط بدني رياضي مدرسي

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

إعداد الطالب (ة) : جمال حمر العين

تحت عنوان

أسباب الضغوطات المعيقة لأداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (الطور الثانوي)

دراسة ميدانية لثانويات دائرة عين الكبيرة ولاية سطيف

لجنة المناقشة :

اسم ولقب الأستاذ (ة)	**جامعة :.....**	**رئيسا**
اسم ولقب الأستاذ (ة) بن ثابت محمد الشريف	**جامعة : محمد بوضياف**	**مشرفا ومقررا**
اسم ولقب الأستاذ (ة)	**جامعة :.....**	**مناقشا**

قائمة المحتويات

والجداول

قائمة المحتويات

الرقم	العنوان	الصفحة
	مقدمة.....	أ
	الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
1	1-الخلفية النظرية للدراسة.....	4
1-1	الضغوطات المهنية.....	4
1-1-1	مفهوم الضغط وطبيعته.....	4
1-1-2	كيفية حدوث الضغط.....	5
1-1-3	عوامل الضغط المهني.....	6
1-1-4	المصادر الخارجية.....	7
1-1-5	التطور المهني والترقية المهنية.....	15
1-1-6	أعراض الضغوط.....	16
1-1-7	طرق علاج الضغط في المجال الرياضي.....	17
1-2	أستاذ التربية البدنية والرياضية.....	19
1-2-1	شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية.....	20
1-2-2	السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية.....	21

1-2-3مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية.....	22
1-2-4مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية.....	24
1-2-5مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم.....	24
1-2-6مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي.....	25
1-2-7الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ ت ب وَر.....	25
1-2-8واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية.....	28
2- الدراسات السابقة	30
الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة	
1.الكلمات الدالة في الدراسة.....	33
2. متغيرات الدراسة.....	34
3.إشكالية الدراسة.....	34
1.3 التساؤلات الجزئية.....	34
4. أهداف الدراسة.....	35
5. أهمية الدراسة.....	36
6.فرضيات الدراسة.....	36
6-1-الفرضية العامة.....	36
6-2- الفرضيات الجزئية.....	36

الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة	
1.الدراسة.الاستطلاعية.....	**38**
2.منهج الدراسة.....	**39**
3. مجتمع وعينة الدراسة.....	**39**
3-1-مجتمع البحث.....	**39**
3-2-عينة البحث.....	**39**
4. أدوات جمع البيانات والمعلومات.....	**39**
5. إجراءات التطبيق الميداني للأداة.....	**41**
1.5 المجال الزماني.....	**41**
2.5 المجال المكاني.....	**41**
3.5 المجال البشري.....	**41**
6.إجراءات الدراسة.....	**41**
7. الأساليب الإحصائية.....	**41**
الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	
عرض وتحليل النتائج.....	**44**
الفصل الخامس: الاستنتاجات والاقتراحات	
1.الاستنتاج العام.....	**72**
2.الاقتراحات.....	**73**
قائمة المراجع والمصادر	

الملاحق.....
ملخص الدراسة باللغة الأجنبية.....
ملخص الدراسة باللغة العربية.....

قائمة الجداول:

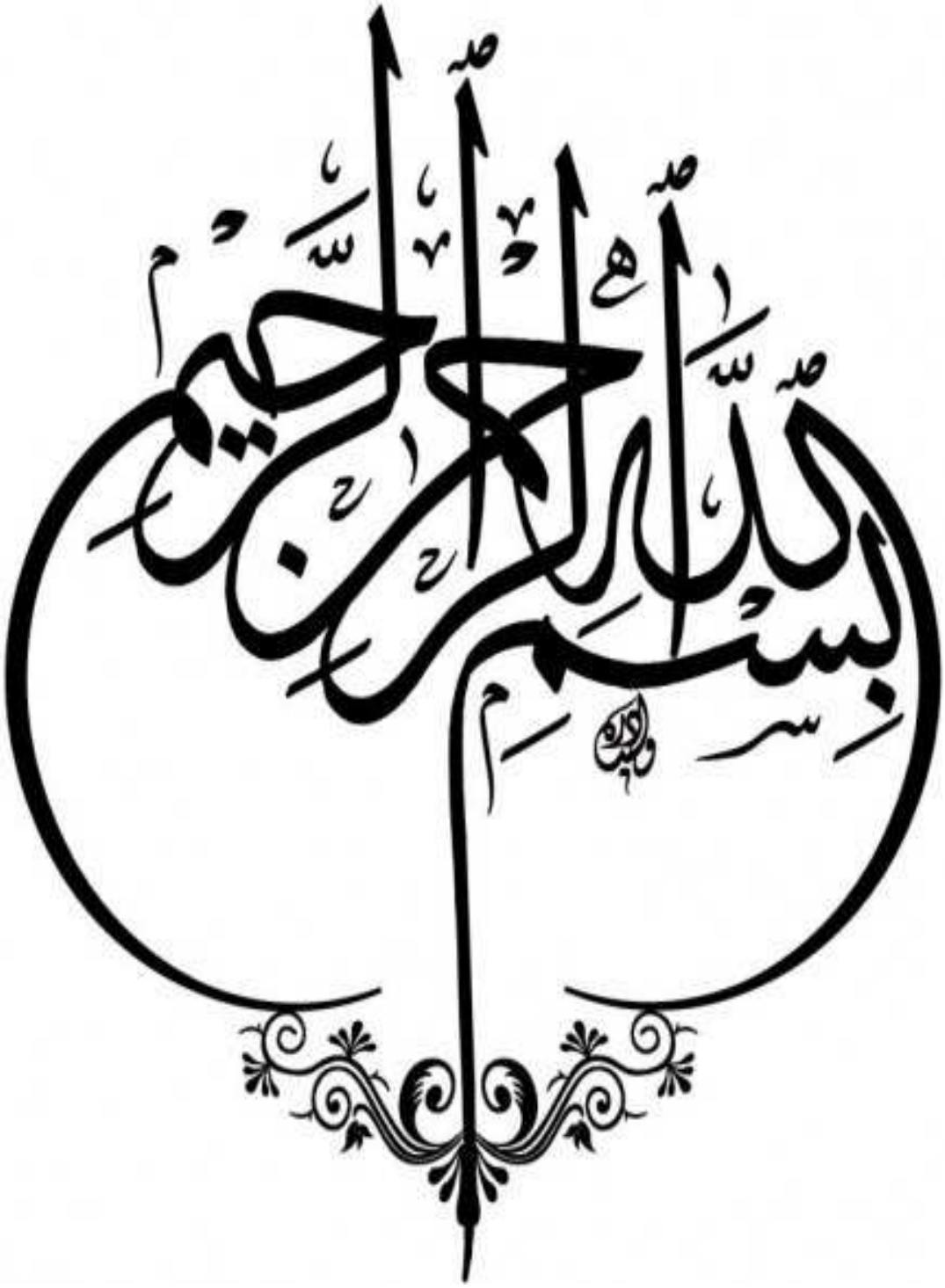
الرقم	العنوان
01	يمثل إجابات الأساتذة حول قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على آداءه.
02	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.
03	يمثل إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في إستعمال مثل هذه الوسائل المتطورة.
04	يمثل إجابات الأساتذة حول مدى تعاون كل من أساتذة التربية البدنية والرياضية، مسؤولي الإدارة والتلاميذ من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.
05	يمثل إجابات الأساتذة حول دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال.
06	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقةعلى أداء الأستاذ.
07	يمثل إجابات الأساتذة حول رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.
08	يمثل إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال حصّة ت ب ر.
09	يمثل إجابات الأساتذة حول مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.
10	يمثل إجابات الأساتذة حول إستجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما خلال الحصّة.
11	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.

12	يمثل إجابات الأساتذة حول طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية.
13	يمثل إجابات الأساتذة حول ملائمة الوسائل البيداغوجية المستعملة للأنشطة المبرمجة التي يقوم بها الأستاذ.
14	يمثل إجابات الأساتذة حول الإمكانيات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ.
15	يمثل إجابات الأساتذة حول جاهزية المنشآت الرياضية للإستعمال التطبيقي.
16	يمثل إجابات الأساتذة حول توفّر المؤسسة على غرف تغيير الملابس.
17	يمثل إجابات الأساتذة حول الكشف عن الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف في كل مستوى. .
18	يمثل إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.
19	يمثل إجابات الأساتذة حول تقدير الأوساط الأسرية لعمل ما يقدّمه أستاذ ت ب ر.
20	يمثل إجابات الأساتذة حول تقدير المشرف التربوي لما يقدّمه أستاذ ت ب ر.

قائمة الأشكال البيانية:

الرقم	العنوان
01	قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه
02	تأثير عدم إستخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ
03	إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في استعمال الوسائل التكنولوجية

04	مدى تعاون كل من أساتذة ت ب ر، مسؤولي الإدارة والتلامي من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية
05	دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال
06	تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على آداء الأستاذ خلال الحصة
07	يبيّن رغبةالتلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية
08	العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال الحصة
09	مشاركة التلاميذ في الألعاب المقدمة من طرف الأستاذ
10	يبين تطبيق وإستجابة التلاميذ عند تقديم لعبة ما
11	يبين تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على أداء أستاذ
12	يمثل طبيعة المنشآت التي تتوفرعليها المؤسسات التربوية
13	ملائمة الوسائل البيداغوجية للأنشطة المبرمجة التي يؤديها الأستاذ
14	الإمكانات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ
15	جاهزية المنشآت الرياضية للإستعمال
16	توفر المؤسسة على غرف تغيير الملابس
17	التنسيق بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى
18	يمثل طبيعة العلاقة بين أساتذة ت ب ر وأساتذة المواد الأخرى
19	تقدير الأوساط الأسرية لما يقدمه أستاذ ت ب ر من أجل أبنائهم
20	تقدير المشرف التربوي لما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية


بسم الله الرحمن الرحيم

شـــــــــــــكر وتقدير

بداية أشكر الله على إتمام هذا العمل راجيا منه جل شأنه تحسين عاقبتنا وأحوالنا في كل الأمور.آمين.

لابد لنا ونحن نخطوا خُطُواتنا الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة نعود إلى أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع أساتذتنا الكرام الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد لتُبعث الأمة من جديد. و قبل أن نمضي نتقدم بأسمى عبارات الشكر والامتنان و التقدير والمحبة، إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة إلى الذين مهّدوا لنا طريق العلم والمعرفة. إلى جميع أساتذتنا الأفاضل.

إلى من زرعوا التفاؤل في دربنا و قدموا لنا المساعدات والتسهيلات و الأفكار و المعلومات ربما دون أن يشعروا بدورهم بذلك فلهم منا كل الشكر و الدكتور المشرف: بن ثابت محمد الشريف

ونتقدم بشكرنا الجزيل لجميع أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دون استثناء على مساعدتنا على إتمام هذه المذكرة، حيث قدمتم لنا العون ومددتم لنا يد المساعدة وزودتمونا بالمعلومات اللازمة لإتمام هذا العمل أتمنى لهم الحياة السعيدة و الهنيئة.

بسم الله الرحمن الرحيم

قال الله تعالى:" دعواهم فيها سبحانك اللهم وتحيتهم فيها سلام وآخر دعواهم أن الحمد لله ربي العالمين". (الآية 10 من سورة يونس)

* سبحان الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله *

إلى رمز الحب والأمل، إلى ينبوع الرحمة والأمان، "أمي الغالية" حفظها الله

وأطال في عمرها.

إلى من علّمني الأخلاق وكيف أواجه الصعاب، إلى من علمني حب الحياة، وحب العمل والاجتهاد إلى الذي فتح لي صدره الرّحب وكان بمثابة الوطن، إلى عماد البيت الذي أفخر به: "أبي العزيز".

إلى من شاركني مشاق الحياة، قرّة عيني، اخوتي.

إلى كل عائلتي عائلة حمرالعين و أخوالي ذبابحة كبيرا وصغيرا

إلى رفقاء دربي: هاني ، خيرالدين، حمزة، ياسر، منير، ساعد، نصروا، ابراهيم،محمد

إلى أستاذي الكريم الدكتور المشرف على مذكرتي:

– بن ثابت بن ثابت محمد الشريف

إلى كل من حملتهم ذاكرتي، والمكتبة الأندلسية

أرجوا من المولى عز وجل أن يتقبل منا ثمرة هذا الاجتهاد

فاللهم انفعنا بما علمتنا وانفع غيرنا بعلمنا.

مقدمة

المـــــــــــقدّمة:

إن من أهمِّ ما يُميِّز حياة الإنسان مع نهاية القرن العشرين وبداية القرن الحادي والعشرين سرعة إيقاع الحياة، وثورة الاتصالات التي جعلت العالم قرية صغيرة، وكذلك دخول التكنولوجيا في كلِ أنشطة الحياة اليومية في جميع المجالات من تعليم، رياضة، صناعة، تجارة، زراعة، طب، مواصلات...وأيضًا تحوُّل الاقتصاد العالمي إلى نظام السوق الحرة; كل هذه المتغيرات الكبيرة في نمط الحياة تشكل تحديا لقدرات الإنسان ومن ثمَّ فإن عليه استيعابها والتعامل معها، فهي إذن تشكل ضغوطًا نفسية لإنسان هذا العصر وعليهِ التكيّف معها، وفي الوقت الذي يمكنه التكيف مع بعض هذه الضغوط، فإنه قد لا يستطيع التكيف مع البعض الآخر.

والضغوط النفسية في العمل جانب هام من ضغوط الحياة، فهي ظاهرة نفسية مثلها مثل القلق والعدوان وغيرها، لا يمكن إنكارها بل يجب التصدي لها من قبل المختصين لمساعدة العامل على التكيف مع عمله، وصولاً إلى زيادة الإنتاج وجودته وبالتالي تنمية المجتمع وتقدمه؛ وتُعد مهنة التدريس من أكثر مجالات العمل ضغوطًا، وذلك لما تزخر به البيئة التعليمية من مثيرات ضاغطة، يرجع بعضها إلى شخصية الأستاذ التي تحدد قدرته على التكيف مع المتغيرات ونوع الفئة العمرية التي يتعامل معها الأستاذ، و إلى ما ينظم أو يقيد عمله من قرارات ولوائح وقوانين؛ ويرجع البعض الآخر إلى البيئة الاجتماعية الخارجية التي يعيش فيها الأستاذ، ومدى تقديرها لدوره ولأهمية التعليم.

وإذا كان مهمًا التصدي لظاهرة الضغوط النفسية للعمل عامة، فالتصدي لضغوط مهنة التدريس أهم بكثير، وذلك من منطلق خطورة استمرار تلك الضغوط النفسية التي تؤدي في نهايتها إلى مرحلة الاحتراق النفسي (Psychological Burnout)، والتي تتميز بحالات التشاؤم واللاّمبالاة، قلة الدافعية، فقدان القدرة على الابتكار في العمل، والقيام بالواجبات بصورة آلية.

كما أن التعليم هو الأداة الأولى والأكثر فاعلية في تطور وتنمية المجتمع، لأن المدرس هو المؤسس الأول للشعوب, فهو الذي يشكل التلاميذ في جميع مراحل التعليم المختلفة، فإذا أحسن التشكيل أصبحت الإفادة شاملة لكل الأجيال الصغيرة حتى تكبر، لأنهم نواة المستقبل وإشراقة الغد، وهم الذين سيتحملون المسؤولية في المستقبل ويكونوا أباءً وأجدادً صالحين لأنفسهم ولشعوبهم.

وعليه وقصد تشخيص ظاهرة الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، ارتأينا القيام بدراسة سيكولوجية ميدانية، تقوم على أسس علمية ومنهجية واضحة، لتَقَصي حقيقة الضغط النفسي لدى هاته الفئة، لمعرفة مصادره وتأثيره.

ومن كل ما سبق يمكننا أن نطرح الإشكال الجوهري والذي يصب في صلب الموضوع الذي نحن بصدد دراسته والذي يتمحور حول: أهم الضغوطات التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (في الطور الثانوي).

وحتى يأتي بحثنا هذا بثماره ومصداقيته ارتأينا أولا أن نضع كمدخل عام للبحث، ثمّ تقسيم البحث إلى جانبين أساسيين، تمثلا في الجانب الأول النظري والجانب الثاني التطبيقي.

تمثّل المدخل العام في تقديم الموضوع والخطوط العريضة له، من خلال صياغة المقدمة، طرح الإشكالية، صياغة الفرضيات، بيان أسباب اختيار البحث، أهداف البحث، أهمية البحث، المصطلحات المستخدمة في البحث، الدراسات السابقة والمشابهة، وأخيرا التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة والاستفادة منها.

أما الجانب الأول أو الباب النظري فقد تم تخصيص الفصل الأول له لشرح مفهوم الضغوط وطبيعتها، كيفية حدوثها والعوامل المسببة لها، ومصادرها، أعراض الضغوط وأخيرا طرق العلاج.

أما الفصل الثاني تم تخصيصه لشرح مفهوم أستاذ التربية البدنية والرياضية، شخصيته، السمات الأساسية، المسؤوليات الموجّهة لشخصه من فهم الأهداف، تخطيط البرنامج، توفير القيادة، تنمية مهارات الاتصال، التقويم المثالي والبحث العلمي، وأخيرا الخصائص الواجب توفرها فيه، ثم واجباته.

أما الفصل الثالث فتناول الباحث شرح مفهوم المراهقة، تعريف المراهقة لغة واصطلاحا، ثم تحديد مراحلها، خصائص النمو، مختلف حاجيات المراهق، بعض أشكال المراهقة، أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين وأخيرا أهمية الممارسة الرياضية لهذه الفئة.

بعد ذلك الباب الثاني أو الجانب التطبيقي الذي تم تقسيمه إلى ثلاثة فصول، حيث يمثل الفصل الأول إجراءات البحث الميدانية وفيها: منهجية البحث، الدراسة الاستطلاعية، عيّنة البحث، مواصفات العيّنة، تصميم الدّراسة، أدوات البحث، مجالات البحث،إجراءات الدراسة، وأخيرا الوسائل الإحصائية.

أما الفصل الثاني تم فيه عرض عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان في جميع محاوره، وكذا عرض مختلف النتائج التي أفرزتها المعالجات الإحصائية للبيانات في إطار التحقق من صحة الفرضيات المصاغة في البحث.

وأخيرا الفصل الثالث تم فيه مقابلة النتائج بالفرضيات، الاستنتاجات، ومن ثم أمكن وضع بعض الاقتراحات الهادفة للتخفيف من ظاهرة الضغط التي يعاني منها أساتذة التربية البدنية والرياضية، ووضع حلول لها، وأخيرا خاتمة الفصل.

الفصل الأول

الخلفية النظرية و

الدراسات السابقة

1-الخلفية النظرية للدراسة:

1-1 الضغوطات المهنية:

لقد أصبح موضوع الضغوط المهنية مجال اهتمام الكثير من الباحثين في فروع مختلفة من فروع العلم، وذلك نتيجة للآثار المترتبة على هذه الضغوط على الفرد والمؤسسة والتي تنعكس بالسلب على أداء العاملين وعلى شعورهم بعدم الرضا عن العمل، مما يؤدي ذلك وانخفاض مستوى الكفاءة لدى الموظف أو الأستاذ في المؤسسة التربوية.

تختلف مستويات ضغط العمل من مهنة لأخرى، فلا شك أن هناك بعض المهن تكون أكثر استشارة للضغوط عن غيرها بحسب المكانة الوظيفية التي تشغلها تلك المهنة، والأنشطة الوظيفية التي تتطلبها، مثل مهنة التدريس. وقد يرجع تحول اهتمام وجهود الباحثين من دراسة الضغوط بصفة عامة إلى دراسة الضغوط المهنية .

1- 1-1مفهوم الضغط وطبيعته:

الضغط كلمة أصلها لاتيني وهي STRESSوتعني :ضم، وشد، وربط، استعملت بصفة متداولة في القرن السابع عشر بما ترادف: الألم والصعوبات، والشدة،والخسارة، والمضايقات، أو المصائب والناكبات أي كل ما يعبر على نتاج حياة صعبة، وفي أواخر القرن الثامن عشر كان الضغط يستعمل مرادفا لمعاني: القوة، التوتر او الجهد المكثف. (COUPER. CL (1994) P .167)

وبدأت في العشرينات من هذا القرن أولى البحوث حول الضغط النفسي يد العالم الفيزيولوجي ولتر كانون CANNONE(1926)، حيث قادته دراسته الى الحكم بان الضغوط عندما تكون مستديمة او طويلة الأجل تترك أثارا قاسية على الشخص، فتؤدي في النهاية الى اضطراب النظام البيولوجي لديه.

(عبد الرحمن بن محمد، 2002، ص43.)

وفي عام 1936 قدم هانز سيلي SELYE.H الذي يعتبر الأب الروحي للضغوط مجموعة من الأبحاث قادته الى وضع نظريته الشهيرة والتي فتحت أفاقا جديدة وميدانا جديدا وحصبا للمهتمين بالضغوط النفسية عامة والمهنية خاصة. وعلى الرغم من أن كلمة الضغط أصبحت مألوفة واعتيادية للإنسان المتخصص والعادي، وباتت جزءا من مصطلحات هذا العصر إلا إن معناها ما يزال ملتبسا عند كثير من الكتاب والباحثين، حيث لم يتفقوا على تعريف محدد وواضح يمكنه أن يعكس الناحية الكيفية والكمية للضغوط النفسية ويعود ذلك إلى أسباب منها:

أ- الغموض الشديد – الذي يكتنف مصطلح الضغط وارتباطه بمفردات عديدة، كالتوتر، والإجهاد والاحتراق النفسي، والقلق، وهي مفردات وثيقة الصلة ببغضها البعض، وترتبط مع الضغط بشكل أو أخر .

ب- كما يعود سبب الغموض إلى طبيعة التخصص التي ينطلق منها الباحثون في دراسة وتحليل الضغوط النفسية وقد تكون ضد المجالات طبية أو سيكولوجية، أو إدارية، أو سوسيولوجية .....

جـــ – الضغوط النفسية ظاهرة معقدة ومتداخلة الأبعاد، والعلاقة بين أبعادها علاقة ديالكتيكية دائرية. وأما هذا الغموض، وكذا الحيرة في إيجاد تعريف واضح وجامع لمفهوم الضغوط، كان لازما علينا تقديم تعريف يمكننا الاسترشاد به في دراستنا وتحليلنا لهذا الموضوع ،حيث برزت ثلاث اتجاهات أساسية تتمثل فيما يلي:

1- الاتجاه الذي ينظر إلى الضغوط كتهديد في حد ذاتها ولتر كانون (1926) الذي فسر الضغط على أنه "سبب محتمل من أسباب الاضطرابات الجسمية"

(وفاء ،1994 ، ص03)

2- الاتجاه الذي ينظر الى الضغوط على أنها استجابة لتهديد، ويتناول أصحابه الضغط باعتباره استجابة الفرد للمثيرات لمسببات الضغط ومن رواده :

هانز سيلي الذي طور أعمال كانون، وتركز بحثه حول تحديد المصطلحات الفيزيولوجية المرتبطة بردود أفعال الجسم اتجاه الضغوط، فقد لاحظ سيلي أن المرضى اللذين يعانوا أمراضا متعددة يظهرون الكثير من الاستجابات النفسية والفيزيولوجية المتماثلة.

(عبد الرحمن ، مرجع سبق ذكره، ص. 16)

ودفعته هذه الملاحظات إلى إجراء المزيد من الدراسات اللاحقة للإنسان والحيوان، فتوصل من خلالها إلى أن هناك استجابة متسلسلة للضغوط يمكن التنبؤ بها وأطلق عليها:الأعراض العامة للكيف.

3- الاتجاه التفاعلي: ومن أصحابه، مالك جراث Mc Grath.j(1976) الذي يرى أن الضغط النفسي يحدث بسبب عدم التوازن أساسي بين متطلبات البيئة (أو وضعية ما) وقدرة الفرد على الاستجابة لتلك المتطلبات في ظل ظروف أي النتائج المتوقعة للفشل تكون مهمة.

(Grath.j.E **Strees**,1999 pp 1351.)

1-1-2 كيفية حدوث الضغط:

إن محاولة تكييف وتأقلم الجسم مع الموقف الذي يوجد فيه تترجم عن طريق استجابات عصبية هرمونية بحيث أن منطقة تحت المهاد يعمل على إفراز مادة تثير كذلك الغدة الكظرية والتي تقوم هي الأخرى بإفراز الأدرينالين والنوادرينالين بهذا ترتفع سرعة دقات القلب والضغط الدموي لتصعب عملية التنفس وبالتالي يمكن طرح السؤال التالي:

أ- المرحلة الأولى:

تعرف برد الفعل الإنذاري وتتجلى في تحريك قدرات الجسم للتصدي ولمقاومة العوامل التي تحدث الضغط، وفي هذه المرحلة لا يتم حصول الكائن الحي على التكيف بعد، وفيها أيضا نشاط الكائن الحي ثم تتبع ذلك حالة من التحريك الزائد للقوى الداخلية للكائن.

ب –المرحلة الثانية:

وتعرف بمرحلة المقاومة حيث تعود الأعضاء الجسمية للكائن الحي إلى أداء وظيفتها بصورة طبيعية والتكيف للتهديد يصبح ملائم.

(-h.stroud. 1997 p 40)

ج –المرحلة الثالثة:

وتعرف بمرحلة الإرهاق والتعب وفيها يعجز الجسم عن التفاعل وحتى إعطاء الأجوبة على هذه المثيرات وتظهر آثار الضغط الناتجة عن هذه المثيرات كالاضطرابات السيكوماتيكية (القلق، الانفعال...الخ).

(عبد الرحمن، 1992 ، ص185)

1-1-3 عوامل الضغط المهني:

للضغط المهني مصادر متعددة منها ما يعود للشخص ذاته كنمط شخصيته ومنها ما يرتبط بمتغيرات التي تحدث في حياته العامة كعلاقته داخل أسرته أو مع زملائه في المهنة وتتعرض فيما يلي إلى شرح.

أ–العوامل الذاتية:

إذا كان الضغط حالة طبيعية توجد لدى كل الناس فإن هناك فروقا فردية في سرعة وحدة ودوام الاستجابة لعوامل الضغط المتعددة النفسية، الجسمية، الاجتماعية والمهنية وتكمن الفروق الفردية في نمط شخصيته المتأثر بالتنشئة الاجتماعية وهي الأسرة، إذ أكدت الدراسات وجود علاقة بين مستوى الضغط وبين بعض أنماط الشخصية كالنمطين، **أ** و **ب** من الشخصية والنمط الداخلي والخارجي حسب نظرية التحكم الفعلي فعلى سبيل المثال أشار" فريمان" "وروز "في وصف صاحب النمطين" أ "و" ب "إلى أن النمط" أ "أكثر تعرضا بالأمراض القلبية بثلاث أضعاف من النمط" ب "وهذا لما يتميز به من خصائص تميزه عن النمط" ب "كعدم الشعور بالراحة وانعدام الصبر والشعور بالتنافس فهو أكثر استجابة لعوامل الضغط من النمط" ب "فهو إذا تعرض لعوامل الضغط يظهر زيادة معتبرة في الإثارة الفيزيولوجية كضربات القلب وضغط الدم ومن جهة أخرى هو أميل إلى الانسحاب من مواقف الضغط والشعور بعدم القدرة على المواجهة والتكيف معها.

