



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية



القسم: التربية البدنية
الرقم التسلسلي:

الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي
الرمز:

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

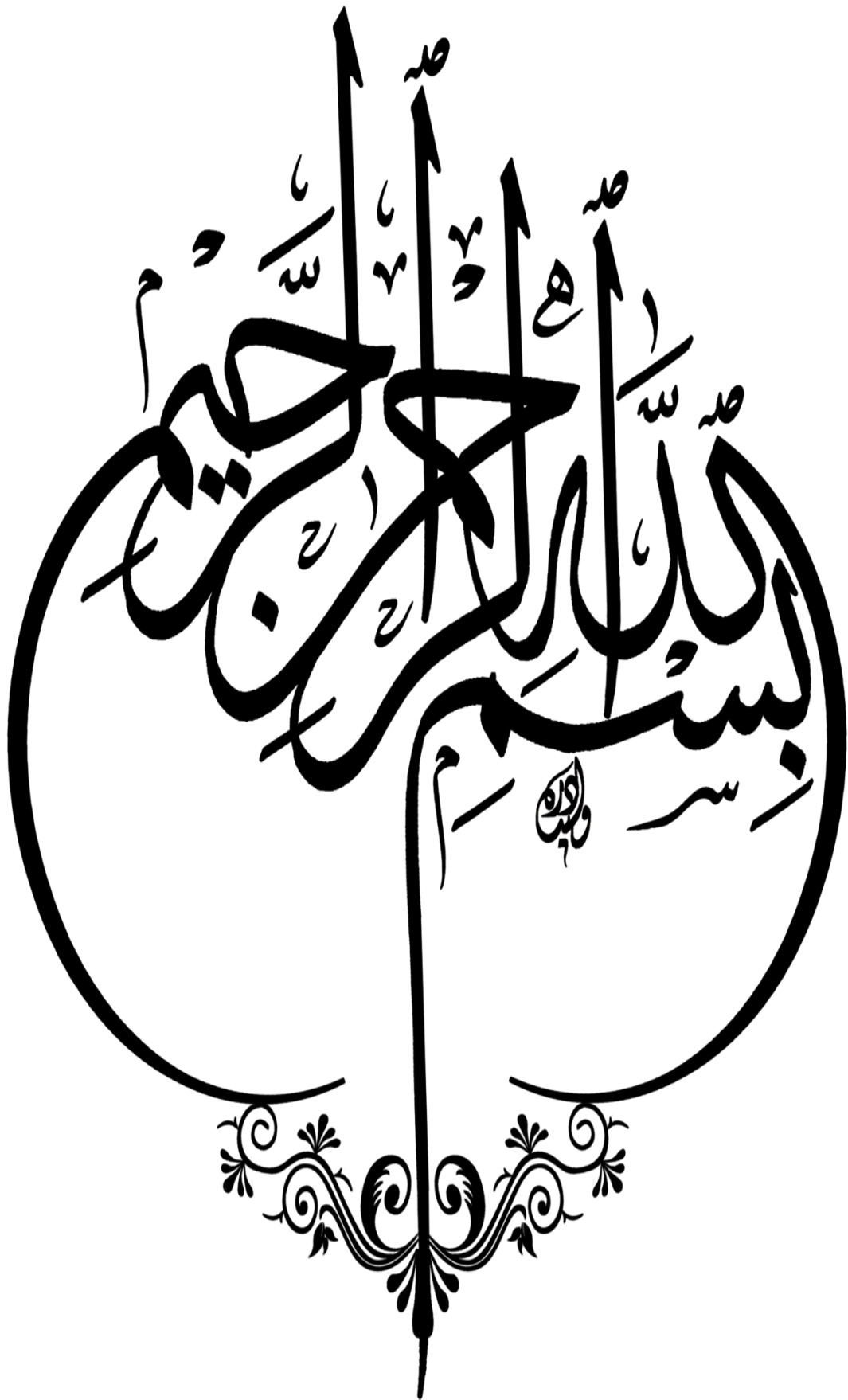
مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر أكاديمي تحت عنوان

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات
الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية
دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية برج بوعرييج

إشراف الأستاذ:
د. حسيني عبد الرزاق

إعداد الطالب:
• راضي سمير

السنة الجامعية: 2024/2023



شَكَرْتُكَ يَا رَبِّ

أعوذ بالله من الشيطان الرحيم

بسم الله الرحمن الرحيم

فَتَبَسَّمْ ضَاحِكًا مِّن قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ
وَعَلَّنُو لَدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأُدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ

أية 19 سورة النمل

فخير لنا أن نبدأ كلا منا بشكر الله تعالى على نعمة الإسلام دين الحق والإنصاف،
وعلى توفيقه لنا في إنجاز هذا البحث المتواضع، كما نتقدم بجزيل الشكر والامتنان
وبأسى العبارات والتقدير إلى الأستاذ المشرف الدكتور

"حسيني عبد الرزاق"

الذي لم يبخل عليا بنصائحه وتوجيهاته متمنيا له

المزيد من النجاح والتوفيق إن شاء الله.

كما نتقدم بجزيل الشكر والتقدير لكل من قدم يد العون سواء من بعيد أو قريب

إِهْدَاء

إلى التي سهرت الليالي من اجل تربيتنا وراحتنا والى التي أضاءت
دربنا بالشموع أمي أطال الله في عمرها
و إلى الذي أهدى روحه وصحته وماله ولم يبخل علينا يوما
إلى الذي يسعد بسعادتنا ويحزن بحزننا إلى ذلك المقام الراسخ بذهننا.
أبي أطال الله في عمره.
وإلى العائلة الصغيرة الزوجة الكريمة والأولاد البنات
(ألاء الرحمان، إسرائ، مريم، محمد، أيوب)
وإلى كل الأصدقاء والأحبة
وإلى كل من أعانني ولو بكلمة طيبة سواء من بعيد أو من قريب.

فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	شكر و عرفان الإهداء
	ملخص الدراسة
	الجانب المنهجي
	الفصل الأول: المدخل العام للدراسة
أ - ب	المقدمة
04	1-1- إشكالية الدراسة
05	1-2- فرضيات الدراسة
05	1-3- أهداف الدراسة
05	1-4- أهمية الدراسة
06	1-5- مصطلحات الدراسة
07	1-6- الدراسات السابقة
10	1-7- مميزات الدراسة الحالية
	الجانب النظري
	الفصل الثاني: التربية البدنية و الرياضية
13	تمهيد
14	2-1- مفهوم التربية البدنية و الرياضية
14	2-2- أهداف التربية البدنية والرياضية
15	2-3- خصائص التربية البدنية والرياضية

16	2-4- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية
16	2-5- أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية
17	2-6- أهمية حصة التربية البدنية
18	2-7- أبعاد حصة التربية البدنية و الرياضية
19	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: المهارات الاجتماعية	
21	تمهيد
22	3-1- تعريف المهارات الاجتماعية
22	3-2- أهداف المهارات الاجتماعية
23	3-3 مكونات المهارات الاجتماعية
24	3-4- تصنيفات المهارات الاجتماعية
25	3-5- أبعاد المهارات الاجتماعية
26	3-6- نظريات المهارات الاجتماعية
28	3-7- المهارات الاجتماعية قيد الدراسة
29	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: مرحلة المراهقة	
31	تمهيد

32	4-1- مفهوم المراهقة
33	4-2- الخصائص الجسمية والفسولوجية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة
33	4-3- الخصائص الحركية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة
34	4-4- الخصائص العقلية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة
34	4-5- الخصائص الاجتماعية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة
35	4-6- الخصائص الانفعالية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة
36	خلاصة الفصل
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس: منهجية الدراسة	
38	تمهيد
39	5-1- الدراسة الاستطلاعية
40	5-2- منهج الدراسة
41	5-3- متغيرات الدراسة
42	5-4- مجتمع و عينة الدراسة
44	5-5- أساليب جمع البيانات
46	5-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
47	5-7- تصميم الدراسة و المعالجة الإحصائية
47	5-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية
48	خلاصة الفصل
الفصل السادس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
50	6-1- عرض و تحليل النتائج

59	2-6- مناقشة الفرضيات على ضوء نتائج الدراسة
الفصل السابع: الاستنتاجات و الاقتراحات	
64	1-7- الاستنتاج العام
66	2-7- الاقتراحات والفرضيات المستقبلية
الخاتمة	
قائمة المراجع والمصادر	
الملاحق	

فهرس الجداول

الصفحة	الرقم	عنوان الجدول
44	01	خصائص العينة الاستطلاعية من حيث الجنس
45	02	اختبار الصدق والثبات الاستبيان
47	03	توزيع مجتمع الدراسة حسب الثانويات
48	04	توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس
48	05	توزيع أفراد العينة حسب متغير السن
50	06	الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
56	09	مجال المتوسط الحسابي لكل مستوى حسب مقياس ليكارت الثلاثي
59	11	الاتجاه العام لمبدأ التعاون
62	12	الاتجاه العام لمبدأ تعزيز روح الاتصال الاجتماعي
64	13	الاتجاه العام لمبدأ الانتماء
68	14	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمبدأ التعاون لعينة الدراسة
70	15	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمبدأ تعزيز روح الاتصال الاجتماعي لعينة الدراسة
71	16	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمبدأ الانتماء لعينة الدراسة

فهرس الأشكال

الصفحة	الرقم	عنوان الشكل
46	01	يوضح متغيرات الدراسة
48	02	توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس
49	03	توزيع أفراد العينة حسب متغير السن

المخلص باللغة العربية

هدفت الدراسة إلى تحديد دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية، حيث تم محاولة الإجابة على بعض الأسئلة المتعلقة بمدى تأثير هذه الحصة في تحقيق مبدأ التعاون، تعزيز الاتصال الاجتماعي، وتنمية صفة الانتماء بين التلاميذ، حيث اعتمد الطالب الباحث منهجاً وصفيًا واستخدم استبياناً بنيت الدراسة على عينة من 120 تلميذاً في المرحلة الثانوية، تم اختيارهم عشوائياً، وقد تمثلت أداة الدراسة في استمارة أسئلة حول المهارات الاجتماعية، هدفت إلى قياس تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على التعاون والاتصال الاجتماعي وصفة الانتماء بين التلاميذ.

خلصت الدراسة بالنتائج التالية:

2. تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ.
3. تعزز حصة التربية البدنية والرياضية الاتصال الاجتماعي بين التلاميذ.
4. تسهم حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء بين التلاميذ.

الكلمات المفتاحية:

التربية البدنية والرياضية، المهارات الاجتماعية

Abstract:

The study aims to determine the role of physical education and sports class in developing social skills and self-esteem among secondary school students. It attempted to answer some questions related to the extent to which this class impacts self-esteem, promotes cooperation, enhances social communication, and fosters a sense of belonging among students.

The student researcher adopted a descriptive approach and used a questionnaire as the research instrument. The study was based on a sample of 120 randomly selected secondary school students. The research instrument included a questionnaire on social skills, aiming to measure the impact of physical education and sports class on self-esteem, cooperation, social communication, and a sense of belonging among students.

The study concluded with the following results:

- 1-Physical education and sports class has a positive impact on self-esteem among students.
- 2-Physical education and sports class contribute to achieving the principle of cooperation among students.
- 3-Physical education and sports class enhance social communication among students.
- 4-Physical education and sports class contribute to the development of a sense of belonging among students.

Keywords:

-Physical education and sports, Self-esteem, Social skills

المقدمة

مقدمة

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية والرياضية اهتماما بالغاً مالمها من أهداف بناءة على إعدادا المواطن الصالح من جميع الجوانب الشخصية سواء أن كانت عقلية أو جسمية أو نفسية أو اجتماعية حتى أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع، وأصبحت ضرورة من ضروريات الحياة وواجبا اجتماعيا يجب أن نعمل على تحقيقه. كما أن استخدام التكنولوجيا و التقدم العلمي يوضحان مدى أهمية ممارسة لأنشطة البدنية والرياضية في حياة الأفراد والشعوب.

فليس الغرض من التربية البدنية والرياضية هو التدريب الجسدي فقط بل تدريب مواطن واضح ومستقل ومثقف جسدياً واجتماعياً، من خلال الممارسة ا لأنشطة البدنية والرياضية والفنية، فالعديد من الدراسات تقول أن الرياضة ليست مجرد نشاط بدني، بل هي نمط حياة يمتد عبر العديد من الجوانب الأخرى، فهي تقوي الصحة واللياقة البدنية، وتحسن القدرات العقلية والنفسية للأفراد إنها وسيلة لتعزيز التفاهم الثقافي والتواصل بين الأشخاص فهي مهمة لجميع الأعمار و خاصة في المراهقة و التي وصف " ستالين هول" المراهقة أنها فترة عوامل و توتر شديد تكتنفها الأزمات النفسية، وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق و المشاكل والصعوبات في التوافق (زحاف محمد، 2000، ص5) .

إذ تعتبر ذات أهمية كبيرة لتعزيز صحتهم العامة وتطويرهم بشكل شامل، فمن جهة تحافظ على الوزن الصحي، وتحسن الصحة العقلية وبناء الثقة بالنفس ، بالإضافة إلى ذلك، تعمل ممارسة الرياضة على تعزيز التواصل والاندماج الاجتماعي، حيث توفر فرصاً للتفاعل مع الآخرين وبناء صداقات جديدة (زحاف محمد ، 2000، ص11) .

تعد حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية فرصة قيمة لتعزيز المهارات الاجتماعية من جهة أخرى، فهي توفر بيئة تعليمية فريدة حيث يتعاون التلاميذ معاً ويتفاعلون في أنشطة رياضية مختلفة (زحاف محمد ، 2000، ص12) .

فأحد الأدوار الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية فمن خلالها يتشارك التلاميذ في ألعاب جماعية وفرق رياضية، مما يعزز الاتصال والتفاعل بينهم، يتعلمون كيفية العمل كفريق والتواصل وتبادل المسؤوليات، وهذه المهارات تنتقل إلى حياتهم الاجتماعية اليومية وتعزز قدرتهم على التفاعل الإيجابي مع الآخرين.

مقدمة

حيث تعمل حصة التربية البدنية والرياضية على تعزيز وتطوير مهارات الصمود، عندما يتعامل التلاميذ مع التحديات البدنية ويجتازونها، يكتسبون القدرة على التحمل والتصميم والتفاني، يتعلمون أيضًا كيفية التعامل مع الضغوط والتحكم في العواطف، وهذه المهارات تعطيم الثقة للتعامل مع التحديات الأخرى في حياتهم، و حتى يكون هناك تهيئة و مراعاة للجانب النفسي و الاجتماعي والنهوض بهما، أردنا تسليط الضوء على الدور الفاعل الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

وقد قسمنا بحثنا إلى جانبين، حيث تضمن الجانب النظري والجانب التطبيقي، حيث تناول الجانب النظري ثلاثة فصول، الفصل الأول حول التربية البدنية الرياضية يتمحور حول فهم أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المدارس وتحليل أهدافها والمعايير المستخدمة في اختيار الأنشطة الرياضية، أما الفصل الثاني فخصصناه للمهارات الاجتماعية ومكوناتها وأهميتها في تطوير التواصل والتفاعل الاجتماعي لدى المراهقين. بالإضافة إلى مفهوم المهارات الاجتماعية وأبعادها ومستوياتها، ويستعرض النظريات المفسرة لهذا المفهوم. وأخيرًا، يتناول الفصل الثالث مرحلة المراهقة وخصائصها الجسمية والفسيولوجية والحركية والعقلية والاجتماعية والانفعالية، مع التركيز على مرحلة الشباب المتأخر.

و من خلال الجانب التطبيقي للدراسة، سيتم تحليل الخصائص السيكومترية المستخدمة في قياس المتغيرات المرتبطة بالتربية البدنية والرياضية والمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، سيتم أيضًا تحليل ومناقشة النتائج المستخلصة من الدراسة، ومناقشة الفرضيات المطروحة ومدى تأكيدها أو تفنيدها من خلال النتائج المستخلصة، وفي النهاية، سنقدم التوصيات المستندة إلى النتائج والتحليلات القائمة على الدراسة، مع تقديم خاتمة تلخص النتائج الرئيسية وتسلط الضوء على أهمية البحث في فهم أثر التربية البدنية والرياضية على المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1-1- إشكالية الدراسة
- 1-2- فرضيات الدراسة
- 1-3- أهداف الدراسة
- 1-4- أهمية الدراسة
- 1-5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
- 1-6- الدراسات السابقة
- 1-7- مميزات الدراسة الحالية

1-1- إشكالية الدراسة:

لطالما كانت التربية البدنية هي جزء لئتجزأ من التربية العامة حيث أن التربية البدنية الرياضية، ليكنم في الجانب البدني فقط وإنما يتعداه إلى الجانب النفسي فهي تلعب دورا فعالا في تحسين مهارات التواصل وتساعد التلاميذ في بناء علاقات صحية وإيجابية وتسهم في تعزيز الثقة بالنفس وتعزيز القدرة على التعبير عن أنفسهم بوضوح وثقة، يصبح التلاميذ أكثر قدرة على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم والتعامل مع المواقف الاجتماعية المختلفة كما تساهم في تحضير التلاميذ للحياة العملية في المستقبل.

