



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



الرقم التسلسلي:

الرمز:

القسم: التربية البدنية

الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الدوافع الاجتماعية لممارسة الرياضة لدى تلاميذ الطور الثانوي
(دراسة ميدانية ثانوية أسعيد بوعلي برج بوعريريج)

- تحت إشراف الأستاذ

د. بلبول فريد

- من إعداد الطلبة:

مسواك فطيمة

مولي ريمة

السنة الجامعية 2021 - 2022



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



الرقم التسلسلي:

القسم: التربية البدنية و الحركية

الرمز:

الشعبة: علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

تخصص: تربية بدنية و حركية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الدوافع الاجتماعية لممارسة الرياضة لدى تلاميذ الطور الثانوي
(دراسة ميدانية ثانوية أسعيد بوعلي برج بوعريريج)

- تحت إشراف الأستاذ

د. بلبول فريد

- من إعداد الطلبة:

مسواك فطيمة

مولي ريمة

السنة الجامعية 2021 - 2022

تفكرات

نحمد الله تعالى الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع
و نتقدم بجزيل الشكر و كامل التقدير و العرفان
إلى الأستاذ المشرف **بلبول فريد**
و إلى كل من ساهم معنا في إنجاز هذا البحث المتواضع
من قريب أو بعيد،
على جهدهم المبذول معنا .
إلى كل الذين كانوا عربون محبة و أكنّوا فائق التقدير و الإحترام.

الإهداء

الحمد لله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه سبحانه لا نحصي ثناء عليك أنت
كما أثنيت على نفسك، خلقت فأبدعت، وأعطيت فأفضلت، فلا حصر لعظمك
و لا حدود لفضلك و سلم على أشرف عبادك و أكمل خلقك خاتم المرسلين
و معلم العالمين نبينا و رسولنا محمد بن عبد الله الأمين،

خير من علم و أفضل من النصح.

أهدي ثمرة جهدي إلى "الوالدين العزيزين" الذين لم يبخلوا علي، و كنت أنا
شغلهم الشاغل، فسمروا على تربيته فربوني أحسن تربية.
إلى من جمعني بهم طبع واحد و احتضنا صدر واحد إلى من أعتز بأخوتهم
إخوتي و أخواتي و بالخصوص سامية و أزواجهم و أبنائهم.
إلى من كان عوناً لي في هذا العمل،

إلى كل من عرفه اسمي فابتسم، إلى كل من عرس في سهمي ولم يندثر.

إلى كل هؤلاء

أهدي ثمرة عملي و جهدي.

فطيمة مسواك



الإهداء

إلى من كلَّته أنامله ليقدِّم لنا لحظة سعادة
إلى من حصد الأشواق على دربه ليمهد لي طريق العلم
إلى القلب الكبير والحنون "أبي الغالي" رحمه الله وأسكنه فسيح جناته
إلى من أرضعتني الحبه والحنان
إلى رمز الحبه وبلسم الشفاء
إلى القلب الناصع بالبياض
أمي الغالية
إلى النفوس البريئة والقلوب الطاهرة إخوتي
و أخواتي كاتبا، ديهيا، رابع و عمر
إلى زوجي عمرون إلياس و كل عائلته
إلى الذين أحببتهم و أحبوني أصدقائي الأعزاء
إلى من كان عوننا لي في هذا العمل، إلى عمرون عبد الصمد .
إلى كل هؤلاء اهدي ثمرة هذا العمل المتواضع.

ريمة مولى

قائمة

المحتويات

قائمة المحتويات

شكر	
إهداء	
قائمة المحتويات	
الملخص باللغة العربية	
الملخص باللغة الإنجليزية	
أ مقدمة	

الجانب المنهجي

الفصل الأول: الاطار العام للدراسة

6	1 - 1 الإشكالية
6	2 - 1 فرضيات الدراسة
7	3 - 1 أهمية الدراسة
7	4 - 1 أهداف الدراسة
7	5 - 1 تحديد مفاهيم و مصطلحات الدراسة
9	6 - 1 الدراسات السابقة

الجانب النظري

الفصل الثاني: الدوافع الاجتماعية

14	تمهيد
14	1 - 2 تعريف الدافعية
14	2 - 2 أهمية دراسة الدافعية
15	3 - 2 انماط القوى الدافعية داخل الفرد
16	4 - 2 ابعاد حاجات الدافعية عند الإنسان و مصادرها
19	5 - 2 تصنيف الدوافع
20	6 - 2 خصائص الدافعية
20	7 - 2 وظائف الدافعية
21	8 - 2 دوافع ممارسة الرياضة في الوسط المدرسي
22	9 - 2 طرق تنمية دافعية التلميذ نحو ممارسة الرياضة
24	خلاصة

الفصل الثالث: ممارسة الرياضة

26	تمهيد
27	1 - 3 مفهوم الممارسة

27 2 - 3 مفهوم ممارسة الرياضة
27 3 - 3 تعريف ممارسة رياضة
28 4 - 3 اسباب مؤدية لممارسة الرياضة
29 5 - 3 اسباب مؤدية لتخلي عن ممارسة الرياضة
29 6 - 3 خصائص ممارسة الرياضة
30 7 - 3 الاهداف العامة لممارسة الرياضة
31 8 - 3 تأثير العوامل الداخلية و الخارجية لممارسة الرياضة
35 9 - 3 ممارسة الرياضة عند المراهقين
36 خلاصة

الفصل الرابع: المراهقة

38 تمهيد
39 1 - 4 تعريف المراهقة
40 2 - 4 مراحل المراهقة
40 3 - 4 خصائص المراهقة
44 4 - 4 مميزات المراهقة في الطور الثانوي
44 5 - 4 المراهق و ممارسة الرياضة
45 خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس: منهجية الدراسة

48 تمهيد
49 1 - 5 دراسة استطلاعية
49 2 - 5 منهج الدراسة
50 3 - 5 متغيرات الدراسة
50 4 - 5 مجتمع و عينة الدراسة
50 5 - 5 اساليب جمع البيانات
51 6 - 5 الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
51 7 - 5 تصميم الدراسة و معالجة الإحصائية
51 8 - 5 خطوات إجراء الدراسة الميدانية
52 خلاصة

الفصل السادس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج

54	تمهيد
55	1 - 6 عرض النتائج و تحليلها
66	2 - 6 مناقشة النتائج في ضل الفرضيات.....

الفصل السابع: الإستنتاجات و الإقتراحات

68	1 - 7 الاستنتاج العام
68	2 - 7 الاقتراحات و التوصيات
	قائمة المصادر و المراجع

قائمة الجداول و الأشكال

الصفحة	رقم الجدول	عنوان الجداول و الأشكال
57--55	4---1	المحور الأول (لضمان المكانة الاجتماعية اثر علي ممارسة الرياضة)
61--57	10--- 5	المحور الثاني (يعتبر الوسط العائلي دافع من دوافع الممارسة الرياضية)
65--62	15---11	المحور الثالث (يساهم المحيط الخارجي في حث التلميذ على ممارسة الرياضة)

قائمة الملاحق

.....	الإستبيان
.....	تحكيم الإستبيان

ملخص الدراسة

العنوان: الدوافع الاجتماعية لممارسة الرياضة عند تلاميذ الطور الثانوي.