(هارون توفيق ، 1999 ، ص75)

ب–عدم الرضا الوظيفي:

فالمعلم الغير راضي عن الجو الذي يعمل فيه قد يؤدي به إلى التخلي الغير مباشر عن مسؤولياته وإلى التعب والتأخر فالرضا عبارة عن حالة وجدانية سارة أو ممتعة يشعر بها الفرد حيث يشبع حاجة من الحاجات الأساسية أو تحقيق نجاح في عملية أو في أداء ما أو يحقق شيئا مرغوب فيه، فالرضا ينجم عن تقييم الفرد لما يحقق من مكافأة مادية أو معنوية مقارنة بما يتوقعه من جراء ما يقوم به من عمل فالشخص الذي يحصل على مكافئة مادية تعادل أو تفوق توقعاته يشعر بالرضا.

1-1-4 المصادر الخارجية:

أ- لمصادر الخارجية المرتبطة بالحياة الخاصة:

يتعرض الفرد في حياته العامة إلى الكثير من الأحداث منها ما هو سار ومنها ما هو محزن بسبب حالات من التوتر والضغط لدى الفرد وتؤثر على صحته ولقد وجد "راش"وهو لمس " في بحثهما ثلاثة وأربعون حادثة من الأحداث الحياتية، وقاما بترتيبها حسب درجة الضغط والتوتر الذي تسبب وقد وجد على سبيل المثال أن موت الزوج هو من أكثر الأحداث المسببة للضغط وأعطاها تقدير 100 نقطة ثم أعطيت الأحداث الأخرى تقديرات نسبية، وهذه النتائج توصلا إليها من خلال تطبيق ركائز ويشتمل على مجموعة من البنود تمثل التغيرات التي تؤثر على الحياة الخاصة للفرد.

(عثمان فاروق ، 2001 ، ص)85

وكذلك تعتبر العلاقات الأسرية سواء منها الزوج والزوجة أو العلاقة بين الأبناء والآباء من العوامل التي قد تؤدي إلى اضطراب المعلم، إن المعلم الذي لا يشعر بالاستقرار العائلي يتعرض دون شك إلى الكثير من الأزمات النفسية التي تنعكس على عمله وعلاقته بزملائه.

ب- العوامل المرتبطة بالظروف المحيطة بالعمل:

يعتبر مصدر ظروف العمل وطبيعته من أكثر المجالات التي تناولها الباحثون بالدراسة والتحليل عند متابعتهم لمسببات الضغوط في بيئة العمل، وقد يرجع السبب في ذلك إلى إمكانية تحديدها وقياسها بسهولة مقارنة مع المتغيرات الذاتية للعاملين.

ولكن في بيئة العمل المدرسي، لازال لم يلق مصدر ظروف العمل وطبيعته الاهتمام نفسه الذي لاحظناه في بيئات العمل الأخرى وهذا لاختلاف وزنهما،وقوة تأثيرهما خاصة من جانب المرد ودية، إذ يعتقد أن ظروف العمل وطبيعته لا تؤثر على المرد ودية المدرسية إلا بنسبة قليلة جدا مقارنة مع بيئات العمل الأخرى، محاولين إبعاد العامل الاقتصادي من العملية التربوية.

وعن تاريخ الاهتمام بظروف العمل وطبيعته، يمكننا القول إنها درست كعوامل للتعب وليس للضغط من قبل أطباء العمل والمهندسين البشريين منذ أكثر من قرن بقليل.

(ستورا بنجمان ، 1997 ، ص11)

ويعتبر سيلي من أوائل الباحثين الذين وجهوا انتباههم إلى مصادر الضغوط المتعلقة ببيئة العمل المادية، حيث أشار إلى أن الكثير من ظروف العمل المادية تسبب الضغوط للأفراد، مثل الضوء واختلاف درجات الحرارة، والصوت الناجم عن البيئة الداخلية للعمل. ومن الدارسين الذين عالجوا هذا الموضوع أيضا، كورنهوزر Kornhauser ,A.(1974) الذي وجد علاقة واضحة بين توتر الفرد وظروف العمل، مثلما توجد علاقة إيجابية بين تدهور الحالة الصحية للفرد وظروف العمل السيئة التي يمارس فيها عمله.

(مؤيد سعيد سليمان ، 1990، ص84)

– الضوضاء :

يطلق لفظ الضوضاء من الناحية النفسية–على كل صوت غير مرغوب فيه، والذي قد يسبب نوعا من الإزعاج أو الاضطراب إما لشدته، أو لوقوعه بشكل مفاجئ، أو لإستمراريته التي قد تمنع الفرد من التركيز فيما يريد القيام به.

وأكثر الخصائص الصوتية ارتباطا بالضغط هي الشدة والتردد، وذلك لأن الصوت الذي يزيد مستواه عن 55 ديسيبلDécibels يجعل المحادثة العادية صعبة جدا، أما إذا ازداد مستوى الصوت عن 65 إلى 70 ديسيبل فإنه يترك آثارا نفسية وبيولوجية سيئة على الفرد، لأن الصوت العالي من شأنه استثارة الجهاز السمبتماوي وبالتالي زيادة إفراز الأدرينالين الذي يحدث أثناء الأزمات.

(علي، 1999، ص108.)

ونقلا عن كوهن Cohen, A (1973) فقد بينت كثير من الدراسات وبوضوح تأثير الضوضاء على العديد من الوظائف العصبية والهرمونية، وتؤدي استجابات تلك الوظائف بدورها إلى استجابات ثانوية في عدد كبير من الأعضاء والأجهزة العضوية. وفي تقرير قدمته مجموعة من الباحثين إلى المنظمة الدولية للعمل OIT (1977) برهنت فيه على أهمية الضوضاء بوصفها عامل إزعاج واضطراب في حياة العامل.. وعن التأثيرات الضارة على السمع. (لينارت ،1995، ص50.)

– الضوء :

يعتبر الضوء مصدرا آخر من مصادر الضغوط في بيئة العمل، سواء أكان هذا الضوء عاليا أم منخفضا وبالخاصة في أيام الشتاء حيث يضطر الأستاذ إلى إجراء حصص نظرية لانعدام القاعات المتعددة الرياضات في الثانويات بحيث تتعرض فيه بعض المناطق في بلادنا ومعها بعض الثانويات إلى انقطاع التيار الكهربائي، مما يؤدي إلى التأثير ليس فقط على التلاميذ وعلى العملية التربوية، وإنما كذلك على نفسية المدرس من خلال التغيير الإجباري للحصص وللمقررات الدراسية.

وإذا كانت الإضاءة ناقصة وغير كافية، فقد تكون مصدرا من مصادر ضغوط العمل، لما تخلفه من آلام مثل الصداع والدوخة نتيجة حاجة المدرس إلى أن يحدق عينيه بصورة أشد،" كما تؤدي الإضاءة الناقصة إلى التعب".

(زينب ، 1997 ، ص171)

ويعتبر مارشال و كوبر Marshal et Cooper الإضاءة هي الأخرى من المعوقات التي يصادفها الفرد العامل، عند أدائه لعمله إذا كان توزيعها غير متجانس، وهو ما ركز عليه جميل صليبا (1975) على ضرورة

أن تكون الإضاءة موزعة توزيعا عادلا بحيث ألا تكون ضعيفة على مجموعة من المتعلمين وساطعة على مجموعة أخرى.

(علي ، مرجع سبق ذكره، ص108.)

-الحرارة :

تتحكم المراكز العليا للدماغ في عملية درجة حرارة الجسم، حيث تضبطها عند درجة الحرارة 37°، فإذا استمر الفرد عن طريق حاسته الجلدية في التواجد في وسط تقل درجة حرارته عن هذا المستوى فإنه يشعر بالبرد والعكس صحيح. ويقرر المهندسون البشريون أن درجة الحرارة المناسبة للتدريس تتراوح ما بين 21 و 24° مئوية ، فإذا ارتفعت درجة الحرارة نسبيا، فإنها تسبب الشعور بعدم الراحة، وأما إذا كانت كبيرة ومستمرة37° فما فوق، فإنها تؤدي إلى حدوث إرهاق، وبالتالي تكون مصدرا للضغط النفسي.

ومع أن المدرسين يختلفون في درجة تحملهم للحرارة والبرودة، وهذا نظرا للبيئات التي يعيشون فيها، إلا أنه عندما يعمل المدرس تحت درجة حرارة عالية جدا أو منخفضة جدا، فإن هذه الوضعية تكون مصدرا من مصادر الضغوط خاصة إذا لم تكن الوقاية الكافية، فقد تؤثر على تركيز المعلم والمتعلم، بالإضافة إلى الإضافة إلى تعرضه لبعض الأمراض كالأمراض الخاصة بالجهاز البولي، والأمراض الصدرية، والأنف والحنجرة، والروماتيزم، والصداع ...وغيرها من الأمراض التي قد تصل إلى الوفاة.

حتى وإن حاول المدرس أن يحافظ على توازنه الحراري، فإن هذا التوازن قد يضطرب من جراء الوقوف على أرضية إسمنتية باردة كما هو الشأن بالنسبة للثانويات الوقعة في الأعالي وفي المرتفعات أين تنخفض درجة الحرارة، أو الجلوس على كرسي معدني بارد، أو استعمال أدوات باردة كالرمح والجلة والقرص وهذا الاضطراب في التوازن الحراري، قد يؤدي إلى اضطراب في التوازن النفسي الذي يكون الضغط النفسي أحد أسبابه.

- التهوية :

من الموضوعات الحديثة التي أصبحت موضع إهتمام الدارسين والباحثين والتي تعد من مسببات ضغوط العمل موضوع قلة التهوية في أماكن العمل، ويوصي المتخصصون أن تكون 0,2 ميل /ثانية من التهوية(الهواء) للحفاظ على جو طبيعي، أما إذا كانت الحرارة عالية حينها يفضل استخدام سرعات أكبر للتهوية. ويؤكد بيار بوسايورغن وسوندربيغ(1970) على ضرورة أن تكون مداخل ومخارج الهواء داخل الحجرات المستخدمة في المدرسة ذات أحجام متفاوتة وأعداد مناسبة بحيث تساعد على تدفق الهواء داخل هذه الحجرات.

ويعتمد كون عوامل المناخ مسببة للضغط على التفاعل بين كم (حجم) العمل الذي يؤديه المدرس وحالته الجسمية والنفسية، ودرجة الحرارة، والرطوبة، وسرعة الهواء.

كذلك فإن المذيبات العضوية من غبار ومواد كيماوية ناتجة عن استعمال القاعات الغير نظيفة الممتلئة بالغبار يمكن أن تؤثر على صحة المدرس مباشرة أو بشكل غير مباشر لقلة التهوية بداخلها، وإنها يمكن أن تؤثر

عليه من خلال معرفته أو شكوكه في أن التعرض لها قد يكون ضارا له، مما يجعله دائما في حالة قلق وعدم الرضا.

(زينب، مرجع سبق ذكره، ص171.)

– المنشآت القاعدية :

إن عوامل المناخ المسببة للضغط من ضوضاء وضوء وحرارة وبرودة وتهوية، ترتبط بالمنشآت القاعدية كالملاعب والقاعات المتعددة الرياضات، كونها واجهة انتقالية تتوسط المدرس وبيئته، فهي تؤثر وتتأثر بكليهما. ويمكن أن تستخدم بنية وتركيب المباني الداخلية للحفاظ على الحدود بين الأشخاص حسب أبركرومبي M , Abercrombie،ولكن توجد الكثير من المباني المدرسية لم يهتم مصمموها لا بالنواحي الهندسية –المعمارية، ولا بالنواحي الجمالية، وبالتالي أصبحت تشكل خطرا مستمرا على المدرسين وتلاميذهم .كما أن هناك الكثير من القاعات لا تستجيب للأبعاد الأرغونومترية من حيث التصميم والشكل الهندسي، مما يثير نفور المدرسين والتلاميذ

منها، وهذا بدوره يؤثر على الطريقة التي يرى بها المدرس نفسه، ومكان عمله، والتفاعل بينهما، وهو ما عبر عنه تشرشل Tchurchell,Wبقوله :"إننا نشكل مبانينا وبعد ذلك تشكلنا هي".

(لينارت ، مرجع سبق ذكره، ص53.)

ويرى كل من ليلت وماك لوغلين Lilte and M° Laughlin (1993) أن المؤثرات البيئية التي يمارس المدرسون من خلال مهامهم تؤثر على حجم الجهود التي يبذلونها، وعلى إحساسهم بقيمتهم، ودورهم في العملية التربوية، كما تؤثر كذلك على مفهومهم لمهنة التدريس.

(زينب، مرجع سبق ذكره، ص163.)

– العوامل والوسائل المادية – التعليمية :

يحتاج المدرس إلى أدوات ووسائل مادية ليكون فعالا، فنقص الوسائل التعليمية –خاصة أثناء تغيير البرامج السنوية، ونقص الوسائل التعليمية من كرات وحواجز و شبكات وجلات وغيرها يدفع المدرس إلى بذل جهد إضافي لتعويض ذلك النقص، وهذا على حساب راحته، مما يخلق له ضغوطا إضافية والتي تؤثر لا محال على حالته النفسية والجسمية.

وكون الأدوات والوسائل التعليمية ضرورية للوصول إلى أداء المهارة وتبسيطها وتعميمها، فإن ضعفها أو غيابها يؤثر على الأداء، وعلى فعالية المدرس التعليمية فتضعف روحه العلمية ومن ثم روحه المعنوية، فقد بينت إحدى الدراسات أن نقص المواد التعليمية يأتي كسادس مصدر من مصادر الضغوط الثلاثة والثلاثون التي تواجه المدرسي (الفاغوري فايزة عبد الكريم د.جميل الصمادي، ، سنة 1996، ص 18.)

- المواصلات :

تعد التنقلات اليومية من المدرسة وإليها من الأحداث المنتظمة المسببة للضغوط. فالإزعاج والتوتر المصاحبان لعدم تنظيم مواعيد المواصلات والازدحام بكل أنواع المواصلات من حافلات وسيارات أجرة وأخرى خاصة والضوضاء، وحدوث ذلك على نحو متكرر ويكاد أن يكون يوميا قد يؤدي في النهاية إلى ازدياد الضغوط لدى المدرس.

فالخروج المبكر من البيت، حيث أصبح من المألوف رؤية مدرسين يقضون من ساعتين إلى ثلاث ساعات يوميا في السفر والتنقل من وإلى المدرسة، وانتظار وسيلة النقل، وسلوك وتصرفات الراكبين المقلقة والمزعجة في كثير من الأحيان، كل هذا بقدر ما يؤثر على حياتهم العملية، فقد وجد الشهراني ورفاع (1995) أن المعلمين والمعلمات في ضواحي المدن يعانون من ضغوط أعلى مقارنة مع الذين يقومون بالتدريس في القرى بسب

التنقلات اليومية، ونال مصدر بعد المدرسة عن السكن المصدر الأول بنسبة 11,70% من حجم العينة التي قوامها 188 معلما في دراسة إبراهيم صبري الدمرااش (1985).

(الشهراني عامر عبد الله سليم ورفاع سعيد محمد أبها،سنة 1995 ، ص69.)

فمتطلبات السفر كثيرا ما تزيد من الضغوط التي تخلفها من جهة تحمل المتاعب ومن جهة أخرى التأخر عن العمل، إضافة إلى أن أولائك الذين يسافرون يوميا محرومون من التمتع بروح الجماعة التي يستمتع بها المدرسون غير المتنقلين. (جربر سارا زيف،،سنة 1999 ، ص43)

وأصبح من المؤكد إذن، وبناءا على دراسات كثيرة أن الظروف الطبيعية للعمل كالضوضاء، والحرارة، والتهوية هي عوامل مهددة، وأينما تكون هذه الظروف يمكن ان تساهم في زيادة معاناة أصحابها من ضغوط العمل، ومن عدم الرضا المهني،" ومن انخفاض ملحوظ في الأداء"، طبعا إذا أصبحت لا تلائم جو العمل، كما أن ظروف العمل الأخرى من نقص وسائل وأدوات العمل المدرسي " أو انعدامها" وبعد المدرسة عن البيت، والتصميم الهجين للمنشآت القاعدية، كلها عوامل لا تؤثر على كفاءة المدرسين المهنية وأدائهم فحسب، بل تؤثر أيضا على اتجاهاتهم ومواقفهم نحو مهنتهم. Fraser, T .M (1983)

-عبء العمل :

يشعر المدرس في كثير من الأحيان بعدم الارتياح النفسي والبدني عندما تكون البيئة المدرسية ذات مطالب أكثر مما ينبغي، فتقوده إلى الاستثارة الزائدة، أو تتجاوز قابليته على التعامل معها، وتكون بالتالي سببا في خلق حالة من الضغط النفسي لديه، ولكن من الممكن أن تحدث الضغوط نتيجة لغياب هذه المطالب أو عدم كفايتها، وهو ما اصطلح على تسميته بالبطالة المقنعة في بيئة العمل والتي تقتل في المدرس المبادرة والإبداع وتقوده إلى القلق وعدم الرضا.

ويقصد بعبء الدور:" قيام الفرد بمهام لا يستطيع إنجازها في الوقت المتاح، أو أن هذه المهام تتطلب مهارات عالية لا يملكها الفرد"، فقد يعاني المدرس من زيادة عبء الدور المتوقع منه، والمتمثل في تحضير الدروس وإلقائها، وتحضير الامتحانات وتصحيحها، والمشاركة في اللجان التربوية.

(سمير أحمد ،1988، ص 13.)

وبشمولية أكثر، يقدم ليفي Lévi, L (1971) تعريفا لعبء العمل، حيث يرى أنه:"زيادة مع متطلبات مهام العمل من حيث تأهيله أو حداثته، أو عدم تناسب مؤهلاته مع طبيعة العمل".

(ليفي لينارت : ، مرجع سبق ذكره ص51.)

المهام المطلوب إنجازها في وقت ضيق، أو تعدد المهام، أو عدم تناسب قدرات الفرد يعتبر الانتماء إلى مجموعة من الأصدقاء أو إلى شبكة العلاقات الاجتماعية من العوامل.

-سوء العلاقة مع الزملاء:

التي تعطى معنى للحياة وتوجهها نحو الصحة والرضا وتدفع الأفراد إلى مقاومة الضغوط وتحملها، وعلى العكس من ذلك فإن عدم القدرة على إنشاء علاقات طيبة ومثمرة مع زملاء العمل يكون مصدر ضغط الفرد. وبهذا فمعدل أو مستوى الضغط الذي يتعرض له المدرس ويشعر به يتأثر بنوعية علاقاته مع زملائه في العمل والتي تؤثر بدورها في نوعية رد الفعل الذي سوف ينتهجه المدرس اتجاه الضغط" هذا التأثير لهذه العلاقة يعتمد على ما تكون هذه العلاقة، نوعيتها، الفترة الزمنية والموقف الذي تأخذ فيه هذه العلاقة شكلها".

(الصباغ زهير ، سنة 2002 ، ص 30)

وقد أظهرت دراسة بلازي وآخرون Blasé. J et al (1986) أن قلة التعاون فيما بين المعلمين وعدم مسؤولياتهم وضعف الاتصالات فيما بينهم هي عوامل ظهرت مجتمعة لدى 9,4% من أفراد عينة الدراسة تحت مصدر سوء العلاقات بين المعلمين. (Blasé, J ; et al- 2000)

ويمكن للضغط ألا يكون وليد تؤثر العلاقات المهنية فقط بل ينتج عن نقص الدعم الاجتماعي الذي ينتظره المدرس من زملائه أثناء مروره بوضعيات اجتماعية مهنية أو مالية نفسية صعبة كإصابته بمرض يلزمه البيت أيام أو أسابيع أو فقدانه العزيز...وهو ما أظهرته دراسات كوب Cobb.S (1976) من أن الدعم الاجتماعي المعبر والفعال مثل الشعور بالعناية والجد والتقدير والقيمة والانتماء إلى شبكة من العلاقات الاجتماعية واستقبال مساعدة ووجود أفراد محظوظين يمكن أن يعتمد عليهم الفرد، كلها عوامل تؤدي إلى تخفيف الإحساس بالضغط. (الرشيدي هارون توفيق مرجع سبق ذكره ص34)

بل أكثر من ذلك إن الدعم الاجتماعي يمكن أن يحمي الفرد من التظاهرات الباتولوجية

Fraser, T .M (1983)

وأكدت هذه النتائج الأخيرة ما توصلت إليه دراسة ساريكي وكوليSaricki et Colly (1987)، حول العلاقة بين الاحتراق النفسي والعوامل البيئية داخل العمل، حيث تبين أن وجود دعم اجتماعي وتفاعل بين العاملين وزملائهم في العمل ووجود علاقات اجتماعية حسنة أيضا مع أشخاص خارج محيط العمل كأولياء التلاميذ تساعد في تخفيف الإصابة بالاحتراق النفسي

كما بين فلانوري Flannery(1990)، من جهته أن البحث عن الدعم الاجتماعي والروابط الاجتماعية يتسم بها الأفراد الأكثر مقاومة للضغوط. (الفاغوري فايزة عبد الكريم، مرجع سبق ذكره ص19)

ومن جهة ثانية، فقد أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها فيميان (1986) أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية ومن مظاهر نفسية مرهقة أكثر ممن يتلقون مثل هذا الدعم

كما تبين أن أسوء الضغوط وأكثرها ارتباط بالتوتر والاضطراب النفسي، هي تلك التي تحدث للفرد المنعزل والذي يفتقد المساندة الوجدانية والصلات والدعم الاجتماعي. (عبد الستار ، ، ص 133)

ولهذا فليس مستغربا أن نجد بعض المشاكل التي يتعرض لها المدرس هي الفئة التي يعمل معها، ومن أهم هذه المشاكل:

- افتقار المدرس إلى تماسك الجماعة.
- افتقاره إلى دعم الجماعة ومؤازرتها له خاصة أثناء الشدة والضيق.
- نقص التضامن بين المدرسين
- التنازع والصراع بين المدرسين.

-سوء العلاقة مع التلاميذ :

إن سوء العلاقة مع التلاميذ والتي تشكل أحد مصادر الضغوط الأكثر تأثيرا على صحة المدرس النفسية والجسمية وعلى سلوكه وأدائه، تأتي في معظمها من المسؤولية التربوية والأخلاقية التي يحملها المدرس على عاتقه، ومن اكتظاظ الأقسام وعدم تجانسها، ومن سلوكات التلاميذ واتجاهاتهم نحو التعليم.

(الفاغوري فايزة عبد الكريم، مرجع سبق ذكره ص133)

فالمسؤولية اتجاه التلاميذ تحمل درجة من الضغط النفسي وبخاصة عند المدرسين الذين يعطون وزنا وأهمية للمساءلة ولمراقبة الضمير، فالمسؤولية التي يشعر بها المدرس اتجاه التلاميذ كاهتمامه بمستقبلهم التعليمي والمهني، وبتعلمهم وتربيتهم والتي حمله إياها المجتمع تعتبر مصدر ضغط أكثر ممن لو وقف أمام مسؤوليات مادية.

وكون المدرس يتعامل مع خبرات ناشئة، ومشكلات تعود إلى أعمار دون عمره، فهذا يعني أنه سوف ينفق كثيرا من وقته وجهده في التفاعل مع التلاميذ، وإذا لم يحسن التعامل لم يكن التفاعل إيجابيا، ويصبح لديه شعور

بالفشل، مما يؤدي إلى الضغوط النفسية التي تترجم في ضعف تقديره لذاته وثقته بنفسه، فيزيد سوء تكيفه وتتأثر صحته الجسمية والنفسية ورضاه عن العمل سلبا.

ويجب الإشارة إلى أهمية وخطورة حجم القسم كعامل وسيط في العلاقة بين المدرس وتلاميذه، إذ كلما زاد عدد التلاميذ عن الحجم الطبيعي كلما اضطربت الروابط الشخصية بين المدرس وتلاميذه وتقلصت، واتسعت الفجوة بينهم، كما تتضاعف مشاكل الرقابة، ويزداد العبء على قنوات الاتصال ومن ثم العبء على المدرس، فينتج عن ذلك الضغط النفسي.

وقد وجدت ماسلاش وبينسMaslach et Pines (1977): "أنه كلما زادت نسبة التلاميذ للمعلمين، فإن المعلمين سوف يتعرضون لضغوط انفعالية كبيرة، ومثل هذه الضغوط تجعلهم لا يحبون عملهم" (الفاغوري فايزة عبد الكريم، مرجع سبق ذكره ص14.)

كما وجد فينمان Veenman. S (1984): أن اكتظاظ الأقسام يعد المصدر الرئيسي والمسؤول عن رفع مستوى الضغط لدى المعلمين في المدارس الفرنسية والإنجليزية، أي بغض النظر عن اختلاف بيئته وثقافة العمل. بمعنى أن الأقسام التي بها عدد قليل من التلاميذ يعاني مدرسوها من درجة ضغط أقل مما يعانيه مدرسو الأقسام التي بها 26 تلميذا أو أكثر. (أبو مغلي سمير ، 2000 ، ص11)

-الإشراف التربوي :

تحتاج تبسيط إجراءات العمل التربوي ومحاولة تطويره إلى معرفة وفهم الخطوات والإجراءات الواجب إتباعها لإنجاز كل خطوة من خطوات ذلك العمل وصولا إلى الهدف النهائي، ومن هنا يأتي دور المشرف التربوي في معرفة مثل تلك الإجراءات، والتخلص من تلك التي تعرقل مسيرة العمل التربوي .فحسن التعامل الإنساني للمشرفين مع المدرسين يخلق حالة من الولاء والرضا، ومن ثم الإقلال من تعرض المدرسين للضغوط، والعكس إذ يمكن للمشرف التربوي أن يتسبب في كثير من ضغوط العمل للمدرسين وذلك من خلال:

- ممارسة إشراف وتوجيه غير مناسب.
- التركيز على السلبيات، وفي الوقت نفسه إغفال الأداء الجيد للمدرس.

وهو ما أظهرته نتائج دراسة المساد (1983) أن ثمة تركيزا عاليا من المشرفين على السلوك النقدي للمعلمين الذي يؤدي إلى ثورتهم واتخاذهم سلوكا عدوانيا. (المساد محمود أحمد ، سنة 1999 ص35)

فكثير ما تكون أحكام المشرفين على المدرسين مبنية على أساس ما يرونه في المدرس، كمظهره الخارجي، ونظافته، وتنظيمه، وإدارته للقسم، واستعماله للمواد التعليمية، ويهملون أشياء أخرى مثل تفاعل التلاميذ وتقبلهم له، واعترافهم به (بما يقدم لهم من تربية ومن معلومات ومعارف)..."ومثل هذا الأسلوب من التقييم يعتبره المدرسون مصدر للقلق والإحباط (الفاغوري فايزة عبد الكريم، مرجع سبق ذكره ص19)

فالمهمة الأكثر خطورة لدى المشرف التربوي لا تكمن في شخصه، بل في الطريقة التي يقيم بها المدرسين وأسلوب إشرافه عليهم، فقد وجد سبونر Spooner. M (1984)" أن قلة زيارات المشرف التربوي وعدم انتظامها تشكل مصدر ضغط هام لدى المدرسين".

(الشهراني عامر عبد الله سليم ورفاع سعيد محمد ، مرجع سبق ذكره، ص12)

وكذلك إن نوعية وحجم التعاون الذي يقدمه المشرف للمدرسين يؤثر على اتجاهاتهم نحوه، وبالتالي على درجة الضغط النفسي لديهم، فقد كشفت دراسة ريشادسونRichardson (1988) التي تناولت العلاقة بين مستويات الاحتراق النفسي وبين طرق الإشراف." أن أسلوب الإشراف التربوي(متعاون ≠ أوغير متعاون)يؤثر إيجابيا أو سلبا في مستوى الاحتراق النفس.(حرتاوي هند عبد الله ، مرجع سبق ذكره، ص27.)