تعتبر التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية فرصة قيمة لتعزيز المهارات الاجتماعية فهي توفر بيئة تعليمية فريدة حيث يتعاون التلاميذ معا ويتفاعلون في أنشطة رياضية مختلفة، فأحد الأدوار الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية فمن خلالها يشارك التلاميذ في ألعاب جماعية و فرق رياضية مما يعزز الاتصال و التفاعل بينهم يتعلمون كيفية العمل كفريق والتواصل وتحمل المسؤوليات. وهذه المهارات تنتقل إلى حياتهم الاجتماعية اليومية وتعزز قدرتهم على التفاعل الإيجابي مع الآخرين. إذ يمكن للتلاميذ الذين يتمتعون بمهارات اجتماعية قوية وثقة في انفسهم أن يتفاعلوا بفعالية جيدة مع الآخرين ويواجهون التحديات بثقة وتفاؤل .

حيث أن حصة التربية البدنية و الرياضية يمكن أن تساهم في تحقيق تقدم وتطور في المهارات البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و هذا ما يؤكدده محمد العربي شمعون ذلك (1996) أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في الاسترخاء / تركيز الانتباه - الطور العقلي الاسترجاع العقلي ، يجب أن تسير جنبا إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة (شمعون 1996 ،ص 27) وانطلاقا من هنا فإننا نطرح التساؤل العام التالي:

التساؤل العام:

هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

التساؤلات الفرعية:

- 1-هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية؟
- 2-هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية؟
- 3-هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية؟

1-2- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

الفرضيات الجزئية:

- 1- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية
- 2- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية
- 3- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية

1-3- أهداف الدراسة :

- 1- معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية.
- 2- معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية.
- 3- معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية.
- 4- معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

1-4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية دراستنا و المتمثلة في «دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية» في كون حصة التربية البدنية والرياضية من الحصص القيمة التي تمنح للتلاميذ فرصة لممارسة النشاط البدني وتحسين لياقتهم البدنية وصحتهم العامة. ومن خلال فهم دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية يعزز التفاعل الاجتماعي، يحسن الأداء الأكاديمي، ينمي القيم والأخلاق، ويسهم في تحسين برامج التربية البدنية والرياضية في المدارس. هذه الدراسة تساهم في زيادة الوعي بأهمية النشاط البدني وتعزيز استثماره والاستفادة منه في المجتمع.

1-5- مصطلحات الدراسة:

التربية البدنية والرياضية:

التربية لغة: جاء في لسان العرب لابن منظور: "ربا، يربو بمعنى زاد ونما" (معجم المعاني الجامع) .
الرياضة لغة: نشاط يتضمّن جهدًا جسديًا ومهارة، تحكمه قوانين أو عادات تمارس عادة على نحو تنافسيّ
قلّة الرياضة تُضُرُّ بالصحة" (معجم المعاني الجامع).

اصطلاحا:

التربية البدنية والرياضية هي تلك العملية التربوية التي ، تهدف إلى نمو وتطور التلميذ من كل النواحي
الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية والعلمية وهي التوجيه السليم لرفع قدرات التلميذ وهي وسيلة فعالة
تهدف إلى تقدم كفاءة التلميذ العلمية والبدنية والاجتماعية و النفسية من خلال مزاولته النشاط البدني
والرياضي المبرمج وحسب " محمد عوض بسيوني" و " ياسين الشاطي " تهدف التربية البدنية والرياضية من
الجانب التربوي إلى تطوير رغبة التلميذ في الألعاب الرياضية المختلفة، وتربية التلميذ على الشجاعة والعمل
الجماعي، الطاعة والشعور بالمسؤولية، حسب النظام والتصرف الحضاري وتربية التلميذ على حب الوطن
والتفاني في العمل لأجله (محمد عوض بسيوني وآخرون، 1992، ص94) .

إجرائيا:

التربية البدنية والرياضية هي مجال يهتم بتعزيز النمو الشامل للفرد من خلال المشاركة في الأنشطة البدنية
والرياضية. تهدف هذه المفهوم إلى تطوير القدرات البدنية والعقلية والاجتماعية للأفراد، وتعزيز اللياقة البدنية
والصحة العامة.

المهارات الاجتماعية:

المهارات :

لغة: مفردتها (مهارة)، وهي مصدر (مَهَرَ)، وتعني القدرة على أداء عمل بحذق وبراعة"
(معجم المعاني الجامع) .

اصطلاحا: هي القدرة على التفاعل مع الآخرين في إطار اجتماعي محدد وبأساليب معينة مقبولة
اجتماعيا، بحيث يمكن الفرد من التفاعل مع الآخرين تفاعلا إيجابيا عن طريق أساليب التعامل و التفاهم
مع الناس والتعاون وتدعيم العلاقات الاجتماعية وحل المشكلات المختلفة التي تصادف الفرد
(بوجلال سعيد، 2008-2009، ص 21).

إجراءات:

المهارات الاجتماعية هي مجموعة من المهارات التي تساعد الأفراد على التفاعل والتواصل مع الآخرين بشكل فعال وبناء علاقات إيجابية.

المراقبة:

لغة: هي الاقتراب والدنو من اللحم، يقال إذا لحق أو دنا، وراهق كقارب والمراهق هو الفتى الذي يدنو من اللحم واكتمال الرشد.

اصطلاحا: وهي كلمة مشتقة من الكلمة اللاتينية "Adolescence" وتعني النضج والرشد وهي المرحلة التي يكتمل فيها النضج الجسمي الانفعالي الخفي والاجتماعي (Dompeloi،1970،P13).

إجراءات:

المراقبة هي مرحلة في حياة الإنسان تتراوح عادةً بين سن 15 إلى 19 عامًا، وتعتبر فترة انتقالية بين الطفولة والبلوغ والتكون النفسي والجسدي. تتميز المراقبة بتغيرات هائلة في الجسم والعقل والعواطف والعلاقات الاجتماعية.

1-6- الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة بمثابة البوصلة التي توجه ربان السفينة إلى شاطئ الأمان؛ بحيث تأخذ الباحث إلى الطريق المعبد لكي يمر بسلامة؛ فالخطوات الرئيسة التي يجب إتباعها في إعداد خطوات البحث هو الاطلاع على ماكتب من بحوث سابقة، و ماله من علاقة مباشرة بموضوع البحث، ثم إن اطلع الباحث على الدراسات السابقة له عدة فوائد بالنسبة للباحث وللموضوع معا .

وقد اخترنا لكل متغير ستة دراسات سلطنا الضوء عليهم:

الدراسة الأولى: دراسة ربيعي هشام ،علوان رفيق . 2019

تحت عنوان: دور حصة التربية البدنية والرياضة في تنمية القيم الرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط، أطروحة دكتوراه/جامعة الجزائر 3 .

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى دور حصة التربية البدنية والرياضية ومساهمتها في تنمية القيم الرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط التعرف إلى دور هذه القيم في تحسين سلوك التلميذ إضافة إلى التعرف على القيم الأكثر انتشار في أوساط التلاميذ بفضل حصة التربية البدنية والرياضية .اشتملت الدراسة على عينة مقدرة ب 430 تلميذ و تلميذة موزعين على بعض متوسطات ولاية بجاية باعتبار البحث يتناول دراسة ظاهرة بجميع خصائصها وأبعادها في إطار معين ويقوم بتحليلها استنادا للبيانات المجمعَة حولها ثم محاولة

الوصول إلى الأسباب و العوامل التي تتحكم فيها ، و بالتالي الوصول إلى نتائج قابلة للتعميم فهذا استخدامنا المنهج الوصفي التحليلي ، حيث استخدم مقياس القيم الذي قام ببنائه كل من إبراهيم عبد ربه خليفة ونبيل محمد حسن المتكون من 35 عبارة موزعة ضمن أربعة أبعاد متمثلة في القيم الاجتماعية والقيم الأخلاقية ،القيم الجمالية، القيم المعرفية بالإضافة إلى مقابلة وقد احتوت المقابلة في بحثنا على مجموعة من الأسئلة المدروسة المطروحة على أساتذة التربية البدنية و الرياضية و بعض المسؤولين بمديرية التربية تمحورت حول حصة التربية البدنية و الرياضية ومنهاج التربية البدنية و الرياضية وعن مكانة القيم الرياضية فيه . وأظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

-التربية البدنية والرياضية تسهم في تنمية قيمة التعاون، الاحترام، الأمانة. الصدق. النظافة، الصحة
-تساهم التربية البدنية والرياضية في نشر مفاهيم اللعب الشريف والروح الرياضية
-تساهم لتربية البدنية في تقدير الجمال الحركي أثناء أداء لمختلف المهارات الحركية.
-تعمل التربية البدنية و الرياضية على تزود التلاميذ بمعلومات خاصة من الجانب الثقافي و المعرفي الخاص بمجال النشاط البدني و الرياضي.

-التربية البدنية و الرياضية تسهم في تنمية قيمة التعاون ،الاحترام،الأمانة. الصدق. النظافة، الصحة -
تساهم التربية البدنية و الرياضية في نشر مفاهيم اللعب الشريف والروح الرياضية

الدراسة الثانية: دراسة أيمن عربي، جمال تقيق، 2020 مذكرة ماستر

تحت عنوان: دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثاني

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي، حيث تكونت عينة دراستنا من (25) تلاميذ وتم استعمال المنهج الوصفي في الدراسة واستعمال الحزم الإحصائية في عملية التفرغ من خلال برنامج الحزم الإحصائية " SPSS " نسخة 21 وقد تم حساب صدق وثبات المقياس للتأكد من صلاحية الاستبيان الذي تم إعداده والذي يتوافق مع خصائص عينة دراستنا والمتغيرات المراد قياسها، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

- لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تقبل النقد بين التلاميذ
- لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ
- لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تعزيز روح الانتماء للجماعة
- لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الروح الرياضية لدى التلاميذ

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التواصل بين التلاميذ

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي

الدراسة الثالثة: دراسة شيتيو كمال 2019 مذكرة ماستر

تحت عنوان: دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور

الثانوي دراسة ميدانية لثانويات دائرة بوقاعة ولاية سطيف

تهدف الدراسة إلى توضيح أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة

الثانوية، وتوضيح أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة

الثانوية. توضيح أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء للجماعة بين تلاميذ المرحلة

الثانوية

مشكلة الدراسة: هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ

الطور الثانوي ؟

الفرضية العامة : لحصة التربية البدنية والرياضية دور هام في بناء بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ

الطور الثانوي

الفرضيات الجزئية:

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين التلاميذ

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الانتماء للجماعة لدى التلاميذ

شملت 50 تلميذا وتلميذة، للسنة الثالثة على مستوى بعض ثانويات دائرة بوقاعة، اعتمد في الدراسة على

المنهج الوصفي التحليلي، لملامته أهداف الدراسة استعمل الاستبيان كأداة الدراسة

من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ .لحصة التربية البدنية والرياضية

دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين التلاميذ

- لحصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء للجماعة بين التلاميذ .

الدراسة الرابعة: دراسة: عمر بن ستيتي: 2017 مذكرة ماستر

تحت عنوان: دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط (من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية)

هدفت الدراسة إلى معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية تنمية بعض المهارات الاجتماعية كنشر التعاون وتنمية روح الانتماء وتعزيز التواصل بين التلاميذ، وكيف تؤثر حصة التربية البدنية والرياضية على عقلية التلاميذ عند ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة ومعرفة ردود أفعالهم وتجاوبهم بين بعضهم البعض . مشكلة الدراسة: هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية بين التلاميذ؟ فرضيات الدراسة:

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية بين التلاميذ
الفرضيات الجزئية:

1-لحصة التربية البدنية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ

2-لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تعزيز روح التواصل بين التلاميذ

3-لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الانتماء الاجتماعي بين التلاميذ .

حيث شملت عينة الدراسة 30 أستاذ تربية بدنية ورياضية على مستوى متوسطات دائرتي عين الكبيرة وبني عزيز بالنسبة للمنهج تم استخدام المنهج الوصفي، وتم استخدام الاستبيان كأداة الدراسة توصل إليها الباحث:
-تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط.
-تساهم حصة التربية البدنية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ .
-تساهم حصة التربية البدنية والرياضية دور في تعزيز روح التواصل بين التلاميذ .
-تساهم حصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الانتماء الاجتماعي بين التلاميذ.

1-7- مميزات الدراسة الحالية

تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة فيما يلي:

1. تقديم أدلة علمية: تعتمد الدراسة الحالية على دراسات سابقة تحمل نتائج واضحة وموثوقة، مما يعزز قوة ومصداقية نتائجها واستنتاجاتها.
2. نطاق واسع للتحليل: تعمل الدراسة الحالية على تحليل دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية على نطاق واسع، مما يسمح بفهم أكثر شمولية لهذا الدور.
3. تحديد العلاقات السببية: تسعى الدراسة الحالية إلى تحديد العلاقات السببية بين حصة التربية البدنية والرياضية وتنمية المهارات الاجتماعية، مما يوفر معلومات قيمة حول التأثير المباشر لهذه الحصة على هذه الجوانب.
4. تركيز على المرحلة الثانوية: يعتبر توجه الدراسة الحالية نحو تلاميذ المرحلة الثانوية ميزة مهمة، حيث تركز على فهم تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة الحساسة من النمو والتطور الاجتماعي والنفسي للتلاميذ.
5. قابلية التعميم: توفر الدراسة الحالية معلومات مفيدة وقابلة للتعميم على مختلف المدارس والبيئات التعليمية، مما يساهم في تعزيز فهمنا لدور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية عمومًا.

الفصل الثاني التربية البدنية والرياضية

- 1-2- مفهوم التربية البدنية والرياضية
- 2-2- أهداف التربية البدنية والرياضية
- 3-2- خصائص التربية البدنية والرياضية
- 4-2- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية
- 5-2- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية
- 6-2- أهمية حصة التربية البدنية
- 7-2- أبعاد حصة التربية البدنية والرياضية

الفصل الثاني:التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

تهدف التربية البدنية والرياضية إلى تعزيز الصحة واللياقة البدنية للأفراد، وتطوير مهاراتهم الحركية والإدراكية، وتعزيز التوازن العقلي والجسدي معاً، وتعزيز العمل الجماعي والروح الرياضية. تتضمن التربية البدنية والرياضية مجموعة متنوعة من الأنشطة والرياضات.

في هذا الفصل سنقدم نظرة عامة على التربية البدنية والرياضية وأهدافها، ونتحدث عن خصائصها وخصائصها وحصة التربية البدنية والرياضية، ستمكنا هذه المعلومات من فهم أساسيات هذا المجال الهام وأهميته في تعزيز صحة ولياقة التلاميذ وتنمية مهاراتهم الحركية.

2-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية بين الباحثين حيث عرف (westi 1990) التربية البدنية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط ، وهو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك ، وذكرت لو مبكين أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية مرادف للتعبيرات : التمرينات ، الألعاب ، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل هذه التعبيرات أوضحت أن تضمين هذه المكونات في برامج التربية البدنية و الرياضية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عقوبة تنافسية أو غير تنافسية ، إجبارية أو اختيارية داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجة و غير ذلك من المتغيرات ، ولكنها أبت إلى أن تبدي برأيها في صياغة التعريف على النحو التالي: التربية البدنية هي العملية التي يكسب من خلالها الفرد أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني." عرف كويسكي كوزليك التربية البدنية بأنها التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف. (البصري، 1979، ص 43) .

في حين عرفها روبرت بوبان التربية البدنية هي: "تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد(الحمامي، 1996، ص 87).

2-2- أهداف التربية البدنية والرياضية:

ينتظر أن تؤدي التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي ثلاث أهداف:

في المجال البدنية:

إن الأهداف القريبة أو تلك التي يعرفها أغلبية الناس حول أهداف التربية البدنية والرياضية التي هي تلك الأهداف تخاطب الجسم، وهذا صحيح فهذه المادة تساعد على تحسين القدرة المرفولوجية والفيزيولوجية والحركية من أجل التحكم في الجسم، كما أنها تستطيع أن تساعد الفرد على اكتساب لياقة بدنية، والمحافظة عليها، كما يمكن أن تقاوم الانهيار البدني، وتجديد الحيوية والنشاط. (الشافعي، 2005، ص 366) .

في المجال النفسي:

لمادة التربية البدنية والرياضة أهمية كبيرة في المجال النفسي بدأ بالتربية ومروراً بالدافعية وهي كلها معاني نفسية تتبع من نفسية التلميذ، ولكن قبل ذلك يمكن تتبع أهمية النشاط البدني وأهميته على النفس

الفصل الثاني:.....التربية البدنية والرياضية

من الألعاب والحركات التي يقوم بها الأطفال في الشارع أو الملاعب وهم يقومون باللعب بالكرة. ويمكن القول بأن الرياضة تعتبر أحد دعائم الصحة النفسية وتجاوز الصراعات النفسية والانحرافات، كما أنها قد تنمي القفزة بالنفس وتساعد الفرد على التحمل والاجتهاد، وفي أحيان كثيرة تساعده على تجاوز الأنانية والعمل مع الفريق، وتعمل تنمية مفهوم الذات وإشباع حاجات نفسية مختلفة. (متولي ، 2007، ص 113) .