أهداف الدراسة:

◀ إبراز دور الأسرة و المحيط و الأصدقاء و وسائل الإعلام في المساهمة في دافع تلميذ إلى ممارسة الرياضة.

◀ التعرف على كيفية تنمية دوافع التلميذ لممارسة الرياضة.

◀ التعرف على أساليب و محاولة تقادي الأخطاء و محاولة تطوير طرق تنمية الدافعية لدى التلاميذ.

منهج الدراسة: لجأنا للمنهج الوصفي و ذلك لتلائمه مع موضوعنا.

مجتمع و عينة الدراسة: تلاميذ ثانوية أسعيد بوعلي بمدينة و ولاية برج بوعرييج.

أساليب جمع البيانات: لقد استخدمنا نوع واحد من أدوات البحث و المتمثل في الإستبيان الخاص بالتلاميذ.

نتائج الدراسة: للدوافع الاجتماعية دور في ممارسة الرياضة لدى تلاميذ الطور الثانوي.

الاقتراحات و التوصيات:

✓ مراعاة فترة المراقبة لأنها مرحلة حساسة في حياة الفرد.

✓ إبراز الصورة و الدور الحقيقي للدوافع الاجتماعية و تأثيرها على المراهق.

✓ التوعية إلى أهمية ممارسة الرياضة.

✓ تحسين ظروف العمل و توفير جميع الإمكانيات اللازمة مما يساعد على ممارسة الرياضة.

Résumé

Title: Social motives for practicing sports among secondary school students.

Objectives of the study:

➤ Highlighting the role of the family, the environment, friends and the media in contributing to a student's motivation to practice sports.

➤ Learn how to develop the student's motivation to exercise.

➤ Identifying methods and trying to avoid mistakes and trying to develop methods for developing students' motivation.

Study Methodology: We used one type of research tool, the student questionnaire.

Study population and sample: students of Said Bouali high school in the city and wilaya of Bordj Bou Arreridj.

Data collection methods: They used one type of research tool, which is a special questionnaire.

With the pupils.

Study results: Social motives have a role in sports practice among secondary school students.

Suggestions and recommendations:

✓ Taking into account the adolescence period because it is a sensitive stage in an individual's life.

- ✓ To highlight the image and the real role of social motives and their impact on the adolescent.
- ✓ Awareness of the importance of exercise.
- ✓ Improving working conditions and providing all the necessary capabilities, which helps to exercise.

مقدمة

مقدمة :

لا شك أن ممارسة الرياضة في عصرنا الحالي أصبحت ظاهرة اجتماعية واسعة النطاق ، تغوص جذورها بعمق في حياة الأطفال و الشباب و البالغين من الجنسين ممارسة و مشاهدة وترويحاً، صحة و قوة و لياقة، تعليماً و تربية و ثقافة، و تعد ممارسة الرياضة بمفهومها الصحيح عدواناً أو عنفاً أو تفريغاً للانفعالات المكبوتة، إذ إن ممارسة الرياضة خلق و تعاون و تفاهم و محبة و صداقة و تنافس شريف.

لقد أصبحت ممارسة الرياضة بصورتها التربوية الجديدة و بنظمها وقواعدها السليمة و بألوانها المتعددة ميداناً هاماً من ميادين التربية، و عنصرراً قوياً في إعداد المواطن الصالح، و تزويده بالخبرة و المهارة الواسعة و تمكنه من أن يتكيف مع المجتمع و تجعله قادراً على أن يشكل حياته و تعينه على مسايرة العصر في تطوره و نموه .

و من المعروف أن المشاكل التي تظهر في المرحلة الثانوية شغلت العديد من الباحثين و المربين حيث اختلفت وجهات النظر و الآراء حول هذه المرحلة فالمتغيرات المفاجئة التي تطرأ على التلميذ في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية العقلية و المورفولوجية الاجتماعية و النفسية من شأنها أن تؤثر سلباً على توازن و توافق التلميذ.

و تعرف الدافعية على أنها الرغبة في الأداء المتميز للأعمال بأقل وقت و جهد ممكنين، و من خلال هذه الدراسة أردنا الوقوف على الدوافع الاجتماعية التي من شأنها أن تحفز التلميذ على الممارسة الرياضية.

قمنا بتقسيم الدراسة على النحو التالي :

الجانب المنهجي :

تضمن مقدمة عامة للدراسة و الإشكالية و فرضيات البحث، أهمية وأهداف الدراسة، المفاهيم الدالة والدراسات السابقة.

الجانب النظري: و ضم ثلاثة فصول على النحو الآتي:

الفصل الأول: تحدثنا عن الدافعية الاجتماعية و ما يتعلق بها من مفاهيم و أهداف إلى غير ذلك .

الفصل الثاني: خصص لممارسة الرياضة بكامل أبعادها.

الفصل الثالث: تطرقنا فيه إلى المراهقة في المرحلة الثانوية، أين بيئنا من خلاله مراحل المراهقة و خصائص المراهقة .

و أما الجانب التطبيقي:

فقسمناه إلى ثلاثة فصول

الفصل الأول: كان حول منهجية الدراسة تضمن الدراسة الإستطلاعية، مجتمع و عينة الدراسة، منهج و متغيرات الدراسة بالإضافة إلى أساليب جمع البيانات و الخصائص السيكمترية، تصميم الدراسة ومعالجة الإحصائية و خطوات إجراء الدراسة الميدانية .

الفصل الثاني: عرض، تحليل و مناقشة النتائج.

الفصل الثالث: تضمن الإستنتاجات و خاتمة الدراسة بالإضافة الى قائمة المصادر و المراجع والملحق.

الجانب المنهجي

الفصل الأول

1 - 1 الإشكالية :

إن الإنسان منذ وجوده على وجه البسيطة يسعى وراء التعلم و بما أن الفرد لا يمكن أن يعيش بمفرده أو بمعزل عن المجتمع و بما انه يولد ثم ينمو و يتطور بيولوجيا و إجتماعيا فان هناك استكمال إجتماعية الفرد و إنسانيته و ذلك عن طريق أنظمة سائدة داخل المجتمع لها طرقها الخاصة في الإدماج أو الاقتصاد مستعملة أنماطا خاصة في جعل الفرد يسير وفق المعايير المجتمعية كضغط، العقاب، التواب، التعليم الخ فالأسرة اصغر خلية مجتمعية و أول مؤثر في فكر التلميذ و إن العلاقات السائدة داخل مجموعة الأسرة عامل أساسي في تحديد نمط التنشئة الإجتماعية و دوافعها.

و كذا علاقة الأسرة بالعالم الخارجي لها أثرها الكبير في تنشئة التلميذ و لا يجب ان نهمل هنا النمط الثقافي و العرفي.

