



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي: .....

الرمز: .....

القسم : التربية البدنية

الشعبة: نشاط بدني رياضي تربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

## اتجاهات تلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم

دراسة ميدانية على مستوى ثانوية هواري بومدين بلدية اليشير

تحت إشراف:

أ.د بن عطية بشيري

إعداد الطالب:

- بن بوزيد هشام

السنة الجامعية: 2023/2022





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



الرقم التسلسلي: .....

الرمز: .....

القسم : التربية البدنية

الشعبة: نشاط بدني رياضي تربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

اتجاهات تلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية  
البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم

دراسة ميدانية على مستوى ثانوية هواري بومدين بلدية اليشير

تحت إشراف:

أ.د بن عطية بشيري

إعداد الطالب:

- بن بوزيد هشام

السنة الجامعية: 2023/2022

# شكر

قال الله تعالى: "وإن شكرتم لأزيدنكم" صدق الله العظيم

نحمد الله العزيز القدير ونشكره شكرا جزيلًا يليق بعظمته وجلاله سبحانه على توفيقنا  
في إنجاز هذا العمل.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدني على إنجاز هذا العمل المتواضع من  
قريب أو من بعيد.

و أخص بالذكر الأستاذ المشرف الدكتور بن عطية بشيري على توجيهاته وحرصه  
والمجهودات التي يبذلها لإثراء الطلبة في هذا المعهد

ولا ننسى تلاميذ ثانوية هواري بومدين لبلدية البشير الذين لم يبخلوا علينا بالإجابة على  
الإستبيان.

كما يسرني أن أتقدم بأسمى آيات التقدير والاحترام إلى جميع الأساتذة وكامل  
الطاقم الإداري لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية  
والرياضية المسيلة.

## الإهداء

مصداقاً لقوله تعالى بعد بسم الله الرحمن الرحيم:

**"وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسان"**

أولاً أهدي ثمرة جهدي المتواضع إلى أعز ما أملك في هذا الكون، هؤلاء الذين  
عانوا من أجلي سهراً وصبراً لتكبيرتي وتعليمي هؤلاء الذين كرمهم الله سبحانه  
وتعالى ألا وهما أبي وأمي الأعزاء.

قاوموا كل الصعاب ومناعب الحياة من أجلي وأحسنوا تربيتي وأرفقوا دعواتهم  
وتشجيعاتهم ليلاً ونهاراً، إلى أبي وأمي ولو أهديت لكم كنوز الدنيا ما أوفيتكم لكم  
حقكم حفظكم الله

وإلى إخوتي وأخواتي كل باسمه وإلى كل عائلة بن بوزيد كبيرهم وصغيرهم وإلى  
كل من ساعدني من قريب أو من بعيد، وإلى كل زملائي وأصدقائي.

أهدي لكم هذا العمل المتواضع.

## قائمة المحتويات

-	○ الشكر
-	○ الإهداء
-	○ قائمة المحتويات
-	○ قائمة الجداول
-	○ قائمة الأشكال
-	○ الملخص باللغة العربية
-	○ الملخص باللغة الفرنسية
أ-ب	○ مقدمة
<b>❖ الجانب المنهجي</b>	
<b>* الفصل الأول: الإطار العام للدراسة</b>	
06	1.1. الإشكالية
07	2.1. فرضيات الدراسة
07	3.1. أهداف الدراسة
08	4.1. أهمية الدراسة
08	5.1. تحديد والمصطلحات والمفاهيم
10	6.1. الدراسات السابقة والمشابهة
15	7.1. مقترحات الدراسة الحالية
<b>❖ الجانب النظري</b>	
<b>* الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية</b>	
18	○ تمهيد
18	1.2. تعريف التربية
19	2.2. مفهوم التربية البدنية
19	3.2. أهمية التربية البدنية والرياضية
21	4.2. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية
22	5.2. مشكلات التربية البدنية والرياضية
22	6.2. مفهوم التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية

23	7.2. مهام التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية
23	8.2. درس التربية البدنية والرياضية
24	1.8.2. مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
24	2.8.2. مكونات درس التربية البدنية والرياضية
25	3.8.2. أهمية درس التربية البدنية والرياضية
26	4.8.2. شروط درس التربية البدنية والرياضية
27	5.8.2. الأسس التي يجب مراعاتها أثناء درس التربية البدنية والرياضية
27	6.8.2. واجبات درس التربية البدنية والرياضية
28	○ خلاصة
* الفصل الثالث: الاتجاه النفسي	
30	○ تمهيد
30	1.3. تعريف الاتجاهات
30	2.3. ماهية الميول
31	3.3. خصائص الاتجاهات
33	4.3. طبيعة الاتجاهات
33	5.3. أنواع الإتجاهات النفسية
34	6.3. وظائف الاتجاهات
35	7.3. تغيير الإتجاهات النفسية
36	8.3. مكونات الاتجاهات
37	9.3. خصائص الاتجاهات
39	10.3. نمو الاتجاهات النفسية
40	11.3. قياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية
41	12.3. مقاييس الإتجاهات في التربية الرياضية
41	1.12.3. مقياس أديجنتون للاتجاهات
41	2.12.3. مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني
42	3.12.3. اختبار الاتجاه نحو وقت الفراغ اختبار الاتجاه نحو وقت الفراغ
42	○ خلاصة
* الفصل الرابع: الأمن النفسي	
44	○ تمهيد

44	1.4 مفهوم الأمن
44	2.4 أهداف الأمن
44	3.4 تعريف الأمن النفسي
45	4.4 الحاجة إلى الأمن
46	5.4 أبعاد الأمن النفسي
47	6.4 أهمية الأمن النفسي
47	7.4 خصائص الأمن النفسي
48	8.4 القرآن الكريم وأثره على الأمن النفسي
49	9.4 مهددات الأمن النفسي
49	10.4 أساليب تحقيق الأمن النفسي
50	○ خلاصة
❖ الجانب التطبيقي	
* الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للبحث	
53	○ تمهيد
53	1.5 الدراسة الاستطلاعية
54	2.5 منهج البحث
54	3.5 متغيرات الدراسة
54	1.3.5 المتغير المستقل
54	2.3.5 المتغير التابع
55	4.5 مجتمع وعينة الدراسة
55	1.4.5 مجتمع الدراسة
55	2.4.5 عينة الدراسة
56	5.5 مجالات الدراسة
56	1.5.5 المجال المكاني
56	2.5.5 المجال الزمني
56	6.5 أدوات جمع البيانات
56	1.6.5 استمارة الاستبيان
58	7.5 الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
58	1.7.5 الثبات

58	2.7.5. الصدق
60	3.7.5. الموضوعية
60	8.5. الوسائل الإحصائية
60	○ خلاصة
* الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
62	1.6. عرض وتحليل النتائج
62	1.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
64	2.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
64	3.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
65	2.6. مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
65	1.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى
66	2.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
66	3.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
* الفصل السابع: الاستنتاجات والإقتراحات	
69	1.7. الاستنتاجات العامة للدراسة
69	2.7. الاقتراحات والفرضيات المستقبلية
71	○ قائمة المصادر والمراجع
-	○ الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
55	توزيع العينة حسب متغير الجنس	01
62	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة اختبار T لاستبيان طبيعة الاتجاهات	02
63	يمثل قيمة اختبار T لعينتين مستقلتين حسب الجنس لاستبيان طبيعة الاتجاهات	03
64	قيمة اختبار T لعينتين مستقلتين حسب الجنس لاستبيان الأمن النفسي	04
64	مستوى الاتجاهات نحو الأمن النفسي	05

## قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
62	قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستبيان طبيعة الاتجاهات	01
63	قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حسب الجنس لاستبيان طبيعة الاتجاهات	02
64	قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حسب الجنس لاستبيان الأمن النفسي	03

## ❖ ملخص الدراسة باللغة العربية:

يتمحور موضوع بحثنا حول محور أساسي متمثل في دراسة اتجاهات تلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم، حيث هدفت هذه الدراسة إلى كشف طبيعة العلاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي، ولغرض بلوغ هذا الهدف استعنا بالمنهج الوصفي من أجل معالجة موضوع الدراسة والذي يتوافق مع مثل هذا النوع من الدراسات، حيث قمنا باستطلاع آراء التلاميذ عبر استمارتي استبيان كأداة لجمع المعلومات بعد عرضها على أساتذة المعهد للتحكيم والتأكد من صلاحيتها وثباتها وصدقها، وقد شملت عينة الدراسة على 50 تلميذ من السنة الثالثة ثانوي تخصص العلوم التجريبية من ثانوية هواري بومدين التابعة لبلدية اليشير ولاية برج بوعرييج تم اختيارهم بطريقة قصدية من أصل مجتمع البحث الكلي والبالغ عددهم 113 تلميذ حسب إحصائيات مديرية التربية لاية برج بوعرييج للموسم الدراسي 2022/2023.

ويعد المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها أسفرت الدراسة على مجموعة من النتائج والتي كان من أبرزها ما يلي:

❖ اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية إيجابية.  
❖ اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية لا تعزى لمتغير الجنس.

❖ مستوى الأمن النفسي عند تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) لا يعزى لمتغير الجنس.

**الكلمات المفتاحية:** الاتجاهات النفسية / حصة التربية البدنية والرياضية / الأمن النفسي / تلاميذ شهادة

البكالوريا

## ❖ **Résumé de l'étude en français:**

Le sujet de notre recherche s'articule autour d'un axe principal représenté par l'étude des attitudes des élèves du baccalauréat vis-à-vis de la part de l'éducation physique et sportive et de son rapport à leur sécurité psychologique .Pour cela, nous avons utilisé l'approche descriptive afin d'aborder le sujet de l'étude, qui correspond à ce type d'études, où nous avons sondé les opinions des étudiants à travers deux formulaires de questionnaire comme outil de collecte d'informations après les avoir présentées aux enseignants de l'Institut pour arbitrage et pour assurer sa validité , la stabilité et l'honnêteté .L'échantillon d'étude comprenait 50 élèves de la troisième année du secondaire Spécialisation en Sciences Expérimentales du Lycée Houari Boumediene Boumediene affilié à la commune d'El Achir, Etat de Bordj Bou Arreridj, ils ont été intentionnellement choisis parmi l'ensemble de la communauté de recherche, qui comptait 113 élèves, selon les statistiques de la Direction de l'Education de l'Etat de Bordj Bou Arreridj pour la saison académique 2022/2023.

- ↳ Après traitement statistique des données obtenues, l'étude a abouti à un ensemble de résultats dont les plus marquants sont les suivants:
- ↳ Les attitudes des élèves du cycle terminal (baccalauréat) vis-à-vis de la part de l'éducation physique et sportive sont positives.
- ↳ Les attitudes des élèves de terminale (baccalauréat) vis-à-vis de la part de l'éducation physique et sportive ne sont pas dues à la variable sexe.
- ↳ Le niveau de sécurité psychologique des élèves de terminale (baccalauréat) n'est pas dû à la variable sexe.

**Mots-clés:** tendances psychologiques / Classe d'éducation physique et sportive / Sécurité psychologique / Élèves du baccalauréat.

### مقدمة:

يشهد العالم في السنوات الأخيرة تقدماً ملحوظاً في تطور المعرفة والعلوم المرتبطة بالإنسان، مما كان له عظيم الأثر من دفع الكثير من المجتمعات إلى إدخال كثير من التغيرات الجذرية الملوسة من سياساتها واقتصادياتها ومخططاتها وبرامجها وطرق تعليمها من أجل مسايرة هذا الركب والتقدم الحضاري والتكنولوجي. إن تخليق المهام الجديدة والعصرية للتربية الرياضية يتطلب الخروج عن نظام التدريس التقليدي والمعلومات القديمة المكررة من مصدر إلى آخر فالمدارس المستقبلية للتربية الرياضية تنادي بتحديث وتطوير المناهج ومحتواها وأساليب تدريسها، وذلك لإحداث التعليم الأفضل ومن ثم نشر الثقافة الرياضية. (السايج، 2001، ص 07)

إن المهمة الكبرى للتربية الرياضية في مجتمعنا، هي أن تقوم بدورها في تنمية الشخصية المتكاملة من خلال النهوض بالمستوى البدني للنشء وثقل قواهم العقلية والفكرية، وتهذيب سلوكهم العام وضبط المظاهر الإنفعالية والنفسية لديهم، والرفي بالقيم والمبادئ الاجتماعية المقبولة، وهذا يعني أن التربية الرياضية لا تقتصر فقط على تنمية قدرات الأداء البدني والرياضي، ولذا كان من المهم أن يتضمن التخطيط للتربية الرياضية إتاحة الإمكانيات الكافية لتحقيق مستوى عالي من اللياقة الوظيفية للأجهزة العضوية، ومستوى عالي لقدرات الأداء البدني لإعداد النشء إعداداً صحيحاً ووظيفياً لمقابلة احتياجات المستقبل في المجتمع الحديث. (أبو هرجه، 1999، ص 12)

أصبحت التربية البدنية والرياضية في عصرنا هذا أساس النمو المتكامل والشامل للفرد وذلك بإعداده إعداداً سليماً فعالاً في محيطه ومجتمعه وقد أكد ذلك كويسكي كوزليك بقوله إن فهم التربية البدنية على أنها جسم قوي فقط، أو مهارة رياضية أو ما يشبه ذلك فهو اتجاه خاطئ فهي فن من فنون التربية العامة تهدف إلى إعداد المواطن الصالح جسماً وعقلاً وخلقا وجعله قادر على الإنتاج والقيام بواجباته نحو مجتمعه ووطنه. (الخولي، 1998، ص 35) ولأجل ذلك أصبحت التربية البدنية والرياضية بأهدافها وبرامجها من العوامل والعناصر الأساسية التي تبني عليها المجتمعات الحديثة المتطورة وبات من واجب الباحثين توضيح المفهوم الدقيق لها وإبراز الفوائد التي تقدمها للتلاميذ في جميع الجوانب، إلا أن ما نلاحظه هو أن معظم الجهود كرسست لمعرفة تأثير التربية البدنية والرياضية على الجوانب البدنية للتلميذ باعتبارها من الأهداف الأولى لها ولم يوضع الاهتمام الكافي لما تقدمه هذه الأخيرة من تأثيرات إيجابية على الجوانب

النفسية للتلاميذ رغم وجود الدراسات التي تثبت أن للممارسة الرياضية تأثيرات نفسية إيجابية على الفرد وبناء على ذلك فإن تكثيف وتسخير الطاقات للباحثين في هذه المجالات بات أمر ضروري وواجب. ومن هذا المنطلق فإن تنمية الاتجاه نحو حصة التربية البدنية والرياضية يعد ضرورة حتمية ومخرجا تربويا واجتماعيا إلى حد ما، لكن هناك عوامل نفسية أخرى تتدخل في تحديد الاتجاه التي لا يمكن أن نتجاهلها كالإحساس بالأمن النفسي الذي يعتبر من أهم العوامل النفسية التي تحدد أو يقاس بها مدى انسجام شخصية الفرد والتي من خلالها يستطيع بناء اتجاهاته وأفكاره.

يعد الأمن النفسي مطلباً رئيسياً وضرورياً لحياة الفرد والمجتمع، فهو أحد مقومات الحياة التي يصعب الإستغناء عنها، فمن منا يستطيع تحمل حياة الخوف والتهديد والفرع والقلق؟ نحن جميعاً نسعى إلى محاربة هذه المخاوف بكل ما لدينا من طاقة لننعم بحياة أفضل يسودها الإستقرار والهدوء والطمأنينة والسكينة. وعند الحديث عن الأمن النفسي، نجد أن العلماء يصنفونه في مراتب، فهناك من وضعه في المرتبة الثانية بعد الحاجات الفسيولوجية، والبعض الآخر وضعه في المرتبة الأولى مع الحاجة إلى الأمن الغذائي، وذلك لقوله تعالى "الذي أطعمهم من جوع وآمنهم من خوف". (سورة قريش، الآية 04)

إن غياب الأمن النفسي فإن الفرد يبقى يتخبط في مشكلات توافقية تحول دون بلوغه الأهداف المنشودة ومن وراء ذلك أهداف المجتمع كله حيث يؤدي عدم الإحساس بالأمن إلى تفشي الإزمات النفسية والاجتماعية، وغياب التوازن والانسجام داخل المجتمع والجدير بالذكر أن ظاهرة عدم الإحساس بالأمن تنتشر بشكل واضح وكبير في المجتمعات المعاصرة وهذا ما تبرره ظاهرة الأمراض النفسية والاضطرابات الانفعالية والاجتماعية، ومهما كانت الأسباب المؤدية إلى ذلك فإن مصدرها يبقى المجتمع ذاته، وعليه فإن القضاء على هذه الأمراض يجب أن يكون من المجتمع نفسه أو من الفرد في حد ذاته، وتأتي المدرسة في الدرجة الثانية بعد الأسرة، فبقدر ما تكون المدرسة متزنة من حيث مدرسيها وبرامجها التربوية الهادفة والمتنوعة وأبرزها التربية البدنية والرياضية المميزة عن باقي المواد التربوية الأخرى من حيث الأهمية الكبيرة التي يكتسبها من حيث التخفيف من حدة بعض الاضطرابات إذ تعتبر المتنفس الوحيد للتلاميذ من خلال كسر الروتين الناجم عن البرامج الدراسية وكثافتها وإبراز قدراتهم البدنية والمعرفية وبالخصوص تلاميذ شهادة البكالوريا.

يعد الأمن النفسي من المفاهيم النفسية المهمة لتلاميذ شهادة البكالوريا في هذه الفترة من حياتهم، حيث أنهم يواجهون ضغوطا نفسية كبيرة وتحديات متعددة من أجل الحصول على درجات عالية في الامتحان وتحقيق النجاح في البكالوريا، وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية فرصة لتحرير الطاقة السلبية وتقليل التوتر النفسي وبيئة اجتماعية تفاعلية تساهم في تعزيز التواصل الاجتماعي وتطوير المهارات الاجتماعية وبناء العلاقات الإيجابية بين التلاميذ، مما يساهم في تعزيز الأمن النفسي لديهم، ومن هنا جاءت هذه الدراسة وذلك للتعرف على اتجاهات تلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم، حيث قسمنا بحثنا إلى:

❖ **الجانب المنهجي:** ويحتوي على الفصل الأول (الإطار العام للدراسة).

❖ **الجانب النظري:** ويحتوي على ثلاث فصول:

❖ الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية.

❖ الفصل الثالث: الاتجاه النفسي

❖ الفصل الرابع: الأمن النفسي

❖ **الجانب التطبيقي:** ويحتوي على ثلاث فصول:

❖ الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للبحث.

❖ الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

❖ الفصل السابع: الاستنتاجات والإقتراحات.

الجانب المنهبي



الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

### 1.1. الإشكالية:

تكتسي التربية البدنية والرياضية أهمية كبيرة لما لها من دور إيجابي في بلورة شخصية الفرد من جميع النواحي، وجعله فردا فاعلا في المجتمع قادرا على العطاء والمساهمة في بقاء وطنه، ولذلك نجدها تحظى باهتمام كبير في الدول المتطورة، وتكاد تكون مؤشرا من مؤشرات التطور والنمو، وبما أنها نوع من أنواع التنشئة الاجتماعية، كان لزاما أن ترتبط بمؤسساتها كالمدرسة، حيث أدرجت في المدارس على شكل دروس للتربية البدنية والرياضية، التي تهدف للتأثير الإيجابي على خصائص التلاميذ البدنية، وتحقيق حاجاتهم الاجتماعية والنفسية والعاطفية التي تتمثل في الدوافع والميول والاتجاهات التي تعتبر من بين الدوافع المكتسبة والمهياة للسلوك.