من الناحية التربوية :

يمكن الحديث هنا على تأثير التربية البدنية والرياضية على تنمية شخصية متكاملة عن طريق تزويد الفرد بمجموعة من الخبرات المختلفة يمكن أن تظل معه حتى في حياته المهنية والاجتماعية لاحقاً كما يمكن الحديث أيضاً من الجانب التربوي على تكوين شخصية متكاملة في المجال النفسي والاجتماعي وغيرها. إن أهمية التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي يمكن اعتبارها جزءاً لا يتجزأ من العملية التعليمية كل وهي تساعد من جانبها في تنمية بعض القدرات مختلفة جاء الحديث عنها سابقاً تضاف إلى الأهداف التربوية التي ينشدها المنهج التربوي، وحتى الدين الإسلامي حث عن وجوب الاعتناء بالبدن ولبدنك عليك حق، ودعا الإسلام بتعلم السباحة والرماية وركوب الخيل. (الجندي ، 1987، ص 116)

2-3- خصائص التربية البدنية والرياضية:

- تتميز التربية البدنية بعدد من الخصائص أهمها
- اعتمادها على الحركات الديناميكية كشكل من أشكال التعبير.
- اعتمادها على التبادل بين الأفراد أثناء الممارسة كوسيلة اتصال داخل المجموعة في تنظيم العمل الفردي والجماعي بغية الوصول إلى الأهداف المسطرة في أحسن الظروف.
- اكتساب القيم والخصال الحميدة زيادة عن المهارات والقدرات البدنية. (سعيد وزغلول 2004، ص 22)
- وتساهم التربية البدنية بقسط كبير في التربية العامة ونذكر:
- زيادة التحصيل الدراسي.
- فهم جسم الإنسان.
- فهم دور الرياضة والثقافة العلمية.
- الاستهلاك الموضوعي والنافع.
- تقدير الجمال.
- تنمية قيمة التعاون.

الفصل الثاني:.....التربية البدنية والرياضية

- نشر مفاهيم اللعب السليمة والروح الرياضية.

2-4- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية في الخطة الشاملة لمنهاج التربية الرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة وأن يكتسبوا المهارات التي تنظمها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من مصاعب مباشرة وغير مباشرة . (شلتوت، 2001، ص 54) .

2-5- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

الهدف من وراء حصة مادة التربية البدنية والرياضية من نطاق المقارنة بالكفاءات المعتبرة هو تحقيق النوايا التربوية الشاملة في إطار تكميلي من المواد التعليمية الأخرى وهي تهدف إلى تنمية الكفاءات الخاصة في عدة جوانب:

2-5-1- الجانب النفسي الحركي:

- تنمية القدرة الحسية والفكرية

- تنمية قوة الإدراك،التوازن،التسيق، انجاز حركات مختلفة الأشكال والأحجام.

- القدرة على اتخاذ القرار المناسب للفعل المرغوب فيه .

- تحذف إلى تنمية الحركات المختلفة.

تسمح بإكساب خبرات حركية تؤهل التلميذ للاستجابة لكل الحالات والوضعيات للمتاحة والتعبير عن إمكانياته الحركية في محيط يسمح له بتنمية وتطوير كفاءاته.

2-5-2- الجانب الوجداني:

نفس عاطفي، للتعبير عن الثقة بالنفس في التسيير التنظيم، التحكم في إمكانياته. اجتماعي عاطفي، للتعبير عن قدرة التعايش مع الجماعة والاندماج فيها بفضل تبني المسؤوليات والأدوار المفيدة التي تخدمه تهدف إلى المشاركة الطوعية في الحياة الاجتماعية (شلتوت، 2001، ص 54) .

كما تسمح بإكساب خبرات وعلاقات تؤهل التلميذ للاندماج في الجماعة وممارسة حق العضوية، الرغبة في التكيف مع الوضعيات التي تقضي على العلاقات الاجتماعية الايجابية في الجماعة و المجتمع.

الفصل الثاني:.....التربية البدنية والرياضية

2-5-3- الجانب المعرفي:

- القدرة في التعرف على النشاطات البدنية والرياضية المقترحة ، القدرة على توظيف المعارف العملية و المعلومات القبلية و الأنية المرتبطة بهذه النشاطات .
- القدرة على معرفة طرق تنظيم وتسيير العمل وحسن التبليغ .
- تهدف إلى ضمان الصحة و الوقاية و الأمن.
- تسمح بإكساب توظيف المعارف عند مواجهة المواقف، أمكانية تحرر عدة حلول و الإجابات باستثمار المعلومات المكتسبة، القدرة على تكييف تصرفاته الحركية و المعرفية داخل و خارج الحيز المدرسي ، و يأتي ذلك عن طريق ممارسة سلوكيات اجتماعية بواسطة النشاطات البدنية و الرياضية .

2-6- أهمية حصة التربية البدنية:

- حصة التربية البدنية تحمل أهمية كبيرة في حياة التلاميذ وتطورهم الشامل، وذلك لعدة أسباب:
- تعزيز اللياقة البدنية:** تساعد حصص التربية البدنية في تحسين اللياقة البدنية والصحة العامة للطلاب. من خلال ممارسة النشاطات البدنية والتمارين الرياضية المختلفة، يتم تعزيز القدرة على التحمل وتقوية العضلات وتحسين القدرة التنفسية والقلبية. وبالتالي، يعزز ذلك الصحة البدنية ويقلل من مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة مثل السمنة وأمراض القلب والشرابيين.
- تنمية المهارات الحركية:** تساعد حصص التربية البدنية في تنمية وتحسين المهارات الحركية لدى التلاميذ. يتعلم التلاميذ القدرات الحركية الأساسية مثل الجري والقفز والرمي والتوازن والمرونة. كما يتعلمون مهارات رياضية محددة مثل كرة القدم وكرة السلة والجمباز والسباحة وغيرها. هذه المهارات الحركية تساعدهم على التفاعل مع البيئة المحيطة والمشاركة في الأنشطة الرياضية والاجتماعية بثقة ومهارة.

- تعزيز الصحة العقلية:** تلعب حصص التربية البدنية دورًا هامًا في تعزيز الصحة العقلية للتلاميذ. يعتبر ممارسة النشاطات البدنية وممارسة التمارين الرياضية فعالة في تحسين المزاج والتخفيف من التوتر والقلق، وذلك بفضل إفراز الهرمونات السعيدة مثل الإندورفين والسيروتونين. كما يساهم النشاط البدني في تحسين التركيز والانتباه والذاكرة، مما يساهم في تحسين أداء التلاميذ الأكاديمي.

- تطوير المهارات الاجتماعية:** توفر حصص التربية البدنية فرصة للتفاعل الاجتماعي والتعاون بين التلاميذ. يتعلم التلاميذ كيفية العمل كفريق والتواصل والتفاعل مع زملائهم. كما يتعلمون قواعد اللعب

الفصل الثاني:.....التربية البدنية والرياضية

النظيفة والاحترام للآخرين. هذه المهارات الاجتماعية الهامة لا تؤثر فقط في البيئة المدرسية، بل تنتقل أيضًا إلى حياتهم اليومية وتساعدهم في بناء علاقات صحية وإيجابية مع الآخرين.

تعزيز التفاعل الثقافي: توفر حصص التربية البدنية فرصة للتعرف على ثقافات مختلفة من خلال التعامل مع زملاء ينتمون إلى خلفيات ثقافية متنوعة. يتعلم التلاميذ قبول الاختلافات وتقدير التنوع والتعايش مع الآخرين بصورة إيجابية. هذا يساهم في ترسيخ قيم التسامح والاحترام المتبادل والتعاون العالمي.

2-7- الأبعاد حصة التربية البدنية والرياضية:

تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الكفاءات المناسبة للأبعاد التربوية في إطار التكوين الشامل والتي حددها شلتوت فيما يلي:

بعد المواطنة:

عناصره التنموية هي البعد الوطني، البعد العالمي، البعد الديمقراطي، والهدف منها تكوين المواطن الصالح النزيه و المحب لوطنه و المتفتح على العالم و الإحساس بالانتماء الاجتماعي.

البعد الاجتماعي:

تكمّن عناصره التنموية في التربية البدنية والبيئية التربوية العملية التربوية السكانية والتنموية والاستهلاكية، التربية الصحية والوقائية، الهدف منها توظيف المعارف من خلال المواد التعليمية المقترحة على التلميذ.

البعد الخلقى:

تكمّن عناصره التنموية في حسن تعامله مع المحيط والأفراد، والتحكم في الانفعالات أثناء المواجهة، حسن التعرف في المواقف الصعبة، دعم الأدوار الايجابية لفائدة الجماعة والهدف منها تنمية القدرات والاندماج

و الانتماء الاجتماعي. (شلتوت، 2001، ص 54)

خلاصة:

في هذا الفصل ،استكملنا استعراضنا لمفهوم التربية البدنية والرياضية وأهميتها في التعليم. توصلنا إلى أن التربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير الصحة واللياقة البدنية وتعزيز التنمية الشاملة للتلاميذ،وقد تناولنا أيضًا تأثيرها الإيجابي في حياة الأفراد من خلال تحسين التركيز والتفكير الإبداعي،وتعزيز الثقة بالنفس وتقليل مستويات التوتر والقلق.

تمحورت النقاشات حول مفهوم التربية البدنية والرياضية ،وأهدافها المتعددة ،وخصائصها المميزة. كما تم التركيز على حصة التربية البدنية والرياضية كفرصة للتلاميذ لممارسة النشاطات الحركية وتطوير المهارات الحركية والاجتماعية.

بفضل هذا الفصل ،أصبح لدينا فهمًا أعمق للتربية البدنية والرياضية وأهميتها في تعزيز الصحة واللياقة البدنية وتنمية القدرات الشخصية للتلاميذ. ستساعدنا هذه المعلومات في تعزيز الوعي الصحي وتبني عادات حياة نشطة وصحية لدينا وللآخرين.

الفصل الثالث: المهارات الاجتماعية

تمهيد

- 1-3- تعريف المهارات الاجتماعية.
- 2-3- أهداف المهارات الاجتماعية.
- 3-3- مكونات المهارات الاجتماعية.
- 4-3- تصنيفات المهارات الاجتماعية.
- 5-3- أبعاد المهارات الاجتماعية.
- 6-3- نظريات المهارات الاجتماعية.
- 7-3- المهارات الاجتماعية قيد الدراسة.

الفصل الثالث:المهارات الاجتماعية

تمهيد:

في هذا الفصل من دراستنا سنستعرض في هذا الفصل المهارات الاجتماعية لهما أهمية كبيرة في حياتنا، فالمهارات الاجتماعية تساعد الأفراد على التفاعل والتواصل مع الآخرين بفعالية. تعتبر هذه المهارات أساسية في بناء العلاقات الإيجابية وتعزيز التفاهم والتعاون في مختلف المجالات الحياتية، سواء في العمل، أو الأسرة، أو المجتمع، في حين كما تساعدنا على التعامل مع التوتر والضغوط بشكل أفضل.

يهدف الفصل الثالث من دراستنا إلى استكشاف موضوع "المهارات الاجتماعية". سنقدم في هذا الفصل نظرة عامة حول مفهوم المهارات الاجتماعية وأهميتها في حياتنا الشخصية والمهنية ، سنتناول أيضًا الأبعاد المختلفة للمهارات الاجتماعية ومستوياتها المختلفة.

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

3-1-تعريف المهارات الاجتماعية:

تعرف جليلة مرسي (2006) المهارات الاجتماعية علي أنها " مجموعة من الأنماط السلوكية والمعرفية التي يتعلمها الفرد نتيجة الخبرات التي يكتسبها من المواقف التي يمر بها أثناء التفاعل الاجتماعي مع عناصر بيئته والتي يوظفها لحماية نفسه من التعرض للضغوط النفسية التي قد تنشأ من فشله في تحقيق التوافق السليم أثناء هذا التفاعل " . ويعرف (Moos،2000) " المهارات الاجتماعية على أنها مجموعة من السلوكيات التي تم تعلمها ، ويتم استخدامها من أجل تحقيق العديد من الأهداف المتنوعة ، والحصول على مصادر للتعزيز أثناء موقف بين شخصي (حواس، 2019،ص 5) .

هي مجموعة من الأنماط السلوكية التي تصدر كاستجابات إيجابية تفاعلية تظهر من خلال أداء الأدوار المتعددة في البيئة الخارجية، وتتناسب مع طبيعة المواقف الاجتماعية التي يتم التعرض لها وتتفق مع القيم والمعايير الاجتماعية للمجتمع (السلام، 2001 ص 53) .

زيد ويعرفها(عبد الرحمان) على أنها: "القدرة على المبادأة بالتفاعل مع الآخرين، والتعبير على المشاعر السلبية والإيجابية إزاءهم وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي، وبما يتناسب مع طبيعة الموقف." (عبد الرحمان، 1998، ص16)

3-2-أهداف المهارات الاجتماعية:

* مساعدة الأفراد على التفاعل مع الآخرين في البيئة الاجتماعية بطرق مقبولة اجتماعيا وذات فائدة متبادلة.

* زيادة نمو الاستجابات بفعل التعلم والممارسة للوصول إلى درجة عالية من الإتقان والسرعة وحسن التصرف.

* زيادة التفاعل الإيجابي بين الأفراد في المجتمع وفق معايير وثقافة اجتماعية معينة.

* قدرة المهارات الاجتماعية على زيادة التفاعل المقبول بين الأفراد في إطار المعطيات الثقافية العامة للمجتمع.

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

* للمهارات الاجتماعية أهمية كبيرة مستقبلا على مستوى الفرد والمجتمع حيث أنها تتميز بالتواصل والتكيف مع النفس والآخرين، الأمر الذي ينعكس إيجابيا على المجتمع (أسامة محمد الغريب، 2001، ص24) .

3-3-3 مكونات المهارات الاجتماعية:

نظرا لتعدد التعريفات التي طرحها باحثو المهارات الاجتماعية وأن هذا التعدد قد ينطوي على الاتفاق بين الباحثين على بعض العناصر فضلا عن تفرد أحدهم بعنصر معين دون الآخرين، أو أن أحدهم أكثر عمومية على الآخر ، وعلى أية حال فإنه يمكن لنا استخلاص عدد من المهارات الاجتماعية التي يمكن تنميتها والتي أشار إليها عدد من الباحثين، من بينهم "عادل العدل في 1998 و "سعدية بمصادر في "1994 ومن أهم هذه المهارات التي أشاروا إليها هي:

3-3-3-1 مهارات المشاركة والتواصل والانتماء: فقد نجد بعض التلاميذ ذوي مهارات اجتماعية عالية دون غيرهم من التلاميذ، وقد لا يكون التلاميذ الآخرين على استعداد للمشاركة والمبادرة والتوصل في حياتهم اليومية، وقد يكون معظم هؤلاء التلاميذ خجولين ويكون من الصعب عليهم المشاركة في نشاط الجماعة وقد يعود هذا لأسباب معينة، ويرفضون المشاركة في الأعمال الجماعية التعاونية.

3-3-3-2 مهارات العمل الجماعي: وتتوافر لدى معظم الأفراد خبرات في العمل في جماعات على أن يكون لديهم مهارات اجتماعية جيدة، فقد يعمل الأعضاء كل في اتجاه مختلف، وبالتالي فإن العمل لا يتم القيام به بالشكل المطلوب وهذا ما يجب على الأفراد أن يتعلموا المهارات الاجتماعية ليتفاعلوا بنجاح في الجماعة وهذا لتكون الجماعة كوحدة فعالة في عملها، كتعلم التواصل وحب الانتماء فيما بينهم، وتعلم التلاميذ احترام بعضهم البعض واحترام الواحد اختلاف الآخر عنه لكي يستطيع التلاميذ العمل بفاعلية في جماعات تعلم تعاوني.

3-3-3-3 مهارة التعاون: ويعد التعاون أسلوبا من أساليب السلوك الاجتماعي، وتقضي طبيعة التفاعل ما بين الأفراد لتحقيق هدف مشترك وينتج عن ذلك الاهتمامات المشتركة، وتنسيق جهود الأفراد وتقسيم العمل فيما بينهم وزيادة تقبلهم لأراء والمقترحات المتبادلة بينهم، والاتفاق في الآراء وانخفاض معدل القلق في الجماعة وارتفاع الثقة بالنفس والتمركز حول تحقيق الهدف والشعور بالانتماء للآخرين.

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

3-3-4-مهارة التقليد والتقليد قبل أن يكون مهارة فهو نمط سلوكي في محصلة الفرد، ويتحول إلى مهارة عندما بغرض التعلم وهنا يجب أن يكون النموذج قدوة حسنة للفرد أو التلميذ، وحتى يتقن التلميذ تلك المهارة يجب أن يعزز السلوك التقليدي الجيد وتشجيع التلميذ على الممارسة.

3-3-5-مهارة الاستقلالية وتتطلب هذه المهارة اكتساب للمهارات الحركية واللغوية، ويكون هذا منذ الصغر بحيث يبدأ تنمية هذه المهارة بتعلم الطفل على إطعام نفسه والذهاب إلى دورة المياه حتى يصل إلى ارتداء ملابسه بنفسه، ومع تقدم الفرد في العمر يبدأ في الانفصال عن والديه تدريجياً وتتسع دائرة علاقاته الاجتماعية فيقل اعتماده على والديه، ويحل محله الاعتماد على النفس والاستقلالية عن الآخرين (فرحات ، 2014، ص 21).

3-4-4-تصنيفات المهارات الاجتماعية :

قد صنف الباحثين عدة تصنيفات على غرار فرج وطريف اللذان صنفوا المهارات الاجتماعية إلى :

(فرج وطريف، 2003، ص 51).