فالتلميذ يتأثر أيضا بالمحيط الذي حوله كالثانوية التي يدرس فيها، فما هو إلا حلقة ضمن سلسلة مؤثرات و مشكلة نمط الدوافع الإجتماعية و تحدد وسائلها داخل الثانوية في عملية التعلم و التعليم و في التفاعل مع مجموعة جديدة هي مجموعة الثانوية ثم مجموعة الفوج و لا ننسى العوامل الجزئية في الثانوية كعلاقة الأستاذ بالتلميذ.

كما أن النظام السائد في معاهد العلوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضة تساهم في رسم الشخصية الإجتماعية لدى التلميذ فهي وسيلة فعالة لترقية التلميذ من الناحية النفسية و كذا التفوق و التميز خاصة اذا كانت معاهد الرياضات التنافسية أين تدخل فيها مجموعة من الأهداف الإجتماعية كتحقيق رغبة الأسرة و الأصدقاء و المحيط الإجتماعي هذا من جهة و من جهة أخرى تتميز الرياضة بأخلاقياتها و الابتعاد عن الآفات الإجتماعية فهي تعلم التحكم في الذات، تعم المواجهة و تقبل النتائج.

فالمعروف أن الممارسة الرياضية تنمي قدرات التلميذ من الناحية الجسمية و الفكرية، فهي لا تتحد بفروقات التلميذ بل لممارسة الرياضة الفعالة للجسم و العقل، فالرياضة لا تفرق بين الأجناس أو الجنس أي بين الرجل والمرأة، الطفل و البيت، أو المراهق و الشاب، أو الأفراد من الجنس الواحد و الذين تختلف قدراتهم و إمكانياتهم البدنية و التي تدفعهم إلى الممارسة الرياضية. فسنحاول من خلال هذا العمل المتواضع تسليط الضوء على نشاط الرياضي البدني التربوي كمادة رياضية ممارسة من طرف الجميع وخاصة تلاميذ معاهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية، و أيضا دراسة الدوافع الإجتماعية التي تؤثر على التلاميذ.

و قد أخذنا كمثال تلاميذ مؤسسة ثانوية أسعيد بوعلي لدراسة حالتهم الإجتماعية و النفسية و الانفعالية ودافعية التلاميذ في ممارسة النشاط البدني و ما مدى تأثيرها في حالته الشعورية و الانفعالية لممارسة النشاط البدني و الرياضي و ما مدى تواصله مع مجتمعه.

و هذه الأفكار تقودنا إلى طرح الإشكالية الرئيسية التي تطرحها هذه الدراسة:

هل تؤثر الدوافع الإجتماعية على الممارسة الرياضية عند تلاميذ الطور الثانوي؟.

و يقودنا هذا التساؤل إلى طرح مجموعة من الأسئلة الفرعية:

هل يعتبر الوسط العائلي دافع من دوافع الممارسة الرياضية؟

هل يساهم المحيط الخارجي في حث التلميذ على ممارسة الرياضة؟

هل لضمان المكانة الإجتماعية اثر على الممارسة الرياضية؟

1 - 2 فرضيات البحث:

تعتبر الفرضيات حلولا مؤقتة للإشكالية يقوم بها الباحث بإثبات صحتها أو نفيها، و هذا من خلال الوسائل المتخذة من طرف الباحث، و يقول " مصطفى حسين الباهي " أن الفرضيات هي إجابات محتملة للمشكلة التي يدرسها الباحث و هي عبارة هم نقطة تحول من البناء النظري للبحث إلى التصميم التجريبي على المشكلة القائمة.

للإجابة على هذه التساؤلات تمت صياغة الفرضيات التالية:

1 - 2 - 1 الفرضية الرئيسية:

تؤثر الدوافع الإجتماعية على ممارسة الرياضة عند تلاميذ الطور الثانوي.

1 - 2 - 2 الفرضيات الجزئية:

1 - 2 - 2 - 1 الفرضية الجزئية الأولى:

يعتبر الوسط العائلي دافع من دوافع الممارسة الرياضية.

1 - 2 - 2 - 2 الفرضية الجزئية الثانية:

يساهم المحيط الخارجي في حث التلميذ على ممارسة الرياضة.

1 - 2 - 2 - 3 الفرضية الجزئية الثالثة:

لضمان المكانة الإجتماعية اثر على الممارسة الرياضية.

1 - 2 - 3 أسباب اختيار البحث:

اختيارنا لموضوع الدوافع الإجتماعية لممارسة التلميذ للرياضة جاء للاعتبارات التالية:

الاهتمام الكبير الذي تليه معظم الدول في دراسة الدوافع الإجتماعية مالها من تأثير على الطالب خاصة من الناحية الرياضية البدنية الرياضة تعد استثمارا اقتصاديا وطالب يعد ثروة إجتماعية تركز عليه أي دولة فهو الجيل الصاعد الذي يحمل بذور المستقبل من خلال اخذ شعلة التدريس الرياضي شعورنا بأهمية هذا الموضوع الدافعية الإجتماعية تعد لبني الأساسية لبناء مجتمع متطور إذ تعتبر الأسرة الخلية الحية لتطور وبناء أي مجتمع فإذا صلحت الأسرة صلح المجتمع و التلميذ يعتبر الدعامة التي تدفع بها قدمها نحو جيل المتفتح ومتحضر وهو سراج الوهاج الذي نعهده لحمل المشعل لمستقبل زاهر لنفسه ولمجتمعه اقتناعا بان التلميذ هو مركز التطور والاهتمام به و رعايته هو السبيل للتميز فممارسة الرياضة تعد ضد مهمة في حياة التلميذ الرياضي و أنها تنمي القدرة العقلية و اللياقة البدنية.

1- 3 أهمية البحث:

إن لكل دراسة أكاديمية أهميتها التي تدفع الباحث لصبر أغوارها و محاولة التوصل إلى نتائج تجيب على تساؤلاته و يكون طريقه في ذلك الأدوات المختلفة للبحث العلمي ومناوله مع استخدامها بطريقة علمية موضوعية و البحث العلمي في علم النفس و علم النفس الإجتماعي يسعى إلى تحقيق هدفين رئيسيين أولهما نظري والثاني عملي والهدف النظري يتم من خلاله التعرف على طبيعة الحقائق و العلاقات الإجتماعية و التربية الرياضية و البدنية أما الهدف العملي فيمكن الاستفادة منه في وضع خطة للإصلاح على أساس سليم وفق ما يرتضيه التطور الطبيعي للتلميذ و المجتمع الذي يعيش فيه تكمن النظرية للدراسة الراهنة في أن هناك دراسات عديدة أجريت حول الدوافع الإجتماعية و علاقتها بمتغيرات متعددة.