وتخلق التغذية الرجعية السلبية التي لا تتناسب مع توقعات المدرسين– الحقيقة –اتجاهات سلبية نحو المشرفين التربويين، ونحو أسلوب الإشراف بصفة عامة، كما قد تزيد قلقهم ومن ضغطهم النفسي، وعوامل سلبية وظيفية مثل المهام المتكررة في محيط العمل وقلة فرص الارتقاء الوظيفي، والضغط الناجم عن العبء الكبير في العمل لدى 24مرشدا ممن شملهم البحث. (عبد العزيز ، سنة ص28، 2005)

1-1-5 التطور المهني والترقية المهنية:

تعتبر عوائق التطور والترقية المهنية أحد مصادر الضغط النفسي في العمل مثل :الإفتقار الكلي الجزئي إلى فرص الترقية في المستقبل، وعوائق الطموح، وعدم التأكد من المستقبل المهني والإطمئنان عليه.وقبل تناول هذا المصدر بالتفصيل، يرى الباحث من الأهمية تناول مراحل التطور الوظيفي لمعرفة خصوصيات كل مرحلة، وارتباطها بما يليها، وانعكاساتها على نظرة العامل اتجاه الترقية المهنية .ولذا نجد كوبر وباين.PayneeK Cooper. C et(1994) قد قسم مراحل التطور الوظيفي إلى أربع مراحل رئيسية وهي :فالرضا والضغط غالبا ما يكونان وجهان شبيهان لعملة واحدة، فعندما ترى أحدهما.

لايمكنك أن ترى الآخر، ولكن هذه العلاقة بين الرضا والضغط ليست كهذا دائما، فمن الممكن حسب زيف جربر (1999) أن يكون لدى أحد الأفراد مستوى مرتفع من الضغط ومستوى مرتفع من الرضا، إذا كان الفرد يشعر بقدرته على التحكم والاختيار في الموقف الذي يمر به، وكانت لديه آليات وظيفية للتكيف .ولكن ليس من المرجح أن يكون لدى أحد الأفراد مستوى منخفض من الرضا ويكون لديه مستوى منخفض من الضغط في نفس الوقت. (جربر سارا زيف، سنة 1999 ، ص10.)

و مهما يكن من تقصير، فالعلاقة بين الضغط والرضا تبقى علاقة عكسية؟، يرى بشأنها فرازر 1983) (أنه عندما يهدد المحيط توازن الفرد الداخلي، ويكون حجم التغير او سرعته– أو الاثنين معا –أكبر مما يتحمله

الفرد، يظهر هنا الضغط، وتكون من علاماته عدم الرضا، لاسيما في بداية الظهور، ويرى أيضا أن أكثر الناس لا يشعرون بإحساس خاص بالرضا أو بعدم الرضا، فهم يحتلون الوسط (مكانة البين والبين)، وهي وضعية غامضة نسبيا، فهم راضون عن بعض الحاجات وغير راضون عن البعض الآخر، فهم بذلك يسعون دائما للحفاظ على التوازن الدينامكي، والتكيف مع كل تغيير يمس الاتزان الداخلي. Fraser, T .M (1983)

ومع تقدم الأبحاث، أصبحت العلاقة بين الضغط النفسي والرضا المهني تتضح أكثر فأكثر .ففي منتصف السبعينات وصف عدم الرضا على أنه عامل مساعد في تكوين مجموعة من الأعراض التي تؤثر على الصحة النفسية والاجتماعية للعامل، وبالتالي على مردود يته.Litt, M et Turk, D 198

هذه النظرة الأخيرة، يؤكدها ويوضحها ستورا(1991) ، إذ يرى أن عدم الرضا محك آخر للتنبؤ هذه النظرة الأخيرة، بمستوى الضغط النفسي، بحيث عندما لا يحصل التوافق بين الخصائص النفسية والاجتماعية للفرد العامل مع محيط عمله، تبدأ بعض الأعراض في الظهور، كالقلق والاكتئاب والأمراض السيكوسوماتية كدليل على ارتفاع درجة الضغط النفسي عند صاحبها. (ستورا بنجمان ، 1997 ص14)

1-1-6 أعراض الضغوط :

يتم معرفة الضغط بتحديد علاماته وأعراضه سواء الأعراض يعرفون نوعا واحدا لفزيولوجية المعرفية أو الاستجابات السلوكية خاصة وأن بعض الأفراد قد يعرفون نوعا واحدا من الأعراض بينما يكونون مستقلين بالإحساسات الجسمية غير المريحة والتفكيرات السلبية وتغييرات في السلوك وفيما يلي أمثلة لهذه الأعراض.

(عبد العزيز المجيد ، مرجع سبق ذكره، ص34)

أولا- الأعراض الفزيولوجية :

-الأمراض العضلية العظمية:

مثل :آلام الظهر، تشنج العضلات، الصداع الضاغط وغالبا ما يستجيب للمواقف الانفعالية بتوتر العضلات، كما يحدث أثناء الامتحانات حيث تتقلص عضلات البطن والمعدة أثناء مواجهة المواقف الشديدة مثل الذكريات المؤلمة.

- الاضطرابات القلبية الوعائية:

من هذه الاضطرابات ارتفاع ضغط الدم النوبات القلبية، عدم انتظام ضربات القلب تصلب الشرايين اما ارتفاع ضغط الدم فهو ظاهرة مرضية الأكثر انتشارا يلعب الضغط المهني دورا هاما في انتشاره.

-الأمراض الجلدية:

وتشمل هذه الاضطرابات بعض الاضطرابات مثل الإكزيما، التساقط الفجائي للشعر...الخ وفي هذا الصدد فإن إفراز هرمون الكروت زون يمكن أن يحدث أثار بالغة على الجلد ولتفادي هذه الزيادة يجب معالجة الأمراض باستعمال المراهم حتى نحصر العلاج في المنطقة المصابة دون اللجوء إلى الحقن الهرموني.

-اضطرابات الغدد :

تتمثل في زيادة إفراز الغدة الدرقية والكظرية :مرض السكر، العرق المفرط، وحب الشباب أما فيما يخص إفراز الغدة الدرقية أي إفراز البتر وكسين الذي يؤدي إلى ازدياد النشاط وقابلية الفرد للاستثارة والنرفزة.

(احمد عبد الخالق ، سنة1983، ص 43.)

ثانيا-الأعراض المعرفية:

وتتمثل في: الخوف، القلق، التفكير الغير عقلاني، التردد، فقدان الثقة.

(عبد العزيز المجيد ، مرجع سبق ذكره، ص35.)

ثالثا – الأعراض السلوكية: وتتمحور فيما يلي :

-التغيب الزمني عن العمل والشرب المغالى فيه مع تناول الطعام بسرعة إضافة إلى التحدث بسرعة أو ببطئ عن المعتاد

-العلاقات الوظيفية المتوترة

1-1-7 طرق علاج الضغط في المجال الرياضي :

أولا- العلاج بالأساليب المعرفية :

-أسلوب التأمل :

بعد فترة من التأمل العقلي يصحب للفرد نقص في التنفس وفي ضربات القلب وتكون مصحوبة، في الضغط الدموي والهدف من طريقة التأمل هو الوصول إلى التحكم في المثيرات الخارجية بصفة تمكنها من الوصول إلى ساحة الشعور صافية وخالية من التشويهات، حتى لا يراها الشخص تهديدا له ولقد أثبتت بعض الدراسات نجاعة هذه الطريقة عن الأشخاص المصابين بالضغط في ميدان العمل بحيث نرفع الأداء ونجعل العامل أكثر رضا في عمله، وسيتحسن أن تطبيق هذه الطريقة مرتين في اليوم حيث تتراوح مدتها من 15 إلى 20 د في كل مرة وتتمثل في إتباع الخطوات التالية.(عبد العزيز المجيد ، مرجع سبق ذكره، ص47.)

-غلق العينين في وضع الجلوس والتأمل لمدة 20 دقيقة.

- بعد فتح العينين بفترة حوالي 15 د يتم أداء انقباض عضلي لليد ليسرى

- نؤدي تدريبات التأمل في الحركة.

- إعادة التركيز وملاحظة الأفكار ويمكن زيادة فاعلية هذا الأسلوب بالتدريب على التركيز والانتباه على مثيرات مثل : التركيز البصري على هدف ثابت، استخدام كلمة أو كلمتان سهلتان لا تثير انفعالات لتركيز الانتباه وهذا ما يعرف بالمانترا

-استخدام التنفس من الأنف بعمق والتركيز على هواء الشهيق والزفير ويمكن استخدام التدريبات التالية:

– تركيز العقل على هدف ثابت في موقف المنافسة لفترة تسمح بهدوء العقل والتخلص من الأفكار السلبية المشتتة، الجمع بين الاسترخاء والتصور العقلي.

-أسلوب الإيحاء الذاتي :

ويعتبر هذا الأسلوب ظاهرة ثنائية تتكون من تثبيت الانتباه والاسترخاء في نفس لحظة وحالة الإيحاء الذاتي الذي يتم في أربع خطوات هي التثبيت، الاسترخاء، القابلية لتأثير وتكرار الاقتراحات وللتدريب على الإيحاءات نتبع الخطوات التالية. (محمد منير مرسي ،سنة 1995 ، ص248)

– الاسترخاء العقلي بدون الاسترخاء العضلي

– التدريب على العزل، تعليم التحكم في العمق والسرعة

– تقديم الحجرة العقلية تعليم استخدامها

– تعليم خفض التأثيرات ما بعد الإيحاء

ثانيا– العلاج بالأساليب السلوكية :

يمكن استخدام الاستراتيجيات السلوكية لصد المواقف الضاغطة التي يتعرض لها بسبب إدراك الكثير من المسؤوليات وعدم كفاية الوقت وتتضمن هذه الأساليب.

وضع أهداف إدارة الوقت وتطوير وتحسين النظام اليومي بإتباع الخطوات التالية تحديد الجوانب الحياتية التي تحتاج إلى تغيير مراجعه البيروفيل الخاص بالضغوط يجب الالتزام بتغيير العادات مع تحقيق الدافعية الفعلية لتغيير السلوكيات الخاصة أصبح أكثر وعيا وإدراكا لأسس السلوكيات من يوم لآخر وقبل بداية برنامج فردي للتغيير يجب أن يعي ويدرك كل فرد كيف تكون سلوكياته حاليا.

يجب في كل فترة مراجعه خطة الأداء لإدارة الضغوط وأن تكون واقعية وقابله لقياس عمل قائمة بالمسؤوليات اليومية على مدى أسبوع ثم على مدى شهر ثم عام.

يجب عمل مفكرة يومية وتسجيل ما تم إنجازه دون شغل كل وقت اليوم.

ثالثا– العلاج النفسي :

يتمثل في إجراء حوار مع المريض لإيجاد كل أشكال التأثير على الحالة النفسية التي يعاني منها والتي بمقتضاها يحاول الطبيب المعالج التعديل في الاستجابات التي تجعل تهيئة الفرد لمرضه ممكنة ومن بين المساعدات النفسية الأولية إعطاء المريض إمكانية التعبير والاستماع إليه وفهم ما يقوله ثم تقديم المساعدات على المستويين الاجتماعي والعلمي وعليه يمكن تقديم بعض النصائح والتي تتمثل فيما يلي: مساعدة الشخص على فهم حالته بدون الضغط عليه. (عبد العزيز المجيد ، مرجع سبق ذكره، ص47.)

عدم التحلي بالعدوانية اتجاه الأشخاص الذين يحسون بالتعب والقلق والانهيار العصبي الاهتمام بمشاكل العمال(المربين) والسماح لهم بالتعبير عن مشاكلهم ومشاعرهم والتحليل النفسي هو الآخر من بين الطرق

المستعملة في علاج الضغط لكنه يتطلب وقتا طويلا ومصاريف كثيرة الأمر الذي أدى إلى التقليل منها واقتصارها على بعض الحالات فقط. (عيسوي عبد الرحمن ، سنة 1999 ، ص 37)

2-1 أستاذ التربية البدنية و الرياضية:

إن مدرس التربية البدنية والرياضية هو أولا قبل كل شيء شخص ومخلوق كسائر المخلوقات لديه قلب وأحاسيس وشعور والملقب باللطيف وهذا لأنه في عمله يحس أنه لازال مراهقا ويبقى كذلك وقد أثبتت بعض التجارب الأمريكية بأن أستاذ أو مدرس التربية البدنية يعتبر إن لم نقل أقرب شخص بالنسبة لتلاميذه.

والمدرس هو كذلك الإنسان المعزول في مهنته فهو عبارة عن موظف كالموظفين الآخرين مسير من طرف نظام المجتمع المعاش وسلوكات ثقافية، اجتماعية مستمدة من قبل الهيئات العليا.

وقبل دراسة مختلف الأدوار التي يقوم بها المدرس علينا أولا وقبل كل شيء التساؤل عن شخصيته فلا يعقل أن تمنح لمدرس التربية البدنية مثلا مهمة تكوين أجيال صاعدة وهو ذو شخصية ناقصة أو معدومة فهذا ضد كل ماهو بيداغوجي.

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما وحيويا و له فاعلية في العملية التربوية فمسؤوليته كبيرة جدا ومهمة، إذ أن مهمته لا تقتصر على التربية الجسمية فحسب بل يتعداها لتصل إلى أكثر من ذلك، لأنه لا يتفاعل مع تلاميذه في الفصل فقط بل يتعداها إلى فناء المدرسة، وإلى علاقات التلاميذ بتلاميذ المدارس الأخرى.

كما أن لأستاذ التربية البدنية والرياضية أثرا على حياة التلميذ المدرسية ، فهو الذي يوجه قواه الطبيعية التوجيه السليم ويهيئ لقواه المكتسبة البيئة التعليمية الملائمة، كما انه يساعد التلميذ على التطور في الاتجاه الاجتماعي السليم، وذلك لأن وظيفة أستاذ التربية البدنية والرياضية لا تعد مقصورة على توصيل العلم إلى المتعلم، كما يظن البعض ولكنه مربي أولا وحجر الزاوية في النظام التعليمي. فالمعلم دوره مهم وخطير، فهو نائب عن الوالدين و موضع ثقتهما، لأنهما قد وكلا إليه أمر تربية أبنائهم حتى يصبحوا مواطنين صالحين، و ليس هناك معلم في أي مدرسة تتاح له الفرص التي تتاح لأستاذ التربية البدنية والرياضية في الأخذ بيد التلاميذ إلى الطريق السوي المقبول اجتماعيا ، وذو الأثر الصحي والعقلي. (زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم،، 2008، ص65-66)

وبجانب ما سبق فإن معلم التربية البدنية والرياضية يعد رائدا اجتماعيا ويعني ذلك أنه يشعر بما في المجتمع من مشاكل، ويعمل على أن يعد التلاميذ بحيث يستطيعون التعامل مع هذه المشاكل وحلها، كما أنه يسهم بمجهوده الشخصي في إرشادهم إلى كيفية التغلب على ما يصادفهم من أمراض اجتماعية ومن تصرفات شاذة يقوم بها بعض الشواذ من الخارجين على المجتمع، وبالتالي يساعد ذلك على حمايتهم.

(محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، ، ط2، 2004، ص197)

1-2-1 شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية:

اولا-الشخصية التربوية للأستاذ:

نظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم والتعلم، يجب علينا إذا أن نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه هو العنصر الأهم في العملية التعليمية، وذلك يكون من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم، ويدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية والمعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم ، ويفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو والتكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج والدروس، كما أن للأستاذ تأثير كبير على جانب القيّم والأخلاق.

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلاميذ وأستاذ التربية البدنية فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد من أكثر أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلاميذ.

وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور الأستاذ على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلف بل يتعدى ذلك بكثير، فهو يعمد إلى المؤمنة بين ميول تلاميذه وإمكانيات المدرس، وقدراته الشخصية في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيّف، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها على تنشيط النمو وتعجيل مراحله عندما يسمح الأمر بذلك، ومتابعة برامج التربية الرياضية المدرسية من المهارات الحركية، العلاقات الاجتماعية، أنشطة الفراغ، القوام المعتدل، الصحة العضوية والنفسية، المعارف الصحية والاتجاهات الإيجابية.

(محمد محمد الشحات، 2007، ص 105-106)

ثانيا-الشخصية القيادية للأستاذ:

يقول ارنولد أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائداً لحد كبير بحكم سنه، وتخصصه الجذّاب ، كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب، كما زادت وسائل الإعلام من فرض شخصية الأستاذ كقائد في أيامنا هذه ويعتقد ويليامز أن دور معلم التربية البدنية والرياضية فعال جدا وذلك إيجابيا أو سلبيا، بالنظر إلى أن الطفل يطبق ما يتعلمه من أسرته، مجتمعه ومدرسته.

ولقد أفادت بعض الدّراسات أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية له دور على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلميذ، ومن الواجب أن يدرك الأستاذ حساسية التلاميذ والمشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

وفي دراسة قدّمها ويتي(WITTY) وقام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ وطفل ومراهق تتصل بتصوراتهم عن توفير الأمان وتقديرات التلاميذ، تليها صفات مثل: (اهتمامه بالحافز، التعرف على تلاميذه، إظهار الحنان والألفة، اتصافه بروح مرحة، اهتمامه بمشاكل التلاميذ، التعاطف والتسامح).

ولقد توصلت (جنجز بالى) أن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو أنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح، ولديهم القدرة على إشعارهم بالأمان والاهتمام.

(أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان ، عدنان درويش جلون ، ص 33-34)

وقد أشار "عدنان جلون" إلى ما اتفق عليه العديد من العلماء في المجالات القيادية على ضرورة توفير المواصفات التالية في القيادة وهي: مواصفات فطرية، مواصفات اجتماعية، مواصفات علمية، مواصفات عقلية .....إلخ، وتوفُّر هذه المواصفات يعطي المجتمع مدرّسا وقائدا أفضل.

ومن الجانب الديني يذكر القرآن الكريم في وصفه للقائد والقيادة في أكثر من موضع ومناسبة موضحا الأسس القيادية الصحيحة، حيث وصف الله تعالى رسول هذه الأمة محمد صلى الله عليه وسلم بأوصاف قيادية، نذكر منها على سبيل المثال: الآية الكريمة التالية"**وإنك على خلق عظيم**" (القلم الآية04).

وقال أيضا: "**ولو كنت فضا غليظ القلب لانفضوا من حولك فأعف عنهم و استغفر لهم وشاورهم في الأمر**" (آل عمران الآية 159).

وقال أيضا: "**ادع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن** "

(النّحل الآية 125)

1-2-2 السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

اشترطت التربية الحديثة شروطا دقيقة جدا لنجاح العملية التعليمية وأدائها على أحسن وجه، وبما أن الأستاذ هو المسؤول الأول والأخير على نجاح هذه العملية فهي تشترط فيه التحلي بالسمات التالية:

- الأستاذ يجب أن يستطيع إنجاز مهمات اجتماعية وتربوية، ويسهم في تطوير جانب التكيف فيها وينظم العمليات التربوية باتجاهاتها الحديثة، ويحسن استثمار التقنيات التربوية.

- يجب أن يتفهم بعمق مهماته اتجاه مجتمعه عن طريق المواقف التعليمية، وما ينشأ عن العلاقات المتبادلة بين الأستاذ والتلميذ، وهي علاقات يجب أن تتميز بالحوار والتفاعل والرعاية وتبادل الخبرة، بحيث تتعدى نقل المعرفة من طرف لآخر لتؤدي إلى تنمية القدرات، وممارسة قوى التعبير والتفكير وإطلاق قوى الإبداع، وتهذيب الأخلاق وتطوير الشخصية بجملتها، بما يكفل المشاركة في تقدّم المجتمع.

- عليه أن يمتلك من القدرات والمهارات والمعلومات ما يجعل منه باحثا تربويا يسهم في حل المشكلات التربوية عن دراية ووعي.

- عليه أن يتحلى بروح المبادرة والنزعة إلى التجريب والتجديد، وأن يكون واثقا بنفسه في تنظيم النشاط التربوي بحرية واختيار.

إن الطّابع الفعّال للشخصية الإنسانية تحدده ظروف الحياة الاجتماعية، وإأن هذه الشخصية نفسها لها القدرة على تغيير تلك الظروف، فالوعي الإنساني لا يعكس العالم الموضوعي فقط وإإنما يدعمه أيضا، ففعاليّة الأستاذ تظهر من خلال حكمه على تلك التغيرات التي تطرأ على خصائص نشاطه ومواصفات تأثيراته على ذلك الموضوع، وكما نعرف فإن موضوع عمل الأستاذ الأساسي هو (التلميذ) حيث أن طبيعة عمل الأستاذ مرتبطة بخاصية التأثير المتبادل بين الذّات (الأستاذ) والموضوع (التلميذ) أثناء النشاط التعليمي، فالأستاذ في أيامنا هذه ليس ناقصا "بسيطا" للمعارف إنما هو منظم وقائد موجه.

1-2-3 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

اولا- فهم أهداف التربية البدنية و الرياضية:

يتحتم على مدرس التربية البدنية والرياضية فهم أهداف مهنة التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى أم أغراض مباشرة، فإن معرفة المدرس الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها تجعله قادرا على النجاح في عمله اليومي، وإذا ما عرف أغراض التربية البدنية والرياضية جيدا أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجها.

ثانيا- تخطيط برنامج التربية البدنية و الرياضية:

المسؤولية الثانية لمدرس التربية البدنية والرياضية هي تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية وإدارته في ضوء الأغراض، وهذا يعني الاهتمام باعتبارات أوّلها وأهمّها:

-احتياجات ورغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، ويراعى عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، وهناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة مثل العمر كذلك يجب أن يضع نصب عينيه عدد المدرسين، حجم الفصل، عدد التلاميذ والأحوال المناخية.

-كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشتركين، وتوفير عامل الأمان والسلامة ومن البديهي أن يتناسب مع المراحل التعليمية المختلفة . (أمين أنور الخولي وأخرون، ص 38- 39)

ثالثا- توفير القيادة:

إن توفير القيادة الرشيدة يساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية والرياضية، والقيادة خاصية تتوافر في المدرس الكفء، هذه الخاصية لها أثر على استجابة التلاميذ لشخصية المدرّس وتوجيهاته ومن بين الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية والعصبية والعقلية والاجتماعية.

والقيادة لا تتأثر ما لم يحصل المدرس على التدريب المهني الكافي كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية ، ويجب أن يدرك هذا الأخير أن مسؤوليته لا تقتصر على المدرسة التي يعمل بها، فحسب بل المجتمع المحيط به ، فهو موجود في وسط يجب أن يؤثر فيه.

(أمين أنور الخولي وأخرون، ، مرجع سبق ذكره، ص39)

رابعا- تنمية مهارات الاتصال الفعّال لدى أستاذ التربية البدنية:

يحتاج الإيصال الفعّال إلى المهارات التالية:

- كسب انتباه التلاميذ.
- تعلم حسن استخدام الصوت.
- تنمية استخدام المهارات الغير اللفظية.
- تنمية مهارات الاستماع.
- تنمية المصداقية و تأكيدها. (بيتر ج .ل توسون ، 2002، ص10/7)

أ- جذب انتباه التلاميذ:

يجب أن يكون التلاميذ مستعدون لسماع الأستاذ قبل أن يبدأ الكلام، و هناك العديد من الطرق لكسب انتبه التلميذ مثل استخدام السفارة، أو رفع اليد وغيرها. ومهما كانت الطريقة المستخدمة فمن الأهمية الاستحواذ على الانتباه التام لجميع التلاميذ، لذا ينبغي محاولة عزل وأبعاد أي شيء قد يتعارض أو يشتت انتباه المستمعين . وللاحتفاظ بانتباه مجموعة من التلاميذ يجب التأكد من أن الجميع يتخذون أماكنهم بحيث يستطيعون سماع و رؤية ما يحدث، وذلك بم ا رعاة عدم مواجهة و جوه التلاميذ لأشعة الشمس أو غيرها من مشتتات البصر وذلك لضمان تركيز انتباه التلميذ نحو الأستاذ.

ب- تعلم حسن استخدام الصوت:

إن الانتباه الذي يعطيه التلاميذ للأستاذ لا يرتبط بمقدار ارتفاع صوته، إذ أن التغير في حجم و نغمة و إيقاع الصوت تعتبر من الوسائل التي تجعل أنماط الحديث أكثر تأثير في عملية الاتصال. والأساتذة الجيدون يقومون بإدخال تغييرات على أنماط أصواتهم لجذب الانتباه لما يقولونه، والتأكيد على النقاط الهامة، وهذا مفيد أحيانا، فعلى سبيل المثال: يجب أن تكون هناك برهة انتظار قبل الحديث حول بعض التوجيهات ذات الأهمية البالغة وبذلك يمكن ضمان تركيز انتباه التلاميذ على التوجيهات التي تعقب برهة الانتظار مباشرة.

ج- تنمية استخدام المهارات الغير اللفظية:

إنّ الاتصال الغير اللفظي يستطيع أن ينقل أكثر من **70 %**من المعلومات من أية رسالة، فإذا كانت الرسالة اللفظية التي نرسلها صحيحة و دقيقة فمن الأهمية أن يدعمها الاتصال الغير اللفظي بشرط أن يكون متسقا مع محتوى الرسالة اللفظية، و يجب على الأستاذة الاهتمام بطريقة الاتصال غير اللفظي في المواقف المختلفة و أن يقوموا بالتعديلات الضرورية في ضوء هذه المواقف.

د-تنمية مهارات الاستماع:

أحتاج الكثير من الأساتذة إلى تنمية مهاراتهم في الاستماع، فالاتصال الناجح يعني الاستقبال وكذلك الإرسال. و التلاميذ يرغبون في معرفة ما يقولونه الأساتذة والاستماع إليه، و يمكن تنمية مهارات الاستماع باستخدام الأساليب التالية:

كن منتبها (الاستماع): أنظر إلى التلميذ و أظهر بأنك تستمع إليه.

تجنَّب المقاطعة: من بين الأسباب الرئيسية للاتصال الرديء هو مقاطعة الأستاذ للتلميذ قبل إتاحة الفرصة له للتعبير الكامل عن نفسه.

أَظهِر الفهم (الموافقة): بالإيماء بالرّأس أو بتكرار ما ذكره التلميذ في بعض الأحيان، فيستطيع الأستاذ أن يظهر للتلميذ أنه قد فهم رسالته.

طرح السؤال: إن الأسئلة تتيح فرصة الاتصال عن طريق دعوة التلاميذ للتعبير عمّا يشعرون به، ويجب على الأستاذ، على سبيل المثال: الحذر من سرعة المبادرة بإخبار التلاميذ عن أسباب مستوى الأداء. ففي كثير من الأحيان يستطيع الأستاذ أن يعرف أكثر عن طريق المبادرة بسؤال التلاميذ أولا، للتعبير عن آرائهم إتجاه موقف ما. (بيتر ج .ل تومسون ، ص12/7)

هـــ- تنمية و تأكيد المصداقية:

إن التلاميذ يتقبلون و يحترمون الأستاذ الذي يتميز بالمصداقية ويكون أكثر قابلية للإتصال به، ويمكن تنمية المصداقية بعدة طرق منها:

* **معلومات عن كل رياضة:** ينبغي أن تكون لدى الأستاذ الثقة في معلوماته عن جل أنواع الرياضات، ومن ناحية أخرى تكون لديه الثقة في أن يجعل التلاميذ يدركون ما لا تعرفه، فمن الأفضل أن يقول: "إنني لا أعرف الإجابة و سوف أحاول البحث عنها" بدلا من محاولته تخمين أية إجابة قد تكون خاطئة.