يعتبر درس التربية البدنية والرياضة أحد الدروس الأساسية للمدرسة منذ تأسيسها، وفي البلدان المتقدمة، يكون لهذا الدرس الأولوية في البرنامج التعليمي من أجل تحقيق أهداف المدرسة. ومن خلال إطلاعي على نتائج الدراسات السابقة وحكم عملي في الميدان لاحظت وجود اختلاف في اتجاهات التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية ربما بسبب خوفهم من النشاطات المقررة في الحصة أو خوفهم من أداء المهارت بشكل صحيح هذا ما أدى إلى زيادة حدة التوتر والقلق عندهم مما تسبب في تدني مستوى الأمن النفسي عندهم.

يعد الأمن النفسي من المفاهيم النفسية المهمة لكل من التلاميذ والمعلمين، وخاصة معلمي التربية البدنية والرياضة، لما لهم من دور مهم وفعال في الحد من تواتر الآثار النفسية السلبية الناجمة عن الظروف المدرسية، وخاصة دروس التربية البدنية، حيث إن هذه الدروس تشترط أن يتمتع التلميذ بصحة نفسية كبيرة لأن معظمها تكون بمشاركة زملاء آخرين يتعرض التلميذ فيها للاحتكاك المباشر نتيجة ضغط الألعاب الجماعية واندماج الطلاب مع بعضهم البعض في أداء التمارين، لذلك كان لابد من التلميذ أن يكون على استعداد نفسي نحو الحصة، ومن خلال هذا يمكن القول أن الشعور بالأمن النفسي يلعب دورا في تحديد طبيعة الاتجاه. ومن هنا جاءت هذه الدراسة للكشف عن طبيعة اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية حسب مستوى احساسهم بالأمن النفسي، وذلك من خلال طرح التساؤل العام التالي:

➤ هل الاتجاهات النفسية لتلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية لها علاقة بمستوى أمنهم النفسي؟

ويندرج تحت هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الجزئية، نوردتها على النحو التالي:

➤ ما طبيعة اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية؟

➤ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو

حصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس؟

➤ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة

البكالوريا) تعزى لمتغير الجنس؟

### 2.1. الفرضيات:

#### 1.2.1. الفرضية العامة:

➤ هناك علاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي.

#### 2.2.1. الفرضيات الجزئية:

➤ هناك اتجاهات إيجابية لتلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

➤ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس.

➤ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) تعزى لمتغير الجنس.

### 3.1. أهداف الدراسة:

➤ كشف طبيعة العلاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي.

- التعرف على طبيعة العلاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
- التعرف على مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا).
- الكشف عن الفروق في اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) تبعا لمتغير الجنس.

### 4.1. أهمية الدراسة:

- إن معرفة اتجاهات ورغبات وميول التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية يمكن أن يكشف عن استعدادهم لممارسة النشاط البدني والرياضي.
- نتائج الدراسة الحالية تمكن من التعرف على طبيعة الاتجاهات من أجل اتخاذ بعض الإجراءات التي من شأنها تنمية الاتجاهات الإيجابية وتعديل السلبية منها أو تغييرها.
- تناول البحث لشرحة هامة من شرائح المجتمع وهم تلاميذ شهادة البكالوريا، وتعد هذه الشريحة جديرة بالاهتمام والرعاية نتيجة الإضطرابات والقلق التي يعيشونها قبل إجتياز الإختبار النهائي.
- تفتح هذه الدراسة أمام المهتمين بمجال الاتجاهات والرغبات والميول والتربية البدنية والرياضية لإجراء المزيد من الدراسات التي يمكن أن تكون مكملة وداعمة للدراسات الحالية.

### 5.1. تحديد مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

#### 1.5.1. الاتجاه:

#### ❖ التعريفي الإصطلاحي:

يرى روكيتش أن الاتجاه النفسى تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النسبي للمعتقدات التي يعتقدونها الفرد نحو موضوع أو موقف ويهيئه لاستجابة تكون لها الأفضلية عنده. (علاوي، 1994، ص219)

### ❖ التعريف الإجرائي:

هي حالة من التأهب والإستعداد تؤهل الفرد للإستجابة بأنماط سلوكية محددة نحو أشخاص أو أفكار أو أشياء معينة.

### 2.5.1. التربية البدنية والرياضية:

### ❖ التعريف الإصطلاحي:

ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة الذي يتم عن طريق الأنشطة المختارة على أسس علمية والمطبقة تحت قيادة رشيدة للمساهمة في تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد. (حلمي وآخرون، 2002، ص 21)

### ❖ التعريف الإجرائي:

هي جزء متكامل من التربية العامة تهدف إلى إكساب الفرد القدرات البدنية والمهارية من جميع النواحي النفسو الحركية والمعرفية والوجدانية العاطفية.

### 3.5.1. الأمن النفسي:

### ❖ التعريف الإصطلاحي:

والأمن النفسي يقال له أيضا الأمن الانفعالي والأمن الشخصي والأمن الخاص والسلم الشخص"، والأمن النفسي من المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية، وهناك ترابط بين الأمن النفسي والأمن الاجتماعي والصحة النفسية، حيث توجد علاقة جوهرية بين الاتجاه الديني ومشاعر الأمن كعامل من عوامل الشخصية الذي يحدد الصحة النفسية. (زهران، 2003، ص 85)

### ❖ التعريف الإجرائي:

هو شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان، وأنه محبوب ومنتقل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر أكبر من الانتماء للآخرين، مع إدراكه لاهتمام الآخرين به وثقتهم فيه حتى يستشعر قدر كبير من الدفء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار.

### 6.1. الدراسات السابقة والمثابفة:

يعتبر البحث العلمي سلسلة مترابطة الأجزاء، ولا بد من أن يستعين الباحث فيها بكافة البحوث والدراسات التي تناولت نفس الظاهرة التي تم اختيارها من طرف الباحث، فالدراسات السابقة هي كل الدراسات والأبحاث والأطروحات والرسائل الجامعية التي تناولت نفس الظاهرة التي يتناولها الباحث. ومن خلال مطالعتنا لبعض الدراسات التي تناولت ما يشبه موضوعنا أو ما يشترك معه في بعض النقاط نذكر مايلي:

#### 1.6.1. الدراسات المحلية:

❖ الدراسة الأولى: دراسة بوقرة حسين وقرين الحاج (مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي 2021/2020، جامعة محمد بوضياف، المسيلة):

➤ دراسة تحت عنوان: اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي.

➤ إشكالية الدراسة: هل توجد علاقة دالة احصائيا بين اتجاهات تلاميذ مرحلة المتوسط نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي؟

➤ فرضيات الدراسة: هناك علاقة بين اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي.

➤ أهداف الدراسة: التعرف على طبيعة العلاقة بين اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية وأمنهم النفسي.

➤ المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

➤ عينة الدراسة: 40 تلميذ، (20 ذكور، 20 إناث)

➤ أداة الدراسة: استمارة استبيان للاتجاه النفسي مع الإستعانة بمقياس الأمن النفسي لماسلو.

➤ نتائج الدراسة:

✎ إن الاتجاهات نحو النشاط البدني والرياضي لدى عينة الدراسة عالي جدا.

✎ إن مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة عالي.

✎ أنه توجد فروق في الاتجاهات نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية

والرياضية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث لأن متوسطهم الحسابي أكبر منه عند الذكور.

- لأنه لا توجد فروق في مستوى الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس.
- لأن هناك علاقة ارتباط معنوية بين الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية والأمن النفسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.
- ❖ الدراسة الثانية: دراسة بوالحبيب مبروك (مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير 2013/2012، جامعة الحاج لخضر، باتنة):
- دراسة تحت عنوان: دور النشاطات الرياضية التربوية في تخفيف القلق والضغط النفسي لتلاميذ البكالوريا.
  - إشكالية الدراسة: ما دور النشاطات الرياضية التربوية في تخفيف القلق والضغط النفسي لتلاميذ البكالوريا؟
  - فرضيات الدراسة: للنشاطات الرياضية التربوية دور في تخفيف القلق والضغط النفسي لتلاميذ البكالوريا.
  - أهداف الدراسة:
  - معرفة تأثير النشاطات الرياضية التربوية على تخفيف القلق والضغط النفسي ورفع المستوى التحصيل وبالتالي الرفع من نسبة النجاح في شهادة البكالوريا.
  - المنهج المتبع: المنهج الوضعي.
  - عينة الدراسة: 200 تلميذ من تلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا.
  - أداة الدراسة: استمارة الاستبيان اضافة إلى المقابلة.
  - نتائج الدراسة:
- لأن ممارسة النشاطات الرياضية التربوية لها دور كبير في تخفيف مستوى القلق بمختلف أبعاده ورفع التحصيل لتلاميذ السنة النهائية.
- ❖ الدراسة الثالثة: دراسة سعودي الجنيدى (معارف-مجلة علمية دولية محكمة، قسم STAPS، السنة 12، العدد 22، جوان 2017):
- دراسة تحت عنوان: اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البداء نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
  - إشكالية الدراسة: ما طبيعة اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البداء نحو حصة التربية البدنية والرياضية؟

- فرضيات الدراسة: يمتلك تلاميذ الطور الثانوي البدناء اتجاهات إيجابية نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- أهداف الدراسة: التعرف على اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البدناء نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
- المنهج المتبع: المنهج الوصفي.
- عينة الدراسة: 28 تلميذ من المرحلة الثانوية.
- أداة الدراسة: مقياس كينون للاتجاهات نحو النشاط البدني بعد تعديله وتكييفه.
- نتائج الدراسة:
- ✎ يملك تلاميذ الطور الثانوي البدناء اتجاهات إيجابية نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- ✎ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البدناء نحو حصة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس.
- ✎ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البدناء نحو حصة التربية البدنية والرياضية بين الممارسين وغير الممارسين.
- ❖ الدراسة الرابعة: دراسة سليمان نور الدين وآخرون (المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 18، العدد 01 مكرر 02، جوان 2021):
  - دراسة تحت عنوان: اتجاهات التلاميذ نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية خلال جائحة كورونا (كوفيد 19).
  - إشكالية الدراسة: ماهي طبيعة اتجاهات التلاميذ نحو النشاط البدني الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية خلال جائحة كورونا (كوفيد 19)؟
  - فرضيات الدراسة: التلاميذ يتمتعون باتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية ولا سيما خلال جائحة كورونا.
  - أهداف الدراسة: التعرف على اتجاهات التلاميذ نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية خلال جائحة كورونا.
  - المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

- عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة من التلاميذ اختيرت بطريقة عمدية تعدادها 80 تلميذ موزعين على مؤسستين أحدهما متوسطة والأخرى ثانوية من كلا الجنسين.
- أداة الدراسة: مقياس أدجنجتون للاتجاهات.
- نتائج الدراسة:
- ✎ التلاميذ يتمتعون باتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية ولا سيما خلال جائحة كورونا.

### 2.6.1. الدراسات الأجنبية:

- ❖ الدراسة الأولى: دراسة عزيزة محمد ومحمود سالم (رسالة مكملة لنيل شهادة الدكتوراه 1997، جامعة القاهرة، مصر):
  - دراسة تحت عنوان: الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي.
  - إشكالية الدراسة: ما طبيعة الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي؟
  - فرضيات الدراسة: طبيعة الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي إيجابية.
  - أهداف الدراسة: التعرف على الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط البدني الرياضي.
  - المنهج المتبع: المنهج الوصفي.
  - عينة الدراسة: اشتملت عينة البحث على 460 تلميذة من تلميذات الصف الثاني من المدارس الثانوية العامة بمحافظة القاهرة والحيزة وتم اختيارهن بطريقة عشوائية.
  - أداة الدراسة: استعملت الباحثة مقياسين هما مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني وإنشاء مقياس للتمايز السيمانتي.
  - نتائج الدراسة:
  - ✎ اتجاهات تلميذات المرحلة الثانوية في هذه الدراسة إيجابية نحو النشاط الرياضي.
  - ✎ توجد فروق جوهرية بين الرياضيين وغير الرياضيين في بعض الاتجاهات لصالح الرياضيين.
  - ✎ توجد فروق معنوية في الاتجاهات بين الرياضيات وغير الرياضيات لصالح الرياضيات.
- ❖ الدراسة الثانية: دراسة ناهدة عبد زيد الدليمي وآخرون (دراسة منشورة على مجلة كلية التربية الأساسية، جامعة بابل، 2012):

➤ دراسة تحت عنوان: الأمن النفسي وعلاقته باتجاهات الطالبة الجامعية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.

➤ أهداف الدراسة: التعرف على مقدار (مستوى) الأمن النفسي واتجاهات طالبات جامعة بابل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.

➤ المنهج المتبع: استعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية.

➤ عينة الدراسة: 125 طالبة من جامعة بابل للسنة الجامعية 2011/2010.

➤ أداة الدراسة: استعمل الباحثان مقياس الأمن النفسي ومقياس الاتجاه نحو الأنشطة الرياضية.

➤ نتائج الدراسة:

✎ إن عينة البحث تتمتع باتجاه عال وإيجابي نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.

✎ إن هناك أمن نفسي وبمستويات عالية منه عند الطالبات.

✎ الاتجاه النفسي لاسيما نحو الأنشطة الرياضية فلا رابطة له بأمن الطالبات نفسي.

❖ الدراسة الثالثة: دراسة لطيف غني نصيف (دراسة منشورة على مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2018):

➤ دراسة تحت عنوان: الأمن النفسي وعلاقته بالاتجاه نحو درس التربية الرياضية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

➤ أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة مع الاتجاه النفسي نحو درس التربية الرياضية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

➤ المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة وحالتها الارتباطية.

➤ عينة الدراسة: 336 طالبا أختير بطريقة عشوائية.

➤ أداة الدراسة: قام الباحث ببناء مقياس للأمن النفسي واستعان بمقياس الاتجاه النفسي.

➤ نتائج الدراسة:

✎ هناك علاقة ارتباط معنوية بين الأمن النفسي مع الاتجاه النفسي نحو درس التربية الرياضية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

❖ الدراسة الرابعة: دراسة أحمد مسلم أبو ذويب (دراسة منشورة على مجلة الشمال للعلوم الانسانية، جامعة الجود الشمالية، المملكة العربية السعودية، 2019):

- دراسة تحت عنوان: الشعور بالأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- أهداف الدراسة: التعرف على الشعور بالأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في مديرية تربية قصبة المفرق.
- المنهج المتبع: المنهج الوصفي.
- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 199 طالب وطالبة (71 طالب) و(128 طالبة) تم اختيارهم بالطريق العشوائية من الطلبة السوريين اللاجئين المسجلين في مدارس تربية قصبة المفرق للفصل الدراسي الأول للعام 2016/2017.
- أداة الدراسة: استخدام مقياس أبو عمرة (2012) لقياس مستوى الشعور بالأمن النفسي.
- نتائج الدراسة:
  - ✎ إن مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى الطلاب السوريين اللاجئين كان مرتفعا.
  - ✎ وجود فروق ذات دلالة احصائية في الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الصف الدراسي.
  - ✎ وجود فروق في الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغير التخصص، ولصالح التخصص العلمي.

### 7.1. مقترحات الدراسة الحالية:

- من خلال استعراضنا للدراسات السابقة والمشابهة وجدنا أن هناك اختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية تتمثل في:
- ✎ في الدراسة الحالية استهدفنا الكشف عن الفروق في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ شهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس على عكس الدراسات السابقة التي تطرقت إلى الكشف عن مستوى الأمن النفسي بصفة عامة.
  - ✎ الفئة المستهدفة في الدراسة الحالية تلاميذ شهادة البكالوريا عكس الدراسات السابقة التي استهدفت تلاميذ الطور المتوسط أو الثانوي كليا.
  - ✎ من حيث طريقة اختيار العينة ففي دراستنا اخترناها بطريقة قصدية أما في الدراسات السابقة تم اختيارها بطريقة عشوائية.

# الجانب النظري



الفصل الثاني

التربية البدنية والرياضية

### تمهيد:

تعتبر التربية البدنية والرياضة عنصر إيجابي ومهم في حياة الفرد لما يكتسبه من فوائد سواء في الجوانب الجسدية أو النفسية أو العقلية أو الاجتماعية، مما يساعد على بناء شخصية قوية من أجل الانسجام والتماسك الجماعي.

### 1.2. تعريف التربية:

#### 1.1.2. لغة:

إذا بحثنا في المعاجم اللغوية لتحديد معنى التربية فإننا نجد أنها ترجع في أصلها اللغوي العربي إلى الفعل (ربا- يربو) أي نما وزاد. وفي التنزيل الحكيم "وترى الأرض هامدة فإذا أنزلنا عليها الماء اهتزت وربت" أي نمت وزادت لما يتداخلها من الماء والنبات، وتقول ربّي في بيت فلان أي نشأ فيه. ورباه بمعنى نشأه ونمى قواه الجسدية والعقلية والخلقية... وفي التنزيل الحكيم أيضا "قال ألم نريك فينا وليداً ولبثت فينا من عمرك سنين". "قل رب ارحمهما كما ربياني صغيراً". وورد في "الصحاح" في اللغة والعلوم أن التربية هي "تنمية الوظائف الجسمية والعقلية والخلقية كي تبلغ كمالها عن طريق التنقيف". وهكذا يتضمن المعنى اللغوي للتربية عملية النمو والزيادة. (مرسي، 1994، ص17)

#### 2.1.2. اصطلاحاً:

التربية اصطلاحاً تفيد معنى التنمية وهي تتعلق بكل كائن حي من نبات وانسان وحيوان، ولكل منهم طرائق خاصة للتربية، وتربية الانسان تبدأ قبل ولادته ولا تنتهي إلا بموته وهي تعني باختصار أن تهيئ الظروف المساعدة لنمو الشخصية نمواً متكاملًا من جميع النواحي الخلقية والعقلية، الجسمية والروحية. (تركي، 1990، ص18) أما بالنسبة لجولز سيمون فإن التربية هي الطريقة التي بها يكون العقل عقلاً آخراً، ويكون القلب قلباً آخراً. (الأبرشي، 1993، ص09)

### 2.2. مفهوم التربية البدنية:

لقد إهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية إهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءة تساعد على إعداد المواطن الصالح إعدادا شاملا لجميع جوانب الشخصية سواء كانت عقلية أو جسمية أو نفسية أو إجتماعية حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع فأصبح تطورها ضرورة من ضروريات الحياة وواجبا إجتماعيا هاما وجب أن نعمل على تحقيقه. وقد أخذ مفهوم التربية عدة مفاهيم منها مايلي:

وسيلة لمساعدة الإنسان منذ طفولته لمواجهة متطلبات الحياة التي يعيشها وما تحتويه تلك الحياة من ظروف بيئية مختلفة ومساعدته في تسيير شؤون تلك الحياة ويمكن أن تنمي بالفطرة أو بإتباع مناهج تدريبية معينة أي أنها كل ما يكتسب خلال مرحلتَي الطفولة والشباب من عمليات تهيئة للتفاعل مستقبلا. (السايج، 2008، ص62-66)

ويرى نيكسون أنها ذلك الجزء من التربية العامة التي يحتضن الأنشطة القوية والتي تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج عن المشاركة فيها من تعلم. (عزمي، 2004، ص11-12)

هي إحدى المناهج التي تمثل جانبا هاما في العملية التربوية بالمدرسة فمن خلالها يمكن تحقيق نمو الفرد بدنيا ونفسيا ومهاريا ومعرفيا وإنفعاليا إلى أقصى حد تسمح به قدراته وإستعداداته وبما يمكنه من التكيف مع نفسه ومع المجتمع. (أبو هريرة وعلول، 1999، ص77-78)

### 3.2. أهمية التربية البدنية والرياضية:

لقد اهتم الإنسان من قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته الأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكالا إجتماعية كاللعب والألعاب والتمارين البدنية، والرقص، والتدريب البدني والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني والصحي وحسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها على الجوانب النفسية والاجتماعية، والجوانب العقلية والمعرفية، والجوانب الحركية والمهارية، والجوانب الجمالية والفنية، وهي جوانب مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا متنسقا ومتكاملا، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في أطر ثقافية وتربوية، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقدير، وكانت

## الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والتي اتخذت أشكالاً واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفها غائياً وتاريخياً. (الخولي، 2002، ص 41)

ولعل ما أكد أهميتها وذلك منذ القدم نجد المفكر الإغريقي وأبو الفلسفة سقراط الذي قال على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي.