3-4-4-1-مهارات توكيد الذات:

وتتعلق بمهارات التعبير عن المشاعر، والآراء، والدفاع عن الحقوق، وتحديد الهوية وحمايتها، ومواجهة ضغوط الآخرين. مهارات وجدانية: وتُسهم في تيسير إقامة علاقات وثيقة وودية مع الآخرين، وإدارة التفاعل معهم على نحو يساعد على الاقتراب منهم والتقرب إليهم ليصبح الشخص أكثر قبولاً لديهم، ومن المهارات الأساسية في هذا السياق التعاطف، والمشاركة الوجدانية.

3-4-4-2-المهارات الاتصالية: وتنقسم بدورها إلى قسمين:

3-4-4-3-مهارة الإرسال: تعبر عن قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في نقلها إلى الآخرين لفظياً أو غير لفظياً خلال عمليات نوعية كالتحدث، والإشارات الاجتماعية.

3-4-4-4-مهارات الاستقبال: وتعني مهارة الفرد في الانتباه إلى تلقي الرسائل، والهاديات اللفظية وغير اللفظية من الآخرين، وإدراكها وفهم مغزاها، والتعامل معهم في ضوءها. مهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية: وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه الانفعالي اللفظي

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

وغير اللفظي خاصة في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق أهداف الفرد. (فرج وطريف، 2003، ص51).

3-5- أبعاد المهارات الاجتماعية:

طبقاً لمنطقية النظرية وخلفيتها العلمية، حيث نظر بعض العلماء والدارسين إلى المهارات الاجتماعية بوصفها المهارات الأساسية واللازمة للفرد لمواجهة الحياة الدراسية أو الأسرية أو التعامل مع الأفراد وزملاء الدراسة والعمل.

وقد توصل أنتوني (Antony،1987) إلى ست أبعاد أساسية يمكن تلخيصها في الآتي:

(Antony،19،87 Pp 233-241)

3-5-1- مهارات اجتماعية أولية: مثل مهارات الإصغاء، والتساؤل، والقدرة على الحوار، والمناقشة.

3-5-2- مهارات اجتماعية متعددة: مثل طلب المساعدة، والقدرة على التعامل مع الآخرين، وإصدار التوجيهات والتعليمات، أو تنفيذها والتقدم بالأعذار، والقدرة على إقناع الآخرين.

3-5-3- مهارات خاصة بالتعامل مع المشاعر والأحاسيس: تشمل القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها، وتفهم مشاعر وأحاسيس الآخرين وتقديرها.

3-5-4- مهارات تمثل بدائل للمشاعر العدائية: كمساعدة الآخرين والدفاع عن حقوقهم، وتجنب المشاجرات أو القدرة على المنافسة، والقدرة على الاستجابة للإثارة والمضايقات باستخدام ضبط النفس والسيطرة على المشاعر الانفعالية.

مهارات أساسية وضرورية للاستجابة لعوامل الضبط والإجهاد: وتتمثل في القدرة على التعامل مع الموقف الخاص بالتذمر والشكاوى والتعامل مع مواقف الأفراح، والقدرة على التعرف على الأصدقاء، والقدرة على التجاوب مع الإقناع.

3-5-5- مهارات التخطيط للمستقبل: وتتمثل في وضع الأهداف، وتحديد أسباب المشكلات، وتحديد الفرد لقدراته، وجمع المعلومات وتنظيمها، وترتيب المشكلات بحسب أهميتها، والقدرة على اتخاذ القرار في الوقت المناسب، والتركيز على أداء مهمة معينة .

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

من جهة أخرى نجد لعكاشة وفرحاتوجهة النظر التي تبين أن هناك ست أبعاد أساسية من المهارات الاجتماعية تتمثل في(فرج وظيف ، 2003، ص122):

- **تحمل المسؤولية:** وتعني أداء الفرد للواجبات المطلوبة منه بإتقان، والالتزام بتقديدها في الوقت المحدد، والالتزام بتعليمات وتوجيهات معلمه.
- **توكيد الذات:** وتعني قدرة الطفل على المحادثة مع الآخرين، والتعبير عن آرائه والإفصاح عن مشاعره الإيجابية أو السلبية نحو الآخرين، والدفاع عن حقوقه الخاصة، والمبادأة والاستمرار في أداء التفاعلات الاجتماعية.
- **ضبط النفس:** وتعني قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته خلال مواقف التصادم مع الآخرين، والاستجابة بشكل ملائم لمن يحاول استنزاه.
- **التعاون:** وتعني مساعدة الآخرين وتلبية احتياجاتهم، والتعاون المتبادل وتتضمن مهارة تقديم المساعدة، ومهارة المشاركة في الأعمال الجماعية.
- **التعاطف:** وهي السلوك الذي يوضح قدرة الفرد على تفهم مشاعر الآخرين واحترامها، وتتضمن مهارتي الإحساس بمعاناة الآخرين، واحترام مشاعرهم.
- **التواصل مع الأقران:** وتعني قدرة الفرد على التفاعل مع أقرانه في المواقف الاجتماعية، وتكوين الصداقات والتحكم في سلوكه اللفظي وغير اللفظي بصورة مرنة، وتتضمن مهارتي التواصل اللفظي وغير اللفظي يتضح من خلال العرض السابق طبيعة التأثير والعلاقة بين أشكال التفاعل الأسري والمهارات الاجتماعية، والتي يسعى الباحث في الكشف عن طبيعة هذه العلاقة بين المتغيرين من خلال الإجابة على سؤال الدراسة الرئيس وتساؤلاتها الفرعية التي أوردها

3-6- نظريات المهارات الاجتماعية:

للمهارات ثلاثة نظريات النظرية السلوكية، نظرية التعلم الاجتماعي و النظرية المعرفية، نفضلهم كما يلي:

3-6-1- النظرية السلوكية:

تنظر إلى السلوك على أنه وحدة معقدة يمكن تحليلها إلى وحدات أبسط منها، وهذه الوحدات هي الاستجابات الأولية التي ترتبط بمثيرات محددة، والعلاقة التي ترتبط بين المثيرات واستجاباتها هي علاقة موروثه أي سابقة على الخبرة والتعلم (طلعت و الشراوي ، ، 1989، ص245) .

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

ويرى أصحاب هذه النظرية بأن السلوك الإنساني عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، ويتحكم في تكوينها قوانين العقل وهي قوى الكف وقوى الاستشارة اللتان تسييران مجموعة الاستجابات الشرطية ويرجعون ذلك إلى العوامل البيئة التي يتعرض لها الفرد، وتدور هذه النظرية حول محور عملية التعلم في اكتساب التعلم الجديد أو في إطفائه أو إعادته، ولذا فإن أكثر السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم، وأن سلوك الفرد قابل للتعديل أو التغيير بإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة .

3-6-2- نظرية التعلم الاجتماعي:

يرى باندورا "Banadora" أن كل من البيئات الخارجية والداخلية للفرد تعمل في صورة مترابطة يعتمد بعضها على البعض الآخر، ويحدث التعلم كنتيجة للتفاعلات المتبادلة بين كل من البيئتين الداخلية والخارجية، العمليات المعرفية وهو ما أطلقه عليه باندورا عملية التحديد المتبادل، والأفراد لا يندفعون بفعل القوى الداخلية (الدوافع والحاجات) ولا بفعل البيئة (مثيرات البيئة وإنما يمكن تفسير الأداء النفسي في صورة تفاعل متبادل بين محددات الشخصية والبيئية، وهنا نجد أن عملية الترميز والاعتبار والتنظيم الذاتي يكون لها دور كبير ، وافترض باندورا أن التعلم بالعبارة أو النمذجة هو أساس عملية الاكتساب .

3-6-3- النظرية المعرفية: يفترض أصحابها أن العوامل المعرفية مثل التوقعات السلبية والتقويم الذاتي هي الأسباب الأساسية لقصور المهارات الاجتماعية.

ويؤكد أمري " Emery " (1988): أن لكل منا عدة افتراضات تنطوي على اعتقادات محببة للذات مثل "ينبغي أكون محبوبا من الجميع " أو يجب أن أكون الأفضل دائما وتضل الاعتقادات هذه قابضة في الخلفية حتى تحدث واقعة الفشل أو نكسة معينة، وهنا تنشط هذه الاعتقادات بشدة مؤدية إلى تحريف التفكير في الاتجاه السالب، ولا يقف الأمر عند هذا الحد، وإنما تقوم هذه الأعراض بتغذية راجعة لهذه الاعتقادات السلبية مرة أخرى، والأمر الذي يؤدي إلى المزيد من تحريف التفكير، وقصور المهارات . (عبد الحميد وإبراهيم ،2010، ص 41-42)

الفصل الثالث:.....المهارات الاجتماعية

3-7-7- المهارات الاجتماعية قيد الدراسة:

3-7-7-1- التعاون: هو مظهر من مظاهر التفاعل الاجتماعي، ونمط من أنماط السلوك الإنساني، وعملية التعاون هو التعبير عن اشتراك شخصين أو أكثر في محاولة لتحقيق هدف مشترك، ويعتبر التعاون مهارة اجتماعية أساسية والأصل في التفاعل الاجتماعي، حيث يتحقق بهذه المهارة مصالح الفرد والجماعة ومثال ذلك العمليات التي تتم داخل المؤسسة من أجل تنظيم العلاقات الإنسانية أو تنمية الشعور بالمسؤولية والحب بين التلاميذ، وتمكنهم من فهم أدوارهم في وسط هذه العلاقات .
(عبد الرحمان ، شماني ، 2013-2014، ص 44).

3-7-7-2- التواصل الاجتماعي هو مهارة وعملية اجتماعية بالدرجة الأولى، بحيث يقوم على تواصل الفرد مع الآخرين من أجل إشباع رغبات فطرية في نفسه أو لتحقيق أهداف معينة في الحياة، كما أنه ظاهرة اجتماعية تتأثر وتتوثر بمكونات السلوك الفردي. (بن يخلف أحمد ، ص 70)

3-7-7-3- الانتماء الاجتماعي: يعد الشعور بالانتماء من أقوى المشاعر في تحقيق الوئام والانسجام والتماسك والترابط والتضامن والتكافل بين أفراد المجتمع الواحد، فالانتماء هو العمود الفقري للجماعة وبدونه تفقد الجماعة تماسكها، وتماسك الجماعة هو درجة انجذاب الأعضاء لها والذي يتوقف على مدى تحقيق الجماعة لحاجات أفرادها. فطالما أن الجماعة تحقق حاجات الفرد في إمكانها أن تؤثر على أفكاره وسلوكه عن طريق انتمائها لها (عيسوي عبد الرحمان، 1985، ص 29) .

• مفهوم الانتماء: هو جهود الفرد للمحافظة على علاقاته الشخصية مع الأفراد الآخرين والتأثر بهم من خلال ما توفره تلك العلاقة له من مكافآت اجتماعية وتقنية سواء كانت مساندة وجدانية واهتمام اجتماعية أو استشارة اجتماعية إيجابية وإمداد بالمعلومات للمقارنة الاجتماعية مكلفين (غروس. 2002، ص32) .

الفصل الثالث:المهارات الاجتماعية

خلاصة الفصل:

في هذا الفصل، قمنا بدراسة المهارات الاجتماعية وأهميتها في حياتنا اليومية. تعرفنا على المهارات الاجتماعية كمجموعة من المهارات التي تمكننا من التفاعل والتواصل بفعالية مع الآخرين. تنوعت تصنيفات المهارات الاجتماعية وشملت مهارات توليد الذات والاتصالية والإرسال والاستقبال، كما تطرقنا إلى أبعاد المهارات الاجتماعية التي تؤثر في طبيعتها وتطورها

الفصل الرابع: مرحلة المراهقة

4-1- مفهوم المراهقة

4-2- الخصائص الجسمية والفسولوجية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة

4-3- الخصائص الحركية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة

4-4- الخصائص العقلية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة

4-5- الخصائص الاجتماعية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة

4-6- الخصائص الانفعالية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة

تمهيد:

إذا كنا بصدد التحدث عن الفئة العمرية للمرحلة الثانوية فإننا نسلط الضوء على مرحلة جد حاسمة وهامة في حياة الفرد، وهي ما يسميها علماء النفس مرحلة المراهقة، وما هي إلا مرحلة تدعيم التوازن المكتسب من المرحلة السابقة وتأكيدا لها.

في هذا الفصل، سنتناول المراهقة في مرحلتها الوسطى (15-17 سنة) ونستعرض الخصائص الجسمية والفسولوجية، والحركية، والعقلية، والاجتماعية، والانفعالية التي تميز هذه المرحلة. فهم هذه الخصائص سيساعدنا على التعامل بفعالية مع تحديات المراهقة الوسطى.

4-1- مفهوم المراهقة:

تعد مرحلة المراهقة من المراحل الحساسة التي يمر بها الإنسان. حتى أن خليل ميخائيل معوض (2003) وصفها مرحلة الانتقال الخطيرة في عمر الإنسان، فيما كان يطلق عليها في السنوات الأولى مصطلح السنوات المزعجة. فكلمة المراهقة تطلق على مرحلة تبدأ بالبلوغ وتستمر حتى مرحلة النضج أي تمتد من الثانية عشر أو الثالثة عشر إلى حوالي سن العشرين أو الحادي والعشرين (عصام عبد، 1982، ص 13).

التعريف اللغوي:

إن المعنى اللغوي للمراهقة هو المقاربة، فرهفته معناها أدركته وأرهفته تعي دانيتها، فراهق الشيء معناه قارية، وراهق البلوغ معناه قارب البلوغ وراهق الغلام أي قارب الاحتلام (فؤاد اقرام البستاني 1986)

التعريف الاصطلاحي:

من الناحية الاصطلاحية فإن كلمة مراهقة تعلي Adolescence " مشتقة من الفعل اللاتيني Adollescere " ومعناها التدرج نحو النمو أو النمو للنضج، وتضمن النضج هنا الجوانب الجنسية والانفعالية والعقلية. وتجدر الإشارة إلى وجوب عدم الخلط ما بين المراهقة وما يطلق عليه بالبلوغ أو الحلم " Puberte"، فالبلوغ أو الحلم إنما هي فترة مبكرة من المراهقة يحدث فيها النضج الجنسي ولذلك فالبلوغ هو جزء من المراهقة وليست مرادفة لهما، حيث أن المراهقة تشمل كما سبق التطرق إليه كل مظاهر النضج سواء الجسمية والانفعالية العقلية وليس الجسمية فقط (عبد الله، 2003، ص 223).

قد وردت عن مرحلة المراهقة العديد من المفاهيم والتي تباينت ما بين وصف هذه المرحلة ومجالات التغير والنمو التي تطرأ فيها، حد من بينها:

- يشير إبراهيم وجيه محمود (1981) إلى المراهقة بأنها " الفترة التي تلي الطفولة، وتقع بين البلوغ الجنسي وسن الرشد، وفيها يعتري الفرد - الفتي أو الفتاة - تغيرات أساسية واضطرابات شديدة في جميع جوانب نموه الجسمي والعقلي والانفعالي (إبراهيم وجيه محمود، 1981، ص 15) .

4-2- الخصائص الجسمية والفسولوجية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة:

تعد مرحلة المراهقة الطفرة في النمو الجسماني بشكل عام فهي مرحلة نمو جسم سريع لا في النمو إلا مرحلة ما قبل الميلاد، والمسؤول على هذا النمو السريع في دور البلوغ هو زيادة إفرازات الغدة النخامية التي تقوم بدور العامل المساعد المؤدي إلى النمو بالإضافة إلى دورها المنظم للغدد الأخرى الأدرينالين، الجنسية والدرقية) التي تحدد نمو الأنسجة ووظائفها.

وفي مرحلة المراهقة الوسطى يتواصل النمو الجسمي السريع بحيث يزداد الطول ويتسع المنكبين ويزداد طول الجذع والذراعين والساقين، كما تنمو العضلات ويزداد وزن الجسم تبعاً لتمر العضلات والعظام، وهذا ما أكدته دراسة ستلورت(1938)Stteleworth حيث أشار إلى أن زيادة الوزن تكون سريعة في الفترة التي تقع ما بين -14- 16 سنة وبعد سن السابعة عشر تكون هناك زيادة ضئيلة جدا في النمو الجسمي.

كما تتضح مظاهر النمو الفسيولوجي من خلال ارتفاع ضغط الدم تدريجياً عند كلا الجنسين مما يؤدي إلى ظهور حالات الإغماء والصداع والتوتر والقلق لدى أفرادها.

4-3- الخصائص الحركية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة:

بعد فترة الخمول والتراخي وكذا التوافق الحركي الغير الدقيق في فترة المراهقة الأولى الناتجة أساساً عن النمو الجسمي السريع، فإن حركات المراهقة في مرحلة المراهقة المتوسطة تصبح أكثر توافقاً وانسجاماً كما أن نشاط المراهق يأخذ في الزيادة ويكون من النوع البنائي، أي من النوع الذي يرمي إلى تحقيق هدف معين، على العكس من النشاط الزائد غير الموجه الذي يقوم به الأطفال في المدرسة الابتدائية. المراهق إلى مزاولة مثل العزف على الآلات الموسيقية وبعض الألعاب الرياضية المتخصصة والكتابة على تدريبات رياضية محاولين إتقان بعض المهارات الحركية التي تحتاج إلى دقة وتآزر حركي الآلة الراقية. كما يصف محمد حسن علاوي (1998) مرحلة المراهقة الوسطى بذروة جديدة للنمو الحركي، حيث تمكن الفرد والفتاة من سرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها (علاوي، 1998، ص132).