(بيتر ج .ل تومسون، مرجع سبق ذكره، ص13.)

* **التحدث فقط عند الضرورة :**إذا قام بالتحدث كثيرا فإن التلاميذ سوف لا يستطيعون التفرقة بين ما هو هام وما هو غير هام، و يتأكد من أن كل ما يريد قوله يتسم بالأهمية و أن يعبر عنه بلغة سهلة.

* **الملابس والمظهر:** إن المظهر يؤثر في رأي الناس اتجاه الأستاذ، و خاصة في المراحل الأولى من العلاقات، فالتلاميذ بحاجة إلى الشعور بالفخر بأستاذهم، و هذا الشعور ينموا و يزدهر إذا كان مظهر الأستاذ لائقا.

1-2-4 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية:

يحضى أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم بتجربة أكبر في تحديد المنهج وأنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد وجماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير، وإنما أتيحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العلمية انطلاقا من واقع التلاميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي. (محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد ، مرجع سبق ذكره، ص 20.)

1-2-5 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم:

إن عملية تقويم عمل التلاميذ هي عملية دقيقة وهامة جدا، ولكي يسير بصفة صحيحة يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها ، وللقياس الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الإحتبارات وغيرها من أدوات القياس ، وعلى عكس الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعدادا سليما حيث تعلم أن يقوّم النّمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات ، كما أنه قادر على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية. (نثبيال كانتور، ، 1995، ص 161.)

1-2-6 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي:

تنحصر هذه النقطة في بذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله ، فهو مطالب بالإبداع في العمل والبحث المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم ، ولا يبقى خاملا معتمدا دوما على معارفه السابقة، فيجب أن يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية والتعليم وعلم النفس وكل ماله علاقة بمجال عمله ، محاولا دمج كل هذه المعارف مع ما اكتسبه من خبرة ميدانية، وهذا بدوره سينعكس إيجابيا على كفاءته المهنية ويجعله أكثر قناعة بالعمل الذي يؤديه. (نشبيال كانتور، ، مرجع سبق ذكره، ص 165.)

1-2-7 الخصائص و الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع والتلميذ، ونموذجا يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على معارف جديدة، كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية وقدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة، ولكي يؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية وظيفته بصفة جيدة وجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلما، مربيا وأستاذا.

اولا-الخصائص الشخصية :

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لابد أن يلتزم به جميع الأساتذة ويطبقون قيمه ومبادئه على جميع أنواع سلوكهم ، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة ، تمحورت هذه الدّراسة حول العناصر التالية : الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط الخمول....)، وعلاقته مع التلاميذ، مع زملائه، مع رؤسائه ومع أولياء أمور التلاميذ. (رابح تركي، 1999، ص 246.)

ولذلك تحتاج مهنة التدريس إلى صفات خاصة حتى يصبح هدف التعليم سهل التحقيق ويمكن إيجاز هذه الصفات فيما يلي:

- الصبر والتحمل:

إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر إلى الحياة بوجهة نظر مليئة بالتفاؤل فيقبل على عمله بنشاط ورغبة، فالتلاميذ كونهم غير مسئولين هم بحاجة إلى السياسة والمعالجة ولا يمكن للأستاذ فهم نفسية التلميذ إلا إذا كان صبورا في معاملتهم قوي الأمل في نجاحه في مهنته.

- العطف واللين مع التلاميذ:

فلو كان الأستاذ قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم عليه، ويفقدهم الرغبة في اللجوء إليه والاستفادة، كما لا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له ومحافظتهم على النظام.

- الحزم والمرونة :

فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له.

– أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه.

ثاني– الخصائص الجسمية :

لا يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه خصائص جسمية هي: (صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد المجيد ، 1999 ، ص20 .)

– القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.

– التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله.

– أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول يهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه.

– يجب أن يتمتع بالاتزان والتحكم العام في عواطفه ونظرته للآخرين، فالصحة النفسية والجسدية والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجع ومفيد.

ثالثا – **الخصائص العقلية والعلمية :**

على الأستاذ أن يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها ، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة وتركيز، وذلك لأنه يحتاج دائما إلى تحليل سلوك التلاميذ، وتحليل الكثير من المواقف التي تنطوي على مشكلاتهم التربوية (محمد السباعي، **معلم الغد ودوره** . دار المعارف، الطبعة الأولى، 1998 ، ص 38 .)

ومن خلال ما سبق يمكننا تخليص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته في ما يلي: (محمد السباعي، مرجع سبق ذكره، ص 38)

– أن يتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكير مستقلا وحرّ.

– أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون ، الحرية ، العمل بالرغبة ، والجمع بين الناحيتين العلمية والعملية في عملية التعليم.

– على الأستاذ أن يكون ذا شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ واحترامهم.

– أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية لتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع الثقة.

– المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل الأنجع.

كما يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية منظم التفكير قوي العقل، واسع النظرة للحياة، سريع الملاحظة، قادر على التصور والتخيل والاستنباط، وبالإضافة إلى هذه الصفات يجب أن يكون متصفا بالمميّزات التالية:

– الإلمام بالمادة:

الأستاذ الكفء هو الأستاذ الواسع الاطلاع والثقافة والواثق بنفسه ،كما يجب أن يكون قادر على اجتذاب ثقة تلاميذه له ، وكذلك يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية ميالا للإطلاع وتنمية المعارف ،لأن إفادة التلاميذ من طرف الأستاذ تكون من خلال المعلومات والمعارف الواسعة لدى الأستاذ.

(محمد مصطفى زيدان، ص60)

–الذكاء :

فالأستاذ على صلة دائمة بالتلاميذ ومشاكلهم ، لذا عليه أن يكون ذا تصرف حكيم وأن يكون له القدرة على حل المشاكل ، فنجاحه متوقف على مدى ذكائه وسرعة بديهته وتفكيره ، فلا بد أن يكن دقيق الملاحظة متسلسل الأفكار قاد ا ر على المناقشة والإقناع يخلق الميل لمادته عند التلاميذ. –

(صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، مرجع سبق ذكره، ص 16)

رابعا– الخصائص الخُلُقِيّة والسلوكية :

لكي يكون لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور فعال وأثر إيجابي خلال تدريس مادته على تلاميذه وذلك في معاملته مع المحيط المدرسي يجب أن تتوفر فيه خصائص منها:

–أن يكون محبا لمهنته جادا فيها ومخلص لها.

–أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه، ما أمكنه ذلك من تضحيات.

–أن يحكم بإنصاف فيما يختلف فيه التلاميذ، ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة فهذا يؤدي إلى إثارة الغيرة بين التلاميذ.

–يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا لهم.

–الأمل والثقة بالنفس: فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى ينجح في مهمته، وأن يكون واسع الأفاق كي يصل إلى تفهم التلاميذ وهذا لا يكون إلا بالثقة في النفس.

(صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، مرجع سبق ذكره، ص 16)

خامسا– الخصائص الإجتماعية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية شخص له تجاربه اجتماعية في الحياة تكبد مشاقتها وصبر على أغوارها بما واجهه من صعوبات نفسية واجتماعية ، واجهته خلال الحياة ، حيث أكسبته رصيدا معرفيا صقل تلك المعارف ورسخت لديه بما أحاط به من دراسة علمية قبل أن يكون مربيا أو أستاذا، لذا يعتبر الأستاذ رائدا لتلاميذه ، وقدوة حسنة لهم ، وله القدرة على التأثير في الغير.

– كما أن له القدرة على العمل الجماعي ، لذا يجب أن يكون لديه الرغبة في مساعدة الآخرين وتفهم حاجاتهم، وتهيئة الجو الذي يبعث على الارتياح والطمأنينة في القسم.

وهو إلى جانب ما سبق يعد رائداً اجتماعيا، وبالتالي فهو متعاون في الأسرة التربوية وعليه أن يساهم في نشاط المدرسة ويتعاون مع إدارتها في القيام بمختلف مسؤولياتها. (محمد مصطفى زيدان، مرجع سبق ذكره، ص 45)

1-2-8 واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

اولا-الواجبات العامة:

تتشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي تعمل بها ، وهي في نفس الوقت تعتبر النشاطات والفعاليات التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية.

ولقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية والرياضية الجديد ما يلي:

- لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق والاتزان.
- يعد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.
- يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
- يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأسس لخبرات التعليم.
- لديه القابلية للنمو المهني الفعّال والعمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
- لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.

ثانيا- الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به، يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة بالمؤسسة، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة ، وفي نفس الوقت تعتبر من الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة ومنها:

- حضور اجتماعات هيئة التدريس، واجتماعات القسم و لقاءات تقييم التلاميذ وفقا للخطّة الموضوعة.
- تنمية واسعة للمهارات الحركية والقدرات البدنية لدى التلاميذ.
- تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية.
- السهر على سلامة التلاميذ ورعايتهم بدنيا وعقليا وصحيا.
- الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية .(أمين أنور الخولي ، 2002 ، ص152-153.)

ثالثا- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المجتمع:

من أهم واجبات المدرس تدعيم العلاقة بين المدرسة التي يعمل فيها والبيئة المحيطة به من خلال:

- التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع وخاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته.
- إشراك أهالي الحي في نواحي النشاط المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم المسابقات والبطولات المفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل مسابقات الجري للجميع.

– التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية وأن يساهم بمجهوده البنّاء في أن يحقق هذه الهيئات والنوادي وأهدافها.
– المساهمة في خدمة المجتمع بالاشتراك في الأعمال التي يتطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدّفاع المدني أو التمريض أو التوعية إذا احتاج الأمر لذلك.
– أن يتحسس مشكلات مجتمعه وأن يبصّر المواطنين بها ويشاركهم في معالجتها.
– أن يتّبع التقاليد والحدود التي يضعها المجتمع المحلي وأن يكون مثلا للمواطن الصّالح عِلما وخُلقا.
– أن يوثق بين المترل والمدرسة فيدعو أولياء أمور التلاميذ لحضور الحفلات والمهرجانات التي تقام داخل المدرسة ويناقشهم في المشاكل العامة التي قد تعترض أبنائهم.

–رابعا –واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المهنة:

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتفهم مسؤولياته كعضو في المهنة وعليه أن يحترم تقاليد مهنته وأن يكون عضوا فعال من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد من كفاءته وتدفعه إلى التقدم المستمر في مهنته، ويشمل هذا النشاط النواحي التالية:

– إذا لم يكن قد تلقى إعدادا كاملا فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان.
– الإطلاع المستمر على أحداث ما نشر من بحوث في التربية البدنية والرياضية وطرق التدريس وأن يطبق معلوماته في تدريسه بقدر الإمكان.
– الاشتراك في المجلّات والمطبوعات الدورية المهنية.
– محاولة الحصول على درجات علمية أعلى.
– العمل على زيادة ثقافته العامة وذلك عن طريق الإطلاع المستمر على كل ما هو جديد.
– أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية. (زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، ص 80-82)

2- الدراسات السابقة والمشابهة:

الدراسة الأولى: محمد دخيت محمد، **الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات ووجهة ضبط لدى عينة من أساتذة المرحلة الثانوية** ،رسالة ماستر ،جامعة القاهرة ،2000.

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى المعلمين وقد استخدم الباحث عينة قدرها 325 من أساتذة المرحلة الثانوية وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية واستخدم الباحث الأدوات البحثية قائمة الضغوط النفسية بالإضافة إلى الاختبار وتوصل الباحث إلى النتائج التالية وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين مصادر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية وبين الحساسية للمشاعر واعتبار الذات وتقبل العدوان والمقدرة على إقامة علاقات ودية، وكذلك توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين مظاهر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة ممن يعملون بالتعليم العام والفني لصالح أساتذة التعليم الفني.

الدراسة الثانية: محمد السيد الششتاوي، **مقارنة للضغوط النفسية المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية** الرياضية **بقطاع وسط دلتا التعليمي**، دراسة دكتوراه ،جامعة مصر (2000).

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية المهنية لمعلمي التربية الرياضية، وذلك بإجابتهم على مقياس قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية ،وتم استخدام قائمة الضغوط النفسية المهنية لمعلمي التربية الرياضية إعداد محمد حسن علاوي (1998)، وتضمنت القائمة (36) عبارة موزعة على ستة محاور رئيسية، وتم اختيار عينة عشوائية قوامها (560) معلما ومعلمة، (410) معلماً و (145) معلمة،وتوصل الباحث إلى أنه توجد ضغوط نفسية مهنية واقعة على معلمي ومعلمات التربية الرياضية ، هناك فروق دالة إحصائيا تابعة لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

الدراسة الثالثة:دراسة بوشارب شريف،"**الصعوبات التي تواجه أستاذ التربية البدنية والرياضية**،رسالة ماستر ،جامعة مصر ،2002.

هدفت هذه الدراسة الى معرفة الصعوبات التي يواجهها أستاذ التربية البدنية و الرياضية أثناء الحصة، وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي وكانت العينة عشوائية تمثلت في مجموعة من الثانويات ، وتوصل الباحث الى انه هناك عدم اهتمام من قبل الإدارة مما يؤثر سلبا على قابلية المدرس في تحقيق أهداف الدرس الناجح، معظم المدرسين لديهم نقص في الإمكانيات المادية و الأجهزة داخل الثانوية و هذا يؤثر سلبا على درس التربية البدنية و الرياضية.

الدراسة الرابعة: دراسة شو و آخرون Show & Al (2005):

قام بدراسة الأحداث المسببة للضغوط النفسية للمعلم.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الأحداث الضاغطة ومعرفة أي من تلك الأحداث تهديدا له في مهنته، كما تهدف أيضا إلى مساعدة المعلمين أثناء إعدادهم على كيفية التوافق والتغلب على تلك الأحداث الضاغطة، وطبقت أداة قائمة الضغوط واستبيان مكون من (35) عبارة ، وقد تكونت عينة الدراسة من (399) معلم من التعليم العام بمدينة كولورادو (الولايات المتحدة الأمريكية)،توصل الباحث إلى نقل المعلم من المدرسة دون رغبة منه ، التهديدات الناتجة من قبل المشرفين ، إبلاغه بان أداءه غير جيد.

الدراسة الخامسة: دراسة أبوت كوك Abbot Kock (2006):

قام بدراسة الضغوط التي يدركها المعلمون بالتربية الخاصة والمعلمين بالتربية النظامية من خلال الضغوط الناشئة من طبيعة المهنة.

الهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى المعلمين بالتربية الخاصة والمعلمين بالتربية النظامية، وطبق استبيان يشتمل على (30) عبارة للضغوط، أجريت الدراسة على عينة قوامها (264) معلما من (07) مدارس من المدارس النظامية ومدراس التربية الخاصة ،توصل الباحث الى وجود خمس مصادر للضغوط النفسية للمعلم متمثل في الأعباء الزائدة من دور المعلم، صراع الدور، عدم المشاركة في قرارات المدرسة الأسلوب الإداري السائد في المدرسة ، التسهيل الاجتماعي.

- **أهمية الدراسات السابقة في دراستنا الحالية :**

في ضوء العرض والتحليل والتعقيب على الدارسات السابقة فقد أثارت السبيل للباحث من الوقوف على كثير من المعالم التي أفادت الدراسة الحالية مع أنه تعذر علينا أن نجد بعض الدراسات السابقة حول هذه الدراسة إلا أنه تمكنا من إيجاد بعض الدراسات المشابهة التي يمكن أن نلخص أفادتها لدراستنا حول مايلي:

- تحديد منهجية الدراسة الحالية و تحديد أسلوب اختيار عينة الدراسة وحجمها
- تحديد منهج المستخدم في البحث ، تحديد الإطار العام للدراسة الحالية
- التعرف على أنسب الأساليب و المعالجات الإحصائية للاستفادة منها في دراستنا
- اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة لاستخدام الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات

وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة والمشابهة في إعداد الدراسة وذلك بتحديد محاور الدراسة كما استفادت في إعانة الباحث على وضع أسئلة للاستبيان وتحليل نتائجه وتفسيرها ، وفي ضوء عرض الدراسات المشابهة تبين الباحث أسباب الضغوطات التي تعيق أداء أستاذ التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية.

الفصل الثاني

الإطار العام

للدراسة

1- شرح مصطلحات البحث:

1-1- أستاذ التربية البدنية والرياضية:

هو الفرد الكفء القادر على ممارسة عمله التربوي على الوجه الأكمل نتيجة بعض أو كل العناصر التالية:

-المؤهل الدراسي الذي حصل عليه الفرد في مجال تخصصه.

-الخبرة العلمية الناتجة عن ممارسة فنية تطبيقية.

-هو الهادئ والمحافظ يميل إلى التخطيط، لا ينفعل بسهولة ويساعد التلاميذ على تحقيق تحصيل دراسي جيد. (د أمين أنور الخولي، 1998، ص25)

* ويعرف إجرائيا: هم أساتذة التعليم الثانوي لبعض ثانويات ولاية سطيف

1-2حصة التربية البدنية والرياضية:

تعد حصة التربية البدنية والرياضية عملية مركبة للتعليم والتعلم وكذلك لتعليم التربية ويختلف عن غيره من المواد الدراسية الأخرى، لأن سلوك التلميذ الحركي يعد هدفا أساسيا كما تعد التمرينات البدنية والألعاب والمسابقات أهم المحتوى الأساسي للدراسة.

* وتعرف إجرائيا: أنها الجزء مكمل للتربية العامة ، تعمل على الحرص أن ينشأ الفرد على أحسن ما ينشأ عليه من قوة جسم وسلامة البدن وحيوية ونشاط عن طريق الأنشطة البدنية المختارة التي تمارس بقيادة وإشراف أساتذة ؛ وهذا بهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب البدنية العقلية والاجتماعية.

1-3 الضغوطات:

اصطلاحا: تعني الشد، الضم، والربط. استعملت بصفة **STRESS** الضغط: وهي كلمة أصلها لاتيني وهي متداولة في القرن السابع عشر بما يرادف، الألم والصعوبات، الشد والحزن، الخسارة، أو المصائب والنكبات، أي كل مايعبّر على نتائج حياة صعبة، وفي أواخر القرن الثامن عشر كان الضغط يستعمل مرادفا لمعاني القوّة، والتوتر، أو الجهد المكثف. (عبد العزيز عبد المجيد محمد 2005، ص 18.)

وتغير مفهوم الضغط في بداية القرن العشرين، إذ أصبح يعني قوة دافعة أو قوة مجموعة الدوافع المحركة للسلوكات

* وتعرف إجرائيا:شعور أستاذ التربية البدنية والرياضية للمرحلة الثانوية بعدم قدرته على مواجهة أحداث و متطلبات مهنة التدريس من جهة, و تشكيل هذه المتطلبات تهديدا لذاته من جهة أخرى ينتج عنه معدلا عاليا

من الانفعالات السلبية, التي تصاحبها تغيرات فسيولوجية والتي تقاس من خلال الدرجة التي يتحصل عليها الأستاذ على مقياس الضغوطات المهنية . (عنايات محمد أحمد فرج 1998 ،ص 30)

4-1 مرحلة التعليم الثانوي:

يتم فيها إعداد التلميذ للالتحاق بالتعليم العالي مدته ثلاثة سنوات،يهدف إلى إكساب التلاميذ المعارف الضرورية لمتابعة الدراسات العليا كتنمية قدرات التحليل والتعميم والتكيف مع مختلف الوضعيات وتنمية روح البحث والقدرة على التقييم الذاتي إذ يتلقى التلميذ مواد عدة من قبل أساتذة متخصصين في كل مادة تعليمية.

(وزارة التربية الوطنية، 2008، ص12.)

2- متغيرات الدراسة: من خلال بحثنا هذا هناك متغيرين اثنين احدهما مستقل والأخر تابع

-المتغير المستقل: هو المتغير الذي يفترض الباحث انه السبب أو احد أسباب لنتيجة معينة ، ودراسة تؤدي الى معرفة تأثيره على المتغير الأخر

✓ **المتغير المستقل:الضغوطات**

-المتغير التابع: هو المتغير الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير القيم الأخر حيث انه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع .

المتغير التابع: أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

3- إشكالية البحث:

إن التربِّية البدنية والرياضية هي إحدى فروع التَّربية الأساسية والتي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة، حيث تستخدم عن طريق النشاط البدني الرياضي المختار المنظم والموجه لإعداد الفرد إعدادا متكاملا بدنيا واجتماعيا وعقليا، كما أنها تكيّف الفرد بما بلائمه مع حاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه.

وهذا كله يرجع إلى الدور الذي يؤديه المدرّب أو المربي خاصة أستاذ تربية البدنية والرياضية ومدى اهتمامه بأخلاقيات المادة، وانعكاس شخصيته على التلاميذ ومدى تأثرهم به، وبصفته العنصر الفعّال في توجيههم خاصة أنهم يمرون بمرحلة صعبة في حياتهم (مرحلة المراهقة)، فيحتاجون إلى موجه ذو كفاءة يبعدهم عن المخاطر والانحرافات والمشاكل النفسية.

خاصة وأن تلاميذ التعليم الثانوي يعيشون مرحلة المراهقة، والتي أجمع العديد من علماء النفس على أنها مرحلة فاصلة بين الطفولة والرشد يتطلب التعامل معها بكل حذر وبأسلوب علمي وخلال هذه المرحلة يحدث للإنسان عدة تغيرات من بينها التغيرات من الناحية النفسية والعلمية التي ينجَرُّ عنها ظهور سلوكيات غير مرغوب فيها عند المراهق.

فالمدرسون يختارون مهنة التعليم و لديهم الرغبة للقيام برسالة نبيلة عنوانها مساعد ة الآخرين (التلاميذ و أوليائهم، المجتمع، قطاع التربية، المؤسسات التربوية.....) و لكنهم سرعان ما يدركون حجم المسؤولية التي تنتظرهم، و يدركون المساعدة التي يطلبها الآخرون ، فيعملون بأقصى جهدهم لمساعدتهم، ولكنهم يجدون أنفسهم وعلى الرغم من العمل الجاد أن المشاكل معهم، وهم مطالبون في الاستمرار فيصبح الأساتذة أمام موقف كبير من الضغوطات التي لا يقدرون على تحملها أو حل المشاكل، عندها يشعرون بالإحباط والقلق مما يؤثر طبعا على آدائهم. وعليه أصبح ينظر إلى التعليم على أنه من المهن الأكثر أثقالا بالضغط، لأنه يزخر بالعديد من الأعباء و المطالب والمسؤوليات و بشكل مستمر، بالإضافة إلى إدراك المدرسين لوضعهم المهني من حيث نقص المكانة الاجتماعية، و نقص التقدير المادي والمعنوي، والعزلة الاجتماعية. ومن كل هذا طرحنا التساؤل التالي:

ماهي أسباب الضغوطات التي تعيق أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (الطور الثانوي)؟

3-1-التساؤلات الجزئية:

- هل لعدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يعيق أداء الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية
- هل الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تعيق أداء الأستاذ في حصة التربية البدنية والرياضية.
- هل قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تعيق أداء الأستاذ خلال الحصة.
- هل لضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) انعكاس سلبي على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

4- أهداف البحث:

إن الأهداف التي نسعى إلى تحقيقها من خلال اختيارنا لهذا الموضوع هي:

- معرفة هل لعدم قدرة تحكّم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها على آدءه خلال الحصة.
- معرفة تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.
- معرفة تأثير قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية على أداء الأستاذ خلال الحصة.
- معرفة تأثير الضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

5- أهمية البحث

تكمن أهمية البحث في إيجاد الحلول المناسبة للعوائق المهنية التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية وتعيق سير حصة التربية البدنية والرياضية وأمام كل هذا نحاول الوقوف على الحقائق لنجاح العملية التربوية وبناء خطة الدرس(حصة التربية البدنية والرياضية).

وبمعرفة هذه الضغوطات سنحاول بعد ذلك تقديم بعض الحلول والاقتراحات والتي يمكن للأستاذ الاستعانة بها لضمان إنجاز أحسن للحصّة.

6-الفرضيات:

6-1- الفرضية العامة:

هناك ضغوطات تعيق على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

6-2-الفرضيات الجزئية:

- عدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يعيق أداء الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية
- الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تعيق أداء الأستاذ في حصة التربية البدنية والرياضية.
- قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تعيق أداء الأستاذ خلال الحصة.
- لضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) انعكاس سلبي على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

الفصل الثالث:

الإجراءات الميدانية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية، هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها....

(ناصر ثابت، 2000 ، ص74)

كما لا يخفى على أي باحث، إن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة وأما أدوات البحث المناسبة فهي أساس إنجاز الجانب الميداني، الذي يعطي مصداقية للإشكالية ولما كان **الاستبيان** هو أحد الأدوات المعتمد عليها لإنجاز هذا البحث، كانت بداية المشروع منذ توجيه وإرشاد الأستاذ المشرف، وبعدها فقد قمنا بزيارة لمجموعة من المؤسسات التربوية التابعة لمديرية التربية لولاية سطيف وقبل التطبيق النهائي لأدوات البحث قمنا بزيارة ميدانية وهذا بغرض التعرف على ميدان البحث وكذا مختلف العوامل المحتملة التي قد تعرقل التطبيق الجيد لأدوات الدراسة أو السير الحسن للبحث، وذلك ما مكننا من الإطلاع على عمل بعض الأساتذة، وكانت لنا لقاءات مع بعض الأساتذة وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص الضغوطات المهنية التي تؤثر على أدائهم خلال حصّة التربية البدنية والرياضية، والغرض منها هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر مديرية التربية لولاية سطيف وكان لنا نقاش مع الأمين العام لمديرية التربية الذي أمدنا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم وعدد أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى المؤسسات التربوية التابعة للولاية.

هذه الأدوات تم عرضها على الأستاذ المشرف والغرض منه هو التأكد من أن هذه الأدوات تحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث. وبعد مراجعة الأسئلة والتصحيح وتغيير البعض منها حسب ملاحظات الأستاذ، أين قمنا بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية المقدرين بـــ 10 أساتذة، من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له.

كذالك للتعرف على مدى وضوح الأسئلة، بصفة عامة وقياسها للشيء المطلوب قياسه، والتعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجا للمستجوبين أو يحاولون عدم الإجابة عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد هذا الحرج.

2- منهجية البحث:

استجابة لطبيعة الدراسة حيث تطرقنا في بحثنا إلى موضوع أو ظاهرة من الظواهر التربوية والنفسية والاجتماعية، ما هي عليه في الحاضر وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها، بغرض توضيح تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع. ، اعتمدنا المنهج الوصفي .

3- مجتمع وعينة البحث :

3-1-مجتمع البحث:

إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، وفي هذه الدراسة يتكون مجتمع بحثنا من 28أستاذ التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، وهم موزعين على ثانويات دائرة عين الكبيرة ولاية سطيف والتي عددها 10 مؤسسات، ولقد حدد عدد أفراد مجتمع البحث، حسب إحصائيات سنة 2019/2018 والمقدمة من طرف مديرية التربية لولاية سطيف.