1- 4 أهداف البحث:

إن لكل دراسة هدف أو غرض يجعلها ذات قيمة علمية والهدف من الدراسة يفهم عادة على انه السبب الذي من اجله قام الباحث بإعداد هذه الدراسة والبحث العلمي هو الذي يسعى إلى تحقيق أهداف عامة غير شخصية ذات قيمة ودلالة علمية وتهدف الدراسة الراهنة للتعرف على كيفية تنمية دوافع الطالب لممارسة النشاط البدني كتوفير الإمكانيات المادية و البشرية لتشجيعه على ممارسة الرياضة لخلق لديه جو مفعم بالحياة و الترويح وهذا من خلال أسرته و المحيط و الأصدقاء و وسائل الإعلام خلق لديه روح المنافسة مع الأصدقاء لتنمية دافعية بتحفيظه بالمح و غيرها من الأساليب و محاولة تقادي كل الأخطاء الموجودة و محاولة تطوير طرق تنمية الدافعية لدى التلميذ.

1 - 5 تحديد المصطلحات و المفاهيم.**1- 5 - 1 تعريف الدافعية:**

التعريف اللغوي: كلمة دافعية أصلها لاتيني وهي موتي بيس أي ثابت وتعني الفعل الحركي والرغبة في هذه الحركة هي عكس الغير مستقر والحركة هي محرك الدافعية (richard h.cox 2002 ;p23).

التعريف الاصطلاحي: يعرف "ساج" 1977 بأنها توجيه شدة الدافع نحو الانجاز وتضاربت آراء العلماء والرياضيين حول تعريف الدافعية لشساعة معنى هذه الكلمة وتعدد معانيها فساج يعرفها على أنها توجه شدة الدافع و لكن كلمة دافعية تأخذ عدة معاني و مفاهيم أو أكثر التعريفات غير دقيقة إن لم توجد قط فهي ميزة في شخصية الإنسان مثلا هذه المرأة متحمسة جدا فهي مكافحة هي تأثير خارجي أي أريد شيئا ليدفعني لعملي كذا و كذا و هي نتائج أو تفسير تصرف شخص ما (p.sweinerg . d.could 1997.p55)

الممارسة الرياضية: الرياضة هي احد الأشكال الراقية للحركة لدى الإنسان وهي طور متقدم من اللعب وهي الأكثر تنظيما والأرفع مهارة وكلمة الرياضة في اللغتين الانجليزية و الفرنسية sport و اللاتينية disport و الأصل العلمي و معناها التحويل و التغير و لقد حملت معناها و مضمونها من الناس

عندما يحولون مشاغلم واهتماماتهم بالعمل إلى التسلية والترفيه من الرياضة (أمين أنور الخولي، 1996، ص 15).

إن كلمة الرياضة لا تعني نفس المعنى لدى جميع المختصين الرياضيين لذا وجب تحليلها و ذلك لوجود مفاهيم مبهمة و أفضل تحليل لهذه الكلمة يختلف مع مفهوم اللعب المنظم أن ضرورة التأمل و التفكير في الرياضة في إطار إجتماعي أمر بديهي فلا نفرض وجودنا على انفراد و لا بدون إقامة علاقات مع الآخرين أي أن الإنسان يعيش و يرتقي كعنصر من الجماعة و في جماعة و يتحول سلوكه الفردي إلى وظيفة تفاعلية مع الآخرين (محمود عرض بسيوني ، فيصل ياسين النشاطي، 1992 ص 30).

الممارسة: و تسمى كذلك باسم التدريب أو التكرار "الممارسة هي تكرار أسلوب النشاط مع توجيه معزز" بحيث انه لا يعني أن يكون الإنسان أو الحيوان ناضجا و أن يكون لديه دوافع أو ميول لكي يتعلم أو يكتسب مهارة بل "لا بد من توفير عنصر التدريب أيضا حتى يتقن ذلك التعلم أو التدريب" و هذا لا يعني بالضرورة أن الكائن الحي لا يتعلم إلا بالتدريب فقد يتعلم الكائن الحي بصورة عامة من مجرد مرة واحدة أن التعلم لا يحدث إلا تحت شروط الممارسة و لكن لا تؤدي بالضرورة إلى نوع من التعلم و تؤدي عمليات التكرار الصحيحة إلى حسن انطباعها في ذاكرة الفرد والقدرة على تصورها و بالتالي القدرة على استرجاعها بصورة متقنة و الممارسة شرط للتعلم بمعنى انه لا يمكن الحكم على حدوث التعلم إلا بالممارسة و أنه لا يمكن الحكم على أن التعلم قد تمّ إلا إذا تكرر الموقف عدة مرات و ظهر تحسن بالأداء.

1 - 5 - 2 تعريف المراهقة:

1 - 5 - 1 المراهقة :

لغة: هي مصدر من رهق، رهقا، و مراهق، مراهقة و هي تفيد الاقتراب أو الدنو من الحلم.

و كلمة المراهقة تعني دنى من الشيء، فإذا هو الفرد يدنو من الحكم و اكتمال النضج.

اصطلاحا: و هي مشتقة من الفعل اللاتيني Alalexence معناه التدرج نحو النضج البدني و الجنسي والعقلي و الانفعالي.

هي كما عرفها الدكتور فؤاد البهي السيد بقوله المراهقة معناها التدقيق من مرحلة التي تسبق و تصل بالفرد إلى الاكتمال و التتبع و هي بهذا المعنى تمتد عند البنات و البنين حتى يصل عمر الفرد إلى 21 سنة وتمتد من البلوغ إلى الرشد و هي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها و إجتماعية في نهايتها. (فؤاد البهي السيد ، 1985 ، ص 275)

إجرائيا: كلمة المراهقة مشتقة من الفعل (راهق) أي لاحق و دنى، فهي تفيد الاقتراب و الدنو و الدنو من الحلم، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج.

1- 6 الدراسات السابقة:

تعد الدراسات السابقة من أهم العناصر المعينة على حل مشكلات البحث نظرا لإسهاماتها المتمثلة في التخطيط، و ضبط المتغيرات، إضافة إلى ذلك فإن الباحث يرجع إليها مرارا وتكرارا، و هذا لما لها من دور في الحكم و المقارنة أو الإثبات أو النفي. و من بين الدراسات المشابهة إلى حد ما لموضوع بحثنا و التي ساعدتنا بشكل أو بآخر نذكر منها مايلي:

1- 6 - 1 دراسة عمر بدران سنة 2003:

قام الباحث عمر بدران بدراسة عن دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية عند طلاب الجامعة المنصورة بهدف التعرف على الفروق الموجودة تبعا لمتغيرات الجنس والممارسة الرياضية وقد اشتملت عينه البحث مجموعة من البنين والبنات الذين يدرسون بالجامعة وقد أظهرت النتائج وجود فروق في دوافع ممارسة النشاط الرياضي بين البنين والبنات ولصالح البنات وبين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لصالح الطلاب الممارسين وقد كان ترتيب الدوافع تبعا لأهميتها كما يلي

- ← دوافع الصحة
- ← المجال النفسي
- ← المجال الإجتماعي
- ← الميولات الرياضية
- ← القدرات العقلية
- ← التفوق الرياضي
- ← مجال البرامج والتسجيلات

1- 6 - 2 دراسة محمد حسن العلوي سنة 1970 :

قام الباحث محمد حسن علاوي بدراسة عن دوافع ممارسة النشاط الرياضي لتلاميذ وتلميذات المدارس الإعدادية والثانوية في محافظة القاهرة بهدف التعرف على دوافع ممارسة النشاط الرياضي وقد اشتملت الدراسة على 4783 تلميذ و تلميذ و قد بينت النتائج أن اكتساب اللياقة البدنية و دوافع الميول الرياضية احتلت المرتبة الأولى و الثانية على الترتيب للتلاميذ و التلميذات أما دوافع التشجيع الخارجي، الدوافع الإجتماعية و الخلقية، الدوافع النفسية و العقلية، دوافع التفوق الرياضي و دوافع وقت الفراغ فقد اختلفت من مرحلة إلى أخرى و من حين لآخر.