كما يعتقد المفكر ريد أن التربية البدنية تمدنا تهديبا للإرادة، ويقول إنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض، فإنه الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه. كما رأى بيير دي كوبرتان أن التربية البدنية قد أهملت كلية، ولذلك فهو لم يؤكد أن التربية أحد المكونات الأساسية للتعليم الشامل فحسب، وإنما أيضا أكد ضرورة إعطاء المنافسات الرياضية وضعا خاصا في الحياة المدرسية، لأن عقيدة دي كوبرتان أن التربية البدنية تعد الفرد وشخصيته لمعارك الحياة.

ويرى عالم اجتماع الرياضة الروسي نوفيكوف أن أهمية التربية البدنية والرياضية تتمثل في وظائف مثل:

- ❖ تحسين الصحة.
- ❖ مقاومة الإنسان لعوامل الإنحطاط.
- ❖ مضاعفة طاقة العمل والإنتاج.
- ❖ مظهر لتجليات النشاط الاجتماعي.

وكذلك كتب محمد علي حافظ -نائب وزير التربية والتعليم المصري- وأبو (التربية الرياضية) المصرية كتب عن أهمية النشاط الرياضي في صورته التربوية الجديدة، وبنظمه وقواعده السليمة، وبألوانه وأنواعه المتعددة. ميدانا مهما من ميادين التربية، وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح، يزوده بخبرات ومهارات واسعة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادرا على أن يشكل حياته، وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره ونموه. (الخولي، 2002، ص 41)

### 4.2. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية:

يتساءل الكثير من الطلاب الدارسين بمعاهد وكليات التربية البدنية والرياضية حول الأهمية والقيمة العلمية والأكاديمية لهذا الكم الهائل من المعلومات في علوم التربية البدنية والرياضية ويتحدثون كثيرا عن أنهم بعد تخرجهم لا يستخدمون هذه المعلومات وربما تكون هذه التساؤلات التي يطرحها الطلاب تعكس ليس فقط الفهم الدقيق والواضح لمفهوم ومهام التربية البدنية والرياضية بل وجهل الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية.

إن التربية البدنية والرياضية تستند في وضع برامجها على قاعدة علمية ثابتة، بيولوجية، نفسية، حركية واجتماعيا، وسنتناول هذه الأسس فيما يلي:

#### 1.4.2. الأسس البيولوجية للتربية البدنية والرياضية:

إن جهد الإنسان ذو ميكانيكية معقدة جدا ولا بد أن يكون تركيبه مألوفاً لكل مدرب بدقة ولذلك يدرس الطالب التربية البدنية والرياضية جسم الإنسان بالتفصيل خلال فترة إعداده ليكون قادراً على إعطاء تفسير شاق لطبيعة عمل العضلات أثناء كل تمرين وكذلك كل ما يتصل بها منه أجهزة تمد جسم الإنسان بالوقود مثل الجهاز الدوري، الجهاز التنفسي والجهاز العصبي وبهذا يكون الطالب قادراً على إعطاء تفسير لماذا أنجزت هذه الحركة، ولماذا هذا العدد من التكرارات، لذلك فإن منهج التربية البدنية والرياضية بإحتوائه على المواد البيولوجية تعطي للطالب تلقية علمية للتعامل مع الإنسان الرياضي. (محمد سعيد عظمي، 1996، ص71)

#### 2.4.2. الأسس السيكولوجية للتربية البدنية والرياضية:

لم كانت التربية البدنية والرياضية تحضى بمنزلة مرموقة في أوساط الشعوب في العصر الحديث فإن هذا لا يعني فقط الإعداد البدني والنمو الجسمي الممتزن وإنما يستند إلى الصفات الخلقية والإرادية، إن أنواع الرياضيات عديدة ومتنوعة ولكن تتطلب الإشتراك والمواضبة في التدريب والإنتظام قبل الدخول في المناقسة وهذا التدريب يبني على قواعد وطرق علمية متينة ولن ينجح هذا إلا بدراسة طبيعة النشاط الرياضي من ناحية ودراسة وتشخيص الشخصية الرياضية كموضوع لهذا النشاط من ناحية أخرى ودراسة شخصية نفسية الرياضي يساعدنا في توجيه الرياضي إلى النوع معين من الرياضة.

### 3.4.2. الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية:

علم الاجتماع هو ذلك العلم الذي يهتم بدراسة الظواهر الاجتماعية بمختلف أنواعها ويعمل على تنمية الحياة الاجتماعية على أفضل الأحوال بحيث تتميز بالخير والسعادة والتسامح والمساواة، وما دام أن التربية البدنية والرياضية تتخلل حياتنا اليومية فإنها تستطيع أن تلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة بطريقة ديمقراطية كما تساعد في التكيف مع الجماعة بالإضافة إلى التآلف الاجتماعي والتربية البدنية والرياضية بمختلف نشاطاتها ترمي إلى توطيد العلاقات الاجتماعية داخل الجامعة وتعمل على إنشاء مبادئ إقتسام الحب والألفة والإهتمام بآراء الآخرين وشعور الإنسان بالطمأنينة داخل المجتمع الذي يعيش فيه. (السعد وفهمي، 2004، ص45)

### 5.2. مشكلات التربية البدنية والرياضية:

يرى الدكتور عدنان درويش أن هناك سلبيات معروفة مثل نقص الميزانيات والتسهيلات وإهدار المساحات في بناء الفصول توزيع حصص التربية البدنية والرياضية على المواد الأجر بالرعاية فمازالت التربية البدنية والرياضية مادة غير أساسية في النهج أو عبارة عن حصة أسبوعية في غالبية المراحل الإعدادية والأمر الذي أدى إلى إنتشار مفاهيم ومدركات خاطئة.

إن الوضع الإجتماعي للعاملين في مجال التربية البدنية والرياضية وعدم وجود تنظيمات مهياة قوية أدى إلى فقدان الروابط المهنية وإهمال النمو المهني وضياع الحقوق المادية والأدبية لبعض العاملين ولقد أشار نيلسون وبرونستون إلى المشكلات التي تجابه مدرس التربية البدنية والرياضية خاصة في بداية مشوارهم المهني والتي يجب أن يعرفها وأن يعقلها ويحلها بكل جدية وبطريقة علمية وذلك بإتباع الطرق المنطقية للمواجهة بداية بإدراك المشكلات ثم تحديد الكفاءات المهنية التي تحتاج إليها في سبيل الحل مثل وصف الخبرات التعليمية الفعالة لتنمية هذه الكفاءات المهنية التي تحتاج إليها في سبيل الحل ثم وصف الخبرات التعليمية الفعالة وذلك قبل الخروج لمباشرة المهنة. (الحماحي والخولي، 1990، ص21)

### 6.2. مفهوم التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية:

يؤكد ميثاق أو قانون التربية البدنية والرياضية (1976-1981) إن الشباب الجزائري يشكل أثن رأس مال الأمة، وعند أقدار سياسة شاملة تخصه لا يمكن تجاهل التربية البدنية والرياضية بصفتها عاملا لتجديد

## الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

وتنشيط مصادر الطاقة الاجتماعية، إذ أنها تشكل بحكم القيم التربوية والمدنية والخلقية التي تحملها إحدى دعائم هذه السياسة.

فتعرف التربية البدنية والرياضية بالجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية على أساس أنها نظام عميق الإدماج بالنظام التربوي الشامل، وتخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها والرامية إلى الرفع من شأن المواطن. (بوسكرة، 2005، ص08)

### 7.2. مهام التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية:

#### 1.7.2. من الناحية البدنية:

تحسين القدرات للفرد الفيزيولوجية والنفسية من خلال تحكم أكثر في البدن وتكييف السلوك مع البيئة، وذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل ناجح منظم تنظيميا عقلايا.

#### 2.7.2. من الناحية الاقتصادية:

إن تحسين الصحة الفردية وما تكسبه من ناحية المحرك النفسي أمر يزيد من قدرته على مقاومة التعب، يؤدي بذلك إلى زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي. (بوسكرة، 2005، ص08)

#### 3.7.2. من الناحية الاجتماعية والثقافية:

تتمية روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية، كما أن التربية البدنية ترمي إلى التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر الخلافات بين الأفراد مسيرة بذلك إقرار علاقات إنسانية أكثر انفتاحا. (البيسوني والشاطي، 1992، ص24)

### 8.2. درس التربية البدنية والرياضية:

يمثل درس التربية البدنية والرياضية الجزء الأهم من مجموعة أجزاء البرنامج المدرسي للتربية البدنية ومن خلال تقدم كافة الخبرات والمواد التربوية التي تحقق أهداف المنهج وعلى ذلك يفترض أن يستفيد منه كل تلميذ المدر مرة أسبوعيا على الأقل، كما أنه يجب على مدرس التربية البدنية والرياضية مراعات كافة

## الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

الإعتبرات المتعلقة بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتقويم حتى يمكن تحقيق تلك الأهداف بصورة سليمة. (الخولي وآخرون، 1998، ص119)

### 1.8.2. مفهوم درس التربية البدنية والرياضية:

ترى كل من سهير بدبر وبدور مطاوع أن درس التربية يعتبر الوحدة الأساسية للمنهج ويمثل أصغر جزء من المادة الدراسية بل ويجمع كل ... إذا تمثل الأنشطة الحركية التي تقدم للمتعلمين في وقت يتم تحديده مسبقا في الجدول المدرسي أثناء اليوم الدراسي ويجبرون على .... إلا من المعنى بسبب يستوجب الإعفاء كما الدرس يعمل على تحقيق أهداف المنهج العام للتربية البدنية والرياضية. (بدبر ومطاوع، 1996، ص87-88)

### 2.8.2. مكونات درس التربية البدنية والرياضية:

يرى محمد الحماحمي أن درس التربية البدنية والرياضية يتكون من ثلاثة أجزاء رئيسية وهي:

#### ❖ الإعداد العام:

وهذا الجزء يتكون من المقدمة والتمرينات ويكون الغرض من المقدمة تهيئة الطالب نفسيا وفيزيولوجيا لكي يستعد ويتقبل نوع النشاط في الدرس، أما التمرينات فيكون الغرض منها هو العناية بقوام الطلاب وتنمية لياقتهم البدنية والتأثير الإيجابي في أجهزتهم الحيوية. (الحماحمي، 1996، ص97)

#### ❖ الإعداد الخاص:

ويشمل كل النشاط التعليمي والتطبيقي بحيث يكون الغرض من النشاط التعليمي هو تعليم الوحدة التعليمية التي يتضمنها الدرس وقد تكون وحدة أو أكثر ويتوج المعلم المهارة الحركية أثناء الدرس باستخدام التقديم السمعي أو المرئي للمهارة، أما النشاط التطبيقي فالغرض منه التطبيق والتدريب على المهارة التي تعلموها سابقا وذلك في ضوء توجيهات المعلم حتى يتمكن هؤلاء الطلاب من إتقان ما يتعلمون والتزود بالخبرات التربوية المرتبطة بمواقف النشاط.

### ❖ النشاط الختامي:

وهو الجزء الختامي من الدرس والغرض منه تهدئة الطلاب فيزيولوجيا للعودة بالأجهزة الحيوية للجسم إلى حالته الطبيعية التي كانت عليها قبل ممارسة النشاط في الدرس. (الحماحي، 1996، ص98)

### 3.8.2. أهمية درس التربية البدنية والرياضية:

يرى محمد الحماحي أن أهمية درس التربية البدنية والرياضية يمكن تحديدها في عدة نقاط وهي كما يلي:

❖ يساهم درس التربية البدنية والرياضية في تحقيق أهداف برامج التربية البدنية وذلك بلاهتمام بتحقيق النمو البدني والمهاري والاجتماعي والعقلي والنفسي للمتعلمين.

❖ إكساب المتعلمين المهارات الحركية وتزويدهم بأنواع من المعرفة المرتبطة بتعلم تلك المهارات المكتسبة وتكوين القيم والاتجاهات التربوية لديهم.

❖ إعداد جيل يتميز بالصحة النفسية والعقلية وذلك من خلال تهيئة المواقف التي تشبع حاجات المتعلمين إلى تحقيق الذات والأمان والنجاح وإشباع الميل إلى الحركة والهواية وإتاحة المواقف التربوية لتفرغ الإنفعالات المكبوتة وتحقيق الإلتزان النفسي وكذلك من خلال تنمية القدرات العقلية بالإنتباه والإدراك والتصور والإبداع والإبتكار والتفكير واتخاذ القرارات السليمة.

❖ إعداد جيل يتميز بقوة البنية واللياقة البدنية ليكون قادرا على بذل المجهودات ومواصلة العمل وذلك من خلال الإهتمام بقوام المتعلمين وتنمية لياقتهم البدنية ومعالجة نصوص بعض الإنحرافات القوامية ورفع كفاءة الأجهزة الحيوية للجسم.

❖ استثمار أوقات الفراغ وإستغلالها وتنمية ميولهم الإيجابية والترويح وذلك من خلال تنويع أوجه النشاط لتتنفق مع ميول المتعلمين وتوفير الإمكانيات حتى يتاح لهم الفرصة لممارسة أوجه النشاط التي تتماشى مع إحتياجاتهم. (الحماحي، 1996، ص98-101)

كما ترى زينب محمود وغادة عبد الحكيم أن أهمية درس التربية البدنية والرياضية تكمن في خمس نقاط رئيسية هي:

## الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

- ✍ يعتبر درس التربية البدنية والرياضية المنفذ الذي يكمن من خلاله ممارسة نشاط رياضي للقاعدة العريضة من أباء المجتمع حيث يتضمن العديد من الأنشطة البدنية والمهارية التي تراعي حاجيات التلاميذ وميولهم وقدراتهم.
- ✍ يعتبر درس التربية البدنية والرياضية إجباريا كباقي المواد الدراسية الأخرى ويخضع لمنهج معين في كل مراحل التعليم.
- ✍ يقوم بتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية مختصون فيها كما أن للتربية البدنية مكانة في الجدول الدراسي.
- ✍ يحتوي درس التربية البدنية والرياضية على العديد من الأنشطة المتنوعة سواء كانت بدنية أو مهارية تتناسب مع الزمن المحدد للدرس.
- ✍ يساهم درس التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرات الحركية والصفات البدنية ويمكن من خلاله شغل وقت الفراغ وإشباع ميل التلاميذ للعب وإدخال المرح والسرور عليهم. (زينب وغادة، 2008، ص20-21)

### 4.8.2. شروط درس التربية البدنية والرياضية:

- حتى يكون درس التربية البدنية والرياضية ناجحا ويحقق أهدافه لابد أن تتوفر فيه شروط وصفات معينة تساعده على تحقيق ذلك أهم هذه الشروط ما يلي:
- ✍ يجب أن يكون لكل درس هدف معين يسعى المدرس إلى الوصول إليه وأن يدرك التلاميذ هذا الهدف بوضوح.
- ✍ مراعاة التدرج في تعليم المهارات الحركية والعقلية للتلاميذ من الأسهل إلى الصعب، التي تتماشى مع قدراتهم واستعداداتهم.
- ✍ الاستمرار في تعليم المهارات الحركية والعقلية في الدرس وربط بين التمرينات مع مراعاة التدرج في الصعوبة، فالدرس وحدة واحدة له بداية ونهاية وأي إختلاف فيه يفيد ويقلل من قيمته.
- ✍ يجب أن يشمل درس التربية البدنية والرياضية على عنصر التنوع والتغيير لجلب انتباه التلاميذ وتشويقهم بدرس التربية البدنية والرياضية وإبعادهم عن الملل.
- ✍ ملائمة حالة الجو، فلا تكون قليلة في الجو البارد أو مكثفة في الجو الحار.

## الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

✍ يجب أن يساعد درس التربية البدنية والرياضية على تنمية القيم والمعايير الاجتماعية في نفوس التلاميذ.

✍ يجب أن يحتوي درس التربية البدنية والرياضية على مهارات حركية وتمارين شاملة لجميع أجزاء الجسم ومتشابهة في العدد والقوة بهدف بناء جسم منظم ومنتز في نموه.

✍ يجب أن تتلاءم أوجه النشاط مع الإمكانيات المتوفرة في المدرسة، بحيث تكون الأجهزة والأدوات كافية وحالتها جيدة.

✍ يجب أن يكون المدرس قدوة للتلميذ، يعتني بشخصيته وصحته ومظهره المناسب، وأن يكون ذا شخصية مؤثرة في المدرسة. (مزروع، 2016، ص56)

### 5.8.2. الأسس التي يجب مراعاتها أثناء درس التربية البدنية والرياضية:

✍ يجب تحديد الهدف التعليمي والتربوي لكل حصة.

✍ مراعاة التقسيم الزمني للحصة.

✍ تحديد التكوين والنواحي التنظيمية.

✍ مراعاة عدد التكرارات التمارين وفترة الراحة.

✍ يجب على الأستاذ أن يقوم بتخطيط الملعب حتى يمكن الوصول إلى الديناميكية الجيدة في الأداء.

✍ الاهتمام بالنقاط التعليمية المرتبطة بالحركة.

✍ يجب الفصل بين التلاميذ ذوي المستويات الجيدة والتلاميذ ذوي ضعاف المستوى.

✍ أن يكون الأستاذ قدوة حسنة بإرتدائه زيا رياضيا كذلك. (مزروع، 2016، ص59)

### 6.8.2. واجبات درس التربية البدنية والرياضية:

✍ المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلميذ.