وتشير ليلي عبد العزيز زهران (2003) إلى مجموعة من الخصائص البدنية والحركية التي تميز مرحلة المراهق الوسطى وهي على النحو التالي: (زهران، 2003، ص214) .

- تزداد القوة العضلية والتحمل بدرجة كبيرة تؤثر على دقة المهارات.
- تتطور الصفات البدنية المختلفة سواء للبنات أو الأولاد ويتحسن شكل القوام.
- يبذلون طاقة أكثر مما يحتاجون عادة، لذا فهم يحتاجون للتغذية ولفترات من الراحة.
- يعانون من بعض المشاكل الخاصة بالجلد.
- تتطور التوافقات للحركات المركبة.

4-4- الخصائص العقلية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة:

إن من أبرز مظاهر النمو العقلي في مرحلة المراهقة هو الذكاء الذي يستمر نموه ولكن ليس بالسرعة التي تلاحظ في النمو الجسمي بل يسير النمو بالنسبة للبناء العقلي للمراهق بهدوء، ويصل الذكاء إلى اكتمال نضجه في ما بين سن الخامسة عشر سنة إلى الثانية عشر ذلك بالنسبة لغالبية أفراد المجتمع.

كما تصبح القدرات العقلية أكثر ظهوراً في مرحلة المراهقة، ومن هذه القدرات القدرات العددية، القدرة على التصور البصري المكاني، القدرة على التعلم وكذا اكتساب المهارات الحركية وغير الحركية، بالإضافة إلى نمو الإدراك والانتباه والتذكر والتخيل والتفكير وكذا الاهتمام بالأنشطة الأخرى. إذ تزيد القدرة على التخيل والابتكار، ويميل المراهق ابتداءً من سن الخامسة عشر إلى التعبير عن نفسه وتحليل الذات ونقدها (التفكير النقدي) ووصف المشاعر، ويدفع المراهق إلى الكتابة عن خبراته وتحاربه وعواطفه التي يتعرض لها (خليل ميخائيل معوض 2003، ص 342).

4-5- الخصائص الاجتماعية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة:

في المراهقة الوسطى يسعى المراهق إلى أن يكون له مركز في جماعته بعدما كان في السنوات الأولى المراهقة يميل إلى مسايرة الجماعة التي ينتمي إليها ، ولأجل أن تتعرفي الجماعة بشخصيته فإنه يميل دائماً القيام بأعمال تلفت النظر إليه وتبرز أهميته كفرد له كيان مستقل ، ووسائل دلت متعددة كالعناية بمظهره و ملبسه وطريقة حديثه (عصام نور ، 2004، ص 25 26)

ومما سبق تظهر الاستقلالية كأحد مظاهر النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة هذا بالإضافة إلى التمرد والثورة سواء على الأسرة و كذا المدرسة والمجتمع بتقاليده وقيمه ، والميل إلى الزعامة و

الفصل الرابع:مرحلة المراهقة

الجنس الآخر عن طريق محاولته أن يجذب إليه انتباه الفتيات ، كما تبرز روح المنافسة لديه وتأخذ شكلا فرديا ، فهو يتنافس ويعمل على التفوق في التحصيل الدراسي و النشاط الرياضي والنشاط الفني كالتمثيل والرسم والموسيقى ، وقد يزداد التنافس فتسيطر نزعات الأنانية ويبدو ذلك في شكل صراع ومعاناة وتوتر فيصاحب ذلك الكيد والوقية والانتقام ويشير خليل ميخائيل معوض (2003) إلى أن المنافسة قد تكون ظاهرة صحية في إطار المعقول وتنمي مواهب المراهق وقدراته على التقدم والارتقاء (معوض، 2003، ص, 35, 33, 54) .

4-6- الخصائص الانفعالية لمرحلة المراهقة الوسطى 15-17 سنة:

مرحلة المراهقة تتسم بأنها مرحلة عنيفة في حدة الانفعالات واندفاعها، وتحتاج المراهق ثورة من القلق والضيق والتبرم والزهد، فنجده ثائرا على الأوضاع ومتذمرا على الكبار كثير النقد لهم، واندفاع المراهق الانفعالي ليست لأسباب نفسية خالصة بل ترجع أيضا إلى التغيرات الجسمية وتأثيراتها على هذه الانفعالات.

ويمكن تلخيص أهم المظاهر الانفعالية لمرحلة المراهقة فيما يلي:

- القلق الشديد الناتج عن التغيرات الجسمية التي يمر بها وإحساس المراهق بالفرق بينه وبين الآخرين، فهو يشعر بالرضا والارتياح عندما يحس أن نموه الجسمي جاء وفق متطلباته ووفق النموذج الذي يتصوره النفسية، وعلى العكس من ذلك يشعر بالضيق عندما يبتعد من الصورة التي يريد ويتمنى أن يكون عليها

- تتسع آمال المراهق وأحلامه وقد يتعذر عليه تحقيقها أو تحقيق معظمها مما يولد لديه الإحباط ويؤدي إلى زيادة شعوره بالكآبة والضيق (سامي عريفج، 1993 ص 141-142) .

- الرهافة ، وتتمثل في سرعة تأثر المراهق بالمشيرات الانفعالية نتيجة لاختلال التوازن الغددي وتغيير المشيرات الإدراكية لبيئته.

- التمرد والثورة على الكبار، وعلى المعايير والقيم الخلقية والتقاليد في المجتمع، فلا تعجبه أفكار الكبار وأرائهم التي يعتبرونها آراء رجعية، ويحاول المراهق التحرر من سلطة الوالدين ويتحداها ويثور على سلطة المدرسية المجتمع مما يسبب له القلق الشديد (معوض، 2003، ص 348) .

الخلاصة:

"تُعتبر مرحلة المراهقة فترة حاسمة في حياة الفرد، ولذا فإن فهمها ودراستها لهما أهمية كبيرة، ففهم التحولات الجسمية والنمائية التي يختبرها الشباب في هذه الفترة يساعد فبتوفير الدعم والرعاية الصحية المناسبة لهم.

إذ أن الحياة في هذه المرحلة تأخذ طابع آخر وفيها يتجه الفرد محاولاً أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه، ويلاءم ما بين تلك المشاعر الجديدة والظروف البيئية ليحدد موقعه من هؤلاء الناضجين، محاولاً التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة فيدرس المراهق كيفية الدخول في الحياة المهنية، وتتوسع علاقاته مع تحديد اتجاهاته إزاء الشئون الاجتماعية وإزاء العمل الذي يسعى إليه.

الفصل الخامس: منهجية الدراسة

5-1- الدراسة الاستطلاعية

5-2- منهج الدراسة

5-3- متغيرات الدراسة

5-4- مجتمع وعينة الدراسة

5-5- أساليب جمع البيانات

5-6- الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة

5-7- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية

5-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية

الفصل الخامس: منهجية الدراسة

تمهيد:

إن الدراسات السوسولوجية المتكاملة مبنية على ضرورة تحقيق الربط والتكامل بين الدراسة النظرية والميدانية لموضوع الدراسة وذلك باعتماد إجراءات منهجية معينة تتماشى مع طبيعة موضوع الدراسة وأهدافه وكذا الواقع الذي توجد فيه الظاهرة المدروسة، وسيتم في هذا الفصل عرض مجالات الدراسة والمنهج المستخدم والعينة المختارة.

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

5-1- الدراسة الاستطلاعية

تعريف:

الدراسة الاستطلاعية هي الدراسة التي يتم إجراؤها لفحص مشكلة لم يتم دراستها بشكل أكثر وضوحًا، بهدف تحديد الأولويات، وتطوير التعاريف التشغيلية وتحسين تصميم البحث النهائي. تساعد الدراسة الاستطلاعية على تحديد أفضل تصميم للبحث، وطريقة جمع البيانات واختيار الموضوعات (شبكة المعلومات العربية - مكتبتك 2020/02/12).

أين قمنا بالدراسة الاستطلاعية قصد التعرف على معالم الدراسة و تقييم الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة و وبعد حصولنا على التصريح من طرف إدارة الجامعة ، فقد توجهنا إلى ثانوية لعلی بهاء و ثانوية يوسفی حسین بلدية خليل و ثانوية عبد اللافي بوضياف بلدية عين تاغروت حيث تم استقبالنا و توجيهنا لأساتذة المادة .

* أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على الظاهرة التي يرغب في دراستها، وجمع معلومات، وبيانات عنها.
- استطلاع الظروف التي يجري فيها البحث، والتعرف على العقبات التي تقف في طريق إجراءه.
- التعرف على أهم الفروض التي يمكن إخضاعها؛ للتحقيق العلمي، وذلك باستنباطها من البيانات، والمعطيات التي يقوم الباحث بتأملها.
- توضيح مفاهيم المصطلحات العلمية، وتحديدًا معانيها تحديدًا دقيقًا؛ يمنع من الخلط بين ما هو متقارب منها.
- معرفة مدى موضوعية الأسئلة و قابلية العينات على استوعباها و الإجابة عنها

* عينة الدراسة الإستطلاعية:

عينة البحث هي جزء من مجتمع الدراسة يتم اختياره بطريقة منهجية أو عشوائية لتمثيل مجتمع الدراسة، ويتم فحص عينة الدراسة لتعميم النتائج على باقي المجتمع.

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

بعد اختيار عينة البحث المتمثل في تلاميذ المرحلة الثانوية ، حيث قمنا بتحديد عدد محدود منهم لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم. فتكونت من عدد من التلاميذ بلغ " 14 " تلميذا ، كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم (01) :خصائص العينة الاستطلاعية من حيث الجنس:

الجنس	العدد	النسبة المئوية %
إناث	8	%57.1
ذكور	6	%42.8

5-2- منهج الدراسة:

إن أي بحث يتطلب إتباع منهج علمي يلائم مشكلة البحث وأهدافها من قبل الباحث، حيث يعرف المنهج بأنه مجموعة الإجراءات المتبعة في دراسة الظاهرة أو مشكلة البحث لاكتشاف الحقائق المرتبطة بها، والإجابة عن الأسئلة التي أثارها والأساليب المتبعة في تحقيق الفروض أو التساؤلات التي صممت الدراسة من أجل اختبارها أو الإجابة عنها، ويؤكد المهتمون بمنهج البحث أن الباحث ليس حرا في اختياره للمنهج بل طبيعة الظاهرة المراد دراستها هي التي تفرض عليه اختيار المنهج الملائم وتصنف البحث على أساس الهدف الرئيسي له، أما تصنيف المنهج فإنها تحدد بالطريقة التي يتبعها الباحث في كل مشكلة أو ظاهرة معينة (الصاوي ومبارك، 1996، ص211).

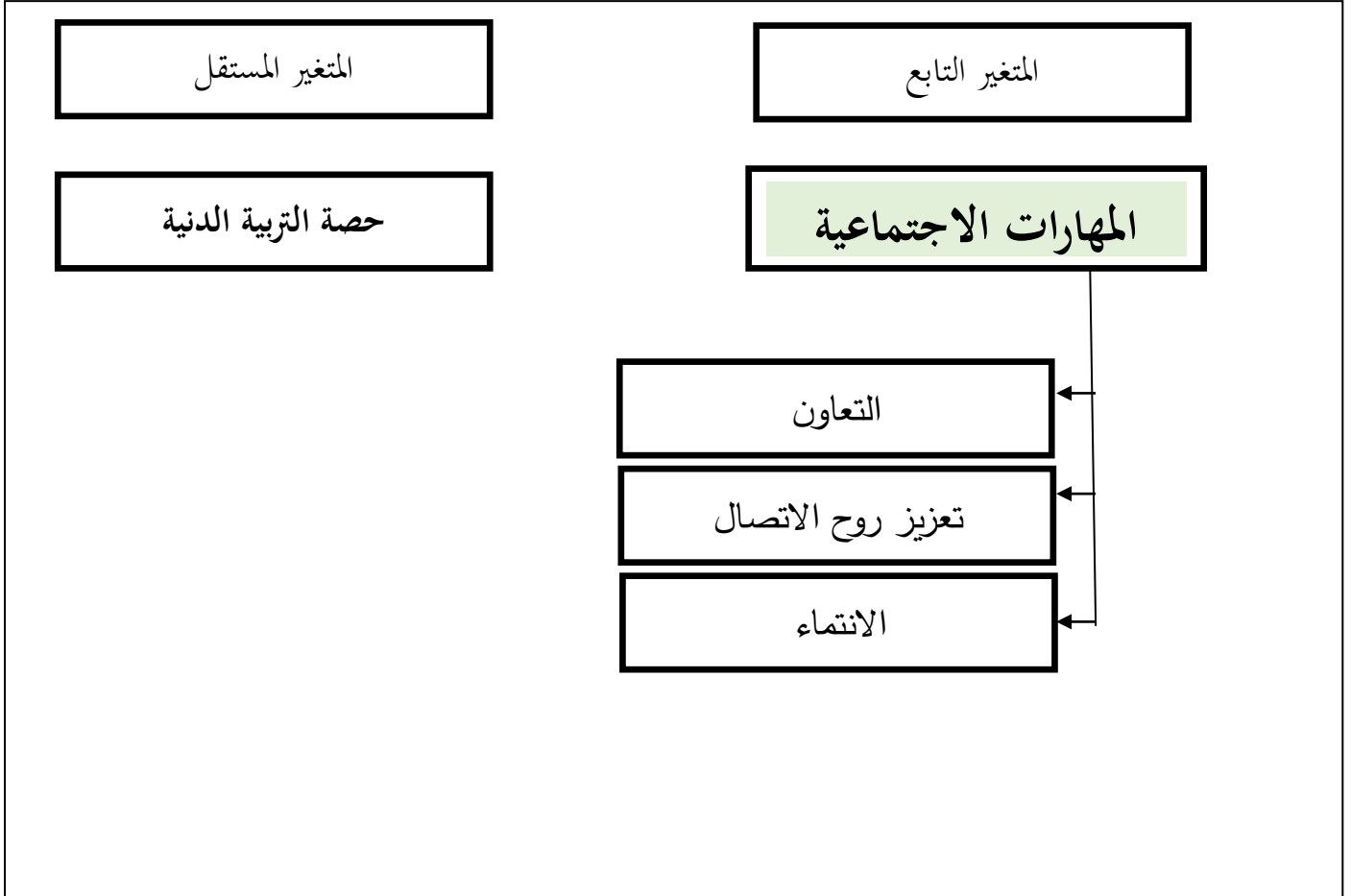
ونظرا لموضوع بحثنا ارتأينا إتباع المنهج الوصفي الذي يمكن تعريفه بأنه دراسة للوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين او مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع . (رشوان، 2003، ص22)

حيث يساعد هذا المنهج على تبسيط الظاهرة محل الدراسة، بطريقة منظمة والبحث عن الاتجاهات و الميولات الكامنة داخل تلك الآراء والحقائق من اجل توظيف هذه الاستنتاجات لصالح البحث.

الفصل الخامس: منهجية الدراسة

5-3- متغيرات الدراسة:

الشكل رقم (01): يوضح متغيرات الدراسة:



تتمثل متغيرات الدراسة في :

المتغير المستقل:

* حصة التربية الدينية

المتغير التابع:

* المهارات الاجتماعية (التعاون/ تعزيز روح الاتصال /الانتماء)

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

5-4- مجتمع الدراسة والعينة:

مجتمع الدراسة: يعرف مجتمع البحث على أنه المجتمع الأكبر أو مجموع المفردات التي يهدف الباحث لدراستها لتحقيق نتائج الدراسة ويمثل هذا المجتمع الكل أو المجموع الأكبر المستهدف الذي يهدف الباحث لدراسته ويتم تعميم نتائج الدراسة على كل مفرداته، إلا أنه يصعب الوصول إلى هذا المجتمع المستهدف بضخامته فيتم التركيز على المجتمع المتاح أو الممكن الوصول إليه والاقتراب منه لجمع البيانات، والذي يعتبر عادة جزءاً مائلاً للمجتمع المستهدف ويلي حاجات الدراسة وأهدافها وتختار منه عينة البحث (عبد الحميد، 2004، ص130).

← شمل مجتمع الدراسة على تلاميذ المرحلة الثانوية ولاية برج بوعرييج و الذي قدر عددهم الإجمالي ب

1361 تلميذ موزعون على ثلاث ثانويات كما يلي:

الجدول رقم (03): توزيع مجتمع الدراسة حسب الثانويات:

عدد التلاميذ	الثانوية
412	ثانوية لعلى بهاء بلدية خليل
520	ثانوية عبد اللافي بوضياف بلدية عين تاغروت
429	ثانوية يوسف الحسين بلدية خليل
1361	المجموع

عينة الدراسة: لإنجاز أي دراسة لابد من تحديد العينة التي تعرف على أنها: «جزء صغير من المجتمع يتم اختياره بطريقة معينة ليمثل المجتمع بهدف الوصول إلى بعض الحقائق عن المجتمع الأصلي الذي يصعب دراسته (عبد الحليم، 2003، ص92)». وفي هذه الدراسة تم اعتماد عينة قدرها 120 تلميذ بالمرحلة الثانوية. و هذا ما يمثل: 8,81 % من مجتمع البحث .