1- 6 - 3 دراسة مدحت صالح سنة 1989:

عن الدوافع الرياضية و علاقتها بمستوى الأداء عند لاعبي كرة السلة في جمهورية مصر العربية حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أبعاد الدافعية.

1- 6 - 4 دراسة جاسم محمد نايف 1988:

لدراسة أهم دوافع اختيار الطلبة لكلية التربية الرياضية في جامعة الموصل استخدم الباحث المنهج الوصفي لحل مشكلة البحث يهدف البحث إلى التعرف عن أهم دوافع اختيار الطلبة لكلية التربية الرياضية و ترتيب الدوافع حسب أهميتها بالنسبة لعينة البحث التي تكونت من 558 طالب و قد استنتج أن اختيار الطلبة لكلية التربية الرياضية هو اهتمام كبير لدى الطلبة حول الحصول على شهادة علمية عالية في مجال التربية الرياضية و لا علاقة للمعدل في الانخراط في كلية التربية الرياضية.

1- 6 - 5 دراسة شهد الملا سنة 1997 :

قامت شهد الملا بدراسة عن دوافع النشاط الرياضي عند الطلبة الجامعيين في الجزائر سنة 1997 بهدف التوصل إلى دراسة الفروق بين دوافع ممارسة النشاط الرياضي تبعا لمتغير الجنس و المستوى الدراسي واستعملت الاستبيان كأداة لجمع المعلومات و اشتملت العينة على 4432 طالب و طالبة من معهد العلوم الإنسانية في جامعة الجزائر و معهد العلوم التكنولوجية في جامعة هواري بومدين بباب الزوار. و قد بينت النتائج انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دوافع ممارسة النشاط الرياضي بين المعاهد الإنسانية و المعاهد التكنولوجية العلمية و كانت لصالح هذه الأخيرة.

الجانب النظري

الفصل الثاني

تمهيد:

يحتاج كل إنسان إلى أشياء تدفعه من الداخل لكي يقوم بتنفيذ بعض الأهداف التي يريد أن يحصل عليها، و تسمى هذه الأشياء الدافعية، و تعتبر الدافعية من أهم الأشياء التي تدفع الإنسان إلى تحقيق أهدافه. و يعتبر علماء النفس أن الدافعية هي من أهم العلاقات الديناميكية بين الإنسان و ما يحيط به، وكذلك هناك فطرة الإنسان التي خلق عليها، هي أيضا تعتبر محرك لهذه الدوافع، هذا بالإضافة إلى العوامل الداخلية و الخارجية و كذلك النشاطات الذهنية و الحركية، و غيرها من محركات الدوافع لدى الإنسان و سنتطرق إلى إحاطة شاملة حول الدافعية.

2 - 1 تعريف الدافعية :

كلمة دافعية Motivation لها جذور في الكلمة اللاتينية ((mover)) و التي تعني يدفع أو يتحرك في علم النفس(عبد الطيف محمد الخليفة, 2000,ص 68).

و لقد حاول البعض من الباحثين التفريق بين مفهوم الدافع و مفهوم الدافعية إلا أنه رغم ذلك لا يوجد حتى الآن ما يبرر موضوع الفصل بينهما، و يستخدم أغلب الباحثين مصطلح الدافع كمرادف لمصطلح الدافعية و انطلاقا من هذا فإنه عند استخدامنا لأي من هذين المفهومين فإننا نقصد الشيء نفسه. لقد وردت عدة تعريفات للدافعية عكست في مجملها توجهات نظرية مختلفة و فيما يلي أهم هذه التعريفات:

• تعريف يونج P.T.Young :

((هي عبارة عن حالة استثارة وتوتر داخلي تثير السلوك وتدفعه إلى تحقيق هدف معين)).

• تعريف ماسلو A.H.Maslow :

((هي خاصية ثابتة ومستمرة ومتغيرة ومركبة وعامة تمارس تأثيرا في كل أحوال الكائن الحي)) .

• تعريف ستاتس Staats:

((الدافعية هي تشريط انفعالي لمنبهات محددة ومركبة ويوجهها مصدر التدعيم)) .

• تعريف كاجان J.Kagan:

((الدافع هو عبارة عن تمثيلات معرفية لأهداف مرغوبة أو مفضلة تنتظم بشكل متدرج (أو هرمي)

وتشبه تمثيل المفاهيم بشكل عام)) .

• تعريف هب Hebb:

((الدافعية هي أثر لحدثين حسيين هما الوظيفة المعرفية ووظيفة التيقظ أو الإستثارة التي تمد الفرد بطاقة

الحركة)).

• تعريف ماكلياند وآخرون D.Mcclelland:

((الدافع هو إعادة التكامل وتجدد النشاط الناتج عن التغير في الموقف الوجداني)).

• تعريف فيذر N.T.Feather:

((الدافع هو استعداد شخصي ثابت نسبيا قد يكون له أساس فطري ولكنه نتائج أو محصلة عمليات التعلم المبكرة للإقتراب نحو المنبهات أو الإبتعاد عنها)) (نفس مرجع السابق ص 69).

• تعريف محمد العديلي :

((الدافع هو أحد خصائص السلوك الإنساني وهو القوة أو الطاقة النفسية أو الداخلية التي توجه وتنسق بين تصرفات الفرد وسلوكه أثناء استجابته مع الموقف والمثير المحيط به ، حيث تتمثل الدوافع في رغبات وحاجات وتوقعات ونوايا الفرد الذي يسعى دائما إلى إشباعها وتحقيقها ليعيد الإرتياح إلى نفسه)) (ناصر محمد العديلي ، 1993، ص 92).

من خلال ما سبق يمكن تعريف الدافعية على أنها: ((حالة من عدم التوازن الداخلي تثير سلوك الفرد وتوجهه نحو تحقيق هدف معين يؤدي إلى إشباع حاجاته و تخفيض التوتر لديه)) .

2 - 2 أهمية دراسة الدافعية:

يعتبر موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية ودلالة على المستويين النظري و التطبيقي، فمن الصعب مواجهة العديد من المشكلات السلوكية دون الإهتمام بدوافع الفرد التي تقوم بالدور الرئيسي في تحديد سلوكه وتظهر أهمية دراسة الدوافع بشكل صريح في ميدان علم النفس التربوي وعلم النفس الإجتماعي وعلم النفس الصناعي .