3-2- عينة البحث:

حاول الباحث، أن يحدد عينة لهذه الدراسة، تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول له الحصول على نتائج يمكن تعميمها ولو بصورة نسبية، ومن ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة وتعطي صورة واقعية للميدان المدروس.

واحتراما للأسس المنهجية عند إجراء البحوث العلمية وحتى تكون النتائج أكثر صدق وموضوعية، فقد تم اختيارنا لعيّنة من المجتمع الأصلي بطريقة مقصودة حيث تم اختيار نسبة 64,28 % من عدد الأساتذة الإجمالي للمؤسسات فأصبحت عينة البحث حوالي 18أساتذ من المجتمع الأصلي للعيّنة.

4- أدوات جمع البيانات و المعلومات :

تم استخدام الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات و البيانات حيث كان يحتوي علي أربعة محاور:

-المحور الأول يحتوي علي خمسة أسئلة و عنوانه: عدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يعيق أداء الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

-المحور الثاني يحتوي علي ستة أسئلة و عنوانه: الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تعيق أداء الأستاذ في حصة التربية البدنية والرياضية.

-المحور الثالث يحتوي علي خمسة أسئلة و عنوانه: قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تعيق أداء الأستاذ خلال الحصة.

- المحور الرابع يحتوي علي أربع أسئلة و عنوانه: الضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) انعكاس سلبي على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

* **اختبار الصدق:** يعد الاختبار صادقا إذا كان يقيس فعلا ما أعد لقياسه، وإلا لم تنطبق عليه صفة الصدق، وللصدق أنواع عديدة منها: الصدق الفرضي وصدق المحتوى والصدق الذاتي.

ويركز أيضا أنه يمكن حساب درجة الصدق عن طريق حساب نسبة الاتفاق بين المحكمين، فكلما زاد عدد المحكمين دل ذلك على أن نسب الصدق الظاهري عالية.

كما قمنا بدراسة تجريبية أولية على أدوات الدراسة حيث وزعنا استمارة الاستبيان على عينة تتكون من 18أساتذ، ومن خلال المناقشة وجدنا أن 90%من هؤلاء الأساتذة وجدو معظم العبارات المدونة في الاستبيان واضحة ومفهومة، وبذلك تأكدنا من الصدق الظاهري للاستبيان، ولقد حكّم من طرف 3 محكمين، هم أساتذة محاضرون صنف أساتذة مساعدون بدرجة ماجستير ودكتوراه من جامعة مسيلة .بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرّياضية.

* **اختبار الثبات:** تم تجريب الاستبيان على مجموعة متكونة من 18 أساتذ وبعد أسبوع تم التوزيع على نفس الأساتذة وتم قياس معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط بيرسون و كانت النتائج كما هو موضح في الجدول.

الأسئلة	الإستبيان 1	الإستبيان2
1	7	6
2	8	8
3	5	5
4	9	9
5	7	6
6	9	10
7	8	9
8	9	8
9	7	6
10	8	9
11	6	7
12	7	7
13	9	8
14	5	6
15	4	5
16	9	9
17	8	8
18	10	9
19	10	9
20	9	10
0,864767		

نلاحظ من خلال الجدول أن نتيجة معامل الارتباط بيرسون تساوي0.864 وهو معامل مرتفع ،وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة أي أن علاقة بين تكرارات التجربة الأولى و الثانية علاقة ارتباط قوية ويدل

على أن أداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة على صحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل و تفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

تجدر الإشارة الى أن معامل الارتباط بيرسون ،تتراوح بين 0و1،وكلما اقتربنا من 1 دل على وجود ارتباط عال وكلما اقتربت من 0 دل على عدم وجود ارتباط.

5- مجالات البحث:

5-1- المجال الزماني

انطلقنا في البحث عندما تلقينا الموافقة النهائية من طرف الإدارة على موضوع البحث المقرر للمناقشة، تم الاتصال بالأساتذة داخل مؤسساتهم في الفترة الممتدة 2019/04/21 الى غاية 2019/04/25

فبدأنا بجمع المعلومات التي لها علاقة بالجانب النظري للبحث، و تم اختيار عيّنة البحث في أوائل شهر أفريل 2019 ثم توزيع الاستبيان على أفراد العينة (الأساتذة) وبعد استرجاعه تمّ مباشرة الشروع في العمل التطبيقي.

5-2- المجال المكاني

لقد أجريت الدراسة الميدانية، على مستوى ثانويات دائرة عين الكبيرة ولاية سطيف .

5-3 المجال البشري

أساتذة التربية البدنية و الرياضية لطور الثانوي.

6- إجراءات الدراسة:

قمنا بتسليم الاستمارات إلى الأساتذة، وكان التعامل مع مختلف المواقف سهلا كوننا نتعامل مع أساتذة قد مروا قبلنا بمثل هذه البحوث العلمية. وقد تم جمع هذه الاستمارات بعد03 أيام بمساعدة بعض الزملاء من الأساتذة وتم استرجاعها كلها طبعا، وبعد عملية التفريغ وافقنا على جميع الاستمارات.

7- الأساليب الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظات فقط ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة.....

(محمد 1970 ، ص74)

وقد استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية التالية:

7-1- النسب المئوية :استخدم الباحث قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة، ويساوي:

$$\frac{\text{عدد الإجابات} \times 100}{\text{المجموع الكلي}}$$

7-2- قانون ك^2 (كاف تربيعي): اختبار تربيع " **أوكامي سكوبر**" من أهم المقاييس الإحصائية المستخدمة، ويرمز لها ب: ك^2، ويستخدم عندما يمكن تقسيم الأفراد إلى فئات، ويهدف الى معرفة تطابق التكرارات المشاهدة بالتكرارات المتوقعة، وقد وضع لحساب ذلك القانون التالي:

عدد أفراد العينة=ت ح

ت ن= مجموع

الاقتراحات= 1،2،3،4،....

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

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

ت م : التكرارات المشاهد.

ت ن : التكرارات النظرية او المتوقعة.

× : درجة الخطأ المعياري (× = 0.05 أو مستوى دلالة).

هـــ: يمثل عدد الفئات الأعمدة .

ت : درجة الحرية. .....**ت** = (هـــ - 1).

*تتم مقارنة ك^{2}المحسوبة مع ك^2 المجدولة.

ملاحظة:

إذا كانت **ك^{2}المحسوبة أكبر** من **ك^2 الجدولية** تكون هناك فروق دالة، وإذا كانت **ك^{2}المحسوبة أصغر** من **ك^2 الجدولية لا** تكون هناك فروق دالة.

الفصل الرابع:

عرض النتائج

وتفسيرها

ومناقشتها

-المحور الأول: عدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يعيق أداء الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

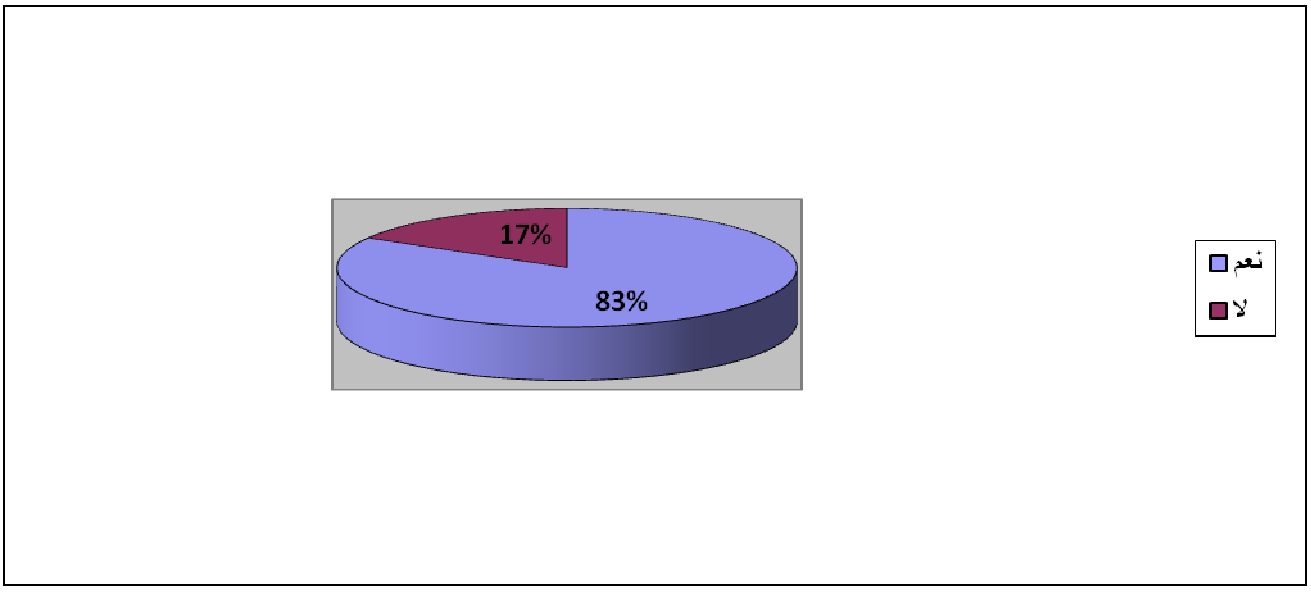
السؤال الأول: عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر على أداءه.

"نعم" أو "لا"؟

الغرض: معرفة قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على أداءه.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	**نعم**	**لا**			
التكرارات	15	03	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	83.33	16.66			

الجدول رقم01: يبيّن إجابات الأساتذة حول قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على أداءه.



الشكل رقم 01: قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على أداءه

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن نسبة 83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على تأثير عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية على أداءه، في حين أن نسبة 16.66% ينفون هذا التأثير، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على08 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة

أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يجيد استخدام الوسائل التكنولوجية في حصته وتأثيرها على أداءه، وبين الأستاذ الذي لا يحسن استعمال هذه الأخيرة، ومنه نستنتج أن حسن إستعمال الوسائل العلمية والتكنولوجية أهمية كبيرة في الـــتأثير على أداء الأستاذ. وهذا ما أكّده الدكتور: **بيتر ج .ل تومسون.**

(بيتر ، 1996، ص10)

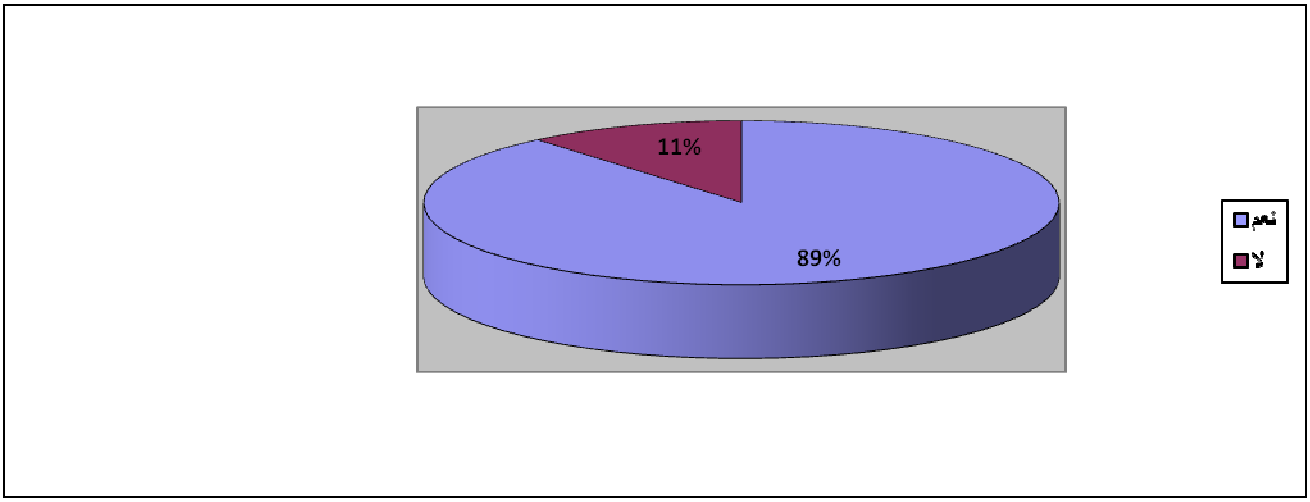
"يجب على الأساتذة الاهتمام بطريقة الاتصال غير اللفظي في المواقف المختلفة و أن يقوموا بالتعديلات الضرورية في ضوء هذه المواقف"

السؤال الثاني: عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على أداء الأستاذ. "نعم" أو "لا"؟

الغرض: معرفة تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على أداء الأستاذ.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	**نعم**	**لا**			
التكرارات	16	02	10.88	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	88.88	11.11			

الجدول رقم02: يبين إجابات الأساتذة حول تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 02: تأثير عدم إستخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على أداء الأستاذ، في حين أن نسبة 11.11% ينفون هذا التأثير، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على

10.88وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة الحرية1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يستعمل الوسائل التكنولوجية في حصته وتأثيرها على أداءه، وبين الأستاذ الذي لا يستعملها ، ومنه نستنتج أن استعمال الوسائل العلمية والتكنولوجية أهمية كبيرة في الـــتأثير الإيجابي على أداء الأستاذ. وهذا ما أكّده الدّكتور: **بيتر ج .ل تومسون**"

(بيتر ،1996،ص10/7)

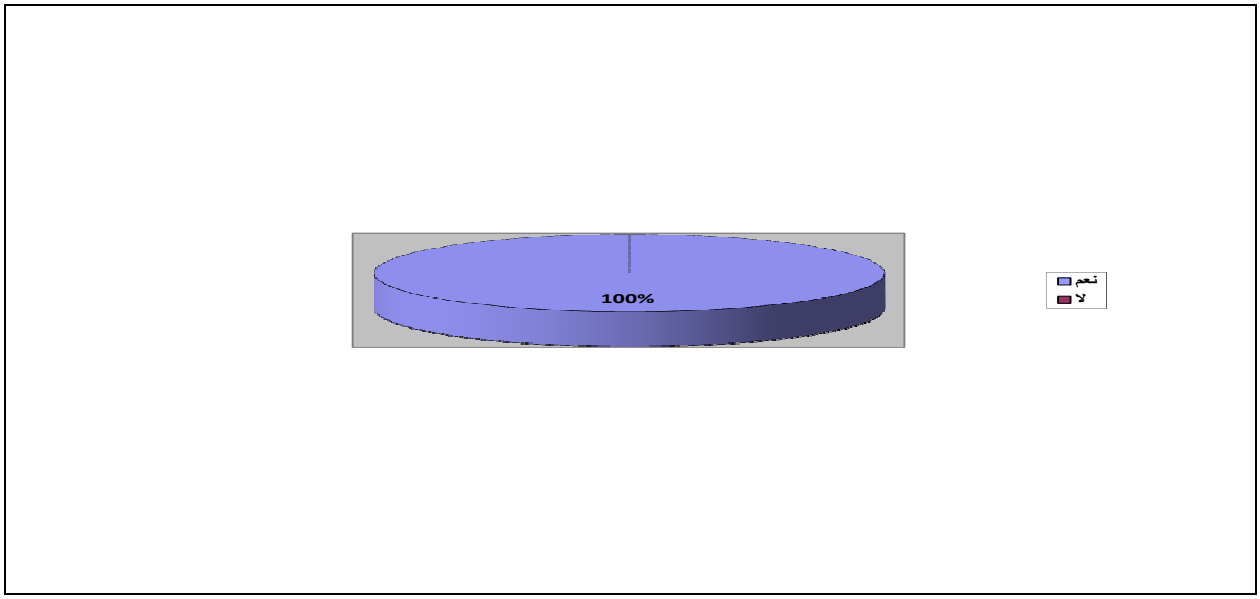
إنّ الاتصال الغير اللفظي يستطيع أن ينقل أكثر من70 **%** من المعلومات من أية رسالة"

السؤال الثالث: هل المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على استعمال الوسائل التكنولوجية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة دور المستوى الثقافي للأستاذ في استخدام الوسائل التكنولوجية.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	**نعم**	**لا**			
التكرارات	18	00	18	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	100	00			

الجدول رقم 03: يبيّن إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في إستعمال مثل هذه الوسائل المتطورة.



الشكل البياني رقم 03: إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في استعمال الوسائل التكنولوجية.

التحليل والمناقشة:

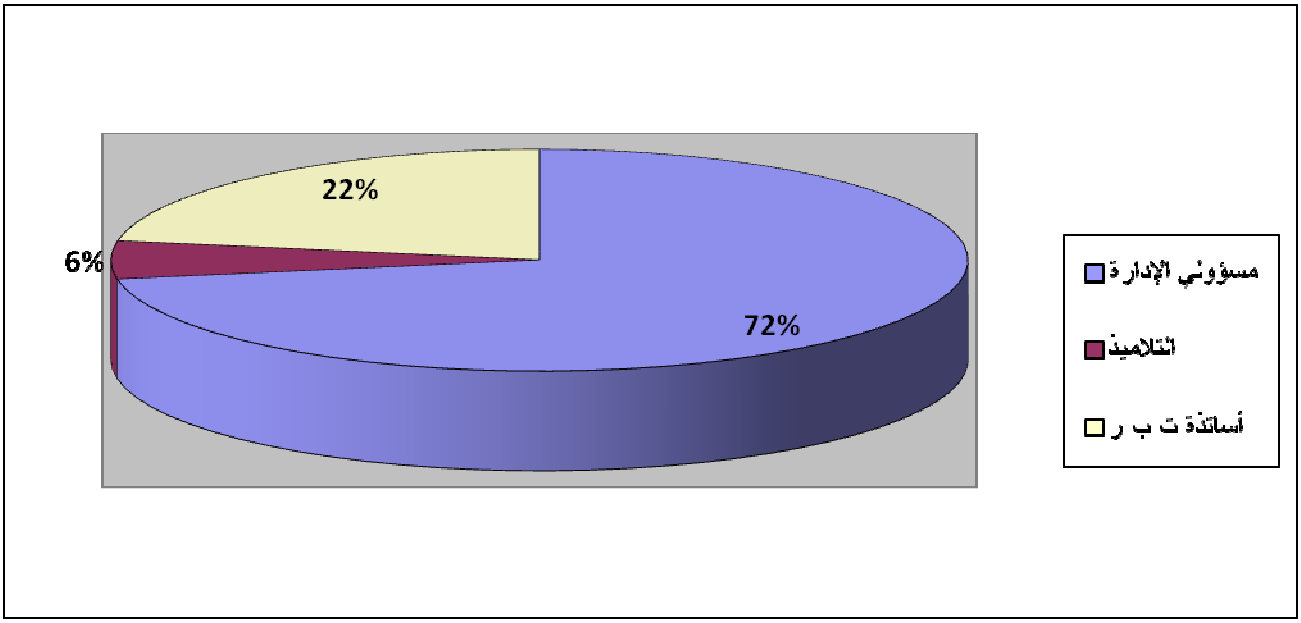
من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن نسبة 100% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على دور المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على إستعمال الوسائل التكنولوجية، في حين أن نسبة00 % ينفون هذا الدور الفعّال، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على18 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يتميز بمستوى ثقافي معين، وبين الأستاذ الذي لا يكتسب أي مستوى ثقافي، ومنه نستنتج أن المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على استعمال الوسائل التكنولوجية. أي أنّ الطالب يتلقى إعداد ثقافي خلال مدّة تكوينه في معاهد التربية البدنية والرياضية، مما يمكّنه من فهم وإدراك جوانب علمية واجتماعية ودينية وتربوية وصحية....وكل ما يتّصل بالحياة.(استنتاج الطالب)

السؤال الرابع: يعتمد إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية على تعاون كل من: "التلاميذ" أو"مسؤولي الإدارة" أو"أساتذة ت ب ر"؟

الغرض: معرفة مدى تعاون كل من التلاميذ، مسؤولي الإدارة وأساتذة التربية البدنية والرياضية من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.

السؤال	الإجابات			ك^2 المحسوبة	ك^{2}المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	أساتذة ت ب ر	مسؤولي الإدارة	التلاميذ	12.98	5.99	دال إحصائيا
التكرارات	04	13	01			
النسبة %	22.22	72.22	5.55			

الجدول رقم 04: يبيّن إجابات الأساتذة حول مدى تعاون كل من أساتذة التربية البدنية والرياضية، مسؤولي الإدارة والتلاميذ من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.



الشكل البياني رقم04: مدى تعاون كل من أساتذة ت ب ر، مسؤولي الإدارة والتلاميذ من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية

التحليل والمناقشة:

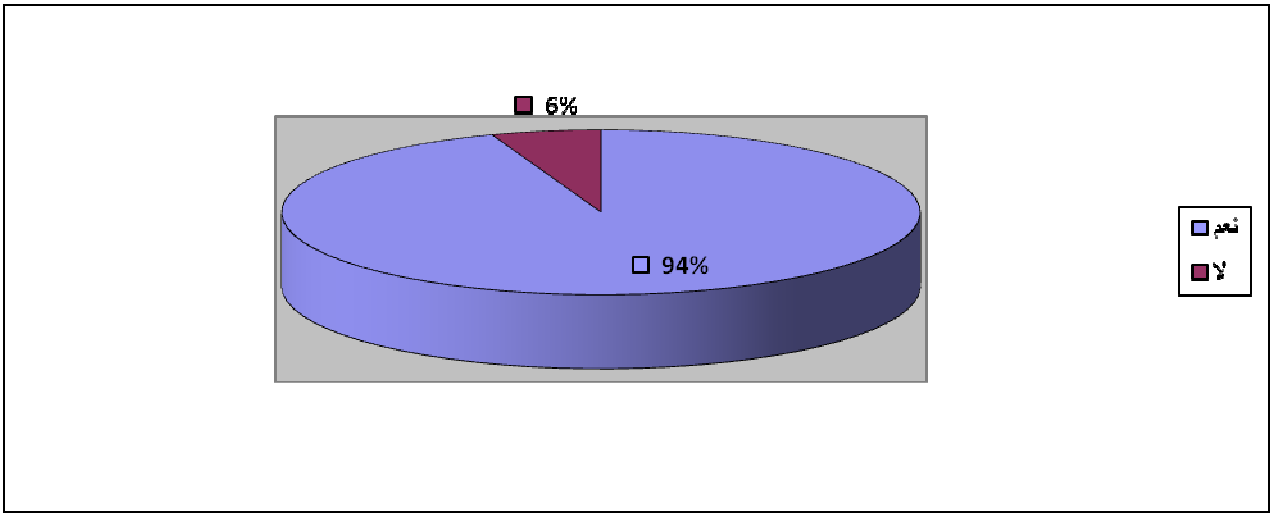
من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن نسبة72.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على الدّور الرئيسي لمسؤولي الإدارة يساهم وبالدّرجة الأولى، ونسبة 22.22 %يؤكدون على دور الأساتذة الزملاء وتعاونهم في إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية، وفي المرتبة الأخيرة تعاون التلاميذ بنسبة5.55%. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على 12.98وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** ، ومنه نستنتج أن لمسؤولي الإدارة والطاقم الإداري دور مهم وفعّال في تشجيع الأستاذ على إستعمال هذه الوسائل. وهذا ما أكّدته دراسة: **فيميان** (فايزة 1999 ، ص 19) أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها فيميان أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية ومن مظاهر نفسية مرهقة أكثر ممن يتلقون مثل هذا الدعم.

السؤال الخامس: هل تقوم الإدارة بإعداد برامج تكوينية دورية في تكنولوجيا الإعلام والإيصال؟ "نعم" "لا"؟ إذا كانت الإجابة بنعم هل سبق وبرمجت دورات ؟ أم ستبرمجها في المستقبل؟

الغرض: معرفة إذا كانت الإدارة تقوم بدورها في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإيصال.

الجدول رقم 05: يبيّن إجابات الأساتذة حول دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإيصال.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	**نعم**	**لا**			
التكرارات	17	01	14.22	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	94.44	5.55			



الشكل البياني رقم 05: دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والاتصال

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن نسبة94.44 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن الإدارة برمجت دورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والاتصال وكان ذلك في العام الماضي (2014)، في حين أن نسبة 5.55% ينفون برمجة هذه الدورة التكوينية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على14.22 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن الإدارة برمجت مثل هذه الدورات، وبين الأساتذة الذين ينفون ذلك ومنه نستنتج أن الإدارة تقوم بدورها في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام

و الإيصال. وهذا ما أكّدته دراسة **فيميان** (**1986**) أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية . (فايزة ، مرجع سبق ذكره، ص19)

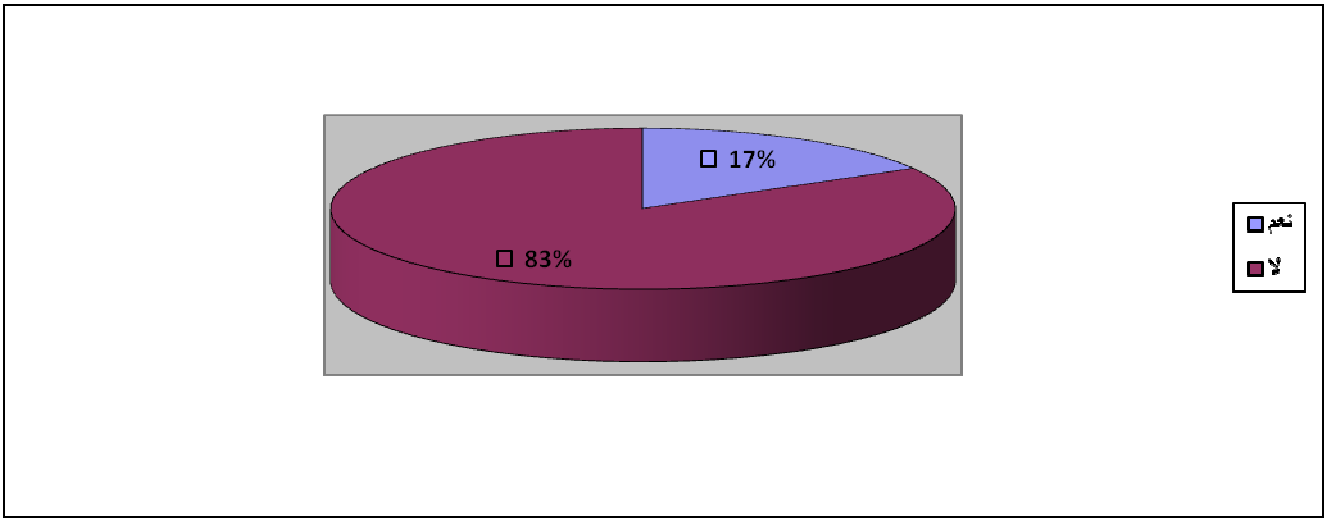
02-المحور الثاني: الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تعيق أداء الأستاذ في حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأوّل: هل هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ خلال الحصّة.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	**نعم**	**لا**	08	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	03	15			
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 06: يبيّن إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 06: تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على آداء الأستاذ خلال الحصة

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 06 نلاحظ أن نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن ليس هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، في حين أن نسبة 16.66% يؤكدون على أن هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على08 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن ليس هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وبين الأساتذة الذين ينفون ذلك ومنه نستنتج أن الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثّر على أداء الأستاذ خلال الحصّة. وجاء هذا في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:** "تأتي معظم مصادر الضغوط من

سلوكات التلاميذ واتجاهاتهم نحو التعليم أي (اهتمامهم بالحصّة أو عدم اهتمامهم)"

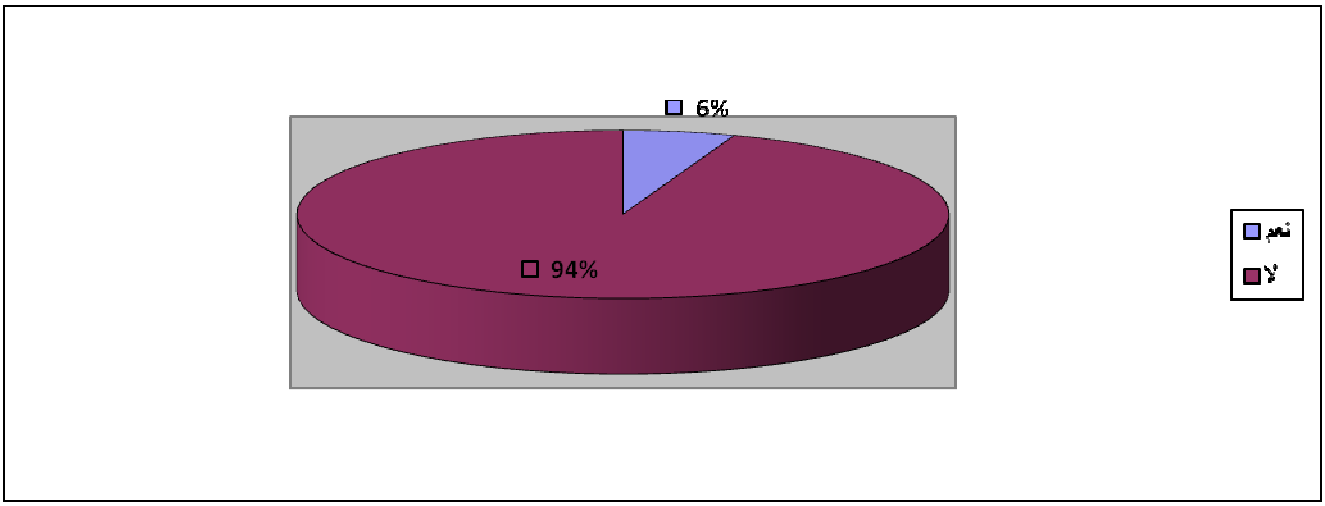
(فايزة ، مرجع سبق ذكره، ص19)

السؤال الثاني: هل هناك اندفاع أو جاذبية لحصّة التربية البدنية والرياضية بالنسبة لهذه الفئة؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	**نعم**	**لا**			
التكرارات	01	17	14.22	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	5.55	94.44			

الجدول رقم 07: يبيّن إجابات الأساتذة حول رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.