عرض خصائص عينة الدراسة:

نقوم من خلال هذا العنصر بوصف الدراسة من خلال التطرق إلى المميزات الشخصية لها وذلك تبعا لكل من متغيرات الجنس و السن التي تم التطرق إليها في البيانات الشخصية. وقد تم الحصول على النتائج التالية:

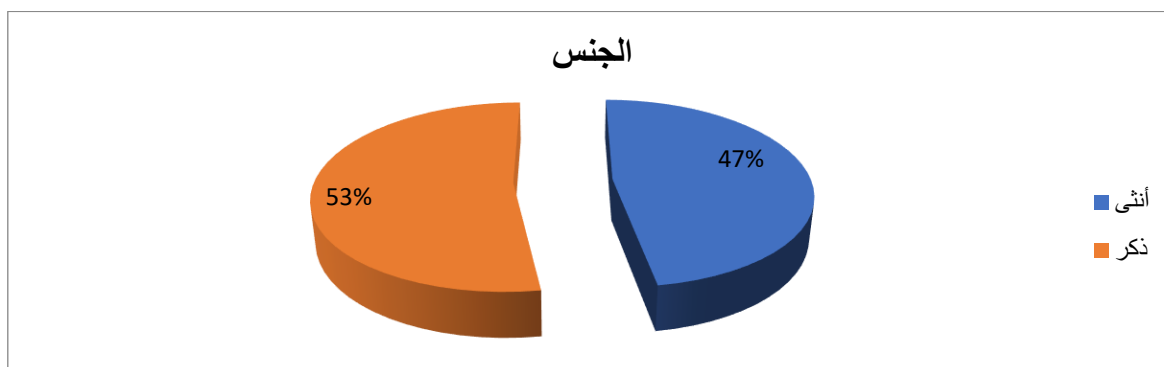
الفصل الخامس: منهجية الدراسة

الجدول رقم (04): توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس:

الجنس		
الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	57	% 47,5
أنثى	63	%52,5
المجموع	120	100

يشير توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس إلى وجود 63 أنثى، مما يمثل نسبة 52.5% من إجمالي عدد الأفراد في العينة، بينما يوجد 57 ذكراً، مما يمثل نسبة 47.5% من إجمالي عدد الأفراد في العينة، نستنتج من خلال هذه النتائج أن فئة الإناث تمثل الفئة الغالبة من أفراد العينة.

الشكل رقم (02): توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس:



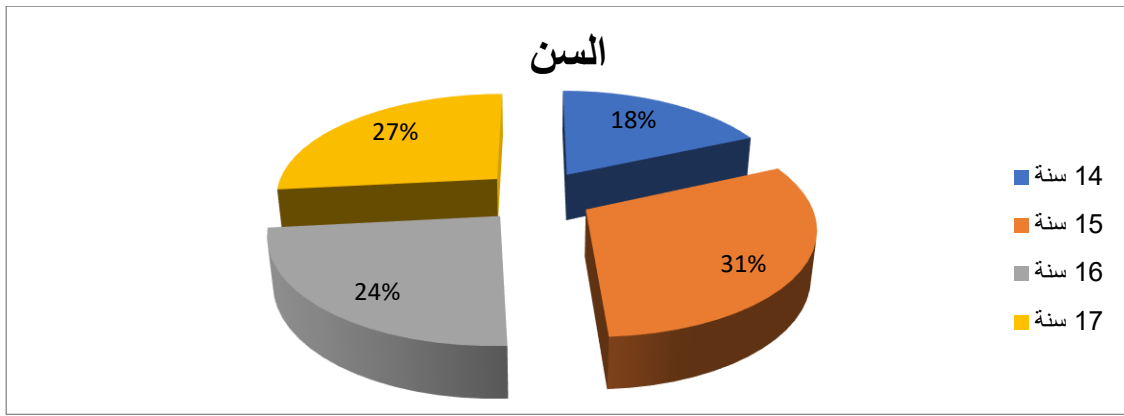
الجدول رقم (05): توزيع أفراد العينة حسب متغير السن:

السن		
السن	التكرار	النسبة المئوية
14 سنة	22	%18,33
15 سنة	37	%30,83
16 سنة	29	%24,16
17 سنة	32	%26,66
المجموع	120	100

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

تتضح من البيانات المقدمة أن أكبر فئة عمرية في العينة هي الأفراد البالغين من العمر 15 سنة، حيث يبلغ عددهم 37 فردًا ويمثلون نسبة 30.83% من إجمالي العينة. يليهم في الترتيب الأفراد البالغين من العمر 17 سنة بعدد 32 فردًا ونسبة 26.66%. بينما تشكل الفئة العمرية 16 سنة نسبة 24.16% من العينة بعدد 29 فردًا. وأخيرًا، تمثل الفئة العمرية 14 سنة نسبة 18.33% من العينة بعدد 22 فردًا. هذه البيانات توضح توزيع الأفراد في العينة حسب فئات الأعمار، حيث تراوحت الأعمار بين 14 و17 سنة.

الشكل رقم (03): توزيع أفراد العينة حسب متغير السن:



5-5- الأدوات المستخدمة في جمع البيانات:

تعتبر مرحلة جمع البيانات مرحلة حساسة في البحث فهي تحتاج إلى عناية كبيرة، لأن الاختيار الصائب والأمثل للأداة المعتمد عليها في جمع البيانات يساعد في جمعها بأكثر دقة ممكنة، كما أنه لا يكون بمعزل عن طبيعة الدراسة ونوعيتها والأهداف المرجوة منها وكذا الظروف البحثية التي ستجرى فيها الدراسة التطبيقية وبالتالي فإن اختيار الأداة يكون بشكل منهجي ويقوم الباحث بتصميم الأداة وفقا لأهداف البحث وخصائص القاعدة المعرفية التي سيتلقى منها البيانات. (الصاوي ومبارك، 1996، ص26)

وانطلاقاً من طبيعة بحثنا اعتمدنا على أداة الاستبانة التي يمكن تعريفها لغوياً: بأنها: "كلمة مشتقة من الفعل استبان الأمر، بمعنى أوضحه وعرفه، الاستبانة بذلك هي التوضيح والتعريف لهذا الأمر. كما تعرف الاستبانة

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

في الأوساط البحثية العلمية تحت أسماء عديدة مثل الاستقصاء، الاستفتاء، وكلها كلمات تفيد الترجمة الواحدة لكلمة (Questionnaire) في اللغة الفرنسية" (بن مرسللي ، 2010، ص286).

أما اصطلاحاً فهي: "مساعدة الباحث على جمع المعلومات من عينة كبيرة العدد مهما تميزت بالانتشار أو التشتت بالإضافة إلى عدم تدخل الباحث في التزوير الذاتي للمبحوثين أثناء الاستقصاء، ويوفر كثيراً من الوقت والجهد ويساعد على تصنيف البيانات وتبويبها، مما يرفع درجة من الثبات ودقة النتائج" (محمد، 2000، ص106) .

هي أداة تضم: " مجموعة من الأسئلة التي تطرح لأفراد عينة البحث، والتي تعطينا إجابات قابلة للعرض والتحليل، والتفسير، والتعليل، والتركيب للوصول إلى نتائج تحيب عن تساؤلات الإشكالية وفرضيات البحث، كما تخدم هدف البحث" (زرواتي 2016، ص220، 221)

تعد الاستمارة الأداة الأكثر استخداماً في البحوث العلمية وهي تعتبر وسيلة لجمع البيانات من خلال احتوائها على مجموعة من الأسئلة و العبارات و الطلب يطلب من المستجوب الإجابة عليها، لذلك استخدمناه كأداة رئيسية لجمع البيانات في هذه الدراسة.

2-الجزء الثاني: استمارة أسئلة حول المهارات الاجتماعية تضمن هذا المحور 30 عبارة تم تصميمها لمعالجة ثلاثة أبعاد نوضحها كالتالي:

➤ البعد الأول: «التعاون» و الذي خصص له 10 عبارات ت

➤ البعد الثاني: " تعزيز روح الاتصال الاجتماعي" و الذي خصص له 10 عبارات

➤ البعد الثالث: "الانتماء" و الذي خصص له 10 عبارات

وقد كانت إجابات كل عبارة وفق مقياس ليكارت الثلاثي الذي تضمن الخيارات الثلاثة: (موافق ، محايد، غير موافق).

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

5-6- الخصائص السيكومترية:

الجدول رقم (06): الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

01- الثبات :

المحور	عدد العبارات	ألفا كرونباخ	الثبات
المهارات الاجتماعية	التعاون	0,765	0,871
	تعزيز روح الاتصال الاجتماعي	0,794	0,891
	الانتماء	0,803	0,896
	30	0,885	0,940
الاستمارة ككل	30	0,885	0,940

تبعاً للبيانات بالنسبة للمحور "المهارات الاجتماعية"، يتكون من مجموعة من العبارات المرتبطة بالتعاون، تعزيز روح الاتصال الاجتماعي والانتماء. قيم ألفا كرونباخ لكل واحدة من هذه العبارات، وكانت القيم المحسوبة 0,765، 0,794، و 0,803 على التوالي. وتشير هذه القيم المحسوبة للثبات إلى وجود درجة عالية من الثبات لهذه العبارات.

بالنسبة للاستبيان بشكل عام، والذي يجمع المحاور "المهارات الاجتماعية"، يتكون من 55 عبارة. تم حساب قيمة ألفا كرونباخ للمحور الكلي والتي بلغت 0.873. وتشير هذه القيمة المحسوبة للثبات إلى وجود درجة عالية من الثبات لهذا المحور.

يمكن اعتبار الاستبانة موثوقة وصحيحة في قياس المحاور المذكورة، حيث تتمتع بمستوى جيد من الثبات. ومع ذلك، يجب أن يتم النظر في البيانات الإضافية وتقييم الاستبانة في سياق الدراسة المحددة والعينة المستهدفة.

02- الصدق: تم التأكد من الصدق الظاهري للاستبيان عن طريق عرضه على مجموعة من أساتذة المعهد بلغ عددهم 05 أساتذة (انظر المحق رقم 03) .

الفصل الخامس:منهجية الدراسة

حيث أجمعوا على أن العبارات واضحة و صحيحة و لها علاقة بمحاور الاستبيان و تجيب على أسئلة الدراسة .

5-7- تصميم الدراسة و المعالجة الإحصائية :

للإجابة عن أسئلة الدراسة واختبار الفرضيات تم استخدام أساليب الإحصاء الوصفي والتحليلي، حيث تم ترميز وإدخال المعطيات إلى الحاسوب باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS إصدار 25.

- مقاييس الإحصاء الوصفي وذلك لوصف عينة الدراسة وإظهار خصائصها، وهذه الأساليب هي المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية للإجابة عن أسئلة الدراسة وترتيب عبارات كل متغير، من خلال معرفة الاتجاه العام للعينة بناء على المتوسط الحسابي المرجح تمهيدا وتدعيما لتفسير نتائج إجابات .

5-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية:

1. **تحديد الهدف:** قبل البدء في الدراسة الميدانية، قمنا بتحديد الهدف الرئيسي للدراسة ومعرفة المعلومات التي نرغب في جمعها وتحليلها.

2. **تصميم الدراسة:** يتطلب تصميم الدراسة وضع خطة مفصلة تشمل عينة الدراسة، وأدوات جمع البيانات، وطرق التحليل المستخدمة. و لأن الدراسة تدور حول متغير تابعين و هما المهارات الاجتماعية ، كان لا بد أن نصمم أداة دراسة تلي احتياجات الدراسة و لذلك احتوت أداة الدراسة على قسمين:

القسم الثاني: خاص بأداة الدراسة

3. **اختيار العينة:** اختيار العينة المناسبة هو جزء مهم في الدراسة الميدانية، يجب أن تكون عينة الدراسة ممثلة للمجتمع أو الفئة التي تود دراستها، وتمثلت عينة الدراسة في تلاميذ المرحلة الثانوية كما سبق ذكرنا.

4. **جمع البيانات:** بعد تحديد العينة، ثم جمع البيانات الميدانية.

5. **تحليل البيانات:** بعد جمع البيانات، ثم تحليلها باستخدام الأساليب والتقنيات المناسبة.

6. **تفسير النتائج:** تم تفسير النتائج بناءً على التحليل الذي تم القيام به وفهم العلاقات والمعنى الإحصائي للبيانات.

الفصل الخامس:.....منهجية الدراسة

خلاصة الفصل:

تتميز منهجية الدراسة بأهمية كبيرة في مجال البحث العلمي. فإن استخدام منهجية دقيقة وموحدة يسهم في ضمان الدقة والموثوقية في النتائج المستخلصة، عندما يتم تبني منهجية واضحة ومعيارية، يتم تحقيق مستوى معتبر من الشفافية والتكامل بين الدراسات المختلفة، بالإضافة إلى ذلك، تمكن الدراسة المنهجية الباحث ينمن تكرار الدراسة وإعادة التحليل، مما يسهم في التحقق من صحة النتائج وتعميمها على نطاق أوسع.

الفصل السادس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج

6-1- عرض و تحليل النتائج

6-2- مناقشة الفرضيات على ضوء نتائج الدراسة

6-1- عرض وتحليل النتائج

بعد عملية الترميز والتفريغ تم الحصول على النتائج التالية التي سيتم تقديمها وتحليلها وتفسيرها ثم مناقشتها من خلال حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد العينة، الوظيفي تم تقييم وتأشير ترتيب الفقرات تصاعديا حسب قيم المتوسط الحسابي، كما تم تحديد مستوى المتوسط المرجح بناء على قيمة المتوسط الحسابي، وذلك لتحديد الحد الأدنى لهذه الخلية وهكذا أصبح التقييم كما يلي في الجدول أدناه:

الجدول رقم (09): مجال المتوسط الحسابي لكل مستوى حسب مقياس ليكارت الثلاثي.

المرتبة	درجة التقييم	الاتجاه العام	مجال المتوسط الحسابي المرجح
1	ضعيف	غير موافق	من 1 إلى 1.66
2	متوسط	موافق بدرجة متوسطة	من 1.67 إلى 2.33
3	عال	موافق	من 2.34 إلى 3

المتوسط الحسابي (Mean):

المتوسط الحسابي هو قيمة مجموع مجموعة من الأعداد مقسومة على عددها. يتم حساب المتوسط الحسابي بجمع جميع القيم في المجموعة ومن ثم قسمتها على عدد القيم. يعتبر المتوسط الحسابي واحدًا من أكثر القياسات شيوعًا للمركز الإحصائي لمجموعة من الأعداد.

الانحراف المعياري (Standard Déviation):

الانحراف المعياري هو قياس لتشتت القيم داخل مجموعة من الأعداد. يعبر عن مدى انتشار القيم حول المتوسط الحسابي. عندما يكون الانحراف المعياري أقل، فإن القيم تكون أقرب إلى المتوسط، في حين أن الانحراف المعياري الأكبر يشير إلى تشتت أكبر للقيم.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

بعد عملية الترميز والتفريغ تم الحصول على النتائج التي سنقوم بعرضها وتحليلها وتفسيرها ثم مناقشتها من خلال حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد العينة، تم تقييم وتأشير ترتيب فقرات كل بعد تصاعديا حسب قيم المتوسط الحسابي، كما تم تحديد مستوى المتوسط المرجح بناء على قيمة المتوسط الحسابي.

تحليل اتجاهات أفراد العينة:

يضم الجدول التالي المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد العينة المدروسة، وانطلاقا من المتوسط الحسابي المرجح تم تحديد درجة التقييم لكل فقرة وكانت النتائج كما يلي من خلال الجدول التالي:

• المهارات الاجتماعية

المحور الأول: التعاون

الجدول رقم (11):الاتجاه العام لمبدأ التعاون

التعاون					
الترتيب	التقييم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارات	الرقم
5	موافق	2,86	0,797	حصة التربية البدنية والرياضية تعزز روح التعاون بين التلاميذ في المرحلة الثانوية	1
2	موافق	2,82	0,502	تعاونك مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية يساعدك في تحقيق الأهداف الرياضية المشتركة	2
1	موافق	2,89	0,426	تشارك في الأنشطة الرياضية الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية	3
4	موافق	2,42	0,784	يعتبر العمل الجماعي والتعاون مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية أمراً مهماً بالنسبة لك	4
10	موافق	2,05	0,878	تساعدك حصة التربية البدنية والرياضية تساعدك في	5

الفصل السادس:عرض وتحليل ومناقشة النتائج

درجة متوسطة	بدرجة			تطوير مهارات التواصل والتفاعل مع الآخرين	
6	متوسطة	2,30	0,866	تشعر أن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الرياضية والتعاونية بين التلاميذ في المدرسة	6
6	متوسطة	2,30	0,904	هل تعتقد أن مشاركتك في الأنشطة الرياضية الجماعية يعزز الترابط والتواصل مع زملائك في المرحلة الثانوية؟	7
8	متوسطة	2,28	0,788	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة للتعرف على زملائك بشكل أفضل وبناء علاقات اجتماعية	8
3	متوسط	2,47	0,777	تشارك في أنشطة خارج الصف المرتبطة بالرياضة والتي تعزز التعاون والتواصل مع زملائك في المدرسة	9
9	متوسط	2,20	0,826	تعتقد أن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الجماعية وتعمل على تعزيز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية	10
موافق		2,40	0,436	المحور ككل	

1. الاتجاه العام:

يشير المتوسط الحسابي لتقدير التلاميذ في المحور الثاني إلى وجود اتجاه إيجابي عام في مستوى المهارات الاجتماعية المتعلقة بالتعاون. وبالتالي، يميل التلاميذ بشكل عام إلى التقييم بصورة إيجابية في جوانب المحور الثاني.