ويمكن حصر أهمية دراسة الدافعية في النقاط التالية :

- دراسة الدافعية تزيد من فهم الإنسان لنفسه ولغيره من الأشخاص وذلك لأن معرفتنا لذاتنا تزداد كثيرا إذا ما تعرفنا على الدوافع المختلفة التي تثير سلوكنا وتوجهه ، كما أن معرفتنا لدافع الغير تمكننا من تفهم سلوكهم وتفسيره على النحو الصحيح .
- دراسة الدافعية تساعدنا كذلك على التنبؤ بالسلوك الإنساني في المستقبل ، فإذا ما عرفنا دوافع فرد ما في فترة معينة تمكننا من التنبؤ بسلوكه في فترات لاحقة .
- دراسة دوافع الغير تمكننا من مساعدتهم على ضبط و توجيه سلوكهم نحو الوجهات الصحيحة كأن نهئى لهم المواقف الخاصة التي من شأنها أن تثير دوافعهم و تحفزهم نحو القيام بالأعمال التي نريد منهم أداءها .

2 - 3 أنماط القوى الدافعة داخل الفرد:

يمكن التمييز بين نمطين من القوى الدافعة داخل كل منا :

➤ النمط الإيجابي: مثل الرغبات والشهوات والحاجات والتي ينظر إليها على أنها قوى إيجابية تدفع بالشخص نحو أشياء أو حالات معينة .

➤ النمط السلبي: مثل المخاوف و المكاره و التي ينظر إليها على أنها قوى سلبية تنأى بالفرد بعيدا عن أشياء أو حالات معينة.

و يبدو السلوك الناتج عن كل من هذه القوى مختلف تماما، و على كل فإن كلا النمطين من القوى له معنى متشابه و ربما يكون متمائزا و كلاهما يُنظر إليهما على أنهما القوتان الممهدتان و المعززتان للسلوك (مصطفى باهي الحسين، 1998، ص 10).

2 - 4 أبعاد الحاجات الدافعة عند الإنسان ومصادرها :

تشير الحاجة إلى شعور الإنسان بالإفتقاد إلى شيء معين إذا ما وجد تحقق الإشباع وانخفض التوتر واستُعيدَ التوازن، و منه فإن الحاجة تعتبر نقطة البداية لإستثارة الدافعية و قد تكون هذه الحاجة ذات مصدر بيولوجي أو معرفي أو وجداني أو اجتماعي .

لقد اعتبر علماء النفس هذه المصادر بمثابة مجالات تنتمي إليها الدوافع و تكمن من خلالها حاجات معينة لذلك فإن من المهم الأخذ بعين الإعتبار أبعاد الحاجات الدافعة و مصادرها عند كل دراسة للدافعية.

2 - 4 - 1 أبعاد الحاجات الدافعة عند الإنسان :

توجد أربعة أبعاد للحاجات الدافعة عند الإنسان هي: البعد البيولوجي و البعد المعرفي و البعد الوجداني والبعد الاجتماعي .

2 - 4 - 1 - 1 البعد البيولوجي :

للدافعية بعد بيولوجي ارتبط بدراستها و ما يزال الجدل يدور حوله و خاصة بين المهتمين بالجانب الفسيولوجي في دراسات علم النفس .

فمفهوم الغريزة - كما خرج به (ماكدوغل) نفسه - ارتبط بمفهوم تفريغ الطاقة العصبية ، أي أن إشباع الغريزة لدى الكائن الحي هو بمثابة تفريغ الطاقة العصبية لديه فالغريزة مرتبطة بالإنفعال و اعتبر (ماكدوغل) أن هناك موروثات غريزية لدى البشر تمثل نزعات طبيعية فطرية .

و عندما توجه الفكر السيكولوجي إلى دور الدافعية في التوازن الداخلي ذلك الذي يرى أن جسم الإنسان يميل إلى الحفاظ على مستوى معين من التوازن البيولوجي و النفسي كميل الجسم إلى الحفاظ على مستوى معين من درجة الحرارة ونسبة السكر، فقد وجه هذا الفكر المختصين إلى مفهوم التوتر و نقص الحافز و أصبحت الحاجة مرتبطة بتوجه فسيولوجي و نفسي فأشباع الحاجات الفسيولوجية يؤدي إلى توازن داخلي إضافة إلى تهيئة الكائن الحي لإشباع حاجات البيئة التي تؤدي إلى توازن خارجي و أصبح مفهوم الحاجة يتعلق بمطالب فسيولوجية و نفسية على حد سواء ، أما الدافع فهو حالة تتولد نتيجة لمستوى معين من الاستثارة التي يعقبها نشاط الكائن الحي ليشبع من خلاله حاجة ما و أصبح مفهوم الاستثارة مدخلا لتفسير العلاقة بين الحاجات الداخلية والحاجات الخارجية (حمدي علي الفرماوي، 2004، ص 30-39) .

2 - 4 - 1 - 2 البعد المعرفي :

لقد ساد الإتجاه في دراسة الدافعية على أساس النظريات الكلاسيكية - التي كرسست مفاهيم الغريزة و اللذة والألم و غير ذلك من المفاهيم الأخرى - إلى غاية منتصف القرن العشرين التي ظهرت فيه إتجاهات أخرى نادت بضرورة أن تتجه دراسات الدافعية نحو الإبعاد المعرفية فالإنسان كما يرى المنظرون وفق هذا الإطار النظري ليس كائننا حي تتقاذفه المثيرات الداخلية أو الخارجية وتوجه سلوكه، و إنما هو كائن حي نشط يمتلك إرادته و يستطيع بفضل العمليات العقلية التي يتمتع بها أن يُقيم نتائج سلوكه .

2 - 4 - 1 - 3 البعد الوجداني :

ظل الجانب الوجداني عند الإنسان مغيبا عن الدراسات النفسية لفترة طويلة إلى أن ظهرت أسئلة شغلت بال الباحثين منها ما الذي يجعل الإنسان يوجه كل تفكيره و اهتمامه بنشاط معين دون باقي الأنشطة الأخرى ؟

و من هنا ظهر دور الجانب الوجداني في تفسير سلوك الإنسان فالإنسان يتوجه دوما إلى القيام بالأعمال التي ترضيه وتمثل مصدر سرور له، و يتجنب القيام بالأعمال التي ترعجه و تمثل مصدر ضيق له، ووفقا لهذا البعد فإن الإنفعال يعتبر محددًا أساسيا للسلوك المدفوع أو على الأقل يعتبر أحد السمات المصاحبة له .

2 - 4 - 1 - 4 البعد الإجتماعي :

تطرقت البحوث إلى المجال الإجتماعي في تفسير السلوك من قبيل الفرض القائل بأن وجود الآخرين في الموقف يكون مصدراً لإستثارة دوافع أو حوافز الإنسان .