الشكل البياني رقم 07: يبيّن رغبة التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ أن نسبة 94.44% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن التلاميذ ليس لديهم اندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، في حين أن نسبة 5.55% يؤكدون على أن هناك اندفاع وجاذبية ورغبة نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على14.22 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التلاميذ الذين ليس لديهم اندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية،

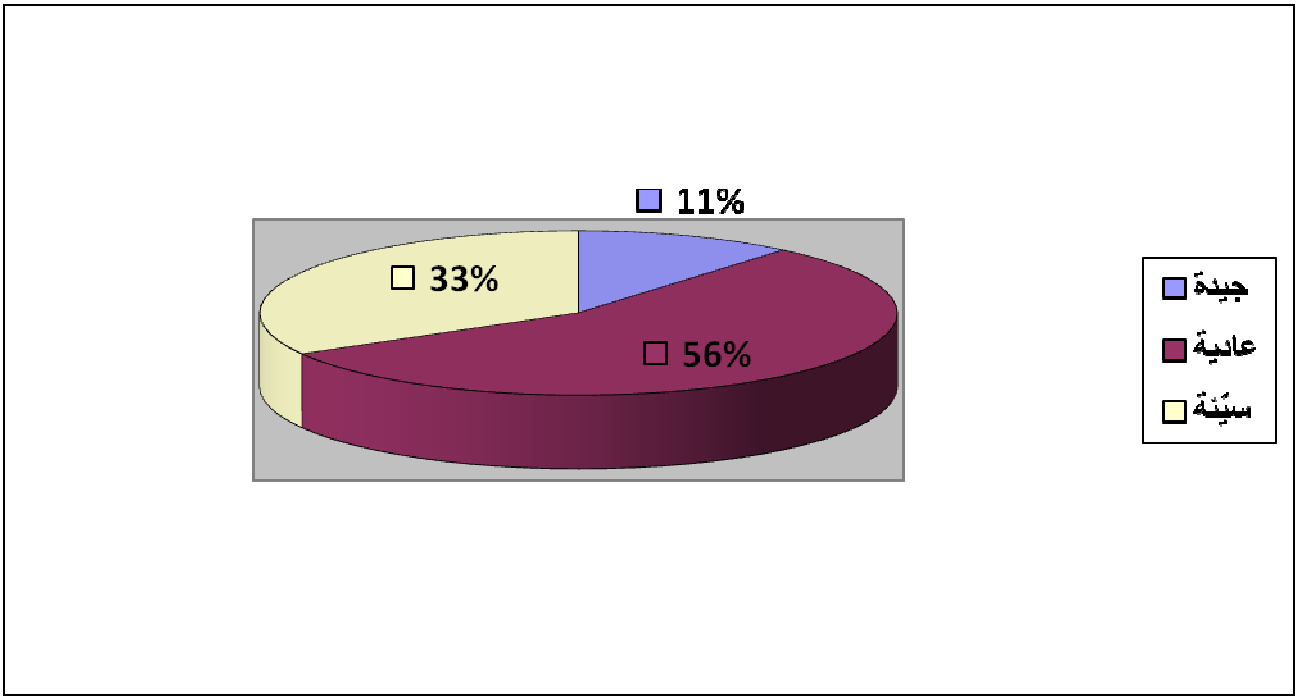
وبين التلاميذ الذين لديهم اندفاع وجاذبية ورغبة نحو حصّة التربية البدنية والرّياضية ومنه نستنتج أن تلاميذ هذه المرحلة (مرحلة المراهقة) ليس لديهم اندفاع وجاذبية نحو حصة التربية البدنية والرياضية وبالتالي التأثير السلبي على أداء الأستاذ. وهذا ما جاء في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**: "معظم مصادر الضغوط هي من سلوكات التلاميذ" فيمكن قول أن عدم وجود الدافع والرغبة نحو حصّة التربية البدنية والرياضية راجع إلى سلوكات غير مرغوب فيها. (فايزة ، مرجع سبق ذكره، ص19)

السؤال الثالث: كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية؟ "جيّدة" "عادية" سيّئة"؟

الغرض: معرفة طبيعة علاقة الأستاذ مع التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرّياضية.

السؤال	الإجابات			$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	جيّدة	عاديّة	سيّئة			
التكرارات	02	10	06	5.32	5.99	غير دال إحصائيا
النسبة %	11.11	55.55	33.33			

الجدول رقم 08: يبيّن إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال حصّة ت ب ر.



الشكل البياني رقم 08: العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال الحصة

التحليل والمناقشة:

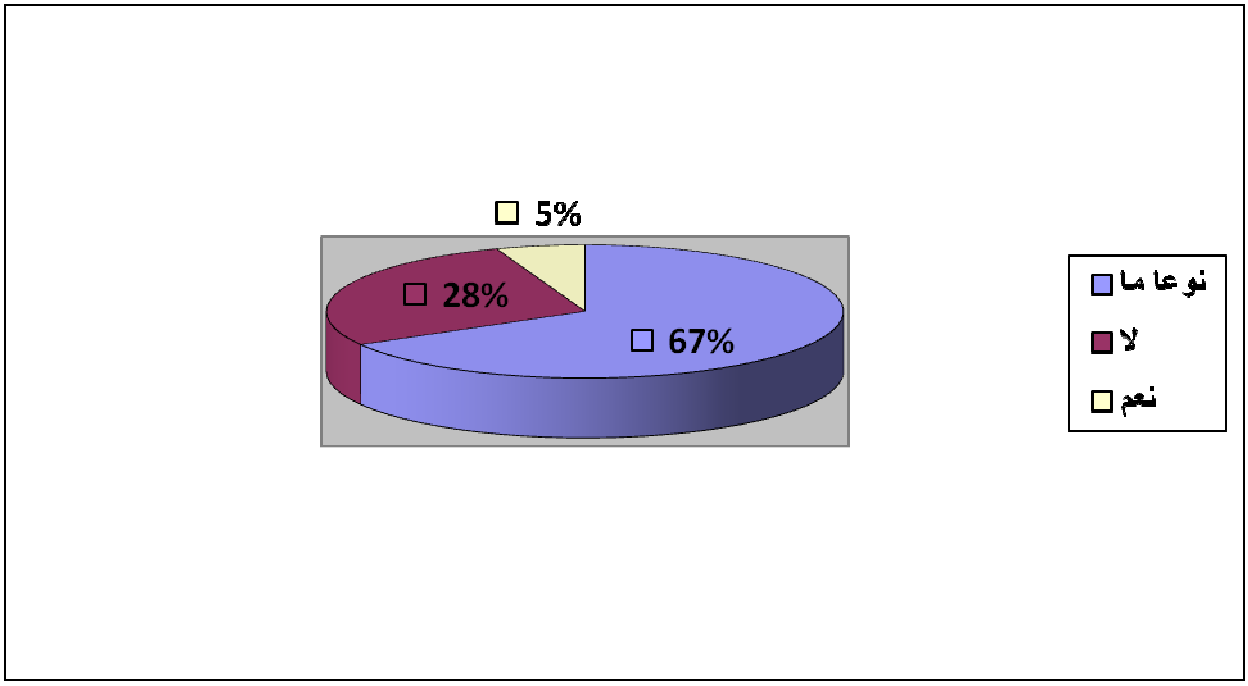
من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن نسبة55.55 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على طبيعة علاقتهم مع التلاميذ خلال الحصّة أنها عادية، ونسبة33.33% يؤكدون على أن علاقتهم مع التلاميذ سيّئة، وفي المرتبة الأخيرة نسبة11.11%من الأساتذة يقولون أن علاقتهم مع التلاميذ جيّدة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على5.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أصغر من **ك^2** المجدولة أي أنه لا توجد **دلالة إحصائية** بين علاقة الأستاذ بالتلاميذ العادية وبين علاقة الأستاذ بالتلاميذ السّيئة وبين علاقة الأستاذ بالتلاميذ الجيدة، ويرجع الباحث ذلك إلى اهتمام الأستاذ بتلاميذه والسعي إلى اكتساب قلوبهم رغب كل الصعوبات والتصرفات الناجمة عن سلوك التلاميذ وردود أفعالهم المشينة. وهذا ما أكد في **رسالة الماجستير للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**: "إن سوء العلاقة مع التلاميذ والتي تشكل أحد مصادر الضغوط الأكثر تأثيرا على صحة المدرس النفسية والجسمية وعلى سلوكه وأدائه.(فايزة ، مرجع سبق ذكره، 19)

السؤال الرابع: هل يشارك التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة؟ "نعم" "لا" "نوعا ما"؟

الغرض: معرفة مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.

السؤال	الإجابات			ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	**نعم**	**لا**	**نوعا ما**	10.32	5.99	دال إحصائيا
التكرارات	01	05	12			
النسبة %	5.55	27.77	66.66			

الجدول رقم 09: يبيّن إجابات الأساتذة حول مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.



الشكل البياني رقم 09: مشاركة التلاميذ في الألعاب المقدمة من طرف الأستاذ

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ أن نسبة66.66 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أن التلاميذ نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة، ونسبة27.77% يؤكدون أن التلاميذ لا يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة ، وفي المرتبة الأخيرة نسبة5.55%من الأساتذة يقولون أن التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على10.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التلاميذ الذين نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة، التلاميذ لا يشاركون في الألعاب والتلاميذ الذين يشاركون ومنه نستنتج أن التلاميذ لا يشاركون بصفة كبيرة في الألعاب داخل المؤسسة وهذا ما يؤثر على أداء الأستاذ. وهذا أيضا ما جاء في **رسالة الماجستير للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم** عن سوء العلاقة مع التلاميذ بصفة عامة وما ينجم عنه من أسباب.

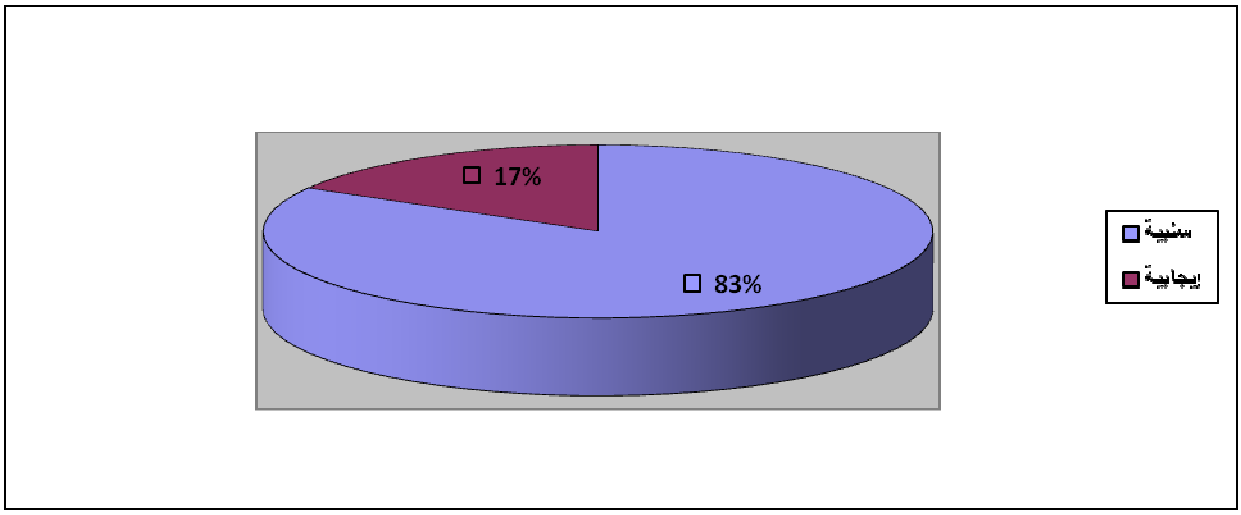
(فايزة ، مرجع سبق ذكره، ص19)

السؤال الخامس: استجابة التلاميذ أثناء تقديمكم للعبة ما في حصّة التربية البدنية والرّياضية. "ايجابية" "سلبية"؟

الغرض: معرفة تطبيق واستجابة التلاميذ للألعاب في الحصّة.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	إيجابية	سلبية	08	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	03	15			
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 10: يبيّن إجابات الأساتذة حول استجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما خلال الحصّة.



الشكل البياني رقم 10: يبين تطبيق واستجابة التلاميذ عند تقديم لعبة ما

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن نسبة83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن استجابة التلاميذ عند تقديمنا للعبة ما خلال الحصة سلبية، في حين أن نسبة 16.66% من التلاميذ يستجيبون عند تقديمنا للعبة ما استجابة إيجابية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على08 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1.وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن التلاميذ يستجيبون عند تقديمهم للعبة ما خلال الحصة استجابة إيجابية، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أن استجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما في حصّة التربية البدنية والرّياضية سلبية ممّا يؤثّر على أداء الأستاذ. من خلال ما جاء في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم** نستنتج: أنّ عدم اهتمام التلاميذ بالحصة وعدم وجود الرغبة، يجعل منهم لا يهتمون بالألعاب التي يقدمها الأستاذ.

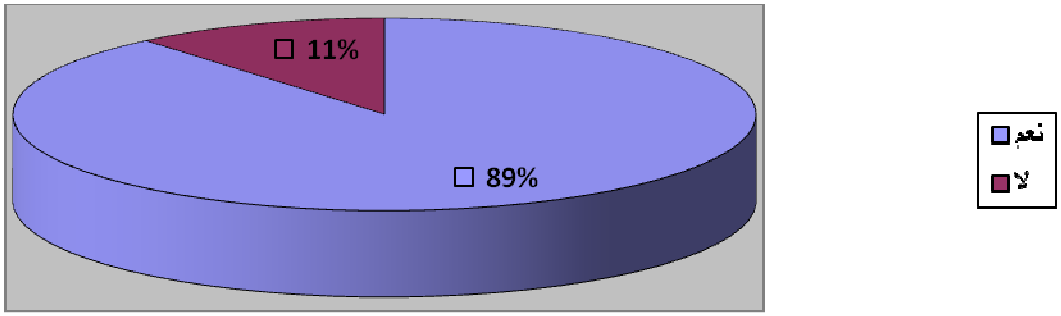
(فايزة ، مرجع سبق ذكره، ص19)

السؤال السادس: هل تأثر الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
06	نعم	لا			
التكرارات	16	02	10.88	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	88.88	11.11			

الجدول رقم11: يبيّن إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 11: قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن نسبة88.88% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ، في حين أن نسبة 11.11% من الأساتذة يؤكدون أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة لا تؤثر على أداء الأستاذ . وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على10.88 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ ممّا يؤثّر سلبا عليه.وهذا ما أكّده الدكتور **أحمد بسطويسي**" الفترة الأولى من المراهقة فترة انفعالات عنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب، و.....

(أحمد ، ، 1996 ، ص 185)

.....لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عند غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الاتزان الانفعالي.

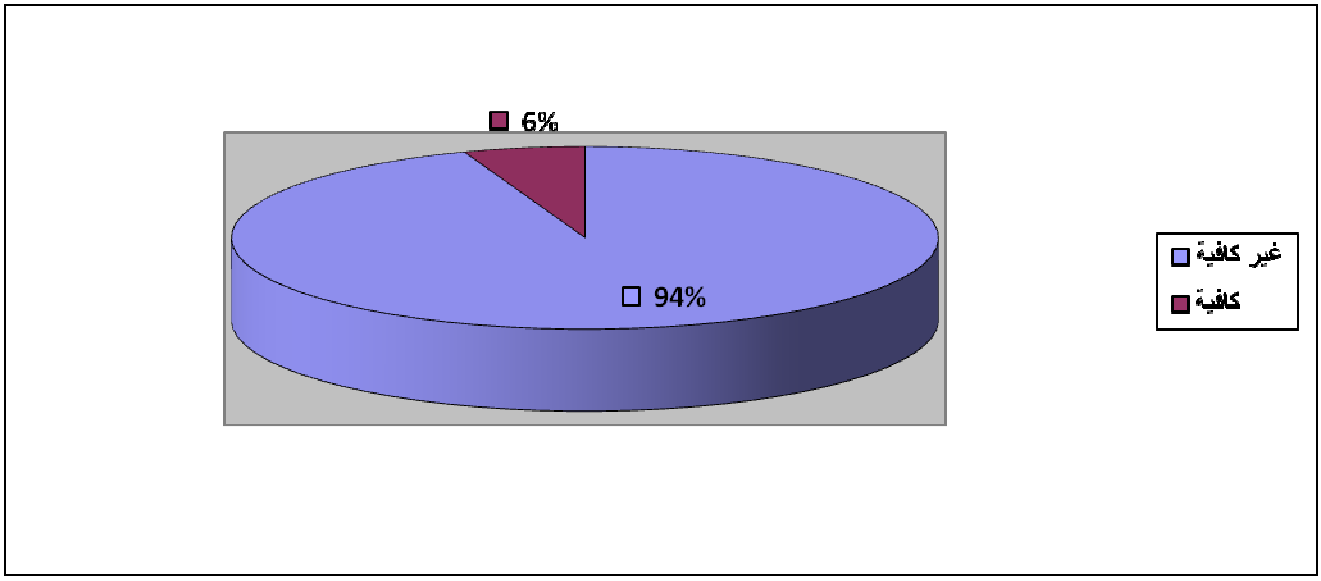
03-المحور الثالث: قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تعيق أداء الأستاذ خلال الحصة.

السؤال الأوّل: هل المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستكم: "كافية" غير "كافية""؟

الغرض: معرفة طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	غير كافية	كافية			
التكرارات	17	01	14.22	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	94.44	5.55			

الجدول رقم 12: يبين: إجابات الأساتذة حول طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية.



الشكل البياني رقم 12: يمثل طبيعة المنشآت التي تتوفر عليها المؤسسات التربوية

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 12 نلاحظ أن نسبة94.44 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية غير كافية، في حين أن نسبة 5.55% فقط من الأساتذة يؤكدون أنّ طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية كافية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على14.22 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية غير كافية، وبين الذين يقولون أنها كافية ممّا يؤثّر سلبا على أداء الأستاذ. وهذا ما جاء في **رسالة الماجستير للباحثة الفاغوري**

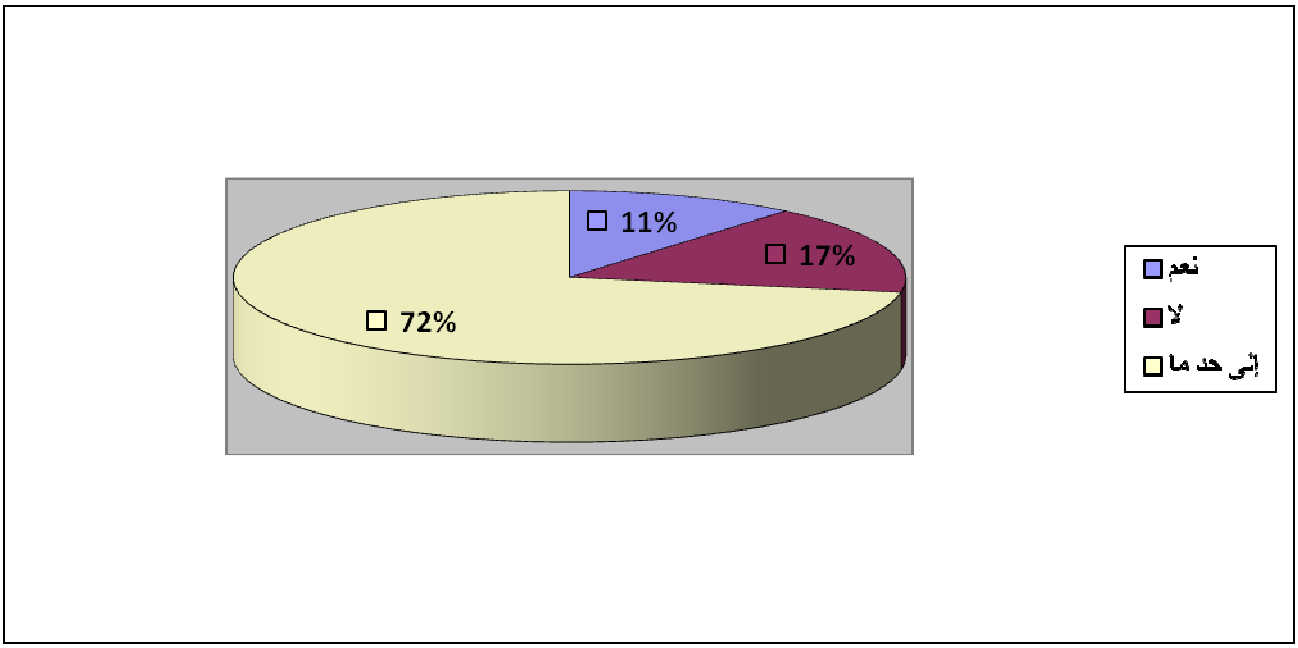
فايزة عبد الكريم أن: كَوْن الأدوات والوسائل التعليمية ضرورية للوصول إلى أداء المهارة وتبسيطها وتعميمها، فإن ضعفها أو غيابها يؤثر على الأداء، وعلى فعالية المدرس التعليمية فتضعف روحه العلمية ومن ثم روحه المعنوية، فقد بينت إحدى الدراسات أن نقص المواد التعليمية يأتي كسادس مصدر من مصادر الضغوط الثلاثة والثلاثون التي تواجه المدرسين. (فايزة ،مرجع سبق ذكره، ص18)

السؤال الثاني: هل الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي تقوم بعملك بشكل جيد؟ "نعم" "لا" "إلى حد ما"؟

الغرض: ملائمة الوسائل البيداغوجية المستعملة للأنشطة المبرمجة التي يقوم بها الأستاذ.

السؤال	الإجابات			$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	نعم	لا	إلى حد ما	12.32	5.99	دال إحصائيا
التكرارات	02	03	13			
النسبة %	11.11	16.66	72.22			

الجدول رقم 13: يبين إجابات الأساتذة حول ملائمة الوسائل البيداغوجية المستعملة للأنشطة المبرمجة التي يقوم بها الأستاذ.



الشكل البياني رقم 13: ملائمة الوسائل البيداغوجية للأنشطة المبرمجة التي يؤديها الأستاذ.

التحليل والمناقشة:

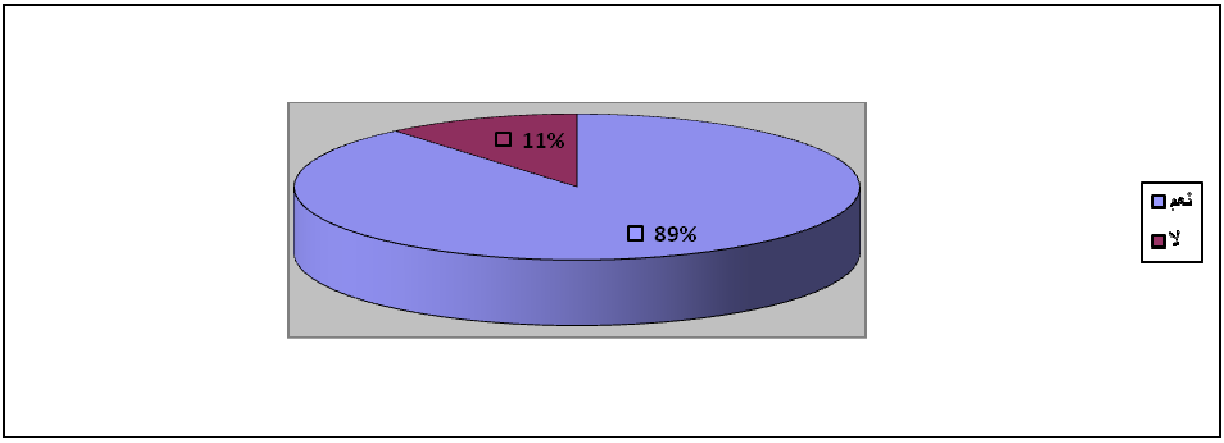
من خلال الجدول رقم 13 نلاحظ أن نسبة72.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الوسائل البيداغوجية مناسبة إلى حد ما، ونسبة16.66% يؤكدون أنّ الوسائل البيداغوجية غير مناسبة نهائيا، وفي المرتبة الأخيرة نسبة11.11%من الأساتذة يؤكدون أنّ الوسائل البيداغوجية مناسبة لأداء عملهم بالشكل الجيد. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على12.32 و ك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة المستجوبين الذين يؤكدون أنّ الوسائل البيداغوجية مناسبة إلى حد ما، والذين يقولون أنها غير مناسبة، والذين يقولون أنها مناسبة. ومنه نستنتج أن الوسائل البيداغوجية المستعملة للأنشطة المبرمجة التي يقوم بها الأستاذ غير مناسبة كون أن أكبر نسبة من الأساتذة أجابوا بـــ "إلى حد ما" قصدهم أن الوسائل البيداغوجية غير مناسبة. ممّا يؤثّر سلبا على أداء الأستاذ. وهذا ما توصلت إليه دراسة **بوشارب شريف وآخرون** 2002 واستنتج أنّ : معظم المدرسين لديهم نقص في الإمكانيات المادية و الأجهزة داخل الثانوية و هذا يؤثر سلبا على درس التربية البدنية و الرياضية.