2. الترتيب والتقييم:

- العبارة رقم 1 "تشارك في الأنشطة الرياضية الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية" حصلت على أعلى تقييم بمتوسط حسابي قدره 2.89. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يشاركون بنشاط في الأنشطة الرياضية الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية.

- العبارة رقم 2 "تعاونك مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية يساعدك في تحقيق الأهداف الرياضية المشتركة" حصلت على تقييم مرتفع أيضًا بمتوسط حسابي قدره 2.82. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يعتبرون التعاون مع زملائهم في تحقيق الأهداف الرياضية المشتركة أمرًا مهمًا.

- العبارة رقم 3 "تشارك في أنشطة خارج الصف المرتبطة بالرياضة والتي تعزز التعاون والتواصل مع زملائك في المدرسة" حصلت على تقييم أقل بمتوسط حسابي قدره 2.47. يشير ذلك إلى أن بعض التلاميذ يشاركون في أنشطة خارج الصف المتعلقة بالرياضة، والتي تعزز التعاون والتواصل مع زملائهم في المدرسة.

- العبارتين رقم 4 ورقم 5 حصلتا على تقييمات أقل بمتوسطات حسابية تبلغ 2.42 و 2.36 على التوالي. يشير ذلك إلى أن بعض التلاميذ يرون العمل الجماعي والتعاون في حصص التربية البدنية والرياضية أمرًا مهمًا، وأن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز روح التعاون بين التلاميذ في المرحلة الثانوية.

3. الانحراف المعياري:

- الانحراف المعياري للعبارات يتراوح بين 0.426 و 0.797، وهو يشير إلى اختلاف في تقييم التلاميذ بشأن مستوى التعاون في المهارات الاجتماعية. يظهر الانحراف المعياري الأكبر في العبارة رقم 3، مما يشير إلى وجود اختلاف كبير في آراء التلاميذ بشأن مشاركتهم في أنشطة خارج الصف المرتبطة بالرياضة.

بشكل عام، يمكن القول أن التلاميذ يظهرون مستوى جيد من المهارات الاجتماعية المتعلقة بالتعاون، خاصة فيما يتعلق بالمشاركة في الأنشطة الرياضية الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية والتعاون مع زملائهم في تحقيق الأهداف الرياضية المشتركة. ومع ذلك، قد يكون هناك بعض

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحديات فيما يتعلق بالمشاركة في الأنشطة خارج الصف المتعلقة بالرياضة وتعزيز التعاون والتواصل مع زملاء المدرسة.

المحور الثاني: تعزيز روح الاتصال الاجتماعي

الجدول رقم (12):الاتجاه العام لمبدأ تعزيز روح الاتصال الاجتماعي

تعزيز روح الاتصال الاجتماعي					
الترتيب	التقييم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارات	الرقم
1	موافق	2,58	0,603	تشعر أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز التواصل والتفاعل مع زملائك في المرحلة الثانوية	1
7	موافق	2,34	0,750	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة للتواصل مع طلاب آخرين غير تلاميذ صفك	2
2	موافق	2,53	0,660	تشارك في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية و الرياضية	3
6	موافق	2,40	0,803	تعتقد أن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز فرص التعرف على زملائك وبناء علاقات اجتماعية معهم	4
5	موافق	2,42	0,762	تشعر بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الجماعية والتعاونية بين التلاميذ في المدرسة	5
9	موافق بدرجة متوسطة	2,15	0,718	تشعر بأن حصة التربية البدنية و الرياضية تعززا لانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية	6

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

7	تطوير مهارات الاتصال الاجتماعي	0,760	2,17	موافق بدرجة متوسطة	8
8	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية مكانًا مناسبًا لتكوين صداقات جديدة وتوسيع شبكة التواصل الاجتماعي	0,731	2,44	موافق	4
9	تشعر بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الإيجابية والتفاعل الاجتماعي بين التلاميذ	0,860	2,00	موافق بدرجة متوسطة	10
10	تعتقد أن حصة التربية البدنية والرياضية تساعدك في التواصل مع زملائك بشكل أفضل خارج الحصة أيضًا	0,754	2,45	موافق	3
المحور ككل		0,439	2,34	موافق	

تظهر النتائج مستوى جيد من التقييم بشكل عام:

العبارة رقم 1 "تشعر أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز التواصل والتفاعل مع زملائك في المرحلة الثانوية" حصلت على أعلى تقييم بمتوسط حسابي قدره 2.58، مع انحراف معياري قدره 0.603. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يشعرون بأن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز التواصل والتفاعل مع زملائهم في المرحلة الثانوية.

العبارة رقم 2 "تشارك في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية" حصلت على تقييم جيد أيضًا بمتوسط حسابي قدره 2.53 وانحراف معياري قدره 0.660. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يشاركون بنشاط في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية.

العبارة رقم 3 "تعتقد أن حصة التربية البدنية والرياضية تساعدك في التواصل مع زملائك بشكل أفضل خارج الحصة أيضًا" حصلت على تقييم بمتوسط حسابي قدره 2.45 وانحراف معياري قدره 0.754.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

يشير ذلك إلى أن التلاميذ يعتقدون أن حصة التربية البدنية والرياضية تساعدهم في التواصل مع زملائهم بشكل أفضل خارج الحصة أيضًا.

العبارة رقم 4 "تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية مكانًا مناسبًا لتكوين صداقات جديدة وتوسيع شبكة التواصل الاجتماعي" حصلت على تقييم مرتفع بمتوسط حسابي قدره 2.44 وانحراف معياري قدره 0.731. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يرون حصة التربية البدنية والرياضية كمكان مناسب لتكوين صداقات جديدة وتوسيع شبكة التواصل الاجتماعي.

العبارة رقم 5 "تشعر بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الجماعية والتعاونية بين التلاميذ في المدرسة" حصلت على تقييم جيد أيضًا بمتوسط حسابي قدره 2.42 وانحراف معياري قدره 0.762. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يشعرون بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الجماعية والتعاونية بين التلاميذ في المدرسة.

بشكل عام، يبدو أن حصص التربية البدنية والرياضية تلعب دورًا مهمًا في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين التلاميذ. يتمثل ذلك في تعزيز التواصل والتفاعل، المشاركة في الأنشطة الجماعية، تحسين التواصل خارج الحصة، وتكوين صداقات جديدة.

المحور الثالث: الانتماء

الجدول رقم (13):الاتجاه العام لمبدأ الانتماء

الانتماء					
الترتيب	التقييم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارات	الرقم
1	موافق	2,58	0,643	تشعر بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية	1
4	موافق	2,46	0,744	تعزز الشعور حصة التربية البدنية والرياضية بالانتماء إلى المدرسة بشكل عام	2

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة للاندماج مع زملائك وبناء علاقات اجتماعية قوية	0,862	2,25	موافق بدرجة متوسطة	6
4	تشارك في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية بانتظام	0,759	2,39	موافق	5
5	تعتقد أن التعاون والتفاعل مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية يعزز الانتماء المشترك والروح الجماعية	0,789	2,49	موافق	3
6	تعزز حصة التربية البدنية والرياضية التواصل والتفاعل الإيجابي بين التلاميذ وتقوي العلاقات الاجتماعية	0,840	2,51	موافق	2
7	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية مكانًا يشجع على التعاون والتضامن بين التلاميذ؟	0,846	2,20	موافق بدرجة متوسطة	7
8	تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الروح الفريقية والانتماء للفريق الرياضي أو الصف الدراسي	0,875	1,80	موافق بدرجة متوسطة	10
9	حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الإيجابية والاندماج في المجتمع المدرسي	0,959	2,07	موافق بدرجة متوسطة	8
10	حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز الانتماء والولاء للمدرسة والثقافة المدرسية بشكل عام	0,953	1,98	موافق	9
المحور ككل		0,499	2,27	موافق	

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تقييم التلاميذ في المحور الثالث، الذي يتعلق بالانتماء، يظهر مستوى جيد أيضًا. حيث: العبارة رقم 1 "تشعر بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية" حصلت على أعلى تقييم بمتوسط حسابي قدره 2.58، مع انحراف معياري قدره 0.643. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يشعرون بأن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية.

العبارة رقم 2 "تعزز حصة التربية البدنية والرياضية التواصل والتفاعل الإيجابي بين التلاميذ وتقوي العلاقات الاجتماعية" حصلت على تقييم جيد بمتوسط حسابي قدره 2.51 وانحراف معياري قدره 0.840. يشير ذلك إلى أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز التواصل والتفاعل الإيجابي بين التلاميذ وتقوية العلاقات الاجتماعية.

العبارة رقم 3 "تعتقد أن التعاون والتفاعل مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية يعزز الانتماء المشترك والروح الجماعية" حصلت على تقييم بمتوسط حسابي قدره 2.49 وانحراف معياري قدره 0.7890. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يعتقدون أن التعاون والتفاعل مع زملائهم في حصص التربية البدنية والرياضية يساهم في تعزيز الانتماء المشترك والروح الجماعية.

العبارة رقم 4 "تعزز الشعور حصة التربية البدنية والرياضية بالانتماء إلى المدرسة بشكل عام" حصلت على تقييم جيد بمتوسط حسابي قدره 2.46 وانحراف معياري قدره 0.744. يشير ذلك إلى أن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الشعور بالانتماء إلى المدرسة بشكل عام.

العبارة رقم 5 "تشارك في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية بانتظام" حصلت على تقييم بمتوسط حسابي قدره 2.39 وانحراف معياري قدره 0.759. يشير ذلك إلى أن التلاميذ يشاركون في الأنشطة الجماعية بانتظام خلال حصص التربية البدنية والرياضية.

بشكل عام، يتضح أن حصة التربية البدنية والرياضية تلعب دورًا إيجابيًا في تعزيز الانتماء والروح الجماعية بين التلاميذ، وتساهم في تعزيز التواصل والتفاعل الإيجابي، وتقوية العلاقات الاجتماعية، وتعزيز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ والمدرسة بشكل عام.

6-2- مناقشة الفرضيات على ضوء نتائج الدراسة

للإجابة عن تساؤلات الدراسة انطلقنا من الفرضية الرئيسية الآتية:

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحسين بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

يندرج تحتها الفرضيات الفرعية الآتية:

الفرضية الفرعية الأولى: والتي تضمنت "لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية" من أجل اختبار صحة الفرضية ارتأينا إلى حساب الاتجاه العام لمبدأ التعاون لعينة الدراسة:

الجدول رقم (15): المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمبدأ التعاون لعينة الدراسة:

مبدأ التعاون	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التقييم
	0,436	2,40	موافق

وفقاً للبيانات، يظهر أن المتوسط الحسابي لتقييم دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق مبدأ التعاون هو 2.40.

بناءً على هذه البيانات المحدودة، يمكننا القول إن هناك تقييم بالموافقة لدور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية. قد يكون لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير إيجابي على تعزيز التعاون بين التلاميذ، حيث يتفاعلون ويتعاونون خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المشتركة.

و منه فإن الفرضية الفرعية الثانية والتي تنص على أن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية" هي فرضية محققة

الاستنتاج:

حصة التربية البدنية والرياضية لها دور مهم في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية. وتنمية صفة الانتماء تعني تعزيز الانتماء الإيجابي والاندماج في المجتمع المدرسي والتعاون مع زملاء الصف، فهي توفر حصة التربية البدنية والرياضية بيئة مثالية للتفاعل الاجتماعي والتعاون بين

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التلاميذ. خلال هذه الحصة، يشترك التلاميذ في الأنشطة الرياضية المشتركة والفردية مما يعزز التواصل والتعاون بينهم، يتعاون التلاميذ في تكوين الفرق والتحديات الرياضية، ويتبادلون الخبرات والمهارات ويقدمون الدعم المتبادل.

تعزز حصة التربية البدنية والرياضية أيضًا الشعور بالانتماء إلى المدرسة والفرق الرياضية المدرسية. وبمشاركة التلاميذ في الأنشطة الرياضية والفرق، يشعرون بالانتماء إلى مجموعة أكبر ويطورون الولاء والانتماء للمدرسة والفريق.

الفرضية الفرعية الثانية:

والتي تضمنت " لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية"

الجدول رقم (16): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمبدأ تعزيز روح الاتصال الاجتماعي لعينة الدراسة:

التقييم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تعزيز روح الاتصال الاجتماعي
موافق	2,34	0,439	

بناءً على البيانات المقدمة في الجدول، يظهر أن المتوسط الحسابي لتقييم دور حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية هو 2.34.

من البيانات المحدودة المقدمة، يمكن أن نستنتج أن هناك تقييم بالموافقة لدور حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية. قد يساهم ممارسة الأنشطة الرياضية المشتركة في حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز التواصل والتفاعل الاجتماعي بين التلاميذ.

ومنه فإن الفرضية الفرعية الثالثة والتي تنص على " لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية "هي فرضية محققة

الاستنتاج:

حصة التربية البدنية والرياضية تلعب دوراً محتملاً في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية. من خلال توفير بيئة تعاونية ونشاطات جماعية، تساعد هذه الحصة في تعزيز التواصل والتفاعل الاجتماعي بين التلاميذ. عند ما يتعاون التلاميذ في ممارسة النشاطات البدنية والرياضية، يتطور لديهم روح الفريق والتعاون، مما يعزز العلاقات الاجتماعية بينهم. بالإضافة إلى ذلك، يعرف أن النشاط البدني يساهم في تحسين الصحة العامة والعافية النفسية للتلاميذ، مما يمكنهم من التواصل والتفاعل الاجتماعي بشكل أفضل، وبوجود بيئة غير رسمية في حصة التربية البدنية والرياضية، يمكن للتلاميذ التفاعل بشكل غير رسمي والتعبير عن أنفسهم بشكل أكثر حرية.

الفرضية الفرعية الرابعة:

و التي تضمنت " لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية "

الجدول رقم (17): المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمبدأ الانتماء لعينة الدراسة:

الانتماء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التقييم	الترتيب
	0,499	2,27	موافق	

استناداً إلى البيانات المقدمة في الجدول، يتم تقديم تقييم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية.

وفقاً للبيانات، يظهر أن المتوسط الحسابي لتقييم دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء هو 2.27، ويشير الانحراف المعياري المرتفع (0.499) إلى اختلاف كبير في التقييمات المقدمة من المشاركين.

من البيانات المحدودة المقدمة، يمكن أن نستنتج أن هناك تقييم بالموافقة لدور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية. قد يساهم ممارسة الأنشطة الرياضية المشتركة في حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الانتماء والاندماج الاجتماعي بين التلاميذ.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

و منه فإن الفرضية الفرعية الرابعة والتي تنص على "لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية "هي فرضية محققة

الاستنتاج:

تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورًا حيويًا في تعزيز صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية. يوفر هذا المقرر فرصة للتلاميذ للتفاعل والتعاون في بيئة رياضية مشتركة. بواسطة مشاركة التلاميذ في أنشطة رياضية جماعية، يتم تنمية روح الفريق والتعاون، مما يدعم بناء العلاقات الاجتماعية القوية بينهم. كما أن ممارسة النشاط البدني يساهم في تحسين الصحة العامة والعافية النفسية للتلاميذ، مما يمكنهم من التواصل والتفاعل الاجتماعي بشكل أكثر فعالية. بالإضافة إلى ذلك، توفر حصة التربية البدنية والرياضية بيئة غير رسمية للتلاميذ، حيث يمكنهم التفاعل والتعبير عن أنفسهم بحرية وتعزيز الانتماء الذاتي.

الفصل السابع: الاستنتاجات والاقتراحات

7-1- الاستنتاج العام

7-2- الاقتراحات والفرضيات المستقبلية

7-1- الاستنتاج العام:

بناءً على مناقشة الفرضيات، يمكن استنتاج ما يلي:

1. لحصة التربية البدنية والرياضية لها دور في تحقيق مبدأ التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية. عند مشاركة التلاميذ في ألعاب جماعية أو تمارين تعاونية، يتطلب ذلك التعاون والتفاعل بينهم. يمكن لهذه التجارب تعزيز روح التعاون وبناء العلاقات الاجتماعية الإيجابية بين التلاميذ.

2. لحصة التربية البدنية والرياضية لها دور في تعزيز روح الاتصال الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية. يمكن لتلك الحصة أن توفر بيئة تفاعلية حيث يمكن للطلاب التواصل مع بعضهم البعض وتبادل الأفكار والتجارب. من خلال التفاعل الاجتماعي في محيط الرياضة، يمكن للطلاب تطوير مهارات الاتصال والتواصل الاجتماعي.

3. لحصة التربية البدنية والرياضية لها دور في تنمية صفة الانتماء بين تلاميذ المرحلة الثانوية. من خلال المشاركة في أنشطة الرياضة المشتركة، يمكن للطلاب أن يشعروا بالانتماء إلى فرقهم أو مجموعاتهم الرياضية. يمكن أن تكون هذه التجارب محفزة لبناء الهوية الجماعية والاندماج في المجتمع المدرسي.

توصيات:

بناءً على الاستنتاجات السابقة، يمكننا تقديم التوصيات التالية:

1. تعزيز دور حصة التربية البدنية والرياضية في المدارس: ينبغي تعزيز أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المناهج المدرسية وتخصيص مزيد من الوقت والموارد لتعزيز تأثيرها الإيجابي على التعاون والاتصال الاجتماعي والانتماء لدى التلاميذ.