فلا شك أن الموقف الإجتماعي مليء بعدة عوامل قد تؤدي بالإنسان إلى تشتيت انتباهه أو الشك في فهم الآخرين له و هذه العوامل قد تدفع بالإنسان إلى القلق ذلك لأن الإنسان يتطلع إلى استحسان الآخرين له، و من هنا أمكن القول أن الموقف الإجتماعي والتوجه الإجتماعي للإنسان يعكسان حاجاته إلى تقديم صورة مرغوب فيها لدى الآخرين و يؤكد (راسل) على أن رغبة الإنسان في تكوين انطباع جيد لدى الآخرين يعد دافعا أساسيا و أن خوف الإنسان من عدم حدوث ذلك ينشأ عنه قلق بمستوى ما أو لأن القلق ينشأ نتيجة خوف الإنسان بشأن قدرته على تقديم ذاته للآخرين بطريقة مناسبة (نفس المرجع، ص32).

2 - 4 - 2 مصادر الحاجات الدافعة عند الإنسان :

طبقا للمجالات أو الأبعاد التي تدرس الدافعية في ضوءها فإن (هيبوت) يحدد مصادر الدفع المتعددة والتي تعبر عن حاجات يتم تصنيفها طبقا للمجال أو البعد التي تنتمي إليه و هذه المصادر هي :

✚ المصادر السلوكية الخارجية :

- إستتارات (تستدعى بواسطة مسببات فطرية) .

- رغبات (تتاليات سارة أو مُرضية (جوائز)، أو هروب من مطالب غير مرغوب فيها، و تتاليات غير سارة.

المصادر الإجتماعية :

- نماذج إيجابية تستدعي تقليدها .
- كون أن الإنسان فردًا في جماعة أو عضوًا ذا قيمة.

المصادر البيولوجية :

- زيادة الإثارة (التنشيط أو نقصانه).
- عمل الحواس (شم ، لمس ، ذوق ، سمع ، بصر) .
- خفض الشعور بالجوع والعطش وعدم الراحةإلخ .
- الحصول على التوازن الحيوي .

المصادر المعرفية:

- محاولة الإنتباه إلى شيء مهم أو ممتع أو متحدي .
- الحصول على معنى لشيء أو فهمه .
- زيادة عدم التوازن المعرفي (الغموض أو انفصاله) .
- حل المشكلات أو صنع القرار .
- تحديد شكل معين لشيء ما .
- استبعاد تهديد أو خطر ما .

المصادر الوجدانية:

- زيادة التنافر الوجداني أو انفصاله .
- زيادة الشعور بالأفضل أو الأحسن .
- نقص الشعور بالسيئ أو الشيء غير المرغوب فيه .
- زيادة الشعور بالأمن نتيجة لنقص ما يهدد تأكيد الذات .
- الوصول إلى مستوى مناسب من التفاوض .

المصادر النزوعية:

- المواجهة الفردية أو الجماعية للهدف .
- تحقيق حلم شخصي .
- الحصول على مستوى من فاعلية الذات أو تنميتها .
- الأخذ بأسلوب ما للتحكم في مناحي الحياة .
- استبعاد ما يهدد مواجهة الهدف أو تحقيق الحلم.

المصادر الروحية:

- فهم المعنى أو الهدف من الحياة .

- تعلق الذات بالغيبيات (مرجع السابق ,ص 33-34).

2 - 5 تصنيف الدوافع:

2 - 5 - 1 الدوافع الفسيولوجية المنشأ (الدوافع الأولية) :

هي تلك الدوافع التي يولد بها الفرد مزود بها و لا يحتاج إلى تعلمها أو إكتسابها من خلال إحتكاكه بالبيئة التي يعيش فيها.(محمدي احمد ,محمد عبد الله ,ص64).

و هذا النمط من الدوافع يعبر عن حاجات فسيولوجية أولية و تشمل الحاجة إلى الطعام و الشراب و حفظ النوع و يترتب عن إشباعها استعادة التوازن البيولوجي للكائن الحي.

و تتصف الدوافع الفسيولوجية ببعض الخصائص نوجزها فيما يلي :

✓ تظهر هذه الدوافع منذ الولادة أو منذ سن مبكرة أي أنها موجودة بالفطرة.

✓ تتميز بأنها عامة و تشترك فيها جميع أفراد النوع الواحد.

✓ تؤدي وظيفة بيولوجية هامة هي المحافظة على بقاء الكائن الحي واستمرار نوعه .

✓ تحدث نتيجة لاختلال التوازن العضوي والكيميائي للجسم، فإذا ما اختل هذا التوازن بسبب وجود اضطراب ما ظهرت في الحال بعض العمليات الجسمية التي تحاول سد النقص و إزالة حالة الاضطراب وإعادة التوازن الذاتي للجسم.

✓ ثبات هدفه الطبيعي بالرغم من تغير السلوك الذي يحقق هذا الهدف .

2 - 5 - 2 الدوافع السيكولوجية المنشأ (الدوافع الثانوية):

و تمثل دوافع النمو الإنساني و تكامل الشخصية الإنسانية و يتم تعلمها و اكتسابها من الإطار الثقافي الخاص لها و لذلك فإن أساليب التعبير عنها و إشباعها تختلف باختلاف الإطار الثقافي و النسق القيمي للفرد و مستوى تعلمه (مصطفى حسين باهي, أمينة إبراهيم شلبي ,ص11).

و هناك العديد من الدوافع التي يمكن أن يطلق عليها إسم الدوافع السيكولوجية و التي يتم تصنيفها هي الأخرى إلى فئتين هما : الدوافع الداخلية الفردية و الدوافع الخارجية الإجتماعية .

2 - 5 - 2 - 1 الدوافع الداخلية الفردية :

و هي الدوافع التي تمثل أهم الأسس الدافعة للنشاط الذاتي التلقائي للفرد إذ تحقق ذاته و تضمن توازنه الداخلي خلال استجاباته المختلفة، و هذا النوع من الدوافع يقف وراء إنجازات الفرد و إبداعاته الفكرية والسلوكية وأهم هذه الدوافع ما يلي : دافع الفضول (حب الإستطلاع) و دافع الكفاءة و دافع الإنجاز .

2 - 5 - 2 - 2 الدوافع الخارجية الإجتماعية :

و هي الدوافع التي تنشأ نتيجة لعلاقة الفرد بالأشخاص الآخرين و من ثمة فهي تدفع الفرد نحو القيام بأعمال معينة ترضي المحيطين به و تثير تقديرهم و إعجابهم .

فالدافع الإجتماعي كما يراه (أحمد محمد عبد الخالق) هو دافع مكتسب لا فطري و قد أشار إليه الفلاسفة اليونان والمسلمون في آن واحد و أن تعدد حاجات الإنسان و تعذر إشباعها بمفرده يدفع به إلى العيش في جماعات يشبع كل منهم حاجة الآخر و من ثمة تقوم الجماعة و تستمر، إذ أن هذا النوع من الدوافع يقوم على الإتصال بالآخرين و التفاعل معهم و يقوم الدافع الإجتماعي بإشباع حاجات مرتبطة بالحب و القبول و الإستحسان و الإحترام (احمد محمد عبد الخالق, 2000,ص392).

و من أهم هذه الدوافع نجد دافع الإنتماء و دافع السيطرة و دافع الإستقلال .