السؤال الثالث: هل عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة الإمكانيات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	**نعم**	**لا**			
التكرارات	02	16	10.88	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	11.11	88.88			

الجدول رقم 14: يبيّن إجابات الأساتذة حول الإمكانيات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ.



الشكل البياني رقم 14: الإمكانات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 14 نلاحظ أن نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية، في حين أن نسبة 11.11% من الأساتذة يؤكدون أنّ عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على10.88 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1.

وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أنّ عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية ممّا يؤثّر سلبا على أداء الأستاذ.وهذا ما أكّدته **رسالة الماجستير للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**: حيث وجدت "**ماسلاش وبينس**" أنه كلما زادت نسبة التلاميذ للمعلمين، فإن المعلمين سوف يتعرضون لضغوط انفعالية كبيرة، ومثل هذه الضغوط تجعلهم لا يحبون عملهم.

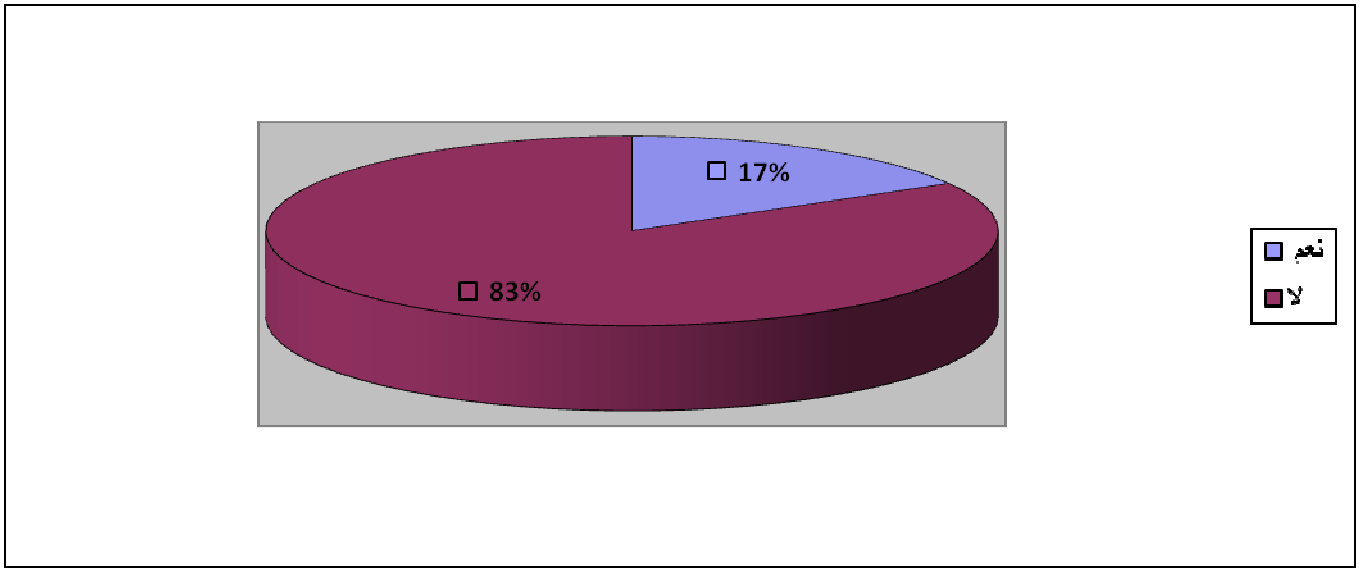
(فايزة ، مرجع سبق ذكره، ص14).

السؤال الرابع: هل هذه المنشآت مجهزة ؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة جاهزية المنشآت الرياضية للاستعمال التطبيقي.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	**نعم**	**لا**			
التكرارات	03	15	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 15: يبيّن إجابات الأساتذة حول جاهزية المنشآت الرياضية للاستعمال التطبيقي.



الشكل البياني رقم 15: جاهزية المنشآت الرياضية للاستعمال

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 15 نلاحظ أن نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم المنشآت غير مجهّزة للاستعمال، في حين أن نسبة 16.66% من الأساتذة يؤكدون أنّ هذه المنشآت جاهزة رسميا للاستعمال. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على08 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ المنشآت غير مجهّزة للاستعمال، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أنّ المنشآت الرياضية المتوفرة غير مجهّزة للاستعمال مما يؤثر على أداء الأستاذ. **وهذا ما أكّده الدكتور ليفي لينارت**: أن عوامل المناخ المسببة للضغط من ضوضاء وضوء وحرارة وبرودة وتهوية، ترتبط بالمنشآت القاعدية كالملاعب والقاعات المتعددة الرياضات، كونها واجهة انتقالية تتوسط المدرس وبيئته، فهي تؤثر وتناثر بكليهما. كما أن هناك الكثير من القاعات لا تستجيب للأبعاد الأرغونومترية من حيث التصميم والشكل الهندسي.

(ليفي ، سنة 1995، ص53).

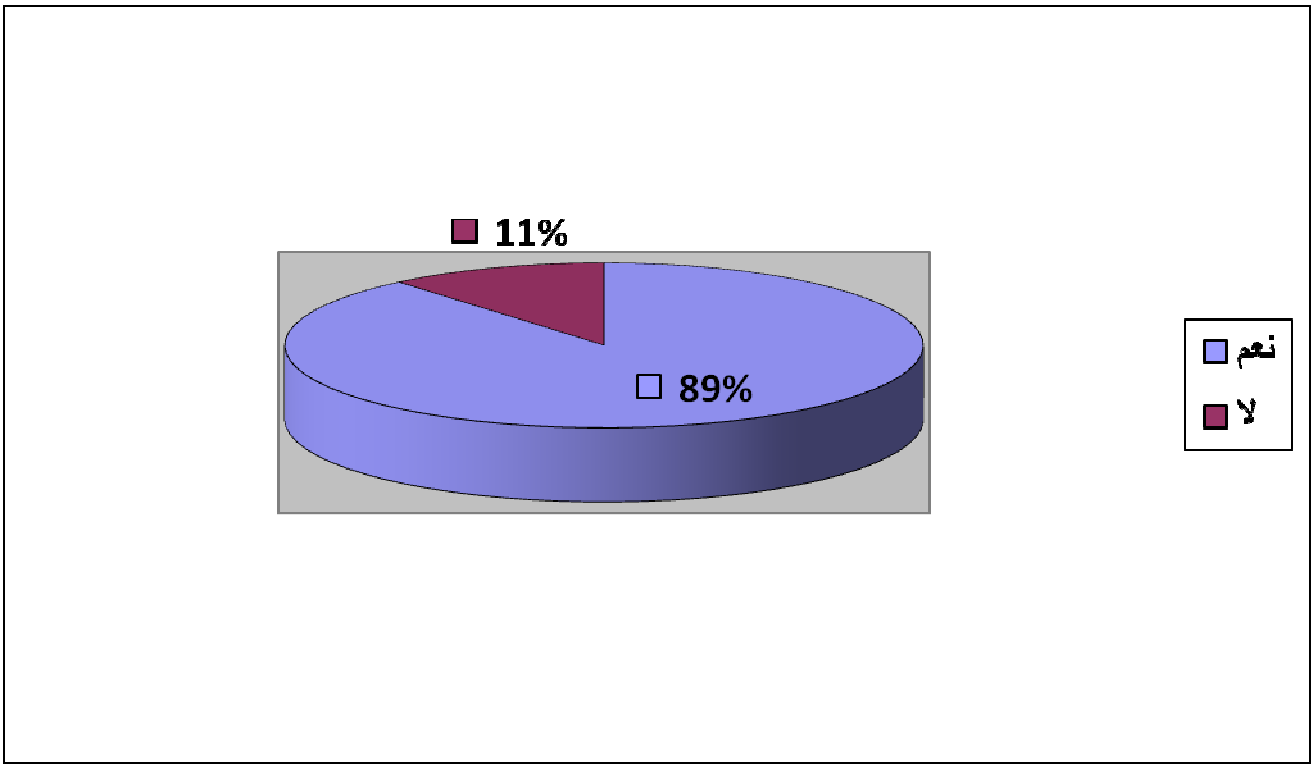
السؤال الخامس: هل تتوفر مؤسستكم على غرف تبديل الملابس؟ "نعم" "لا"؟ إذا كانت الإجابة بـــ نعم كيف تراها في نظرك؟.....

.....

الغرض: معرفة إذا كانت المؤسسة تتوفر على غرف لتغيير الملابس وكيف حالها إذا كانت كذلك.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	**نعم**	**لا**			
التكرارات	16	02	10.88	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	88.88	11.11			

الجدول رقم 16: يبيّن إجابات الأساتذة حول توفّر المؤسسة على غرف تغيير الملابس.



الشكل البياني رقم 16: تَوَفُر المؤسسة على غرف تغيير الملابس

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 16 نلاحظ أن نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المؤسسة تتوفر على غرف لتغيير الملابس، في حين أن نسبة 11.11% من الأساتذة يؤكدون أنّ المؤسسة لا تتوفر على غرف لتغيير الملابس. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على10.88 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أن المؤسسة تتوفر على غرف لتغيير الملابس ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، وطبعا جاء هذا السؤال نصف مفتوح وكانت فيه معظم إجابات الأساتذة أن هذه الغرف قديمة، صغيرة الحجم وغير صالحة ولا تتوفر فيها أدنى شروط النظافة وهذا ما يقلق التلاميذ. ومنه نستنتج أنّ غرف تغيير الملابس بالرغم من تواجدها إلاّ أنها لاتفي بالغرض مما يجعلها أحد

الأسباب التي تؤثر على أداء الأستاذ. وهو ما عبّر عنه **العالم تشرشل.وي**: "إننا نشكّل مبانينا وبعد ذلك تشكّلنا هي".(زينب ، 2002 ، ص 163.)

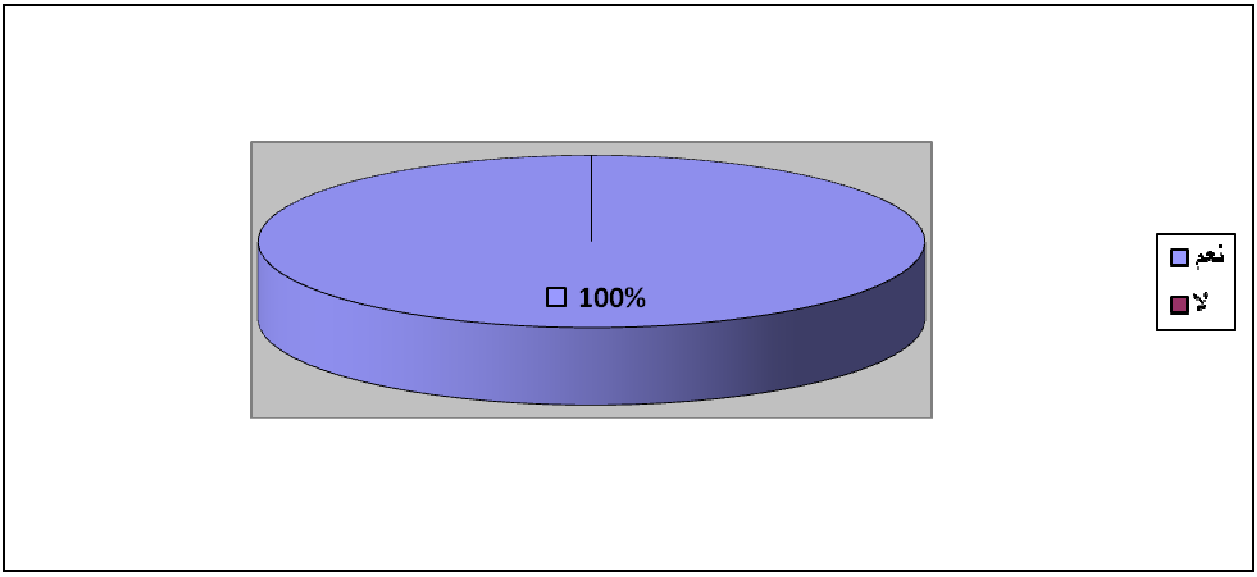
04-المحور الرابع: لضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) انعكاس سلبي على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول: هل يوجد تنسيق بينك وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة وإبراز الروابط القوية والاهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	نعم	لا			
التكرارات	18	00	18	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	100	00			

الجدول رقم 17 يبيّن: إجابات الأساتذة حول الكشف عن الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف في كل مستوى.



الشكل البياني رقم 17: التنسيق بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن نسبة100 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّه يوجد تنسيق بينهم وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى، ولا أحد أنكر ذلك. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على18 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$**

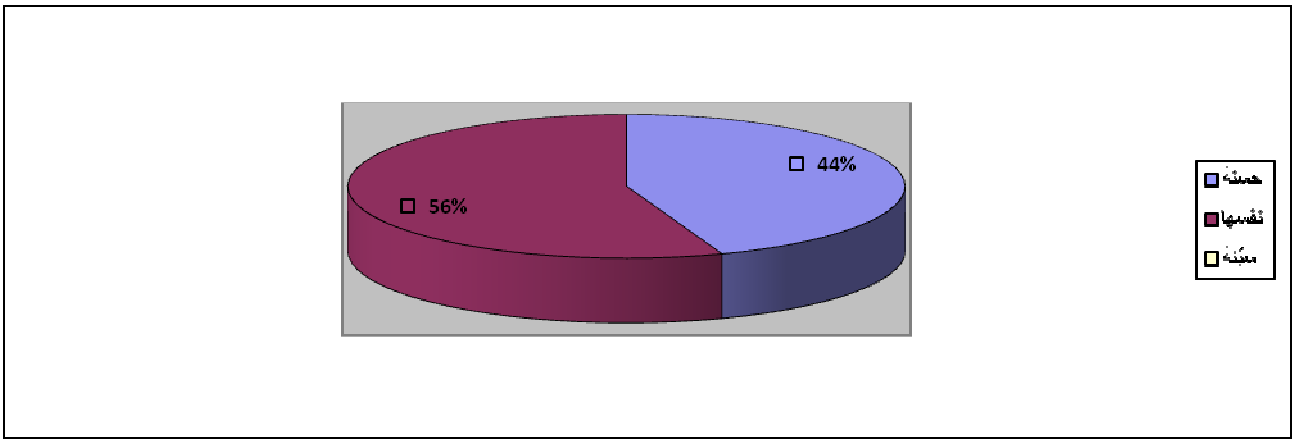
المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التكرارات أي أنّه يوجد تنسيق بين أساتذة التربية البدنية في تحديد الأهداف في كل مستوى، وهذا لايؤثر على آداء الأستاذ، أي يؤثر عليه ايجابيا. وهذا ما أظهرته دراسة **بلازي وآخرون 1986 Blasé. J et al** أ ن قلة التعاون فيما بين المعلمين وعدم مسؤولياتهم وضعف الاتصالات فيما بينهم هي عوامل ظهرت مجتمعة لدى 9.4% من أفراد عينة الدراسة تحت مصدر سوء العلاقات بين المعلمين. (Blasé, 1986 PP 159-171)

السؤال الثاني: كيف هي علاقتك بأساتذة المواد الأخرى مقارنة بأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟ "حسنة" "نفسها" "سيّئة"؟

الغرض: معرفة طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.

السؤال	الإجابات			$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	حسنة	نفسها	سيّئة			
التكرارات	08	10	00	9.32	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	44.44	55.55	00			

الجدول رقم 18 يبيّن: إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.



الشكل البياني رقم 18: طبيعة العلاقة بين أساتذة ت ب ر وأساتذة المواد الأخرى.

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدولة رقم 18 نلاحظ أن نسبة55.55%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها العلاقة بين زملاء المادة، ونسبة44.44% يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى حسنة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على9.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة

أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها ، والذين يقولون أنها حسنة. ومنه نستنتج أن العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى هي نفس العلاقة فيما بينهم مما يساعد الأستاذ على القيام بعمله على أكمل وجه دون ضيق أو مشاكل.وهذا يؤثر ايجابيا على آداء الأستاذ. وهذا ما أكده **الدكتور صباغ زهير**: إن عدم القدرة على إنشاء علاقات طيبة ومثمرة مع زملاء العمل يكون مصدر ضغط الفرد.

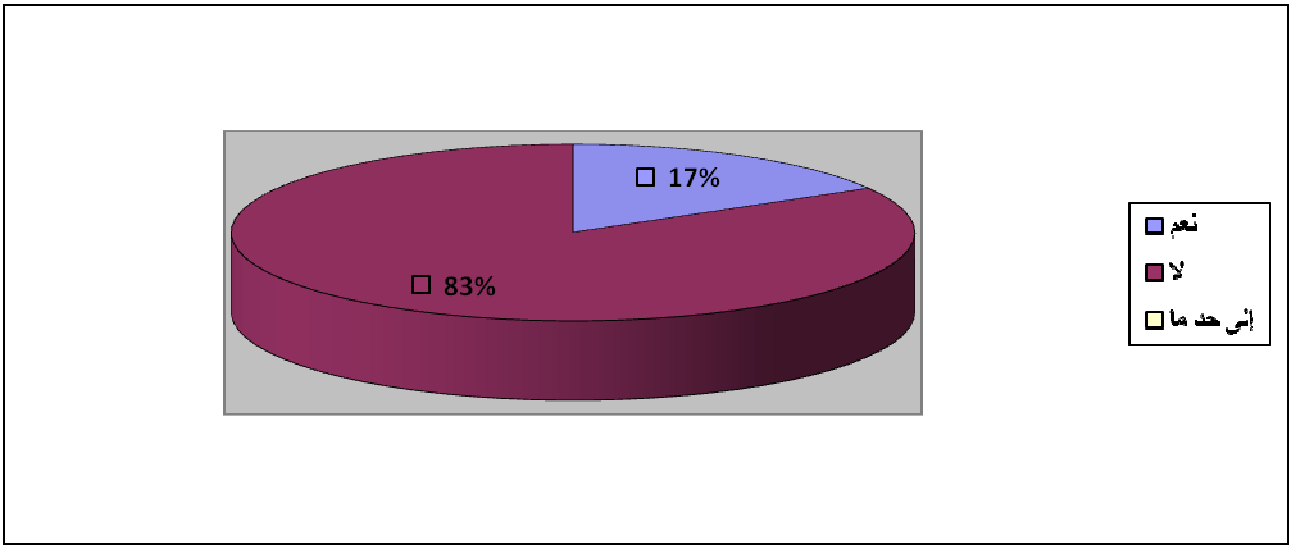
(زهير ،سنة 1999 ، ص30)

السؤال الثالث: هل معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية؟ "نعم" "لا" "إلى حدّ ما"؟

الغرض: معرفة مكانة ما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية بالنسبة للأوساط الأسرية.

السؤال	الإجابات			ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصاية
03	نعم	لا	إلى حد ما			
التكرارات	03	15	00	21.5	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33	00			

الجدول رقم 19: يبيّن إجابات الأساتذة حول تقدير الأوساط الأسرية لعمل ما يقدّمه أستاذ ت ب ر.



الشكل البياني رقم 19: تقدير الأوساط الأسرية لما يقدمه أستاذ ت ب ر من أجل أبنائهم

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 19 نلاحظ أن نسبة83.33 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية ، ونسبة16.66% أنّ معظم الأوساط الأسرية يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على21.5 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة المستجوبين الذين يأكدون أنّ الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية، والذين يقدرون. ومنه نستنتج أن معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. وهذا يؤثّر سلبا على أداءه. وهذا ما جاء في دراسة **ساريكي وكولي1987**حول العلاقة بين الإحتراق النفسي والعوامل البيئية داخل العمل، حيث تبين أن وجود دعم اجتماعي وتفاعل بين العاملين وزملائهم في العمل ووجود علاقات اجتماعية حسنة أيضا مع أشخاص خارج محيط العمل كأولياء التلاميذ تساعد في تخفيف الإصابة بالاحتراق النفسي.

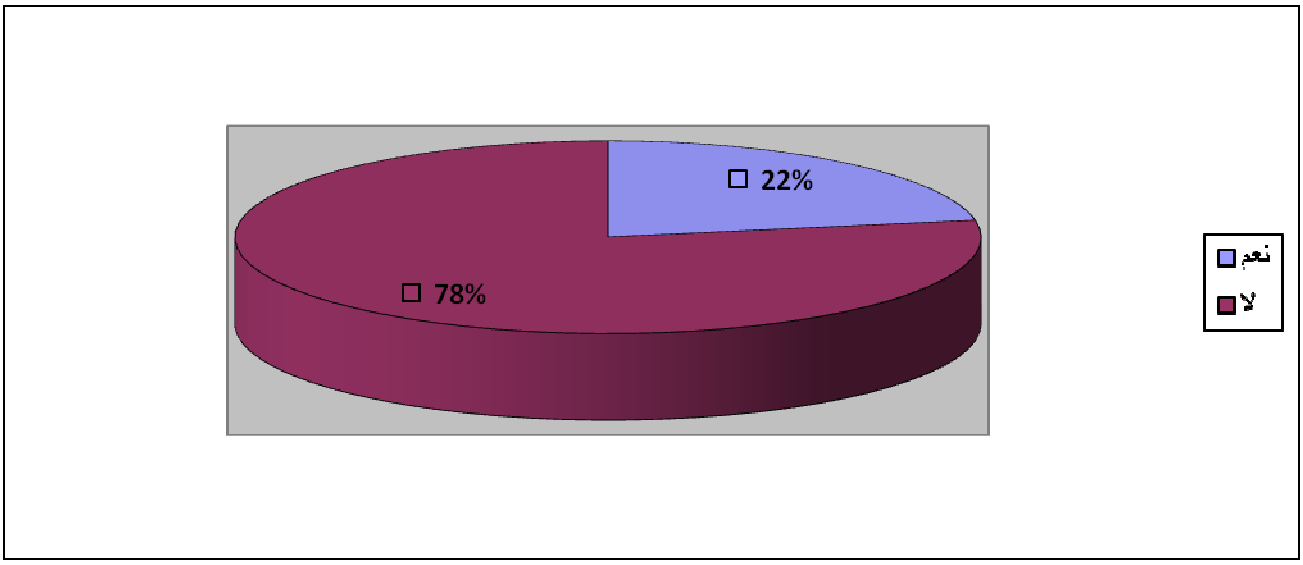
(هند . سنة 1991 ، ص20)

السؤال الرّابع: هل يقدر المشرف التربوي الجهد الذي تقوم به؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة إذا كان المشرف التربوي يقدّر عمل الأستاذ أم لا.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة احصائية
04	نعم	لا	5.55	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	04	14			
النسبة %	22.22	77.77			

الجدول رقم 20 يبيّن: إجابات الأساتذة حول تقدير المشرف التربوي لما يقدّمه أستاذ ت ب ر.



الشكل البياني رقم 20: تقدير المشرف التربوي لما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية.

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 20 نلاحظ أن نسبة77.77 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ، في حين أن نسبة 22.22% من الأساتذة يؤكدون أنّ المشرف التربوي يقدر عمل الأستاذ. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على5.55 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة الحرية01 أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس. ومنه نستنتج أنّه لا يوجد اختلاف بين الأساتذة الذين يرون أنّ المشرف التربوي يقدر عمل الأستاذ، والذين يرون العكس.ومنه نستنتج أن المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ مما يشعره بالقلق والنقص والعدم الرضى ويؤثر على أداءه سلبا. وهذا **ما أكده الدكتور المساد محمود أحمد** حيث أظهرت نتائج دراسته (1983) أن ثمة تركيزا عاليا من المشرفين على السلوك النقدي للمعلمين الذي يؤدي إلى ثورتهم واتخاذهم سلوكا عدوانيا.

(أحمد ، سنة 1986 ص35)

السؤال الخامس: كيف هي نظرة المجتمع لأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

وضّح باختصار.....

الغرض: من خلال هذا السؤال المفتوح نتمكن من معرفة آراء الأساتذة حول نظرة المجتمع لهم.

التحليل والمناقشة:

بعد تفريغ نتائج الاستمارات والقيام بعملية التحليل والتفسير لما قاله الأساتذة توصلنا إلى تدوين ما يلي:

- نظرة المجتمع إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية نظرة سلبية.
- ليس لديه أي مكانة في التدريس وتربية النشء.
- لا يمتلك لمستوى مهني يسمح له بالتعامل المنهجي مع التلاميذ.
- درسه أو حصّته تعتبر مضيعة للوقت وليس هناك أي فائدة في ذلك.
- يتلقى راتبا شهريا دون مشقة أو تعب مقارنة بأساتذة المواد الأكاديمية الأخرى.

*ومنه نستنتج أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتعرض لضغوطات اجتماعية جدّ كبيرة تقف أمام مشواره العملي وتؤثر سلبا على أداءه. (ينطبق هذا على بيئتنا –البيئة الجزائرية–). وجاء هذا في **دراسة كوب 1976**:

أن الدعم الاجتماعي المعبِّر والفعّال مثل الشعور بالعناية والجد والتقدير والقيمة والانتماء إلى شبكة من العلاقات الإجتماعية واستقبال مساعدة ووجود أفراد محظوظين يمكن أن يعتمد عليهم الفرد، كلها عوامل تؤدي إلى تخفيف الإحساس بالضغوط. (توفيق ، سنة 1999 ، ص34)

– مقابلة النتائج بالفرضيات:

-افترض الباحث في **الفرضية الأولى** أن عدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر سلبا على آدءه خلال الحصة. وقد أثبتت نتائج استمارة الاستبيان صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور إلاّ في السؤال الرابع والخامس نفيا صدق الفرضية حيث وجد الباحث أنّ نسبة 83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية يؤثّر على أداءه وهذا في السؤال الأول، أمّا بالنسبة للسؤال الثاني فهناك نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على أداء الأستاذ، وفي السؤال الثالث نسبة 100% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على دور المستوى الثقافي للأستاذ على إستعمال الوسائل التكنولوجية، في حين أنّ نسبة72.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على الدّور الرئيسي لمسؤولي الإدارة والذي يساهم وبالدّرجة الأولى في إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية مما يؤثر ايجابيا على آداء الأستاذ وهذا في السؤال الرابع، وأخيرا نسبة94.44 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن الإدارة برمجت دورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والاتصال وكان ذلك في العام الماضي (2018). ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الأولى قد تحققت.

-افترض الباحث في **الفرضية الثانية** أن الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثر سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية. وقد أثبتت نتائج استمارة الاستبيان صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور إلاّ في السؤال الثالث نفى صدق الفرضية حيث وجد الباحث أنّ نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن ليس هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، أما بالنسبة للسؤال الثاني فنسبة 94.44% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن التلاميذ ليس لديهم اندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، وفي السؤال الثالث نسبة55.55 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على طبيعة علاقتهم مع التلاميذ خلال الحصّة أنها عادية، في حين نسبة66.66%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أن التلاميذ نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة أي يشاكون رغما عنهم وليس حبا وهذا يعتبر من الضغوطات التي تؤثر على أداء الأستاذ وهذا في السؤال الرابع، أما بالنسبة للسؤال الخامس نسبة83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن استجابة التلاميذ عند تقديمنا للعبة ما خلال الحصة سلبية، وأخيرا وفي السؤال السادس نسبة88.88% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ. ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الثانية قد تحققت.