✍ المساعدة على تطوير الصفات البدنية: القوة، السرعة، التحمل، المرونة والرشاقة.

✍ التحكم في القوام في حالة السكون والراحة والحركة (التوازن).

✍ المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحيحة داخل وخارج المدرسة

مثل القفز، الرمي...

## الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

لإكتساب المعارف والمعلومات على أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية والفيزيولوجية والبيوميكانيكية. (شلتوت ومعوّض، 1980، ص95)

### خلاصة:

لم تقتصر التربية البدنية والرياضة على مجتمع واحد فقط، بل احتضنت كل المجتمعات من جميع الأعمار، مما يدل على أهميتها وطبيعتها والفوائد التي تقدمها لمستخدميها وفق مبادئ التربية العامة والتي تهدف إلى تكوين أفراد لديهم كل القدرات والاستعداد والصفات الأخلاقية وغيرها من الصفات التي تخدم المجتمع.



الفصل الثالث

الاتجاه  
النفسي

### تمهيد:

يمكن النظر إلى الاتجاهات على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيئة للسلوك. والاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دوراً هاماً في الارتقاء بهذا النوع من النشاط البشري لأنها تمثل القوى التي تحرك الفرد وتثيرة لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسة بصورة منتظمة.

### 1.3. تعريف الاتجاهات:

هناك العديد من التعاريف التي يقدمها العلماء لمصطلح الاتجاه إذ يرى روكيتش أن الاتجاه النفسي تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النسبي للمعتقدات التي يعتقدتها الفرد نحو موضوع أو موقف ويهيئه لاستجابة تكون لها الأفضلية عنده. أما أناستيزي فتتظر إلى الاتجاه على أنه الميل للاستجابة بشكل معين تجاه مجموعة خاصة من المثيرات. ويعرف أوزجود الاتجاه بأنه حالة من الاستعداد أو الميل الضمني غير الظاهر الذي يتوسط ما بين المثير والاستجابة ويدفع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين كنتيجة لاستثارة أنماط المثيرات الحسية واللفظية. كما يرى شرام أن الاتجاه حالة مفترضة من الإستعداد للاستجابة بطريقة تقويمية تؤيد أو تعارض موقفاً مثيراً معيناً. أما البورت فيرى أن الاتجاه حالة من التهيؤ العقلي والعصبي التي تنظمها الخبرة السابقة والتي توجه استجابات الفرد للمواقف أو المثيرات المختلفة. وفي رأيه أن هذا التهيؤ العقلي والعصبي قد يكون مؤقتاً وينتج من التفاعل اللحظي بين الفرد وعناصر البيئة التي يعيش فيها أما التهيؤ ذو المدى البعيد فيمتاز بالثبات والاستقرار. (علاوي، 1994، ص219)

### 2.3. ماهية الميول:

يرى سوبر Super أن هناك أربعة تفسيرات لكلمة الميل. ويتصل كل تفسير بطريقة معينة من الطرق التي نتعرف بها على الميول. فكأن معنى الميل يتوقف على الطريقة التي تنبع في الكشف عن الميول.

➤ الميول المعبر عنها لغوياً: وهذه ميول نوعية خاصة، إذ يعبر الفرد عن ميله أو عدم ميله بشيء معين بمجرد القول بأنه يحب هذا أو لا يحب ذلك.

➤ الميول الظاهرة: وهي الميول التي تتضح عن طريق أنواع النشاط أو العمل الذي يقوم به الفرد في حياته اليومية. ولكن يرى البعض أن هناك احتمالات خاطئه في التنبؤ بميول الفرد الحقيقية من ميوله

الظاهرة فقد لا يكون هدف الفرد النشاط نفسه ولكن نواحي أخرى تتصل بالنشاط مثل وجوده مع أصدقائه في فريق التمثيل مثلا.

➤ إن الفرد إذا كان لديه الميل نحو ناحية معينة فإنه سيكون عليما بها وستكون معلوماته عنها وافية: فالصبي الذي يهوى كرة السلة يتبع أخبارها وأخبار لاعبيها كما تكون لديه معلومات عن قواعدها وأصولها. والميل إلى الرياضة يؤدي بصاحبه إلى جمع المعلومات عن الرياضيين والرياضة. فيقاس ميل الشخص بمدى معلوماته في الميدان الذي يميل إليه.

➤ الميول الحصرية: وهي تشبه الميول المعبر عنها لغويا. ويعبر الفرد عادة عن ميله أو عدم ميله إلى ناحية معينة بقوله: أحب هذا ولا أحب هذا. فكأن التعرف على ميول الأفراد يقتضي:

✎ تعبيرهم لغويا عن حبهم أو كراهيتهم لأنشطة معينة.

✎ ممارستهم للنشاط الذي يميلون إليه وقت فراغهم.

✎ سعة معلوماتهم في النواحي التي يميلون إليها. (الضمد، 2010، ص144)

### 3.3. خصائص الاتجاهات:

#### 1.3.3. الاتجاه تكوين فرضي:

كثيرا ما تتميز الإستجابات المتعددة للفرد نحو مثيرات معينة بدرجة من الإتفاق والإتساق. فعلى سبيل المثال هناك بعض الأفراد الذين تتسم استجاباتهم نحو نشاط رياضي معين بأنها إيجابية فهم يمارسون النشاط الرياضي ويميلون إلى مشاهدة الأنشطة الرياضية ويوظفون على قراءة الموضوعات الرياضية يمكن القول بأن اتجاه هؤلاء الأفراد إيجابي نحو النشاط الرياضي لتفسير ما بين هذه الإستجابات المتعددة من إتفاق واتساق وللإشارة إلى أن هذه الاستجابات الإيجابية المتعددة هي بمثابة استعداد عند الفرد تجعله يستجيب بصورة إيجابية بالرغم من تعدد المثيرات المرتبطة بالنشاط الرياضي ونظرا لأن هذا الاستعداد للإستجابة (أي الاتجاه) يصعب ملاحظته وتسجيله بصورة موضوعية فقد اتفق على اعتباره تكوينا فرضيا، أي أننا نفترض وجوده دون أن نمتلك الوسيلة للتحقق من وجود بصورة عيانية وبذلك فإن التكوين الفرضي يقصد به مجموعة من العمليات التي لا نلاحظها بطريق مباشر.

### 2.3.3. الاتجاه متعلم (مكتسب):

تكاد تجمع تعاريف الاتجاهات كلها على أن الاتجاهات متعلمة، أي مكتسبة من الثقافة عن طريق عملية التطبيع الاجتماعي. ومن المعروف أن التطبيع الاجتماعي هي عملية إعداد الفرد للحياة في المجتمع الذي يعيش فيه. وهكذا يمكننا النظر إلى الاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لآثار المجتمع والثقافة نظراً لأن الفرد يكتسب من مجتمعه ومن ثقافته الاتجاهات المناسبة نحو الآخرين ونحو بعض الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية وغيرها الأنشطة الأخرى.

ونظراً لأن الاتجاهات متعلمة فإنه بالتالي يمكن أن ينطبق على اكتساب الاتجاهات نحو التربية الرياضية أو نحو النشاط الرياضي الكثير من مبادئ التعلم - كما أنه يمكن الاستفادة من نظريات التعلم في تدعيم أو تغيير الاتجاهات نحو التربية الرياضية. (علاوي، 1994، ص221)

### 3.3.3. الاتجاه يتكون من عناصر معرفية ووجدانية ونزوعية:

يقصد بالعنصر المعرفي الاعتقاد أو عدم الاعتقاد، أما العنصر الوجداني، فيتناول التفضيل أو عدم التفضيل، والعنصر النزوعي يتضمن الاستعداد للاستجابة فعلى سبيل المثال نجد أن الاتجاه النفسي لفرد ما نحو النشاط الرياضي مثلاً ينبعث من معتقدات معينة، وهذا يشكل الجانب المعرفي في اتجاهه، كما أنه يشعر نحو النشاط الرياضي إما شعوراً إيجابياً أو سلبياً يتمثل في تفضيله أو عدم تفضيله، أي في حبه أو كراهيته للنشاط الرياضي وهذا يكون العنصر الوجداني أو الانفعالي في اتجاهه، كما أنه على استعداد للاستجابة بصورة معينة طبقاً لمعتقداته وشعوره نحو هذا النوع من النشاط البشري، أي قد نحد الفرد يقبل على ممارسة النشاط الرياضي بصورة أو بأخرى أو قد يحجم عن هذه الممارسة، وهذا يمثل الجانب العملي أو النزوعي في اتجاهه.

### 4.3.3. الاتجاه إما إيجابي أو سلبي أو حيادي:

يمكن تشبيه الاتجاه بخط مستقيم يمتد بين نقطتين أو طرفين لهذا الخط يمثل أحدهما التأييد التام (أقصى الإيجابية) للموضوع الذي يتعلق به الاتجاه، ويمثل الآخر المعارضة المطلقة (أقصى السلبية) لهذا الموضوع. وتنقسم المسافة بين هذين الطرفين إلى نصفين متساويين في نقطة نطلق عليها نقطة الحياد، ويقدر الابتعاد عن نقطة الحياد تجاه الطرف الموجب تزداد درجة الإيجابية، وعلى العكس من ذلك يقدر هذه النقطة تجاه

الطرف السالب، كلما تزداد درجة السلبية ومثال ذلك أن الفرد قد يكون اتجاهه إيجابياً بدرجة كبيرة جداً أو بدرجة كبيرة أو بدرجة متوسطة نحو لعبة كرة القدم وقد يكون اتجاهه سلبياً بدرجة كبيرة جداً أو بدرجة كبيرة أو بدرجة متوسطة نحو لعبة الملاكمة وقد يكون اتجاهه حيادياً نحو لعبة الابتعاد تنس الطاولة. (علاوي، 1994، ص221)

### 4.3. طبيعة الاتجاهات:

تشير الاتجاهات إلى نزعات تؤهل الفرد للإستجابة بأنماط سلوكية محددة، نحو أشخاص أو أفكار أو حوادث أو أوضاع أو أشياء معينة، وتؤلف نظاماً معقداً تتفاعل فيه مجموعة كبيرة من المتغيرات المتنوعة. وأن أية محاولة لتحليل طبيعة الاتجاهات أو ديناميكيتها، سينطوي على تبسيط محل بهذه الطبيعة. ولعل أفضل طريقة للوقوف على طبيعة الاتجاهات، دون إخلال فيها هي أن ننظر إليها من خلال مكوناتها وخصائصها ووظائفها. (نشواتي، 2003، ص471)

### 5.3. أنواع الإتجاهات النفسية:

تصنف الإتجاهات النفسية إلى الأنواع الآتية:

- الإتجاه القوي: يبدو الإتجاه القوي في موقف الفرد من هدف الإتجاه موقفاً حاداً لا هوادة فيه، فالذي يغضب ويثور لخسارة فريقه المفضل إنما يفعل ذلك لأن إتجاهاً قوياً حاداً يسيطر على نفسه نحو هذا الفريق.
- الإتجاه الضعيف: هذا النوع من الإتجاه يتمثل في الذي يقف من هدف الإتجاه موقفاً ضعيفاً رخوياً، فهو يفعل ذلك لأنه لا يشعر بشدة الإتجاه كما يشعر بها الفرد في الإتجاه القوي.
- الاتجاه الموجب: هو الإتجاه الذي ينحو بالفرد نحو شيء ما (أي إيجابي).
- الاتجاه السلبي: هو الإتجاه الذي يجنح بالفرد بعيداً عن شيء ما (أي سلبي).
- الإتجاه العلني: هو الإتجاه الذي لا يجد الفرد حرجاً في إظهاره والتحدث عنه أمام الآخرين.
- الإتجاه السري: هو الإتجاه الذي يحاول الفرد إخفائه عن الآخرين ويحتفظ به في قرارات نفسه بل ينكره أحياناً حين يسأل عنه.

➤ الاتجاه الجماعي: هو الإتجاه المشترك بين مجموعة من الناس، فإعجاب الناس بالأبطال إتجاه جماعي.

➤ الإتجاه الفردي: هو الإتجاه الذي يميز فردا عن آخر، فإعجاب الإنسان بصديق له إتجاه فردي.

➤ الإتجاه العام: هو الإتجاه الذي ينصب على الكليات وقد دلت الأبحاث التجريبية على وجود الإتجاهات العامة، فأثبتت أن الإتجاهات الدينية والسياسية مثلا تتسم بصفة العموم، ويلاحظ أن الإتجاه العام هو أكثر شيوعا واستقرارا من الإتجاه النوعي.

➤ الإتجاه النوعي: هو الإتجاه الذي ينصب على النواحي الذاتية، وتسلك الإتجاهات النوعية مسلكا يخضع في جوهره لإطار الإتجاهات العامة وبذلك تعتمد الإتجاهات النوعية على العامة وتشتق دوافعها منها. (الخيكاني وآخرون، 2015، ص53)

### 6.3. وظائف الاتجاهات:

تؤدي الاتجاهات عدداً من الوظائف على المستوى الشخصي والاجتماعي، بحيث تمكن الفرد من معالجة الأوضاع الحياتية المختلفة على نحو مثمر وفعال، وأهم هذه الوظائف هي:

#### 1.6.3. وظيفة منفعية:

من التكيف تشير هذه الوظيفة إلى مساعدة الفرد على إنجاز أهداف معينة، تمكنه الجماعة التي يعيش معها، لأنه يشكل اتجاهات مشابهة لاتجاهات الأشخاص الهامين في بيئته. الأمر الذي يساعده على التكيف مع الأوضاع الحياتية المختلفة والنجاح فيها، وذلك بإظهار اتجاهات تبين تقبله لمعايير الجماعة وولائه لها.

#### 2.6.3. وظيفة تنظيمية واقتصادية:

يستجيب الفرد طبقاً للاتجاهات التي يتبناها إلى فئات من الأشخاص أو الأفكار أو الحوادث أو الأشياء أو الأوضاع، وذلك باستخدام بعض القواعد البسيطة المنظمة التي تحدد سلوكه حيال هذه الفئات، دون ضرورة اللجوء إلى معرفة جميع المعلومات الخاصة بالموضوعات أو المبادئ السلوكية التي تمكنه من الاستجابة للمثيرات البيئية المتباينة على نحو ثابت ومتسق، وتحول دون ضياعه في متاهات الخبرات الجزئية.

### 3.6.3. وظيفة تعبيرية:

توفر الاتجاهات للفرد فرص التعبير عن الذات، وتحديد هوية معينة في الحياة المجتمعية، وتسمح له بالاستجابة للمثيرات البيئية على نحو نشط وفعال، الأمر الذي يضيف على حياته معنى هاماً، حالة الانعزال أو اللامبالاة.

### 4.6.3. وظيفة دفاعية:

تشير الدلائل إلى أن اتجاهات الفرد ترتبط بحاجاته ودوافعه الشخصية أكثر من ارتباطها بالخصائص الموضوعية أو الواقعية لموضوعات الاتجاهات، لذلك قد يلجأ الفرد أحياناً إلى تكوين اتجاهات معينة لتبرير بعض صراعاته الداخلية أو فشله حيال أوضاع معينة، للاحتفاظ بكرامته وثقته بنفسه، أي أنه يستخدم هذه الاتجاهات للدفاع ذاته. (نشواتي، 2003، ص475)

### 7.3. تغيير الإتجاهات النفسية:

إن تعديل أو تغيير الاتجاه يعتمد على مستوى الإتجاه وطريقة تكوينه، فهناك المستوى البسيط الذي يتأثر بالدعاية وأساليب الإعلام الحديثة وهناك المستوى المعقد الذي يرتبط من المواقف والإتجاهات الجزئية البسيطة ليكون إتجاهاً من المرتبة العالية.

إن الإتجاه من النوع الأول (البسيط) هو الإتجاه الذي يسهل تغييره، أما الإتجاه من النوع الثاني (المعقد) الذي يصبح على شكل (سمة) فيمتاز بالقدرة على مقاومة التغيير لأن كل عنصر من عناصره يرتبط بالعناصر الأخرى ولا يمكن تغيير هذه العناصر كل على حدة وعلى هذا المستوى من السمات الأساسية في الشخصية يمكن تعديله أو تغييره، ومن العوامل الأكثر شيوعاً في تغيير الإتجاهات ما يأتي:

- ❖ تلعب الدافعية دوراً مهماً في تكوين الإتجاهات وفي تغييرها.
- ❖ إن تغيير الإتجاهات يتوقف على وجود تغيير في حاجات الأفراد.
- ❖ تتطور إتجاهات الفرد بسبب ظهور حاجات جديدة لديه.
- ❖ تتكون الإتجاهات وتتغير من خلال عملية التعليم.
- ❖ إن التغييرات التي تتم في إتجاهات الأفراد تحدث من خلال الموقف أو الدور الذي يلعبه الفرد.
- ❖ إن تغيير الإتجاهات يتأثر بكل العوامل التي تؤثر في تكوينها.

- ✎ ويمكن عموماً تغيير الإتجاهات النفسية بمسارين هما الآتي:
  - ✎ تغيير الإتجاه في مسار الإتجاه الحالي نفسه سواء كان الإتجاه الحالي إيجابياً أو سلبياً (أي من الإتجاه الضعيف إلى القوي).
  - ✎ تغيير الإتجاه بعكس مسار الإتجاه الحالي (أي بتغيير الإتجاه السلبي إلى إتجاه إيجابي أو العكس).
- (الخيكاني وآخرون، 2015، ص57)

### 8.3. مكونات الاتجاهات:

ينطوي الاتجاه على ثلاثة مكونات أساسية هي:

#### 1.8.3. المكون العاطفي:

يشير هذا المكون إلى أسلوب شعوري عام، يؤثر في استجابة قبول موضوع الاتجاه أو رفضه، وقد يكون هذا الشعور غير منطقي على الإطلاق. فقد يقبل الطالب على مادة الرياضيات أو يرفضها، دون وعي منه للمسوغات التي دفعته إلى الاستجابة بالقبول أو الرفض.

#### 2.8.3. المكون المعرفي:

يدل هذا المكون على الجوانب المعرفية التي تنطوي عليها وجهة نظر الفرد ذات العلاقة بموقفه من موضوع الاتجاه، وتتوافر هذه الجوانب عادة من خلال المعلومات والحقائق الواقعية التي يعرفها الفرد حول موضوع الاتجاه، فالطالب الذي يظهر استجابات تقبلية نحو الدراسات الاجتماعية مثلاً، قد يملك بعض المعلومات حول طبيعة هذه الدراسات، ودورها في الحياة الاجتماعية، وضرورة تطويرها لإنجاز حياة مجتمعية أفضل، وهي أمور تتطلب الفهم والتفكير والمحاكمة والتقييم... إلخ.

#### 3.8.3. المكون السلوكي:

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنماط محددة في أوضاع معينة. إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك، حيث تدفع الفرد إلى العمل بالاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاهات تقبلية نحو العمل المدرسي، يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة، ويثابر على أدائها بشكل جدي وفعال.