2. تدريب المعلمين والمدرسين: يجب توفير التدريب المهني للمعلمين والمدرسين في مجال التربية البدنية والرياضية، بما في ذلك تعلم كيفية تنفيذ أنشطة تعزز التعاون والاتصال الاجتماعي والانتماء. يمكن أن يساعد هذا في تحسين جودة الحصة وزيادة تأثيرها على التلاميذ.

الفصل السابع: الاستنتاجات والاقتراحات

3. تشجيع التفاعل الاجتماعي والتعاون: ينبغي تشجيع التفاعل الاجتماعي والتعاون بين التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية. يمكن استخدام ألعاب جماعية وتمارين تعاونية لتعزيز هذه المهارات الاجتماعية وتعزيز الروح الجماعية.

4. تنظيم فعاليات رياضية ومسابقات: يمكن تنظيم فعاليات رياضية ومسابقات داخل وخارج المدرسة لتعزيز التفاعل الاجتماعي والانتماء بين التلاميذ. يمكن أن تكون هذه الفعاليات فرصة للتعاون والتواصل بين التلاميذ وتعزيز الروح الرياضية والاندماج في المجتمع المدرسي.

5. تشجيع التنوع والشمول: يجب أن يتم تشجيع التنوع والشمول في حصة التربية البدنية والرياضية. يجب أن يكون الجميع قادرين على المشاركة بغض النظر عن مستوى قدراتهم البدنية، ويجب أن يتم دعم وتشجيع جميع التلاميذ بصورة عادلة ومتساوية.

6. إجراء المزيد من البحوث والدراسات: ينبغي إجراء المزيد من البحوث والدراسات لتوضيح العلاقة بين حصة التربية البدنية والرياضية وتطوير صفة الانتماء والتعاون والاتصال الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. يمكن أن تساهم هذه الدورات في تعزيز فهمنا لأهمية الرياضة في تنمية الجوانب الشخصية والاجتماعية للتلاميذ.

7-2- الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:

توجد عدة آفاق وتطورات ممكنة في مجال حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية. نطرحها في النقاط التالية:

1. تكنولوجيا التعلم واللياقة البدنية: يمكن استخدام التكنولوجيا في تعزيز حصة التربية البدنية والرياضية. على سبيل المثال، يمكن استخدام تطبيقات الهواتف الذكية وأجهزة اللياقة البدنية لتتبع التقدم الشخصي وتحفيز التلاميذ على تحقيق أهدافهم. يمكن أيضًا استخدام التقنيات الافتراضية والواقع المعزز لتوفير تجارب تعليمية محسنة ومشاركة في الأنشطة الرياضية.
2. توجه نحو التنوع والشمول: يمكن أن يركز النظام التعليمي على تعزيز التنوع والشمول في حصة التربية البدنية والرياضية. يجب أن يتم توفير فرص للجميع للمشاركة والاستفادة من الأنشطة الرياضية بغض النظر عن الجنس، أو القدرات الجسدية، أو الخلفية الثقافية. يمكن أن تشمل هذه الجهود تطوير برامج مخصصة للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة وتعزيز المساواة بين الجنسين في المجال الرياضي.
3. اهتمام بالصحة واللياقة البدنية: يمكن أن يكون هناك تركيز متزايد على الصحة واللياقة البدنية في حصة التربية البدنية والرياضية. يمكن تضمين توعية التلاميذ بأهمية النظام الغذائي الصحي والنشاط البدني المنتظم، بالإضافة إلى تعليم مهارات الحياة الصحية والعادات الرياضية الإيجابية.
4. التكامل مع المجالات الأخرى: يمكن أن يتم التكامل بين حصة التربية البدنية والرياضية والمجالات الأخرى في المنهاج المدرسي. على سبيل المثال، يمكن تضمين مفاهيم العلوم والرياضيات في الأنشطة الرياضية، مما يعزز التعلم الشامل ويجمع بين المهارات البدنية والعقلية.
5. استخدام الأبحاث والتقييم: يمكن استخدام الأبحاث والتقييم المستمر لتحسين جودة حصة التربية البدنية والرياضية. يمكن أن تستند الأفكار والممارسات إلى الأدلة والبحوث العلمية، وتحقيق التقدم والتحسين المستمر في تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على التلاميذ

الخاتمة:

في الختام، يمكن الاستنتاج أن حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية تمثل جزءاً أساسياً من تجربة التعلم الشاملة وتطوير الشباب. تعد هذه الحصة فرصة لتعزيز الصحة واللياقة البدنية وتنمية المهارات الاجتماعية والتعاونية والقيادية.

مع وجود العديد من الآفاق والتطورات المحتملة في هذا المجال، يمكن تحقيق تحسينات كبيرة في جودة التعليم البدني والرياضي. يجب أن يكون للتكنولوجيا دور فعال في تعزيز تجربة التلاميذ وتوفير فرص للتعلم التفاعلي وتتبع التقدم الشخصي.

بالإضافة إلى ذلك، يجب أن يتم تعزيز التنوع والشمول في الحصة، حيث يجب أن يحصل الجميع على فرص متساوية للمشاركة والتفاعل. يجب أن نركز أيضاً على تعزيز الصحة واللياقة البدنية من خلال التوعية بأهمية النظام الغذائي الصحي والنشاط البدني المنتظم.

علاوة على ذلك، يمكن أن يكون التكامل مع المجالات الأخرى في المنهاج المدرسي فرصة لتحقيق تعلم متعدد التخصصات وتعزيز التطبيق العملي للمفاهيم الأكاديمية في الأنشطة الرياضية.

بشكل عام، يجب أن تكون حصة التربية البدنية والرياضية مفعمة بالحماس والتفاعل وتعزز النمو الشامل للشباب. من خلال الاستفادة من الآفاق والتطورات المتاحة، يمكننا تحقيق مستقبل مشرق لحصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية وتعزيز صحة ورفاهية الشباب.

قائمة المراجع والمصادر:

القرآن الكريم:

سورة النمل ، الآية 19 .

المراجع باللغة العربية:

1. أبو حطب فؤاد (دم)، القدرات العقلية، مكتبة الانجلو المصرية، مصر، القاهرة.
2. ابورياش ، عبد الحق ، (2007) ، علم النفس التربوي للطلاب الجامعي والمعلم الممارس، دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان الأردن .
3. أحسن شلتوت (. 2001 .) التنظيم والإدارة في التربية الرياضية . القاهرة :دار الفكر العربي الأردني،
4. أنور الجندي ،(1987)، التربية البدنية وبناء الأجيال في ضوء الإسلام، دار الكتاب، بيروت،
5. البصري،ق . ح . (1979) . نظرية التربية البدنية. بغداد: مطبعة الجامعة
6. تيم، آل بول (1421). الإدارة الذاتية الناجحة الرياض دار المعرفة للتنمية البشرية.
7. حسن أحمد الشافعي (2005): حقوق الإنسان وحقوق الطفل في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر،
8. حسن، سلامة عبد العظيم، (2004) اتجاهات حديثة في الإدارة المدرسية الفعالة، عمان، دار الفكر، 2004.
9. حسن، ناجي محمد (2010). أثر تنمية ما وراء الإدراك بالتدريب على الأسئلة الذاتية في الفهم وإدارة الذات لطلاب الجامعة مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، المجلد34، العدد 3
10. حسين طه عبد العظيم وحسين ، عبد العظيم،(2006)، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية و النفسية . دار الفكر، عمان
11. الحماعمي،م . م . (1996) . فلسفة اللعب. القاهرة: مركز الكتاب للنشر الذات لدى عينة من طالبات الجامعة مرتفعات الأعراض الاكتئابية
12. الخضير، غادة عبد الله بن علي (1999). فاعلية برنامج تدريبي توكيدي في تنمية تقدير
13. الرشيد، بشير صالح (2015) . التعامل مع الذات. إنجاز للنشر.
14. رضا، أكرم (2000)، إدارة الذات دليل الشباب إلى النجاح ،ط، القاهرة: دار التوزيع والنشر الإسلامية.

15. الزعبي، عبد الله؛ الكردي، موسى؛ عبيدات، هاني (2010) مهارات الاتصال الجماهيري. الأردن:أريد عالم الكتاب الحديث).
16. سول ماکلاود ، ترجمة علي عبد الرحيم صالح دس ، سيكولوجية مفهوم الذات، جامعة القادسية ، العراق.
17. طلعت منصور ، أنور الشراوي،(1989)، علم النفس العام، د.ط، القاهرة : مكتبة لأنجلو المصرية.
18. عبد الصادق فاتن صلاح دس القدرات العقلية المعرفية لذوي الاحتياجات الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر، مصر، القاهرة .
19. عصام الدين متولي عبد الله(2007) : الاتجاهات الحديثة لدراسة مناهج التربية الرياضية، ب.ط، دار الوفاء لندنيا النشر والطباعة، الإسكندرية، مصر .
20. عواد يوسف دياب(2006)، التأخر الدراسي نظرة تحليلية علاجية، دار المناهج للنشر و التوزيع، عمان الأردن.
21. غازي صالح، شيماء عبد مطر(2010) إدارة الذات، ط1، عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
22. فرج، طريف شوقي محمد،(2003)،المهارات الاجتماعية والاتصالية دراسات وبحوث نفسية، القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
23. ميزاب (2013) إشكالية مفهوم الذات عبر مقاربات نفسية مختلفة. الجزائر: دار وائل للنشر .
24. ناهد محمد سعيد، زغلول رمزي فهم، (2004)، طرق التدريس في التربية الرياضية، الإسكندرية: مركز الكتاب للنشر، ط2.

الرسائل الجامعية:

25. عبد الحميد وهبه هدى إبراهيم، (2010)، المهارات الاجتماعية وعلاقتها بأعراض الوحدة النفسية لدى المراهق رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة حلوان.
26. رجوه سمران الهذلي. (2010). إدارة الذات وعلاقتها بالإبداع الإداري لدي مديرات ومساعدات ومعلمات مدارس المرحلة الثانوية بمكة المكرمة من وجهة نظرهن رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة أم القرى).
27. السقاف، منال محمد (1429هـ) . الثقة بالنفس وانفعال الغضب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة أم القرى، مكة المكرمة.)

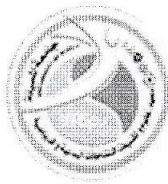
28. الماضي، وفاء محمد (1993). بعض الخصائص النفسية المحددة للأفراد الأكثر عرضة للضغط النفسي، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية جامعة الملك سعود، الرياض.
29. المعلم، طه عبد القادر (2000) مهارات الإبداع الإداري كما يدركها مديرو المدارس الابتدائية ودورها في تطوير الأداء المدرسي، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى.
30. أحمد، هبة محمد (2013). أثر إدارة الذات على عملية اتخاذ القرار لدى موظفي الإدارة العليا في الجامعة الإسلامية بغزة رسالة ماجستير غير منشورة كلية التجارة، الجامعة الإسلامية، غزة .
31. ابتسام ردة عطية،(2006) إدارة الذات لدى مديرات المدارس الثانوية بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى
32. مداني محمد، مطبوعة في مقياس تاريخ وفلسفة التربية البدنية والرياضة، السنة الأولى ليسانس، جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، كلية التربية جامعة الملك سعود الرياض

المجلات العلمية:

33. علي عبد السلام، (2001)، السلوك التوكيدي والمهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك الانفعالي للغضب بين العاملين والعاملات، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، المجلد3، العدد 57
34. ياسين حمدي محمد (2010). الثقة بالنفس وضبط الذات لدى الموهوبين والعاديين. مجلة دراسات الطفولة، المجلد13، العدد46، الصفحات189-211
35. سارة محمد حسن حواس، (2019)، المهارات الاجتماعية لدى الأطفال المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، جامعة المنصورة، المجلد 6، العدد 2 أكتوبر
36. محمود، هويدة حنفي (2012). الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمي ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية. دراسات عربية في علم النفس، المجلد11، العدد3 الصفحات 541- 618
37. أبو مسلم، محمود أحمد والموافي، فؤاد حامد؛ وعبد الحميد، آية نبيل (2012). مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالتوافق المهني للمعلم مجلة البحوث التربوية النوعية، 24، 178 - 212

المراجع باللغة الأجنبية:

38. André، C. et Le lord، F. (1999) L'estime de soi. Paris: Odile Jacob.
39. Antony، M. (1987). Social Skills Training for Young Adolescents Journal of Child Psychology.



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



استمارة استطلاع رأي الخبراء

الامضاء	الجامعة	الدرجة العلمية	الاسم واللقب
	جامعة المسيلة	دكتوراه	د. مervel تكرار
	11	استاذة	د. بوكاتير
	11	استاذة	د. الحوي ناصر
	11	استاذ	د. هادي هادي
	11	11	د. سليمان بوزالما

ملحق رقم 02: استمارة أسئلة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف مسيلة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

التخصص:

النشاط البدني الرياضي المدرسي

❖ استمارة بحث

العنوان:

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى

تلاميذ المرحلة الثانوية

يشرفني أن أضع بين أيديكم هذا الاستبيان المهم في إطار البحث الميداني المتضمن انجاز
مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر

نرجو منكم التكرم بالإجابة على الأسئلة هذا الاستبيان بوضع علامة (X) في المكان الذي
ترونها مناسبة على الأسئلة الواردة فيه بكل موضوعية، ونحيطكم علما أن إجاباتكم هذه ستحظى
بالسرية و لن تستخدم إلا في أغراض علمية بما يخدم البحث العلمي.

شكرا على تعاونكم

السنة الجامعية 2024/2023

أولاً : البيانات الشخصية:

(1) - الجنس:

 ذكر أنثى

(2) - السن:

 سنة 14 سنة 15 سنة 16 سنة 17
• المهارات الاجتماعية

المحور الأول: التعاون

الرقم	العبارات	موافق	محايد	غير موافق
1	حصة التربية البدنية والرياضية تعزز روح التعاون بين الطلاب في المرحلة الثانوية			
2	تعاونك مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية يساعدك في تحقيق الأهداف الرياضية المشتركة			
3	تشارك في الأنشطة الرياضية الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية			
4	تعتبر العمل الجماعي والتعاون مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية أمراً مهماً بالنسبة لك			

			5	تساعدك حصة التربية البدنية والرياضية تساعدك في تطوير مهارات التواصل والتفاعل مع الآخرين
			6	تشعر أن حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الرياضية والتعاونية بين الطلاب في المدرسة
			7	هل تعتقد أن مشاركتك في الأنشطة الرياضية الجماعية يعزز الترابط والتواصل مع زملائك في المرحلة الثانوية؟
			8	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة للتعرف على زملائك بشكل أفضل وبناء علاقات اجتماعية
			9	تشارك في أنشطة خارج الصف المرتبطة بالرياضة والتي تعزز التعاون والتواصل مع زملائك في المدرسة
			10	تعتقد أن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الجماعية وتعمل على تعزيز الانتماء إلى المجموعة الطلابية في المرحلة الثانوية

المحور الثاني: تعزيز روح الاتصال الاجتماعي

الرقم	العبارات	موافق	محايد	غير موافق
1	تشعر أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز التواصل والتفاعل مع زملائك في المرحلة الثانوية			
2	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة للتواصل مع تلاميذ آخرين غير تلاميذ صفك			

			تشارك في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية	3
			تعتقد أن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز فرص التعرف على زملائك وبناء علاقات اجتماعية معهم	4
			تشعر بأن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الجماعية والتعاونية بين تلاميذ في المدرسة	5
			تشعر بأن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية	6
			تطوير مهارات الاتصال الاجتماعي	7
			تعتبر حصص التربية البدنية والرياضية مكاناً مناسباً لتكوين صداقات جديدة وتوسيع شبكة التواصل الاجتماعي	8
			تشعر بأن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الإيجابية والتفاعل الاجتماعي بين التلاميذ	9
			تعتقد أن حصص التربية البدنية والرياضية تساعدك في التواصل مع زملائك بشكل أفضل خارج الحصص أيضاً	10

المحور الثالث: الانتماء

الرقم	العبارات	موافق	محايد	غير موافق
1	تشعر بأن حصص التربية البدنية والرياضية تعزز الانتماء إلى المجموعة التلاميذ في المرحلة الثانوية			

			2	تعزز حصة التربية البدنية والرياضية الشعور بالانتماء إلى المدرسة بشكل عام
			3	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة للاندماج مع زملائك وبناء علاقات اجتماعية قوية
			4	تشارك في الأنشطة الجماعية خلال حصص التربية البدنية والرياضية بانتظام
			5	تعتقد أن التعاون والتفاعل مع زملائك في حصص التربية البدنية والرياضية يعزز الانتماء المشترك والروح الجماعية
			6	تعزز حصة التربية البدنية والرياضية التواصل والتفاعل الإيجابي بين التلاميذ وتقوي العلاقات الاجتماعية
			7	تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية مكاناً يشجع على التعاون والتضامن بين التلاميذ
			8	تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الروح الفريقية والانتماء للفريق الرياضي أو الصف الدراسي
			9	حصة التربية البدنية والرياضية تعزز الروح الإيجابية والاندماج في المجتمع المدرسي
			10	حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز الانتماء والولاء للمدرسة والثقافة المدرسية بشكل عام

شكراً على تعاونكم