-افترض الباحث في **الفرضية الثالثة** أنّ قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية يؤثر على أداء الأستاذ خلال الحصة. وقد أثبتت نتائج الاستمارة صدق الفرضية في جميع الأسئلة حيث وجد الباحث أن نسبة94.44% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية غير كافية. أمّا بالنسبة للسؤال الثاني وجد الباحث أنّ نسبة72.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الوسائل البيداغوجية مناسبة إلى حد ما، قصدهم في ذلك أن الوسائل غير مناسبة وغير ملائمة، في حين أنّ

نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية وهذا في السؤال الثالث، كما توصّل الباحث أيضا أن نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم المنشآت غير مجهّزة للاستعمال، وهذا في السؤال الرابع، وأخيرا ومن خلال السؤال الخامس وجد الباحث أنّ نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المؤسسة تتوفر على غرف لتغيير الملابس. جاء هذا السؤال نصف مفتوح وصرح الأساتذة بالمقابل عن عدم رضاهم بها كونها صغيرة وغير صالحة، ولا تتوفر فيها أدنى شروط النّظافة مما يؤثر على التلميذ والأستاذ. ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الثالثة قد تحققت.

-افترض الباحث في **الفرضية الرابعة** أنّ الضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) تؤثر بنسبة كبيرة على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية. وقد أثبتت النتائج صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور إلاّ السؤال الأول والثاني نفيا صدق الفرضية حيث وجد الباحث أنّ نسبة100 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّه يوجد تنسيق بينهم وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى، أمّا بالنسبة للسؤال الثاني فهناك نسبة55.55%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها العلاقة بين زملاء المادة، في حين وجد الباحث أن نسبة83.33 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية، وهذا في السؤال الثالث، أمّا بالنسبة للسؤال الرّابع فوجد الباحث أن نسبة77.77 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدّر عمل الأستاذ، وفي الأخير جاء السؤال الخامس مفتوح وكانت إجابات الأساتذة كالتالي:

- نظرة المجتمع إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية نظرة سلبية.
- ليس لديه أي مكانة في التدريس وتربية النشئ.
- لا يمتلك لمستوى مهني يسمح له بالتعامل المنهجي مع التلاميذ.
- درسه أو حصّته تعتبر مضيعة للوقت وليس هناك أي فائدة في ذلك.
- يتلقى راتبا شهريا دون مشقة أو تعب مقارنة بأساتذة المواد الأكاديمية الأخرى.

*نستنتج أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتعرض لضغوطات اجتماعية جدّ كبيرة تقف أمام مشواره العملي وتؤثر سلبا على آداءه. ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الرابعة قد تحققت

الفصل الخامس:

الاستنتاجات

والاقتراحات

1- الاستنتاجات:

من خلال تفحص نتائج الاستبيان الذي تم توزيعه على أساتذة التربية البدنية و الرياضية في دائرة عين الكبيرة "بلدية سطيف"، تم التوصل إلى بعض الحقائق التي كنا نصبوا إليها والتي تم تسطيرها في الفرضيات، وتوصّلنا إلى مايلي:

عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وعدم استعمالها وتوظيفها يؤثر على أداءه، والمستوى الثقافي الذي يتمتع به كل أستاذ، يساعده ويمكّنه من إستعمال هذه الوسائل، ووجدنا أيضا أنّ إستعمال الوسائل التكنولوجية يتطلب خبرة مهنية للأستاذ، وكشفنا أيضا الدور الفعّال الذي تقوم به الإدارة حيث تقوم بدورها في إنجاح إستعمال هذه الوسائل ومساعدة وتشجيع الأستاذ في ذلك، وقيام هذه الأخيرة أيضا ببرمجة دورات تكوينية خاصة في تكنولوجيا الإعلام والاتصال. إلاّ أنّ التلاميذ يشكلون عائق أمام الأستاذ أثناء تفعيل الحصّة من جميع الجوانب والنواحي خاصة تلك التي تطرقنا إليها في الاستمارة الخاصّة بالاستبيان حيث أن: التلاميذ لا يبدون أيّ إهتمام بحصّة التربية البدنية والرياضية، وليس لديهم أيّ دافعية نحو الإنجاز ولا يشاركون في الألعاب المنظّمة من طرف الأستاذ بمختلف أنواعها بصفة إيجابية بل العكس، كما أشار الأساتذة إلى طبيعة العلاقة بينهم وبين التلاميذ ووصفوها بالعادية، وأكدوا على أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثّر على آداء الأستاذ.

أمّا فيما يخص المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها معظم المؤسسات فهي غير كافية، ووجدنا أيضا أنّ عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانات المتاحة وهنا يقف الأساتذة أمام عائق كبير إلى وهو: الاكتظاظ ، وأشار الأساتذة إلى عدم جاهزية المنشآـــت للاستعمال ، ووجدنا أيضا أن الأساتذة يشتكون من عدم صلاحية وملائمة غرف تبديل الملابس رغم تواجدها.

وفي الأخير تطرق الباحث إلى مدى تأثير الضغوطات الإجتماعية على الأستاذ ، حيث وجدنا من ناحية زملاء المادّة أنه هناك تنسيق فيما بينهم في تحديد الأهداف، وطبيعة العلاقة بينهم وبين أساتذة المواد الأخرى هي نفس العلاقة ممّا يساعد على خلق جو عمل مريح ومطمئن، وفيما يخص الإشراف (المشرف التربوي) وجدنا أنّه لا يقدّر عمل الأستاذ ويمارس عليه سلوك نقدي والتركيز على السّلبيات، ووجدنا أيضا ولسوء الحظّ أن معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا تقدّر عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى الوسط الاجتماعي (المجتمع) الذي يرى الأستاذ بوجهة نظر سلبية.

2- الاقتراحات:

بعد الاطلاع على أهم الضغوطات المهنية والنفسية التي تعيق على آداء الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية، و التي تحول دون وصوله إلى تحقيق أهداف التربية البدنية الرياضية و هذا في المؤسسات التربوية وفي الطور الثانوي بالتحديد. تم الخروج باقتراحات وبعض الفرضيات المستقبلية التي تسمح لنا بترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة، والتي ندرجها في ما يلي:

– رد الاعتبار والاهتمام بموضوع ما يعرف بتكنولوجيا الإعلام والاتصال وإدراجه في مادة التربية البدنية والرياضية وذلك لمواكبة تطورات العصر والطرق الحديثة في التدريس.

– إعادة النظر في تحديد أهداف التربية البدنية والرياضية وفق الإصلاحات التي تمس قطاع التربية والتعليم.

– تكوين بعد الخِدمة لأستاذ التربية البدنية والرياضية بعد ذلك التكوين الذي تلقّاه في معاهد التربية البدنية والرياضية، بهدف ترسيخ المبادئ والمعارف والتقنيات الأساسية الخاصة بالمادة وتكوين ما يعرف بالأستاذ الكفؤ والمؤهل.

–تجهيز أي مؤسسة تربوية بالوسائل البيداغوجية و المنشآت القاعدية وذلك لتسهيل إجراء عملية التدريس.

–النّظر في ميزانية النشاطات البدنية و الرياضية داخل المؤسسات التربوية.

– إقلال عدد التلاميذ ووضع حل لظاهرة اكتظاظ التلاميذ على مستوى الأقسام إن أمكن.

– الدّور الفعّال للأستاذ في إظهاره للتلميذ أن المعلومات والمفاهيم المكتسبة في مجال رياضي يمكن تطبيقها حتى في الحياة اليومية.

– على الأستاذ أن يعطي الصورة الحسنة لشخصيته وفرض نفسه ومكانته، ومعرفة الدور الرئيسي والفعّال الذي يلعبه في المجتمع، حيث يعتبر البذرة الطيّبة والقدوة الحسنة لهذا المجتمع.

– توفير ظروف الراحة النفسية للأستاذ حتى يساهم في تطوير كفاءاته.

– تحسين الوضعية الإجتماعية للأستاذ حتى يركز فقط على عمله.

قائمة المصادر

و

المراجع

قائمة المراجع:

قائمة المراجع باللغة العربية:

01- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: **طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي**، مركز الكتاب للنشر، مصر،2000.

02-الرشيدي هارون توفيق: **الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة1999.

03- العيسوي عبد الرحمان **:مناهج البحث العلمي**، المكتب العربي الحديث، مصر، 1996.

04- المساد محمود أحمد: **الإشراف التربوي الحديث**، واقع وطموح، دار الأمل، عمان، سنة 2002.

05- أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية و الرياضية، مدخل تاريخ فلسفة**، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1،2000.

06- أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية والرياضية .** القاهرة **:** دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، 2002.

06- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي ، **مناهج التربية البدنية المعاصرة** ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة، مصر، 2000.

07- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، **التربية الرياضية المدرسية**، القاهرة: دار الفكر العربي، الطبعة.4

08- بسطويسي أحمد، **أسس ونظريات الحركة**، دار الفكر العربي، ط1، 1996.

09- بشير صالح الرشيدي: **مناهج البحث التربوي**، دار الكتاب الحديث، 2000 .

10- بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب.** القاهرة: مركز التنمية الإقليمي، 1996.

11- جربر سارا زيف **:إدارة الضغوط من أجل النجاح**، ترجمة مكتبة جرير، الرياض،سنة 1999 .

12- د- عبد العزيز عبد المجيد محمد. **سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**، مركز كتاب النشر القاهرة 2005.

13- رابح تركي، **أصول التربية والتعليم**، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، 1990.

14- زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، **طرق تدريس التربية الرياضية**، القاهرة **:**دار الفكر العربي، 2008.

15- سامي عريف وآخرون: **مناهج البحث العلمي وأساليبه**، ط2، دار مجدلاوي للنشر، عمان، سنة1999.

16- ستورا بنجمان : **الإجهاد أسبابه وعلاجه**، ترجمة أنطوان أ.الهاشم، منشورات عويدات، بيروت، 1997.

17- صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، **التربية وطرق التدريس**، مصر:دار المعارف، الطبعة الأولى، 1984.

18- عبد الرحمن عيسوي : **الصحة النفسية والعقلية** – دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت 1992.

27- عبد العالي الجسيماني، **سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية**، دار البيضاء للعلوم، لبنان، 1994.

19- عبد العزيز المجيد **:سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي** –مركز الكتاب للنشر–الطبعة الأولى سنة2005 .

20- عسر علي: **السلوك التنظيمي في المجال التربوي**، دار القلم لنشر والتوزيع، الكويت، 2005.

21- عسكر سمير أحمد **:متغيرات ضغط العمل**، دراسة نظرية وتطبيقية في قطاع المصارف بدولة الإمارات العربية المتحدة، الإدارة العامة، الرياض، العدد 10 ديسمبر1988.

22- عسكر علي **:ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، دمشق، سنة2000.

23- علي الجبر زينب**: السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت**، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الحادي عشر،السنة السادسة،7 1999.

24- عنايات محمد أحمد فرج **: مناهج وطرق تدريب التربية البدنية** ، دار الفكر العربي، القاهرة2003.

25- عواطف أبو العلاء، **التربية السياسية للشباب ودور التربية البدنية**، دار النهضة ، القاهرة، بدون سنة.

26- عيسوي عبد الرحمن **:الأمراض السيكوسوماتية**، دار النهضة العربية، بيروت، سنة 1994.

27- فاخر عاقل، **علم النفس التربوي**، دار العلم للملايين، سنة2001.

28- قاسم حسن حسنين، **الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي**، ط1، دار الحكمة، جامعة بغداد1990 .

29- ليفي لينارت: **التوتر في الصناعة، أسبابه وآثاره**، والوقاية منه، ترجمة رزوق سند إبراهيم ليلى، دار النهضة، العربية، بيروت،1995.

30- محمد السباعي، **معلم الغد ودوره .** دار المعارف، الطبعة الأولى، 2002.

31- محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، **تكنولوجيا إعداد و تأهيل معلم التربية الرياضية**. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، ط2، 2004.

32- محمد شفيق زكي **:البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية**، المكتب الجامعي، مصر،1985 .

33- محمد محمد الشحات، **تدريس التربية الرياضية**. القاهرة: العلم والإيمان للنّشر والتوزيع، ط1، 2007.

34- محمد مصطفى زيدان، الكفاية الإنتاجية للمدرّس. بيروت: دار النشر، ط01.

35- محمد منير مرسي: **الإدارة المدرسية الحديثة**، عالم الكتب، طبعة معدلة ومنقحة، سنة 1995.

36- محمود حسن، **الأسرة ومشكلاتها**، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 1981.

37- ناصر ثابت **:أضواء على الدراسة الميدانية**، مكتبة الفلاح الكويتية،1999 .

38- نثبيال كانتور، **المعلم ومشكلات التعليم والتعلم**، ترجمة حسن الفقهي مصر: ط01، دارالمعارف، 1999.

39- هيجان عبد الرحمن بن محمد: **ضغوط العمل**، منهج شامل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الادارة العامة. مركز البحوث والدراسات الإدارية، الرياض، .2000

40- وجيه محجوب: **طرائق البحث العلمي ومناهجه**، دار الكتاب للطباعة والنشر، الموصل، 1991.

41-أحمد بدر: **أصول البحث العلمي ومناهجه**، وكالة المطبوعات الكويت، 1979.

42-أحمد عبد الخالق: **علم النفس المهني**–الدار الجامعية للطباعة والنشر– بيروت، سنة1999.

43-السالم مؤيد سعيد سليمان: **التوتر التنظيمي، مفاهيمه، وأسبابه واستراتيجيات إدارته**، الإدارة العامة، العدد68، أكتوبر، 1990.

ثانيا: الرسائل والأطروحات الجامعية

01-أبو مغلي سمير: **مستوى ومصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية الإعدادية والثانوية**، رسالة ماجستر، إشراف د.سليمان الريحاني وخليل عليان، الجامعة الأردنية، عمان، 1987 .

02- حرتاوي هند عبد الله **: مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن**، .رسالة ماجستير، إشراف د .عفاف حداد، جامعة اليرموك، سنة1991.

03- دعنا وفاء طاهر: **الضغط النفسي عند المرشدين في المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم في الأردن**، رسالة ماجستير، إشراف رياض يعقوب، الجامعة الأردنية، عمان،1994.

04-الفاغوري فايزة عبد الكريم **:الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، رسالة ماجستير، إشراف د.جميل الصمادي، الجامعة الأردنية، عمان، سنة 1995.

05- دليلة عيطور: **الضغط النفسي والاجتماعي لدى الممرضين** –رسالة ماجيستر –جامعة الجزائر معهد علم النفس 1996

06–محمد دخيت محمد، الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات ووجهة ضبط لدى عينة من أساتذة المرحلة الثانوية ،رسالة ماستر ،جامعة القاهرة ،.2000

07- **محمد السيد الششتاوي**، مقارنة للضغوط النفسية المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية بقطاع وسط دلتا التعليمي، **دراسة دكتوراه ،جامعة مصر 2000**.

08– **دراسة بوشارب شريف**،"الصعوبات التي تواجه أستاذ التربية البدنية والرياضية،رسالة ماستر ،جامعة، مصر 2002.،

09– **دراسة شو و آخرون/*Show & A*، 2005**.

10– **دراسة أبوت كوك Abbot Kock، 2006**.

ثالثا: المجلات والدوريات

01- الصباغ زهير: **ضغط العمل، المجلة العربية للإدارة**، الرياض، المجلد الخامس، العدد الأول و الثاني، حريزان، سنة1981.

02- علي الجبر زينب **:السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت**، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الحادي عشر، السنة السادسة، 1997.

رابعا: القوانين والمناشير

- وزارة التربية الوطنية، **الأنظمة التربوية**، 2008.

قائمة المراجع باللّغة الفرنسية:

01- Fraser, T .M (2001) : **Stress et satisfaction au travail**, Bit, Genéve.

02- LEHALLE.H,**Psycologie des l'adolescent** ,sans ed,2000.

03- COUPER. CL (1994) **organisation du travail et stress d origine professionnelle « in » automation du travail**. Bit , Geneve .

04-h.stroud. **vaincre stress et l'auviete (connaissance du monde)**. Alger 1997

قائمة المراجع باللغة الإنجليزية:

01- Blasé, J ; et al 1986 : **Leadership behavior of school principals,"in" relation to teacher stress**, **satisfactions**, **and performance**, journal of humanistic education and developpement, vol24, N°044

02- Grath.j.E **Strees and behavior in organisations "in" durette. M.D (ed) hand book industrial and organisation psyhology.** Chicago Rab Mc Nolly ,1995.

03-Litt, M et Turk, D 1985: **Source of stress and dissatisfaction in experienced high.** school teachers Journal of educational research.

القواميس:

Sillamy.N.**Dictionnaire de la psychologie.** Ed bordes.1999 .

الملاحق

الملحق الأول:

الاستمارة الخاصة بالاستبيان

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعةالمسيلة

– محمد بوضياف–

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

<u>الموضوع:</u>

استمارة إستبيانية موجهة إلى أساتذة التربية البدنية و الرياضية. (الطور الثانوي)

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

التخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي.

تحت عنوان:

أسباب الضغوطات المعيقة لأداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية. (في الطور الثانوي)

نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية حسب إحساسكم وتأثركم بها، وذلك بوضع العلامة (×) في الخانة المناسبة، وأتعهد أن كامل بيانات الاستمارة ستكون سرية و لا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة.

وفي الأخير تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير.

إعداد الطالب: **تحت إشراف أ.الدكتور:**

–حمر العين جمال **–بن ثابت محمد الشريف.**

السنة الجامعية: 2018/2017

المحور الأول: عدم القدرة على التّحكم في الوسائل العلميّة والتكنولوجية يؤثر سلبا على أداء الأستاذ.

1- عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية يأثر على اداه.

نعم ☐ لا ☐

2- عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على أداء الأستاذ.

نعم ☐ لا ☐

3-هل المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على في استعمال الوسائل التكنولوجية؟

نعم ☐ لا ☐

4- يعتمد إنجاح استعمال الوسائل التكنولوجية على تعاون كل من:

التلاميذ ☐ مسؤولي الإدارة ☐ أساتذة ت ب ر ☐

5- هل تقوم الإدارة بإعداد برامج تكوينية دورية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال؟

نعـــم ☐ لا ☐

المحور الثاني: صعوبة المرحلة (مرحلة المراهقة) وتأثيراتها الحسّاسة التي يمر بها التلاميذ وعلاقتها بأداء أستاذ التّربية البدنية والرياضية.

1- هل هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم ☐ لا ☐

2- هل هناك اندفاع أو جاذبية لحصّة التربية البدنية والرياضية بالنسبة لهذه الفئة؟

نعم ☐ لا ☐

3- كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية؟

جيّدة ☐ عاديّة ☐ سيّئة ☐

4-هل يشارك التلاميذ في الألعاب المنظمة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة؟

نعم ☐ لا ☐ نوعا ما ☐

5-استجابة التلاميذ أثناء تقديمكم للعبة ما في حصّة التربية البدنية والريّاضية.

إيجابية ☐ سلبية ☐

6-هل تأثر الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بـــ نعم فكيف ذلك؟.....أجب باختصار

المحور الثالث: قلّة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية يؤثر سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

1- هل المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستكم:

كافية ☐ غير كافية ☐

2- هل الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي تقوم بعملك بشكل جيد.

نعم ☐ لا ☐ إلى حد ما ☐

3- هل عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية؟

نعم ☐ لا ☐

4- هل هذه المنشآت مجهزة ؟

نعم ☐ لا ☐

5- هل تتوفر مؤسستكم على غرف تبديل الملابس؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بـــ نعم كيف تراها في نظرك؟.....باختصار

المحور الرابع: تؤثر الضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

1- هل يوجد تنسيق بينك و بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى؟

نعم ☐ لا ☐

2- كيف هي علاقتك بأساتذة المواد الأخرى مقارنة بأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

حسنة ☐ نفسها ☐ سيئة ☐

3- هل معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية؟

نعم ☐ لا ☐ إلى حد ما ☐

4- هل يقدّر المشرف التربوي الجهد الذي تقوم به؟

نعم ☐ لا ☐

5- كيف هي نظرة المجتمع لأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

وضّح باختصار.....

الملحق الثاني:

الاستمارة التحكمية

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: أسباب الضغوطات المعيقة لأداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (في الطور الثانوي).

هدف الدراسة: معرفة أسباب الضغوطات المعيقة لأداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

مشكلة الدراسة: ما هي اسباب الضغوطات المعيقة على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (الطور الثانوي)؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: هناك ضغوطات تعيق أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

الفرضيات الفرعية:

- عدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يعيق آدءه خلال الحصة.
- تعيق الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.
- قلة المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تعيق أداء الأستاذ خلال الحصة.
- تعيق الضغوطات الإجتماعية (الأسرة، المجتمع، المؤسسة التربوية، مناخ العمل) بنسبة كبيرة على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

إجراءات الدراسة الميدانية:

العينة: تتمثل في **18** أستاذ التربية البنية والرياضية في الطور الثانوي

المجال الزماني والمكاني: كان ذلك يوم 2019/04/21 فبدأنا بجمع المعلومات التي لها علاقة بالجانب النظري للبحث، و تم اختيار عيّنة البحث في أوائل شهر أفريل 2019 على مستوى بعض المؤسسات التربوية التابعة لمديرية التربية لولاية سطيف عين الكبيرة.

المنهج: المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة في الدراسة:

تم الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب، مذكرات، مجلات، نصوص ومراسيم قانونية، التي يدور محتواها حول موضوع دراستنا، وهذا ما يعرف بالدراسة النظرية، بالإضافة إلى الاستبيان الذي يعتبر أحد وسائل البحث العلمي المستعملة على نطاق واسع من أجل الحصول على البيانات والمعلومات.

النتائج المتوصل إليها:

– عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وعدم استعمالها وتوظيفها يؤثر على آداءه.

– يشكل التلاميذ عائق أمام الأستاذ أثناء تفعيل الحصّة من جميع الجوانب والنواحي خاصة تلك التي تطرقنا إليها في الاستمارة الخاصّة بالاستبيان.

– المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها معظم المؤسسات التربوية غير كافية.

– تأثير الضغوطات الإجتماعية على الأستاذ خاصة من ناحية الإشراف التربوي والوسط الأسري.

الإستخلاصات و الاقتراحات:

– إعادة النظر في تحديد أهداف التربية البدنية والرياضية وفق الإصلاحات التي تمس قطاع التربية والتعليم.

– تكوين بعد الخِدمة لأستاذ التربية البدنية والرياضية بعد ذلك التكوين الذي تلقّاه في معاهد التربية البدنية والرياضية، بهدف ترسيخ المبادئ والمعارف والتقنيات الأساسية الخاصة بالمادة وتكوين ما يعرف بالأستاذ الكفؤ والمؤهل.

–تجهيز أي مؤسسة تربوية بالوسائل البيداغوجية و المنشآت القاعدية وذلك لتسهيل إجراء عملية التدريس.

–النّظر في ميزانية النشاطات البدنية و الرياضية داخل المؤسسات التربوية.

– إقلال عدد التلاميذ ووضع حل لظاهرة اكتظاظ التلاميذ على مستوى الأقسام إن أمكن.

– الدّور الفعّال للأستاذ في إظهاره للتلميذ أن المعلومات والمفاهيم المكتسبة في مجال رياضي ما يمكن تطبيقها حتى في الحياة اليومية.

– على الأستاذ أن يعطي الصورة الحسنة لشخصه وفرض نفسه ومكانته، ومعرفة الدور الرئيسي والفعّال الذي يلعبه في المجتمع، حيث يعتبر البذرة الطيّبة والقدوة الحسنة لهذا المجتمع.

– توفير ظروف الراحة النفسية للأستاذ حتى يساهم في تطوير كفاءاته .

– تحسين الوضعية الاجتماعية للأستاذ حتى يركز فقط على عمله.

Titre de l'étude: causes de la pression qui pèsent sur les performances du professeur d'éducation physique et de sport dans les établissements d'enseignement (secondaire.(

Objectif de l'étude: Connaître les causes de la pression affectant la performance du professeur d'éducation physique et sportive dans les établissements d'enseignement.

Le problème de l'étude: Quelles sont les causes de pression affectant la performance du professeur d'éducation physique et de sport dans les établissements d'enseignement (phase secondaire?(

Hypothèses d'étude:

Hypothèse générale: Des pressions exercent une influence sur les performances du professeur d'éducation physique et de sport dans les établissements d'enseignement.

Sous-hypothèses:

-Le fait de ne pas contrôler le professeur dans les moyens scientifiques et technologiques nuit à son travail pendant la période couverte par le quota.

-Les caractéristiques du stade de l'adolescence affectent négativement les performances du professeur d'éducation physique et sportive.

-Le manque d'installations sportives et de méthodes pédagogiques affecte la performance du professeur pendant le quota.

-Les pressions sociales (famille, communauté, établissement d'enseignement, environnement de travail) ont un impact significatif sur les performances du professeur d'éducation physique et sportive.

Procédures d'étude sur le terrain:

L'échantillon: représentait 18 enseignants du secondaire au secondaire

L'étude a été sélectionnée début avril 2018 au niveau de certains établissements d'enseignement affiliés à la Direction de l'éducation de l'État de Setif, municipalités de Sétif.

Approche: L'approche utilisée est l'approche descriptive.

Outils utilisés dans l'étude:

Les sources et références de livres, mémoires, revues, textes et décrets juridiques, dont le contenu tourne autour du sujet de notre étude, connu dans l'étude théorique, en plus du questionnaire, qui est l'un des moyens de recherche scientifique largement utilisés pour l'acquisition de données et d'informations.

Résultats:

- L'incapacité du professeur à maîtriser les moyens scientifiques et technologiques et à ne pas les utiliser et affecter leurs performances.
- Les étudiants constituent une barrière pour le professeur lors de l'activation du quota sous tous ses aspects, en particulier ceux dont nous avons parlé dans le formulaire de questionnaire.
- Les installations sportives et les moyens pédagogiques disponibles dans la plupart des établissements d'enseignement sont insuffisants.
- L'impact des pressions sociales sur le professeur, notamment en termes de supervision pédagogique et de centre familial.

Résumés et suggestions:

- réexaminer la définition des objectifs de l'éducation physique et du sport conformément aux réformes touchant le secteur de l'éducation.
- Formation après service pour le professeur d'éducation physique et sportive après la formation qu'il a reçue dans les instituts d'éducation physique et sportive, afin de consolider les principes de base et les

connaissances et techniques du matériel et la composition de ce que l'on appelle un enseignant efficace et qualifié.

-Doter tout établissement d'enseignement de moyens pédagogiques et d'installations de base pour faciliter le processus d'enseignement.

-Considérant le budget des activités physiques et sportives au sein des établissements d'enseignement.

-Réduire le nombre d'élèves et apporter une solution au problème de la surpopulation des élèves au niveau des sections, si possible.

-Le rôle effectif du professeur en montrant à l'étudiant que les informations et les concepts acquis dans le domaine du sport peuvent être appliqués même dans la vie quotidienne.

-Le professeur doit donner la bonne image de sa personne et s'imposer, ainsi que sa place, et connaître le rôle du joueur principal et efficace dans la communauté, ce qui est considéré comme une bonne graine et un bon exemple de cette communauté.

-Fournir des conditions de confort psychologique au professeur pour contribuer au développement de ses compétences.

-Améliorer le statut social du professeur pour se concentrer uniquement sur son travail.

تمت بحمد الله