تتباين مكونات الاتجاه من حيث درجة قوتها واستقلاليتها، فقد يملك شخص ما معلومات وفيرة عن موضوع ما (المكون المعرفي)، غير أنه لا يشعر حياله برغبة قوية (المكون العاطفي) تؤدي به إلى اتخاذ أي عمل حياله (المكون السلوكي). وعلى العكس، فقد لا يملك الشخص أية معلومات عن هذا الموضوع، ومع ذلك يتقانى في العمل من أجله، إذا كان يملك شعوراً تقبلياً قوياً نحوه. وفي جميع الأحوال، لا يمكن الاستدلال على الاتجاه، من خلال سلوك ظاهري يؤديه صاحب الاتجاه، وتوحي الدلائل عموماً، بأن الاتجاهات ذات المكونات العاطفية القوية، تؤدي إلى أنماط سلوكية معينة، بغض النظر عن وضوح هذه الاتجاهات أو صدقها من الوجهة المعرفية. (نشواتي، 2003، ص471-472)

### 9.3. خصائص الاتجاهات:

تتصف الاتجاهات ببعض الخصائص التي تميزها عن بعض العوامل غير المعرفية الأخرى، وأهم هذه الخصائص هي:

#### 1.9.3. الاتجاهات تكوينات افتراضية:

تعتبر الاتجاهات تكوينات افتراضية يستدل عليها من السلوك الظاهري للفرد، ويعتبرها بعض الباحثين متغيرات متوسطة تصل بين موضوع الاتجاه واستجابة الفرد له، فالطالب الذي يملك اتجاهًا تقبلياً نحو مادة دراسية معينة، يستجيب لها بأنماط سلوكية معينة تنبئ باتجاهه هذا، كصرف المزيد من الوقت في دراستها، أو الرجوع إلى بعض المصادر الأخرى غير كتابه المدرسي... إلخ وهذا يعني أن الاتجاه في ذاته غير موجود، وإنما نضطر لافتراضه من أجل تفسير بعض الأنماط السلوكية التي يمارسها الفرد في أوضاع معينة، ومن أجل التنبؤ بهذه الأنماط في الأوضاع المشابهة.

#### 2.9.3. الاتجاهات نتاج التعلم:

يكتسب الفرد اتجاهاته بالتعلم عبر عملية التنشئة الاجتماعية. وقد يتم تعلم بعض الاتجاهات على نحو لا شعوري أو غير قصدي. إن شعور الفرد بالميل إلى بعض الأفراد أو الجماعات الذين يشتركون معه اللغة والثقافة والدين والعرق، يتكون في كثير من الأحيان دون معرفة كبيرة بالأسس أو القواعد التي أدت إلى مثل هذا الشعور. وبالمقابل، يمكن أن يتعلم الفرد بعض الاتجاهات الأخرى على نحو قصدي أو شعوري، فالميل

إلى بعض الأشخاص أو الأفكار أو الموضوعات أو الرغبة عنها، قد يكون نتيجة تفكير لأنها تحقق لصاحبها بعض الأهداف ذات العلاقة بمفهوم الذات لديه.

### 3.9.3. ثبات الاتجاهات وتغيرها:

تتباين الاتجاهات من حيث قوة ثباتها أو مدى قابليتها للتغير. ومن المعروف أن بعض الاتجاهات، وبخاصة تلك الاتجاهات المتعلمة في مراحل مبكرة من العمر، هي أكثر ثباتا وأقل تعرضاً للتغير أو التعديل من بعض الاتجاهات الأخرى. كما أن الاتجاهات، ذات الصيغة العاطفية الأقوى، ثباتا من الاتجاهات ذات الصيغة العاطفية الأضعف. وفي جميع الأحوال، يمكن للاتجاهات أن تتغير أو تتعدل في ظروف معينة، تمكن الفرد من مواجهة هي أكثر خبرات حياتية جديدة، كتغيير الجماعة التي ينتمي إليها، أو تغيير أوضاعه الخاصة.

### 4.9.3. الاتجاهات محددة بموضوعاتها على نحو مباشر:

ينطوي الاتجاه على علاقة بين فرد وموضوع ما، وقد يكون هذا الموضوع شخصا أو فكرة أو حادثا أو وضعا أو شيئا، ويحدد الموضوع سلوك الفرد بطريقة مباشرة، بحيث يسلك بطريقة معينة، نحو موضوع معين، وفي وضع معين، وهذا يعني أن الاتجاهات أقل تجريدا وعمومية من المثل أو القيم.

### 5.9.3. الاتجاهات ذات أهمية شخصية - اجتماعية:

يؤثر سلوك الشخص حيال الآخرين، والمدفوع باتجاه معين، في أساليب شعور هؤلاء بأنفسهم، فإذا كان لدى الفرد اتجاهات إيجابية نحو أشخاص آخرين، واستجاب لهم ككائنات ودية ومتعاونة ومنفتحة، فمن المحتمل أن هؤلاء الأشخاص عن هذه الخصائص بشكل حر ومستقل، وأن يكونوا اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم. وعلى العكس، إذا كان اتجاه الفرد نحو الآخرين سلبيا، واستجاب لهم ككائنات غير ودودة، وغير صادقة وغير مخلص، فقد يواجهون مشاعر الانعزال والنبذ، ويفقدون القدرة على التفاعل الفاجع مع الناس وتبادل المشاعر والأفكار. لذلك تعتبر الاتجاهات ذات أهمية شخصية اجتماعية، لأنها تؤثر في علاقات الفرد بالآخرين وبالذات.

### 6.9.3. الاتجاهات أقدامية - تجنبية:

قد تتسم بعض اتجاهات الفرد بالإقدام أو الإيجابية، فتجعله يقترب من موضوعاتها، وقد تتسم اتجاهات أخرى بالتجنبية أو السلبية، فتجعله يتجنبها رغبا عنها. إن الاتجاه الأقدامي نحو الدين، يدفع بصاحبه إلى ممارسة تعليمات الدين وشعائره والعكس صحيح. وقد يواجه الفرد بعض أنواع الصراع في اتجاهاته، كأن يملك اتجاهها إيجابيا نحو تحرر المرأة أو مساواتها بالرجل، ويمنع في الوقت ذاته زوجته أو ابنته من العمل أو الدراسة. إن التطابق بين السلوك والاتجاه، هو الأصل في الاستدلال على الاتجاهات وتعليمها. (نشواتي، 2003، ص472)

### 10.3. نمو الاتجاهات النفسية:

- هناك عوامل كثيرة تؤثر في تكوين الاتجاهات النفسية ونموها وندرج فيما يأتي أهم هذه العوامل:
- ✎ تأثير الأسرة (الوالدين): من البديهي إن سلوك الفرد يتأثر بالجو العائلي وكذلك إتجاهاته، حيث إن إتجاهات الوالدين وسلوكهما تأثير خاصا على تكوين إتجاهات الطفل ونموها خاصة عند الأطفال الصغار، فكلما تقدم الطفل بالعمر تناقص هذا التأثير وتزايد تأثير الأقران.
  - ✎ تأثير الأقران: يحل تأثير الأقران محل تأثير الوالدين، أو بتعبير أدق يزيد تأثير الأقران وينقص تأثير الوالدين كلما تقدم الطفل في العمر (وعلى الأغلب) يبدأ ذلك من سن الرابعة ويزداد كلما تقدم الطفل بالعمر.
  - ✎ تأثير التعليم: إن المعرفة هي أحد العوامل الأساسية في تكوين الإتجاه النفسي، وعلى هذا الأساس فإن التعليم يعد من المصادر المهمة التي تزود الفرد بالمعرفة والمعلومات التي تساعد في تكوين إتجاهاته ونموها.
  - ✎ تأثير وسائل الإعلام: إن وسائل الإعلام بأنواعها المختلفة المقروءة والمسموعة والمرئية هي من أبرز المصادر المؤثرة في تكوين الإتجاهات النفسية.
  - ✎ تأثير المعايير الاجتماعية: تعد المعايير الاجتماعية الأكثر تأثيرا في تكوين إتجاهات الفرد ونموها، فالطفل قد يكون إتجاهها معيناً دون إتصال مباشر بالموضوعات المتعلقة بذلك الإتجاه ويتم ذلك عن طريق الإيحاء خصوصا إذا كان الإيحاء صادرا من شخصيات مهمة كالأب أو المدرس أو رجل

الدين أو رجل السياسة... إلخ، حيث تعد هذه الشخصيات قدوة يقتدي بها الفرد وينعكس ذلك في تكوين الإتجاهات بمسار إتجاهات القدوة نفسه.

تأثير الخبرات الشخصية: قد تتكون لدى الفرد إتجاهات معينة نحو هدف محدد وقد تنمو هذه الإتجاهات أو تتغير من جراء خبرات الفرد الشخصية. فالفرد قد يكون إتجاها معينا نحو ممارسة الرياضة من جراء خبراته الشخصية في هذا المجال، والإتجاهات التي تتكون من جراء الخبرات الشخصية تكون في العادة إتجاهات ثابتة نسبيا حيث إنها تتطلب جهدا ووقتا طويلا لتتبلور خلالهما هذه الإتجاهات.

تأثير إرتباط الفرد بموضوع الإتجاه: إن إرتباط الفرد بموضوعات تخلق عنده دوافع معينة وتخلق عنده مشاعرا السارة منها ستكون إتجاها موجبا نحو تلك الموضوعات والعكس صحيح إذا إقترنت تلك الموضوعات بإحباط لبعض الدوافع وخلق مشاعر مؤلمة. (الخيكاني وآخرون، 2015، ص55)

### 11.3. قياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية:

من أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية أن قياسها يسمح بتوقع نوعية سلوك الفرد تجاه أنشطة التربية الرياضية نظراً لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبيا ومن ناحية أخرى فإن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية (أو المرغوب فيها) كما يسهم في محاولة تغيير أو تعديل الاتجاهات السلبية (أو غير المرغوب فيها) والتمهيد لتنمية اتجاهات جديدة واكسابها للأفراد.

وعند قياس الاتجاهات يجب مراعاة الفرق بين الاتجاه اللفظي الذي نستدل عليه من نتائج مقاييس الاتجاهات والذي يعبر عنه الفرد لفظيا، وبين الاتجاه العملي الذي يعبر عنه الفرد عمليا من طريق الأداء أو السلوك. ويرى بعض العلماء أن الاتجاهات اللفظية قد تكون في موقف ما هي الاتجاهات الحقيقية للفرد، في حين يرى البعض الآخر أن الاتجاهات العملية هي التي تعبر عن الاستجابة الحقيقية للفرد في موقف ما. ولكي يمكن تقريب التباعد بين الاتجاه اللفظي وبين الاتجاه الفعلي، ينبغي مراعاة بعض الشروط الهامة في قياس الاتجاهات ومن ذلك إحساس الفرد بالإطمئنان يعبر عن رأيه وإحساسه بأهمية التعبير عن رأيه بصراحة وضرورة وضوح عبارات المقياس وتمثلها للمواقف الحقيقية إلى درجة كبيرة. وهناك العديد من الطرق لقياس الاتجاهات منها:

للطرق الإسقاطية (الطرق غير المباشرة) لقياس الاتجاهات بالإضافة إلى الكشف من بعض جوانب الشخصية المرتبطة بهذه الاتجاهات. ومن بين هذه الاختبارات الإسقاطية اختبار تفهم الموضوع TAT واختبار الإحباط المصور لروز نفيج واختبارات تداعي الكلمات وغيرها.

للطرق المباشرة أو طرق قياس الاتجاه اللفظي، ومن أكثر هذه الطرق استخداماً طريقة ثرستون وطريقة ليكرت وطريقة التمايز السيمانتي تمايز معاني المفاهيم).

للطريقة الموقفية أو طرق قياس الاتجاه العملي وفيها يقاس الاتجاه باستخدام طرق الملاحظة المختلفة في مواقف معينة. (علاوي، 1994، ص 222-223)

### 12.3. مقاييس الإتجاهات في التربية الرياضية:

#### 1.12.3. مقياس أدجنجتون للاتجاهات:

مقياس أدجنجتون للاتجاهات Edgington Attitude Scale وضعه في الأصل تشارلز أدجنجتون لقياس اتجاهات تلاميذ المدارس الثانوية الجدد نحو التربية الرياضية وأعد صورته العربية محمد حسن علاوي ويصلح المقياس للتطبيق على التلاميذ والتلميذات ابتداء من مستوى الصف الثالث الإعدادي حتى انتهاء المرحلة الثانوية. (علاوي، 1998، ص 435)

#### 2.12.3. مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني Artitude towards Physical Activity وضعه في الأصل جيرالد كنيون وأعد صورته العربية محمد علاوي. وقد تم وضع هذا المقياس على أساس افتراض أن النشاط البدني (النشاط الرياضي) يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديداً وواضح معنى، كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا. وهذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة للإشباع وذات فوائد متباينة تختلف من فرد لآخر - أي أن النشاط البدني (النشاط الرياضي) يصبح بهذا المفهوم على أنه خبرة تختلف من شخص لآخر وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد.

وفي رأى كنيون أن الفرد قد يتخذ اتجاهاً موجباً نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية وقد يتخذ اتجاهاً سالباً نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى. والاتجاه طبقاً لمفهوم كنيون هو استعداد

مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء أكان عيانيا أو مجردا. (علاوي، 1998، ص444)

### 3.12.3. اختبار الاتجاه نحو وقت الفراغ اختبار الاتجاه نحو وقت الفراغ:

صممه كل من منير راغب و جاكوب بيرد من جامعة ولاية فلوريدا تلهاسي (Tallahassee) لقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ. ويتضمن الاختبار ثلاثة أبعاد هي:

للم بعد المعرفي للاتجاه: ويقصد به المعارف العامة للفرد ومعتقداته عن وقت الفراغ وخصائصه وتنميته وأهميته وعلاقته بجوانب حياة الفرد المختلفة.

للم بعد الانفعالي للاتجاه: وهو شعور الفرد نحو وقت فراغه ودرجة تقبله أو ميله نحو أنشطة وخبرات وقت الفراغ.

للم بعد السلوكي للاتجاه: ويقصد به التعبير اللفظي عن السلوك الإيجابي نحو الممارسة الفعلية لأنشطة وقت الفراغ سواء في الحاضر أو في المستقبل.

ويتكون الاختبار الأصلي من 36 عبارة وقام باقتباسه محمد حسن علاوي وتم اختصاره إلى 24 عبارة في ضوء بعض الدراسات الأولية على الاختبار في البيئة المصرية. ويقوم الفرد بالاستجابة على عبارات الاختبار على مقياس خماسي التدرج (أوافق بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً). (علاوي، 1998، ص457)

#### خلاصة:

ما يمكن استنتاجه من هذا الفصل هو أن لكل منا مجموعة من الاتجاهات تجاه مواضيع مختلفة في البيئة الاجتماعية وأن هذا الموضوع يحتل أهمية خاصة في البحث الاجتماعي والنفسي والتربوي وخاصة في مجال تعديل السلوك. لأنه من أهم دوافع السلوك التي تلعب دوراً رئيسياً في ضبطه وتوجيهه وتعديله.



الفصل الرابع

الأمن النفسي

### تمهيد:

يعتبر الأمن النفسي مطلب كبير وضروري لحياة الفرد والمجتمع، وعنصر من عناصر الحياة يصعب الاستغناء عنه، فمن منا يستطيع أن يعيش حياة الخوف والتهديد والقلق؟ لذا نسعى جميعاً إلى بذل قصارى جهدنا للتغلب على هذه التهديدات من أجل عيش حياة أفضل يسودها الاستقرار والسلام والطمأنينة.

### 1.4. مفهوم الأمن:

الأمن كمفهوم عام يعنى حالة مجتمع تسوده الطمأنينة وترتفع عليه رايات التوافق والتوازن الأمنى، مجتمع يسوده الأمن المستتب. وحالة الأمن لها مكونان متلازمان هما: الأمن الشعورى وهو شعور الفرد والمجتمع بالحاجة إلى الأمن، والأمن الإجرائي وهو الجهود المنظمة لتحقيق الأمن أو استعادته.

ومن المفاهيم والمصطلحات الواردة: الأمن النفسي، والأمن العام، والأمن القومي، والأمن الدولي، والأمن العالمي. (زهران، 2003، 84)

### 2.4. أهداف الأمن:

الإنسان الأمن يسعد في عمله وينتج، ويمارس حياته الطبيعية. ولا خلاف حول الحاجة إلى خدمات الأمن، بالنسبة للفرد والمجتمع والدولة. فبالنسبة للفرد، فإن خدمات الأمن هي الضمان لحريته. وبالنسبة للمجتمع، فإن خدمات الأمن تحافظ على سلامته من العوامل التي تهدد مقوماته ونظمه. وبالنسبة للدولة، فإن الأمن يحافظ على كيانها واستقرار الحال في ربوعها. (زهران، 2003، 84)

### 3.4. تعريف الأمن النفسي:

والأمن يعني التحرر من الخوف أيا كان مصدر هذا الخوف، ويشعر الإنسان بالأمن متى كان مطمئناً وعمله ومستقبله وأولاده وحقوقه ومركزه الاجتماعي، فإن حدث ما يهدد هؤلاء الأشخاص وهذه الأشياء، أو إن توقع الفرد هذه التهديدات فقد شعوره بالأمن لإرضاء هذه الحاجة. (راجح، 1993، ص113)

يعرف السيد محمد عبدالمجيد (2004) الأمن النفسي بأنه هو عدم الخوف، والشعور بالاطمئنان والحب والقبول والاستقرار والانتماء والإحساس بالحماية والرعاية والدعم والسند عند مواجهة المواقف، مع القدرة علي مواجهة المفاجآت، واشباع الحاجات. (عبد المجيد، 2004، ص241)

والأمن النفسي يقال له أيضا الأمن الانفعالي والأمن الشخصي والأمن الخاص والسلم الشخص، والأمن النفسي من المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية، وهناك ترابط بين الأمن النفسي والأمن الاجتماعي والصحة النفسية، حيث توجد علاقة جوهرية بين الاتجاه الديني ومشاعر الأمن كعامل من عوامل الشخصية الذي يحدد الصحة النفسية. (زهران، 2003، ص85)

هو مشاعر الطمأنينة النفسية للفرد التي تحدد في ثمانية أبعاد: التحرر من الخوف مهما كان مصدره، الثقة بالنفس، إدراك الآخرين بوصفهم، إدراك العالم كبيئة سارة وعادلة، الثقة في الآخرين والإرتياح للتواصل معهم، التفاؤل وتوقع الخير، الإستقرار الإنفعالي، وتقبل الذات. (زبيدي وفالح، 2016، ص215)

وقد عرف ماسلو الأمن النفسي بأنه شعور الفرد بأنه محبوب متقبل من الآخرين له مكانة بينهم، يدرك أن بيئته صديقة ودودة غير محبطة يشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق. (دوناي وديراني، 1983، ص51)

### 4.4. الحاجة إلى الأمن:

الحاجة إلى الأمن هي أهم الحاجات النفسية، ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة، وهي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد.

والحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد لتحقيق أمنه. وترتبط الحاجة إلى الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء، وتتضمن الحاجة إلى الأمن الحاجة إلى : شعور الفرد بأن بيئته بيئة صديقة، مشبعة للحاجات، وبأن الآخرين يحبونه ويحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة، والاستقرار والأمن الأسرى والتوافق الاجتماعي، وحل المشكلات النفسية والاجتماعية، وعلاج أي مرض نفسي، والاطمئنان في سكن مستقر وإلى مورد رزق مستمر، والأمن الجسمي والصحة الجسمية والشفاء عند المرض، وتجنب الخطر والتزام الحذر، وأمن المخاطر الطبيعية، والشعور بالثقة والاطمئنان والأمن والأمان.

وتتطلب الحاجة إلى الأمن سعى الفرد المستمر للمحافظة على الظروف التي تضمن إشباع الحاجات الحيوية والنفسية، تحت تأثير شعوره بحاجته إلى تأمين نفسه وممتلكاته، ضماناً للاستقرار والطمأنينة، وحتى ينطلق إلى السعي وراء عيشه وتطوير حياته، مستغلاً طاقاته وقدراته في ظلال الأمن.

ويحتاج إشباع الحاجة إلى الأمن إلى تماسك الجماعة، والشعور بالانتماء ووحدة الأهداف، وسلامة السلوك، وسلامة الأدوار الاجتماعية، ووضوح العلاقات الاجتماعية، ويسر الاتصال.

ولا شك أن ارتباط الفرد بالمجتمع والولاء له، مرهونان بإشباع الدوافع والحاجات التي تمكنه من العيش والسعي المنظم الآمن إلى تأمين رزقه، وتوفير موارد عيشه، وتطوير السبل التي ترتقى بها مظاهر حياته. (زهرا، 2003، ص86)

### 5.4. أبعاد الأمن النفسي:

يشتمل الأمن النفسي (لدى الفرد) على أبعاد أساسية أولية هي:

✍️ الشعور بالتقبل والحب وعلاقات الدفء والمودة مع الآخرين (ومن مظاهر ذلك الاستقرار والزواج والوالدية)

✍️ الشعور بالانتماء إلى الجماعة والمكانة فيها (وتحقيق الذات والعمل الذي يكفى لحياة كريمة).

✍️ الشعور بالسلامة والسلام (وغياب مبددات الأمن مثل الخطر والعدوان والجوع والخوف).

✍️ ويشتمل الأمن النفسي على أبعاد فرعية ثانوية هي:

✍️ إدراك العالم والحياة كبيئة سارة دافئة (يشعر بالكرامة، وبالعدالة، وبالاطمئنان، والارتياح).

✍️ إدراك الآخرين بوصفهم ودودين أحياناً (وتبادل الاحترام معهم).

✍️ الثقة في الآخرين وحبهم (والارتياح للاتصال بهم، وحسن التعامل معهم، وكثرة الأصدقاء).

✍️ التسامح مع الآخرين (وعدم التعصب).

✍️ التفاؤل وتوقع الخير (والأمل والاطمئنان إلى المستقبل).

✍️ الشعور بالسعادة والرضا (عن النفس، وفي الحياة).

✍️ الشعور بالهدوء والارتياح والاستقرار الانفعالي (والخلو من الصراعات).

✍️ الانطلاق والتحرر والتمركز حول الآخرين إلى جانب الذات (والشعور بالمسؤولية الاجتماعية وممارستها).

✍️ تقبل الذات والتسامح معها والثقة في النفس (والشعور بالنفع والفائدة في الحياة).

✍️ الشعور بالكفاءة والاقنتدار والقدرة على حل المشكلات (والشعور بالقوة وتملك زمام الأمور، والنجاح).

✍️ المواجهة الواقعية للأمور (وعدم الهروب).

للخو النسبي من الاضطراب النفسي (والشعور بالسوء والتوافق والصحة النفسية). (زهران، 2003، ص87)

### 6.4. أهمية الأمن النفسي:

والناظر للأمراض النفسية السارية في الحياة المعاصرة يعلم أهمية تحقيق هذا الأمر في واقع الحياة، فالقلق يستبد بالناس، والخوف من مجهول قادم يكاد يعصف بهم، هذا عدا عن الآثار المدمرة التي تهدد من أصبح وأمسى مكتئباً محبطاً، خائفاً، غير راض بحاله، ولا سعيد بأيامه.

ولقد أصبح تحقيق الأمن النفسي في المجتمعات مطلباً لكل الدول والحكومات، ولكثير من مراكز الدراسات والأبحاث، وتعد له مؤتمرات، وتصرف في سبيل تحقيقه أموال طائلة وجهود هائلة، هذا ولم يزد هم كل ذلك إلا خورا في النفوس، وقلقاً واضطراباً، وجزعاً وأي جزع، ذلك أنهم لم يستمدوا في عملهم ذلك المنهج الإلهي ولا المعونة الربانية، إنما فزعوا إلى جهد البشر فوكلهم الله تعالى إلى أنفسهم وصاروا يتعلقون لكن ويطمحون للوصول لكن إلى خيال وخبال.

والعجيب أنه حتى في أرقى دول الأرض اليوم حضارة مادية مازال من القوم قاصرين عن تحقيق الأمن النفسي والاطمئنان القلبي، فقد كثرت حوادث الانتحار كثرة لافتة للأنظار، وفتحت الآلاف من العيادات النفسية يؤمها عشرات الملايين أبناء الحضارة المعاصرة التي لم تقدم شيئاً في تحقيق مقصود الناس الأعظم الطمأنينة في النفوس والسعادة في القلوب، هذا أمر معلوم من حالهم ومعروف من شأنهم، وكل ما يظهر عليهم من سعادة وطمأنينة إنما هو زينة خارجية تغلف تعاسة داخلية، والقوم يعرفون ذلك أنفسهم، ويدركونه تمام الإدراك. (الشريف، 2003، ص10)

### 7.4. خصائص الأمن النفسي:

تناولت البحوث والدراسات السابقة الأمن النفسي من جوانب متعددة وأظهرت نتائج عينة من تلك البحوث والدراسات أهم خصائص الأمن النفسي على النحو التالي:

للأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وأساليبها من تسامح وعقاب، وتسلط وديموقراطية، وتقبل ورفض، وحسب، وكراهية، ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي، والخبرات والمواقف الاجتماعية في بيئة آمنة غير مهددة.

- ✎ يؤثر الأمن النفسي تأثيراً حسناً على التحصيل الدراسي للطلبة، وفي الإنجاز بصفة عامة.
- ✎ المتعلمون والمتقنون أكثر أمناً من الجهلة والأمينين.
- ✎ شعور الوالدين بالأمن النفسي في شيخوختهم يرتبط بوجود الأولاد وبقيمنتهم.
- ✎ الذين يعملون بالسياسة يشعرون بالأمن أكثر من الذين لا يعملون بها.
- ✎ الأمنون نفسياً أعلى في الابتكار من غير الأمنين.
- ✎ الأمن النفسي يرتبط ارتباطاً موجباً بالدوجماتيقية (أي التثبيت بالرأي والجمود العقائدي دون مناقشة أو تفكير).
- ✎ نقص الأمن النفسي يرتبط بالتوتر، وبالتالي بالتعرض لأمراض القلب. (زهرا، 2003، ص88)

### 8.4. القرآن الكريم وأثره على الأمن النفسي:

القرآن الكريم ينبوع فياض من المعاني السامية والقيم الإنسانية النبيلة والتعاليم السمحة الغراء والهدي الرباني الخالد الذي يحفظ الإنسان صحته النفسية والعقلية والخلقية والاجتماعية، فالإيمان بكل ما جاء في القرآن يساعد على التمتع بالصحة النفسية والجسمية الجيدة، والى الشعور بالأمن والأمان النفسي والطمأنينة والهدوء والسكينة والسعادة والراحة والمحبة والشفقة والرضا والثقة بالنفس والتوكل على الله والأمل والرجاء والتفاؤل وكلها من دواعي التمتع بالصحة النفسية والعقلية والبعد عن طريق الانحراف، فالقرآن الكريم فيه شفاء النفوس من جميع الأمراض وتطهير لها من مشاعر البغض والحقد والحسد والغيرة والكراهية والغل والانتقام والرغبة في الأذى. (العيسوي، 2001، ص33)

وكلمة الأمن وما يشق منها وردت في القرآن الكريم في مواضع عديدة وذلك بمعنى السلامة والاطمئنان النفسي وانتقاء الخوف على حياة الإنسان أو على ما تقوم به حياته من مصالح وأهداف وأسباب ووسائل وما يشمل أمن الإنسان الفرد وأمن المجتمع يقول تعالى الذي أطعمهم من جوع وآمنهم من خوف وقوله عز وجل وإذ جعلنا البيت مثابة للناس وأمناً وقوله وضرب الله مثلاً قرية كانت آمنة مطمئنة فالأمن على نفس الإنسان وعلى سلامة بدنه من العلل والأمن على الرزق هو الأمن الشامل الذي أوجز الإحاطة به وتعريفه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم من أصبح منكم آمناً في سربه معافى في جسده عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا فالمسلم يحتاج في إقامة دينه وأداء شعائره والأمن على نفسه وعرضه وماله إلى مجتمع آمن حتى ولو كان يعيش في بلد ومجتمع غير مسلم فالأمن من أول مطالب الإنسان في حياته،

لذا جعلت الشريعة السمحة الحفاظ على هذه الضروريات من أهم مقاصدها، وأمن الإنسان لا يمكن أن يتحقق إلا إذا توافرت له ضرورات الحياة هذا في أي مجتمع يعيش فيه. إن الأمن الفردي أي أمن الإنسان على نفسه وماله وعرضه ضد أي اعتداء يقع عليه من غيره مقفول عن طريق تطبيق الأحكام الشرعية التي تحمي الأنفس والأعراف والأموال، وولي الأمر مسؤول عن إقامة حدود الله حماية للأفراد ومنعاً لانتشار الفساد وشيوع المنكر في المجتمع. (أقرع، 2005، ص17)

### 9.4. مهددات الأمن النفسي:

أشارت البحوث والدراسات السابقة إلى أهم مهددات الأمن النفسي على النحو التالي:

❖ الخطر أو التهديد بالخطر، مما يشير الخوف والقلق لدى الفرد، ويجعله أكثر حاجة إلى الشعور بالأمن من جانبه، ومن جانب المسؤولين عن درء هذا الخطر، خاصة السلطات، وكلما زاد الخطر والتهديد، كلما استوجب زيادة تماسك الجماعة لمواجهته.

❖ الأمراض الخطيرة مثل السرطان، وأمراض القلب يصاحبها في كثير من الأحيان توتر وقلق مرتفع واكتئاب وشعور عام بعدم الأمن.

❖ الإعاقة الجسمية، حيث نقص الأمن والعصابية تكون أوضح عند المعوقين جسماً منها عند العاديين. (زهران، 2003، ص88)

### 10.4. أساليب تحقيق الأمن النفسي:

لتحقيق الأمن النفسي، يلجأ الفرد إلى ما يسمى «عمليات الأمن النفسي»، وهي أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض أو التخلص من التوتر وتحقيق تقدير الذات والشعور بالأمان. ويجد الفرد أمنه النفسي في انضمامه إلى جماعة تشعره بهذا الأمن.

والأسرة السعيدة، والمناخ الأسرى المناسب لنمو أفرادها نمواً سليماً وإشباع حاجاتهم وخاصة الحاجة إلى الأمن يؤدي إلى تحقيق الأمن النفسي، وأسرة العمل والانتماء إلى نقابة يزيد الشعور بالأمن النفسي، ويقابل هذا الانتماء إلى الوطن.

وجماعات الرفاق تدعم الأمن النفسي لأفرادها. ويتضح ذلك في جماعات العمل في السلم والحرب والإنتاج، حيث يعتمد الأفراد بعضهم على بعض بشكل واضح حتى يشعروا بدرجة أكبر من الأمن. (زهرا، 2003، ص89)

### الخلاصة:

خلاصة القول أن الأمن النفسي يبقى من أهم المتغيرات المتحكمة في الصحة النفسية، ومن أهم ما ينظر إليه على المستوى العالمي والقومي وحتى المحلي، وتسعى الدول لتحقيقه لشعوبها والعائلات لأفرادها ومن خلال ما استعرضناه في الفصل نقول أن الشخص الآمن والمطمئن هو الذي تمكن من إشباع حاجاته الضرورية ورغباته ودوافعه.

التطبيقي  
الجانب

الفصل الخامس

الإجراءات الميدانية للبحث

### تمهيد:

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها أي "مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها". (معتوق، 1998، ص231)

### 1.5. الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الإجراءات البحثية التي يقوم بها الباحث لكي لا يقع في الأخطاء أو المشاكل والصعوبات أثناء التجربة الرئيسية، وهي عبارة عن تجربة مصغرة من التجربة الرئيسية الغرض منها إما الكشف عن بعض الحقائق العلمية أو تجريب العمل لكشف المعوقات والسلبيات التي تواجه تطبيق التجربة الرئيسية أو لغرض تدريب بعض الكوادر المساعدة على العمل. (العبادي، 2015، ص128)، أشار العبادي (2015) إلى أن الدراسة الاستطلاعية بأنها تجارب لتطبيق بعض الاختيارات والقياسات المستخدمة على عينات في أغلب الأحيان ليست عينة البحث الأصلية ولكن شرط أن تكون من نفس المستوى والعمر، أو عزل بعض أفراد عينة البحث الأصلية لغرض تطبيق هذه التجربة بشرط عدم رجوعها للعينة الأصلية مرة أخرى لكي لا يتم معرفتهم على كيفية الحصول على النتائج في الاختبارات أو تكيفهم عليها وهذا يؤثر على نتائج البحث (العبادي، 2015، ص128). قمنا بإجراء دراسة استطلاعية على مستوى ثانوية هوارى بومدين التابعة لبلدية اليشير ولاية برج بوعرييج في الفترة الممتدة 2023/02/22 إلى 2023/02/26 حيث قابلنا مجموعة من التلاميذ 10 تلاميذ وطرحنا عليهم مجموعة من الأسئلة حول موضوع بحثنا اتجاهات تلاميذ البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم، ووزعنا عليهم الاستبيانين حيث تم استبعادهم في ما من العينة الأساسية وخلصنا في الأخير إلى مجموعة من النتائج أهمها الكشف عن المعوقات والصعوبات التي قد تواجهنا في تطبيق الدراسة الأساسية وأيضاً تحديد جوانب القصور في إجراءات تطبيق الاستبيان وتقدير الوقت اللازم للدراسة.

### 2.5. منهج البحث:

ذكر كل من الربيعي وعبد الهادي والحديثي (2018) أن المنهج هو "الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة وهي مبتغى الإنسان الذي يسعى إليه في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة تهيمن على سير العقل وتحدد عملياته الفكرية حتى يصل إلى نتيجة معلومة". (الربيعي والحديثي، 2018، ص45) وانطلاقاً من طبيعة موضوع دراستنا حيث نتطرق فيه إلى ظاهرة من الظواهر التربوية ترتبط بممارسة نشاط تربوي معين كما هي عليه وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها ومعرفة مدى تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع ومحاولة تقديم اقتراحات وأفكار أو تنبؤات عن التطورات الحاصلة لدى المتعلمين في المستقبل كنتيجة لممارسة هذا النشاط. إرتأينا أن المنهج الوصفي هو المنهج الذي يلائم مثل هذا النوع من الدراسات والذي يعرف بـ: هو المنهج الذي يهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضاً إلى دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة. (العبادي، 2015، ص76) وهو أيضاً المنهج الذي يقوم بوصف ما هو كائن وتفسيره وصفاً دقيقاً ويعبر عنه تعبيراً كيفياً يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو تعبيراً كمياً يعطينا وصفاً رقمياً بوضوح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى. (الربيعي وآخرون، 2018، ص57)

### 3.5. متغيرات الدراسة:

#### 1.3.5. المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر. (بوداود وعطا الله، 2009، ص139) والمتغير المستقل هو والمتغير المستقل هو: الاتجاهات النفسية.

#### 2.3.5. المتغير التابع:

هو العامل الذي يتبع العامل المستقل ويعرف بأنه المتغير الذي يتغير نتيجة تأثير المتغير المستقل، أو هو المتغير الذي يراد معرفة تأثير المتغير المستقل عليه. (بوداود وعطا الله، 2009، ص141) والمتغير التابع هو: الأمن النفسي.

#### 4.5. مجتمع وعينة الدراسة:

##### 1.4.5. مجتمع الدراسة:

تم تعريف المجتمع على أنه جميع مفردات أو وحدات الظاهرة تحت البحث فقد يكون المجتمع مكونا من سكان مدينة أو مجموعة من الأفراد في منطقة ما، أو مجموع العمال الذين يعملون في شركة معينة أو مجموعة الحقول في منطقة معينة أو مجموعة من الحيوانات أو سلعة معينة ينتجها معمل معين ويمكن القول أن المجتمع الإحصائي هو مجموعة من الوحدات الإحصائية معرفة بصورة واضحة، بحيث تسير الوحدات الإحصائية التي تدخل ضمن هذا المجتمع من غيره. (النعمي وآخرون، 2015، ص77) حدد مجتمع البحث جميع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تخصص العلوم التجريبية في ثانوية هواري بومدين بلدية اليشير ولاية برج بوعرييج والمقدر بـ 113 تلميذ للموسم الدراسي 2023/2022.

##### 2.4.5. عينة الدراسة:

هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه. لا يمكن أن ينجح البحث إلا إذا كان الباحث يستخدم أساليب خاصة باختيار العينات، إن الباحث عند دراسته الأفراد والمجتمعات لا يستطيع أن يأخذ كافة الأفراد أو المجتمع بأسره لدراسته لأن هذا يتطلب جهدا ووقتا وتكاليف مادية كبيرة جدا. لهذا يختار الباحث عينة محددة من المجتمع لدرسته. فكلما زاد مجتمع الأصل كلما قلت النسبة وكلما قلت النسبة زاد مجتمع الأصل للعينات. (محجوب، 2005، ص149) استهدفنا الحصول عينة لهذه الدراسة، تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي حيث شملت عينة البحث 50 تلميذ من السنة الثالثة ثانوي تخصص العلوم التجريبية من ثانوية هواري بومدين التابعة لبلدية اليشير ولاية برج بوعرييج، تم اختيارهم بطريقة قصدية مثلت نسبة 44 % من العدد الإجمالي للتلاميذ للموسم الدراسي 2023/2022.

المجموع	الجنس		العدد
	أنثى	ذكر	
50	25	25	
% 100	% 50	% 50	النسبة المئوية

جدول رقم (01) يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس

### 5.5. مجالات الدراسة:

#### 1.5.5. المجال المكاني:

تمثلت الدراسة الميدانية على مستوى ثانوية هوارى بومدين التابعة لبلدية اليشير ولاية برج بوعرييج.

#### 2.5.5. المجال الزمني:

أجريت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة ما بين بداية شهر مارس ومنتصف شهر ماي للموسم الدراسي 2023/2022.

### 6.5. أدوات جمع البيانات:

هي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك أدوات، بيانات، عينات، أجهزة. إن البحث الجيد يتميز بجمع المعلومات ولهذا وجب على الباحث أن يستخدم عدة أدوات من أجل القيام بالبحث الذي يضمن له بالنهاية الوصول إلى الهدف متماشيا مع طبيعة البحث وأدواته. (محجوب، 2005، ص147) وفي دراستنا اعتمدنا على الاستبيان كأداة لجمع المعلومات. وذلك راجع لسهولة إعدادها مقارنة بالأدوات الأخرى كما أنها تساعد في جمع المعلومات عن الموضوع المدروس بتكلفة بسيطة ووقت قليل وجهد وفير (الاقتصاد في الجهد والمال والوقت).

#### 1.6.5. استمارة الاستبيان:

هو عبارة عن صحيفة أو كشف يتضمن عددا من الأسئلة تتصل باستطلاع الرأي أو بخصائص أي ظاهرة متعلقة بنشاط اقتصادي أو اجتماعي أو فني أو ثقافي، ومن مجموع الإجابات عن الأسئلة نحصل على المعطيات الإحصائية التي نحن بصدد جمعها. (البلداوي، 2007، ص22) وهو أيضا إحدى الوسائل للحصول على المعلومات عن طريق مجموعة الأسئلة مثبتة باستمارة وتسمى هذه الاستمارة بالاستبيان. (محجوب، 2005، ص155)

#### 2.6.5. تصميم الاستبيان:

تم الاعتماد على استبيانين وهي على النحو التالي:

## الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للبحث

❖ استبيان خاص بمعرفة طبيعة الاتجاهات:

تم بناء استبيان من طرف الباحث حيث كان في الأول يتكون من 30 فقرة وبعد عرضه للتحكيم على أساتذة المعهد للتربية البدنية والرياضية وبعد التوجيهات منهم قمنا بحذف بعض المحاور وتعديل بعض العبارات وحذف بعضها كونها خارجة عن الموضوع أو مكررة في المعنى ليتم ضبطه في صورته النهائية مكون من 21 فقرة.

❖ الاستبيان الخاص بقياس مستوى الأمن النفسي:

في الأول تم الاعتماد على مقياس الأمن النفسي لماسلو مكون من 75 فقرة تم الحصول عليه من بحث بعنوان الشعور بالأمن النفسي وتأثيره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية نابلس فلسطين من إعداد إياد محمد نادي أقرع سنة 14 مارس 2005، وبعد عرضه على أساتذة المعهد للتربية البدنية والرياضية وبعد التوجيهات منهم قمنا بتحويله على شكل استبيان بعد حذف بعض العبارات وال فقرات ليتم الحصول عليه في صورته النهائية من 24 فقرة.

### 3.6.5. توزيع الاستبيانين:

تم توزيع الاستبيانين بشكل الكتروني بتاريخ 2023/03/07 في المجموعات الخاصة بالتلاميذ على مواقع التواصل الاجتماعي بغية الحصول على عدد كبير من المشاركين حيث تواصلنا مع أستاذ مادة الرياضيات بعد حصولنا على الإذن من مدير الثانوية وأعطينا له الإستبيان بشكل إلكتروني ليتم بدوره مشاركته على التلاميذ على موقع الفيسبوك في القسم ونحن بدورنا قمنا بشرح لهم بعض العبارات الغير المفهومة وطلبنا منهم أن يجيبو على الاستبيان بكل صدق وأنه لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة، وقد تم توقيف الردود بعدما بلغ عدد الردود 50 رد ليتم تحليل استجاباتهم إحصائيا حسب ما تقتضيه فرضيات البحث.

### 7.5. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

#### 1.7.5. الثبات:

وهو بمعنى الاستقرار، أي لو كرر تطبيق الاختبار لعدة مرات يعطي نفس النتيجة. (العبادي، 2015، ص121) ويرى الخفاجي وعض (2002) على أنه مصطلح يشير إلى إمكانية الإعتماد على الأداة القياس أو على استخدام الاختبار، وهذا يعني أن ثبات الاختبار هو أن يعطي نفس النتائج باستمرار إذا استخدم الاختبار أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة. (الخفاجي وعض، 2002، ص165) وهناك عدة طرق إحصائية تمكننا من حساب ثبات أداة الدراسة، وفي دراستنا هذه قمنا بحساب ثبات الاستبيان باستعمال طريقة إعادة الاختبار، حيث تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية مكونة من 10 تلاميذ (05 ذكور، 05 إناث) خارج عينة البحث الأساسية، ثم أعيد التطبيق للمرة الثانية وذلك بفارق زمني قدره 07 أيام، ثم قمنا بحساب معامل الارتباط وذلك باستعمال المعادلة المقترحة من طرف العالم الرياضي والإحصائي بيرسون.

#### ❖ الاستبيان الخاص بمعرفة طبيعة الاتجاهات:

بعد التطبيق تم إيجاد معامل الارتباط لبيرسون بـ 0.90 وهذا ما يدل على أن معامل ثبات الاستبيان كان عاليا.

#### ❖ الاستبيان الخاص بقياس مستوى الأمن النفسي:

بعد التطبيق تم إيجاد معامل الارتباط لبيرسون بـ 0.86 وهذا ما يدل على أن معامل ثبات الاستبيان كان عاليا.

#### 2.7.5. الصدق:

يقصد بالصدق أن الاختبار يقيس ما وضع من أجله، أي يعطي درجة انعكاس أو تمثيلا لقدرة الفرد. (العبادي، 2015، ص124) ويرى الخفاجي وعض (2002) أن المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الاختبار أو الأدوات ما وضعت لقياسه والصدق كالثبات، مفهوم مدروس دراسة كبيرة، وتحقيق صدق أداة القياس أكثر أهمية ولا شك من تحقيق الثبات، لأنه قد تكون أدوات القياس أو الإختبار ثابتة ولكنها غير

صادقة. (الخفاجي و عوض، 2002، ص167) وفي دراستنا قد اعتمدنا على صدق المحكمين والصدق الذاتي.

### ❖ الاستبيان الخاص بمعرفة طبيعة الاتجاهات:

#### ▪ صدق المحكمين:

يشير عويس إلى أنه يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار، فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه، يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء. (عويس، 1999، ص55). حيث تم عرض أداة الاستبيان على 05 أساتذة جامعيين من معهد علوم وتقنيات النشاطات وبعد التوجيهات قمنا بالتعديلات اللازمة على بعض العبارات وحذف بعضها كونها مكررة في المعنى حتى تم ضبطه في الصورة النهائية من 21 عبارة.

#### ▪ الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي هو قيمة الجذر التربيعي لقيمة ثبات الاستبيان.

$$\text{الصدق الذاتي} = \text{الجذر التربيعي للثبات} = \sqrt{0.90} = 0.94$$

### ❖ الاستبيان الخاص بقياس مستوى الأمن النفسي:

#### ▪ صدق المحكمين:

يشير عويس إلى أنه يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار، فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه، يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء. (عويس، 1999، ص55). حيث تم عرض أداة الاستبيان على 05 أساتذة جامعيين من معهد علوم وتقنيات النشاطات وبعد التوجيهات قمنا بالتعديلات اللازمة على بعض العبارات وحذف بعضها كونها مكررة في المعنى حتى تم ضبطه في الصورة النهائية من 24 عبارة.

#### ▪ الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي هو قيمة الجذر التربيعي لقيمة ثبات الاستبيان.

$$\text{الصدق الذاتي} = \text{الجذر التربيعي للثبات} = \sqrt{0.86} = 0.92$$

### 3.7.5. الموضوعية:

إن الأدوات سهلة وواضحة ولا يتدخل في الإجابة عليها الطالب الباحث، بل هي أداة اتفق على صدقها المحكمين وثباتها من خلال الدراسة التي قمنا بها، حيث أن المختبر يجيب على الأسئلة الواردة في الأداة بدون إحياء أو تدخل من قبل الباحث وعليه فإن الذاتية لا تدخل ضمن إطار هذه الأدوات.

### 8.5. الوسائل الإحصائية:

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

استخدمنا برنامج الـ SPSS لإستخراج الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية لوصف توزيع التلاميذ حسب متغير الجنس.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للوصف الإحصائي.
- اختبار T لعينة واحد لتحديد طبيعة الاتجاهات.
- اختبار T لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في مستوى الأمن النفسي وطبيعة الاتجاهات حسب الجنس.

### خلاصة:

من خلال هذا الفصل وضحنا فيه الخطوات المنهجية التي اتبعناها للتمكن من حل مشكلة البحث، بدءاً بنوع المنهج العلمي المستخدم وعينة الدراسة ومجالاتها، وكذا التأكد من المعاملات العلمية (الصدق، الثبات والموضوعية) الخاصة بأداة البحث المستعملة، وبالتالي نكون قد تأكدنا من صدق وثبات الأداة أي أنها قابلة وجاهزة للتطبيق على العينة الأساسية، وتطرقنا في الأخير إلى الوسائل الإحصائية المستعملة في هذا البحث.



الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

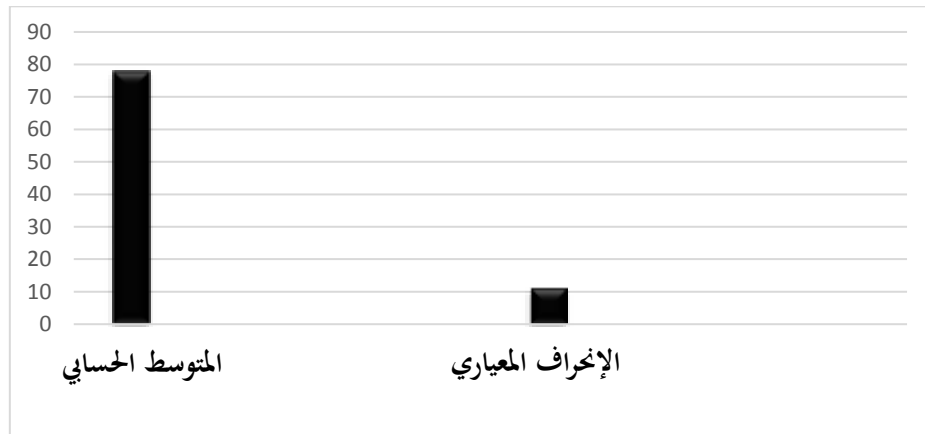
## 1.6. عرض وتحليل النتائج:

### 1.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

بغرض التحقق من صحة الفرضية الجزئية الأولى التي تشير إلى أن "هناك اتجاهات إيجابية لتلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية" استخدمنا لهذا الغرض الوسائل الإحصائية التالية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار T لعينة واحدة.

الاتجاهات	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	دلالة الاختبار
الاتجاهات	50	49	0.05	77.86	11.30	48.71	1.68	دال

جدول رقم (02) يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة اختبار T لاستبيان طبيعة الاتجاهات.



شكل بياني رقم (02) يمثل قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستبيان طبيعة الاتجاهات

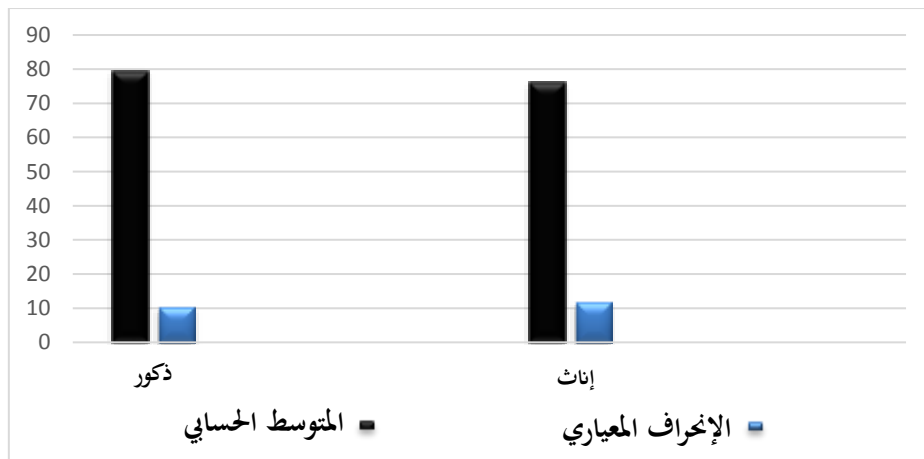
من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (02) والشكل البياني رقم (02) نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي بلغت 77.86 بانحراف معياري قدره 11.30 وبعد حساب قيمة T المحسوبة وجدناها بلغت قيمة 48.71 وهي أكبر من قيمة T الجدولية والمقدرة بـ 1.68 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 49 ومنه يوجد فرق دال إحصائياً لصالح الفرضية البديلة، وعليه طبيعة اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية إيجابية.

2.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

بغرض التحقق من صحة الفرضية الجزئية الثانية التي تشير إلى أن "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس" استخدمنا لهذا الغرض الوسائل الإحصائية التالية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار T لعينتين مستقلتين.

حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	دلالة الاختبار
50	48	0.05	79.48	10.53	1.01	2.02	غير دال
			76.24	12.01			

جدول رقم (03) يمثل قيمة اختبار T لعينتين مستقلتين حسب الجنس (استبيان طبيعة الاتجاهات)



شكل بياني رقم (03) يمثل قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حسب الجنس (استبيان طبيعة الاتجاهات)

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (03) والشكل البياني رقم (03) نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي عند ذكور بلغت 79.48 بانحراف معياري قدره 10.53 في حين نجد أن المتوسط الحسابي عند الإناث بلغ قيمة 76.24 بانحراف معياري قدره 12.01 وبعد حساب قيمة T المحسوبة وجدناها بلغت قيمة 1.01 وهي أصغر من قيمة T الجدولية والمقدرة بـ 2.02 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 48 ومنه لا توجد فروق معنوية بين المتوسطات الحسابية، وهذا ما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين ذكور وإناث تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) في الاتجاهات نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

## الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

### 3.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

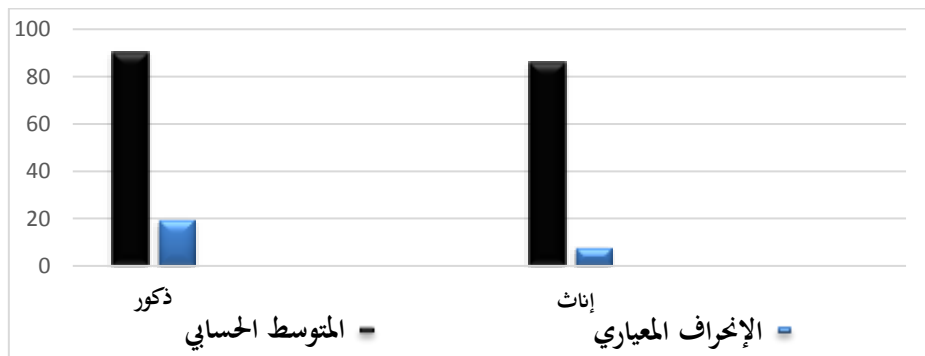
بغرض التحقق من صحة الفرضية الجزئية الثالثة التي تشير إلى أن "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) تعزى لمتغير الجنس" استخدمنا لهذا الغرض الوسائل الإحصائية التالية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار T لعينتين مستقلتين.

دلالة الاختبار	T الجدولية	T المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	
غير دال	2.02	1.00	19.62	90.40	0.05	48	50	ذكور
			7.98	86.16				إناث

جدول رقم (04) يمثل قيمة اختبار T لعينتين مستقلتين حسب الجنس (استبيان الأمن النفسي)

مستوى الأمن النفسي	المتوسط الحسابي للأمن النفسي
منخفض جدا	1.8 - 1
منخفض	2.6 - 1.8
متوسط	3.4 - 2.6
عالي	4.2 - 3.4
عالي جدا	5 - 4.2

الجدول رقم 05 يمثل مستوى الاتجاهات نحو الأمن النفسي



شكل بياني رقم (04) يمثل قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حسب الجنس (استبيان الأمن النفسي)

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (04) والشكل البياني رقم (04) نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي عند ذكور بلغت 90.40 بإنحراف معياري قدره 19.62 في حين نجد أن المتوسط الحسابي عند الإناث بلغ قيمة 86.16 بإنحراف معياري قدره 7.98 وبعد حساب قيمة T المحسوبة وجدناها بلغت قيمة 1.00 وهي أصغر من قيمة T الجدولية والمقدرة بـ 2.02 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 48 ومنه لا توجد فروق معنوية بين المتوسطات الحسابية، وهذا ما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين ذكور وإناث تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) في مستوى الأمن النفسي.

### 2.6. مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

#### 1.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال إطلاعنا على نتائج الاستبيان الأول (طبيعة الاتجاهات) وبعد عملية تحليلنا لنتائجها والذي يدور حول موضوع الفرضية الجزئية الأولى التي طرحناها كحل مؤقت لمشكلة بحثها والمتمثلة في:

هناك اتجاهات إيجابية لتلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

وانطلاقاً من نتائج إجابات التلاميذ على العبارات الخاصة بالاستبيان الأول (طبيعة الاتجاهات) الموضحة في الجدول رقم (02) والشكل البياني رقم (02) اتضح لنا جلياً أن هناك اتفاق لمعظم أفراد عينة البحث على أن هناك اتجاهات إيجابية لتلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية. وهذا ما يتفق مع ما أتت به دراسة عزيزة محمد ومحمود سالم في رسالة دكتوراه بجامعة القاهرة سنة 1997 تحت عنوان "الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي" حيث توصلوا في الأخير إلى أن هناك اتجاهات إيجابية لتلميذات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي، وأيضاً دراسة سليمان نور الدين وآخرون في بحث منشور في المجلة العلمية للعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية جوان 2021 تحت عنوان "اتجاهات التلاميذ نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية خلال جائحة كورونا" حيث توصل في الأخير أن التلاميذ يتمتعون باتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية ولا سيما خلال جائحة كورونا. ويفسر الطالب الباحث تلك النتائج لحاجة التلاميذ للحركة والنشاط وتفريغ كل طاقاتهم السلبية والضغوطات النفسية المصاحبة لإمتحان شهادة البكالوريا ولا يجدون ذلك إلا في حصة التربية البدنية والرياضية.

### 2.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال إطلاعنا على نتائج الاستبيان الأول (طبيعة الاتجاهات) وبعد عملية تحليلنا لنتائجه والذي يدور حول موضوع الفرضية الجزئية الثانية التي طرحناها كحل مؤقت لمشكلة بحثها والمتمثلة في:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس.

وانطلاقاً من نتائج إجابات التلاميذ على العبارات الخاصة بالاستبيان الأول (طبيعة الاتجاهات) الموضحة في الجدول رقم (03) والشكل البياني رقم (03) اتضح لنا جلياً أن هناك اتفاق لمعظم أفراد عينة البحث على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين ذكور وإناث تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) في الاتجاهات نحو حصة التربية البدنية والرياضية. وهذا ما يتعارض مع ما جاءت به دراسة بوقرة حسين وقرين الحاج سنة (2021/2020) تحت عنوان "اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي" حيث توصل في الأخير إلى أن هناك فروق في الاتجاهات نحو النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث، وأيضاً دراسة سعودي الجندي في بحث منشور في مجلة علمية دولية محكمة قسم STAPS جوان 2017 تحت عنوان "اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البدناء نحو حصة التربية البدنية والرياضية" حيث توصل في الأخير أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي البدناء نحو حصة التربية البدنية والرياضية تبعاً لمتغير الجنس. ويفسر الطالب الباحث ذلك إلى كون الذكور يشبعون رغبتهم في ممارسة النشاط البدني الرياضي سواء في المدرسة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية أو خارجها أما الإناث فلا متنفس الوحيد لهم لممارسة النشاط البدني الرياضي إلا أثناء حصة التربية البدنية في الثانوية لذلك نجدهم أكثر رغبة وعزيمة في ممارسة النشاطات البدنية والرياضية حتى أصبح ينافسون الذكور في ذلك.

### 3.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

من خلال إطلاعنا على نتائج الاستبيان الثاني (الأمن النفسي) وبعد عملية تحليلنا لنتائجه والذي يدور حول موضوع الفرضية الجزئية الثالثة التي طرحناها كحل مؤقت لمشكلة بحثها والمتمثلة في:

لذلك هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) تعزى لمتغير الجنس.

وانطلاقاً من نتائج إجابات التلاميذ على العبارات الخاصة بالاستبيان الثاني (الأمن النفسي) الموضحة في الجدول رقم (04) والشكل البياني رقم (04) اتضح لنا جلياً أن هناك اتفاق لمعظم أفراد عينة البحث على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين ذكور وإناث تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) في مستوى الأمن النفسي. وهذا ما يتفق ما جاءت به دراسة بوقرة حسين وقرين الحاج سنة (2021/2020) تحت عنوان "اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي" حيث توصل في الأخير إلى أنه لا توجد فروق في مستوى الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس، وأيضاً تعارض مع دراسة أحمد مسلم أبو ذويب في بحث منشور على مجلة الشمال للعلوم الانسانية في جامعة الجندوب الشمالية بالمملكة العربية السعودية سنة 2019 تحت عنوان "الشعور بالأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية" حيث توصل في الأخير إلى أن هناك فروق ذات دلالة احصائية في الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير الصف الدراسي و متغير التخصص. ويفسر الطالب الباحث ذلك إلى كون الفرد يزداد الأمن النفسي عنده مهما اختلف جنسه سواء كان ذكراً أو أنثى ويرجع ذلك إلى رغبة كل فرد في إشباع حاجاته الداخلية ومن بينها الأمن النفسي الذي صنفها ماسلو من الحاجات الأساسية في المرتبة الثانية بعد الحاجات الفيزيولوجية، وأيضاً ماتوفره المدرسة والأسرة والمحيط من أمن وإستقرار للفرد لأن أعظم نعمة أنعمها الله علينا بعد الإسلام هي نعمة الأمن والأمان.



الفصل السابع

الاستنتاجات والإقتراحات

### 1.7. الاستنتاجات العامة للدراسة:

بعد بتطبيق أداة البحث على عينة الدراسة وجمع البيانات اللازمة وتحليلها ومعالجتها إحصائياً توصلنا في الأخير إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها:

- ✍ اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية إيجابية.
- ✍ اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية لا تعزى لمتغير الجنس.
- ✍ مستوى الأمن النفسي عند تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) لا يعزى لمتغير الجنس.
- ✍ أغلب تلاميذ شهادة البكالوريا يملون إلى ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- ✍ هناك اجماع كلي لتلاميذ شهادة البكالوريا أن حصة التربية البدنية والرياضية تساعدهم في تفرغ كل ضغوطاتهم وطاقتهم السلبية.

### 2.7. الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:

على ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج يقدم الاقتراحات والتوصيات التالية:

- ✍ إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول اتجاهات التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية لكن من متغيرات أخرى.
- ✍ التعرف عن الاتجاهات السلبية للتلاميذ من أجل إيجاد الحلول لها والتخلص منها.
- ✍ تعزيز الشعور بالأمن لدى التلاميذ من خلال العمل على إيجاد آلية وبرامج تساهم في حل المشكلات التي تواجه التلاميذ يوميا والمتعلقة بالنواحي الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والمادية.
- ✍ الدعوة إلى تأسيس وحدة إرشاد نفسية في المؤسسات التربوية تقوم بإرشاد التلاميذ وتوجيههم في مواجهة الأزمات النفسية والاجتماعية والمادية والاقتصادية والأكاديمية وحل الإشكاليات اليومية التي يتعرض لها التلاميذ.
- ✍ إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول الشعور بالأمن النفسي تبعا لمتغيرات أخرى مثل الدخل المادي والحالة الاجتماعية.



## قائمة المصادر والمراجع:

1. أحمد بوسكرة (2005)، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي والتقني، الجزائر: دار الخلدونية.
2. أحمد عزت راجح (1993)، أصول علم النفس، ط 09، الإسكندرية: المكتب المصري الحديث.
3. أمين الخولي وآخرون (1998)، التربية الرياضية المدرسية، دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية، ط4، القاهرة: دار الفكر العربي.
4. أمين أنور الخولي (2002)، أصول التربية البدنية والرياضية (المهنة والإعداد المهني) النظام الأكاديمي، دار الفكر العربي.
5. إياد محمد نادي أقرع (2005)، الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، أطروحة مكملة لمتطلبات درجة الماجستير في الإدارة التربوية بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية في نابلس، فلسطين.
6. بوداود عبد اليمين وعطا الله أحمد (2009)، المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
7. حامد عبد السلام زهران (2003)، دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، ط 1، القاهرة: عالم الكتب.
8. حسن شلتوت وحسن معوض (1980)، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار القاهرة: الفكر العربي.
9. دواني كمال ودراني عيد (1983)، اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، الجامعة الأردنية، عمان.
10. الربيعي محمود داود، مازن عبد الهادي ورائد فائق الحديثي (2018)، أسس البحث العلمي، دار الصفاء للنشر والتوزيع.
11. زينب عمر وغادة عبد الحكيم (2008)، طرق تدريس التربية الرياضية - الأسس النظرية والتطبيقات العلمية-، القاهرة: دار الفكر العربي.
12. السعيد مزروع (2016)، تطبيقات في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، ط 1، الجزائر: دار الخلدونية للنشر والتوزيع.
13. سهير البدير والمطواع بدور (1996)، التربية البدنية ومنهجها وطرق تدريسها، الكويت: مطابع الوطن.

14. السيد محمد عبد المجيد (2004)، إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية، مجلة دراسات نفسية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني، أبريل.
15. عامر سعيد الخيكاني وعبد الله هزاع الشافعي وعلي حسين هاشم الزامل (2015)، علم النفس الرياضي للمرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، العراق: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
16. العبادي حيدر عبد الرزاق كاظم (2015)، أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة، شركة الغدير للطباعة والنشر المحدودة.
17. عبد الحميد عبد المجيد البلداوي (2007)، أساليب البحث العلمي والتحليل الإحصائي، ط 1، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
18. عبد الحميد نشواتي (2003)، علم النفس التربوي، ط 04، عمان: دار الفرقان للنشر والتوزيع.
19. عبد الستار جبار الضمد (2010)، علم النفس في الرياضة، ط 01، عمان: دار الخليج.
20. عويس خير الدين علي أحمد (1999)، دليل البحث العلمي، القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
21. العيسوي عبد الرحمن (2001)، الإسلام والصحة النفسية، ط 1، بيروت: دار الراتب الجامعية.
22. فاطمة عوض صابر وميرفت علي خفاجة (2002)، أسس ومبادئ البحث العلمي، ط 1، الإسكندرية: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
23. فريدريك معتوق (1998)، معجم العلوم الاجتماعية، أكاديمية انترناشيونال السلسلة المعاجم الأكاديمية المتخصصة، بيروت.
24. محمد الحماحمي (1996)، أصول اللعب والتربية الرياضية، ط 2، القاهرة: المركز العربي للنشر.
25. محمد الحماحمي وأمين أنور الخولي (1990)، أسس بناء التربية البدنية والرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي.
26. محمد السعيد عزمي (2004)، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، دار الوفاء لنديا للطباعة والنشر.
27. محمد حسن علاوي (1994)، علم النفس الرياضي، ط 09، القاهرة: دار المعارف.
28. محمد حسن علاوي (1998)، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط 01، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

29. محمد سعيد عظمي (1996)، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، الإسكندرية: نشأة المعارف.
30. محمد عطية الأبرشي (1993)، روح التربية والتعليم، دار الفكر العربي.
31. محمد منير مرسي (1994)، أصول التربية، المطبعة النموذجية للأوفس.
32. محمد موسى الشريف (2003)، الأمن النفسي، ط 02، المملكة العربية السعودية: دار الأندلس الخضراء.
33. محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي (1992)، نظريات وطرق التربية البدنية، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية.
34. مصطفى السايح محمد (2001): إتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، ط01، مصر، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
35. مصطفى محمد السايح (2008)، الرياضة والتنشئة الاجتماعية، ط1، الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
36. مكارم أبو هرجة ومحمد سهير علول (1999)، مناهج التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
37. ناصر الدين زبيد يمينة فالح (2016)، فعالية برنامج الصحة النفسية للراشدين بتحقيق الأمن النفسي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي، العدد 16، جوان.
38. ناهد محمود السعد ونيلا رمزي فهمي (2004)، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ط 2، مركز الكتاب للنشر.
39. وجيه محجوب (2005)، أصول البحث العلمي ومناهجه، ط 2، عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.



## اتجاهات تلاميذ البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم.

استمارة بحث لإعداد مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

### 1 الفرضية العامة:

- هناك علاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي.

### 2 الفرضيات الجزئية:

- هناك اتجاهات إيجابية لتلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية تعزى لمتغير الجنس.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) تعزى لمتغير الجنس.

أعزائي التلاميذ من أجل إثراء هذا البحث والمشاركة في تنميته، أرجو منكم الإجابة على أسئلة هذا الاستبيان والذي يشتمل على عبارات تعكس انطباعكم حول ذاتكم في عدة مواقف، فالرجاء قراءة كل عبارة بدقة ثم وضع الإشارة (✓) في الخانة المناسبة، وتجدر الإشارة إلى أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما الإجابة الصحيحة هي العبارة التي تمثلك وتعبر بصدق عن ذاتك.

ملاحظة: المعلومات والبيانات المسجلة تبقى سرية ولا تستعمل إلا لغرض البحث العلمي.

❖ البيانات الأولية:

اسم المؤسسة التعليمية: .....

الجنس:

أنثى

ذكر

■ المحور الأول: لمعرفة طبيعة اتجاهات تلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

رقم العبارة	عبارات الاستبيان	موافق على الإطلاق	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق على الإطلاق
01	في ظل ظروف إقبالك على إمتحان شهادة البكالوريا لديك الرغبة في ممارسة نشاطات حصة التربية البدنية والرياضية.					
02	توافق على إستبدال حصة التربية البدنية والرياضية بمادة أخرى أهم منها.					
03	يجب إلغاء حصة التربية البدنية والرياضية من المقررات الدراسية لأنها مضيعة للوقت وخاصة لتلاميذ شهادة البكالوريا.					
04	ترى أنه من الواجب على أي تلميذ أن يمارس حصة التربية البدنية والرياضية رغم إقتراب موعد إمتحان شهادة البكالوريا.					
05	تحافظ على لياقتك البدنية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية.					
06	ترى أن حصة التربية البدنية والرياضية تساعدك على تفريغ كل طاقاتك السلبية.					
07	تزداد لديك الرغبة في المراجعة لإمتحان شهادة البكالوريا بعد ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.					
08	تساعد حصة التربية البدنية والرياضية في تبادل الخبرات والمعارف بين تلاميذ شهادة البكالوريا.					

					توافق أن تكون حصة التربية البدنية والرياضية أحد المقررات الإختيارية وليس الإلجبارية للتلاميذ المقبلين على إمتحان شهادة البكالوريا.	09
					ترى أن إقبالك على حصة التربية البدنية والرياضية يتزايد يوما بعد يوم رغم إمتحان شهادة البكالوريا.	10
					التربية البدنية والرياضية مهمة لمستقبل تلاميذ البكالوريا صحيا.	11
					ترى أن شعورك يتغير للأفضل بعد ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.	12
					أحب ممارسة نشاط حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعدني في المراجعة لشهادة لبكالوريا.	13
					أظن أن 2 ساعة في الأسبوع لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية لتلاميذ شهادة البكالوريا غير كاف.	14
					لا أهتم بممارسة نشاطات حصة التربية البدنية والرياضية بسبب امتحان شهادة البكالوريا.	15
					ترى أن دراسة أي مادة علمية أخرى أهم من حصة التربية البدنية والرياضية.	16
					في ظل ظروف شهادة البكالوريا (حفظ، مراجعة، قلة الوقت...) ترى حصة التربية البدنية والرياضية من أهم الحصص المفضلة لديك وتحب ممارستها.	17
					تساعد التربية البدنية والرياضية في التواصل والاتصال بين تلاميذ شهادة البكالوريا.	18
					تبعث حصة التربية البدنية والرياضية على السرور وتقلل من التوتر لديك بسبب إمتحان شهادة البكالوريا.	19
					ترى أن حصة التربية البدنية والرياضية تحسن سلوكك.	20
					عند أداء حصة التربية البدنية والرياضية تتسلى وتنسى كل المشاكل النفسية والضغطات المصاحبة لإمتحان شهادة البكالوريا.	21

■ المحور الثاني: قياس الأمن النفسي عند تلاميذ شهادة البكالوريا.

رقم السؤال	عبارات الاستبيان	دائما	أحيانا	غير متأكد	نادرا	أبدا
01	هل تنقصك الثقة بالنفس؟					
02	هل تفكر بأن الناس يحبونك كمحبتهم للآخرين؟					
03	هل يمكن أن تكون مرتاحا مع نفسك؟					
04	هل من عادتك أن تتقبل نقد أصدقائك بروح طيبة؟					
05	هل أنت على وجه العموم متفائل؟					
06	هل أنت عادة واثق من نفسك؟					
07	هل أنت راض عن نفسك؟					
08	هل كثيرا ما تكون معنوياتك منخفضة؟					
09	هل لديك إيمان كاف بنفسك؟					
10	هل تشعر على وجه العموم بأنه يمكنك الثقة بمعظم الناس؟					
11	هل لديك شعور بأنك عبء على الآخرين؟					
12	هل كثيرا ما تفكر في نفسك؟					
13	هل تعتقد بأنك ناجح في دراستك؟					
14	هل لديك شعور بالنقص؟					
15	هل تشعر عامة بمعنويات مرتفعة؟					
16	هل أنت قلق بالنسبة لما لديك من ذكاء؟					
17	هل لديك خوف غامض من المستقبل؟					
18	هل تتصرف على طبيعتك؟					
19	هل لك كثير من الأصدقاء المخلصين؟					
20	هل تشعر بعدم الإرتياح في معظم الأحيان؟					
21	هل تميل إلى الخوف من المنافسة؟					
22	هل تقلق كثيرا من أن يصيبك سوء الحظ من المستقبل؟					
23	هل باستطاعتك العمل بانسجام مع الآخرين؟					
24	هل أنت بشكل عام شخص مرتاح الأعصاب (غير متوتر)؟					



استمارة استطلاع آراء الأساتذة المحكمين حول مناسبة أداة البحث

من إنجاز الطالب:

للغ هشام بن بوريد

تحية طيبة وبعد:

بصدد إقرار مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي بعنوان:

اتجاهات تلاميذ البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم

ونظرا للمكانة العلمية التي تتمتعون بها في هذا المجال، يرجى من سيادتكم إبداء الرأي بشأن ملائمة الاستبيان المستخدم كأداة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع فائق الشكر والتقدير.

الإحصاء	الملاحظة	الدرجة العلمية	اسم الأستاذ
	/	أستاذ	لمحمد لبحور فواز
	/	أستاذ لبحليم العالبي	فوزي أحمد
	/	أستاذ	أوشكي بوريد
	/	أستاذة حاضرة	بورنان حليص
	/	أستاذة التقييم العالي	بجاي فاضلي

○ نتائج حساب ثبات استبيان طبيعة الاتجاهات

Correlations

	الاختبار	اعادة الاختبار
Pearson Correlation	1	,908**
الاختبار Sig. (2-tailed)		,000
N	10	10
Pearson Correlation	,908**	1
اعادة الاختبار Sig. (2-tailed)	,000	
N	10	10

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

○ نتائج حساب ثبات استبيان الأمن النفسي

Correlations

	الاختبار	اعادة الاختبار
Pearson Correlation	1	,868**
الاختبار Sig. (2-tailed)		,001
N	10	10
Pearson Correlation	,868**	1
اعادة الاختبار Sig. (2-tailed)	,001	
N	10	10

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## ○ مخرجات الـ SPSS الفرضية الجزئية الأولى

### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاتجاه نحو حصة ت ب ر	50	77,86	11,301	1,598

### One-Sample Test

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الاتجاه نحو حصة ت ب ر	48,717	49	,000	77,860	74,65	81,07

## ○ مخرجات الـ SPSS الفرضية الجزئية الثانية

### Group Statistics

نوع الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ذكر	25	79,48	10,536	2,107
أنثى	25	76,24	12,011	2,402

### Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
الاتجاه نحو حصة ت ب ر	,051	,822	1,014	48	,316	3,240	3,196	-3,185	9,665
			1,014	47,19	,316	3,240	3,196	-3,188	9,668

## مخرجات الـ SPSS الفرضية الجزئية الثالثة

**Group Statistics**

نوع الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مستوى الأمن النفسي	ذكور 25	90,40	19,621	3,924
	إناث 25	86,16	7,988	1,598

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
	مستوى الأمن النفسي	Equal variances assumed	4,555	,038	1,001	48	,322	4,240	4,237	-4,279
Equal variances not assumed				1,001	31,74	,325	4,240	4,237	-4,393	12,873

## ملخص الدراسة

- **عنوان الدراسة:** اتجاهات تلاميذ شهادة البكالوريا نحو حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأمن النفسي لديهم.
- **هدف الدراسة:** كشف طبيعة العلاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية ومستوى أمنهم النفسي.
- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.
- **مجتمع وعينة الدراسة:** حدد مجتمع البحث جميع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تخصص العلوم التجريبية في ثانوية هواري بومدين بلدية الششير ولاية برج بوعريريج والمقدر بـ 113 تلميذ للموسم الدراسي 2023/2022 تم اختيار منهم 50 تلميذ بطريقة قصدية.
- **أساليب جمع البيانات:** تم الاعتماد على استبيانين وهي على النحو التالي:
  - استبيان خاص بمعرفة طبيعة الاتجاهات.
  - الاستبيان الخاص بقياس مستوى الأمن النفسي.
- **نتائج الدراسة:**
  - اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية إيجابية.
  - اتجاهات تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) نحو حصة التربية البدنية والرياضية لا تعزى لمتغير الجنس.
  - مستوى الأمن النفسي عند تلاميذ المرحلة النهائية (شهادة البكالوريا) لا يعزى لمتغير الجنس.
- **الإقتراحات والفرضيات المستقبلية:**
  - إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول اتجاهات التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية لكن من متغيرات أخرى.
  - محاولة الكشف عن الاتجاهات السلبية للتلاميذ من أجل إيجاد الحلول لها والتخلص منها.
  - تعزيز الشعور بالأمن لدى التلاميذ من خلال العمل على إيجاد آلية وبرامج تساهم في حل المشكلات التي تواجه التلاميذ يوميا والمتعلقة بالنواحي الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والمادية.
  - إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول الشعور بالأمن النفسي تبعا لمتغيرات أخرى مثل الحالة المادية والاجتماعية والاقتصادية.