2 - 6 خصائص الدافعية:

تتميز الدافعية بجملة من الخصائص نوجزها فيما يلي :

- الدافع قد يكون حالة جسمية كالجوع أو العطش أو حالة نفسية كالرغبة في التفوق أو الشعور بالواجب.
- قد يكون حالة مؤقتة كالجوع أو الغضب أو حالة دائمة ثابتة نسبيا كحب الإستطلاع و الدافع الإجتماعي .
- قد يكون الدافع فطريا موروثا كالجوع أو مكتسبا كالشعور بالواجب.
- الدافع قوة محرّكة موجهة في آن واحد فهو يثير السلوك إلى غاية أو هدف يرضيه ولئن أعيق الدافع عن بلوغ هدفه ظل الفرد في حالة من التوتر ، وبعبارة أخرى فالدافع استعداد ذو وجهين وجه داخلي محرك ووجه خارجي هو الغاية أو الهدف الذي يتجه إليه السلوك الصادر عن الدافع (احمد عزات, ص32) .
- تتناسب قوة الدافع المثار مع مقدار الطاقة الناتجة عنه فالشخص الذي استمر جائعا ليوم كامل نجده لا محالة يكافح بقوة لإشباع حاجته للطعام.
- القابلية لتغيير مسار الهدف فالفرد الذي يستمر في بذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين قد يسلك مسارا آخر إذا ما شعر أن المسار الذي يسلكه لا يوصله إلى الهدف.

2 - 7 وظائف الدافعية:

تقوم الدافعية بأربعة وظائف أساسية يمكن إيجازها على النحو التالي :

2 - 7 - 1 إستثارة السلوك :

فالدافعية هي التي تحث الإنسان على القيام بسلوك معين وقد بين علماء النفس أن المستوى المتوسط للدافعية

(الإستثارة) هو الذي يؤدي إلى تحقيق نتائج إيجابية ويرجع ذلك لكون أن المستوى المنخفض من الإستثارة يؤدي إلى الملل وعدم الإهتمام كما أن المستوى المرتفع يؤدي إلى ارتفاع القلق والتركيز .

2 - 7 - 2 توجيه السلوك:

فالدافعية توجه سلوكنا نحو الأفكار والأفعال التي يتوجب علينا الإهتمام بها كما أنها تدلنا على الطريقة المناسبة لفعل ذلك ، فمثلا اللاعب الذي لديه دافعية عالية لأداء الأنشطة البدنية والرياضية نجده ينتبه أكثر لتوجيهات مدربه أثناء التدريب أو المنافسة وذلك مقارنة بلاعب آخر ذو دافعية منخفضة .

2 - 7 - 3 تحديد شدة السلوك اعتمادا على مدى الحاجة :

إذا كان شعور الكائن الحي بالإفتقاد إلى شيء معين يمثل قيمة كبيرة له فإن الدافعية تثير السلوك بشدة وذلك لزيادة فرص تحقيق الهدف وشعور الفرد بالرضى، فمثلا شخص لم يأكل لمدة يوم أو أكثر نجد أن حاجته للطعام تكون كبيرة لذلك فإن دافع الجوع لديه يستثير السلوك بقوة كبيرة من أجل الحصول على الطعام .

2 - 7 - 4 المحافظة على ديمومة واستمرارية السلوك حتى تحقيق الهدف وإعادة التوازن :

مما لاشك فيه أن الدافع الذي أثار السلوك ووجهه لن يتوقف عن ذلك الفعل حتى يتحقق الهدف الذي يُزيل التوتر ويُعيد التوازن والشكل التخطيطي التالي يوضح دور الدافعية في استثارة السلوك وتوجيهه :



شكل تخطيطي يوضح دور الدافعية في استثارة السلوك وتوجيهه

2 - 8 دوافع ممارسة الرياضة في الوسط المدرسي:

تعتبر دوافع ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية سواءا كانت خارجية منها أو داخلية بمثابة دوافع اجتماعية مكتسبة من المجتمع حيث يمكن تعلمها و اكسابها للفرد حتى منذ صغره، و إن كان الأمر يحتاج إلى البحث عن الأسباب التي تؤدي إلى اختيار فرد ما لهذا النشاط دون باقي الأنشطة الأخرى ولماذا هذا الفرد يستمر في أداء هذا النشاط دون الأنشطة الأخرى بينما ينقطع أو يكاد عن أداء نشاط آخر وفي حقيقة الأمر لا يمكن الإجابة عن مثل هذه التساؤلات دونما الرجوع إلى تحليل بعض العوامل المهمة المرتبطة بالأداء الرياضي بشكل عام ومن بين هذه العوامل نجد عامل الإستعداد للتعلم .

2 - 8 - 1 الإستعداد للتعلم والأداء الرياضي :

الإستعداد يعني الحالة التي يكون عليها الفرد من حيث القابلية للتعلم والتدريب ويمكن ملاحظة أن وسائل وطرق تنمية الدافعية تفقد قيمتها إذا لم يكن الفرد على أتم الإستعداد لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بنشاط رياضي معين ومفهوم الإستعداد هو مفهوم ذو بعدين هما الإستعداد البدني و الإستعداد النفسي.

2 - 8 - 2 الإستعداد البدني :

عندما نتحدث عن الإستعداد البدني فمن المهم أن نشير إلى مفهوم النضج الذي يمكن تعريفه بأنه عملية تطور و نمو داخلي تتابع بشكل معين منذ بدء الحياة وذلك باتحاد الخلية الذكرية بالخلية الأنثوية ولا دخل للفرد فيه و تشمل هذه العمليات تغيرات تشريحية و فسيولوجية و عضوية و كذلك تغيرات عقلية و هي ضرورية و لازمة و سابقة لاكتساب أي خبرة أو تعلم معين فالنضج شرط أساسي لكل عملية تعلم فهو يضع الحدود و الإطار التكويني الفطري الذي يكون للممارسة أثرها في داخله لكي يحدث التعلم، و معنى ذلك أنه توجد أنماط سلوكية موروثة لدى الفرد و تكون هذه الأنماط ليست على استعداد للعمل رغم وجود المثيرات المختلفة في البيئة الخارجية إلا إذا نضجت هذه الأعضاء المناسبة الخاصة بها و يمكن توضيح ذلك بحقيقة أن الطفل مهما دُرب فإنه لا يستطيع المشي إلا إذا وصل نموه العصبي و العضلي إلى مستوى معين يمكنه من هذا الأداء (اسامة كامل راتب, 1990, ص41).

و عندما نتحدث عن الاستعداد البدني العام فمن المهم الأخذ بعين الاعتبار الاستعداد البدني الخاص الذي يحتاج إليه نشاط رياضي معين، فمثلا عند زيادة الجسم و زيادة قوته فهاتان صفتان دالتان على أن الفرد مستعد لممارسة مسابقات الرمي في ألعاب القوى و هكذا .

لذلك فإنه في الآونة الأخيرة نجد أن الباحثين قد اتجهوا إلى تحديد المواصفات الجسمية و البدنية لكل نشاط رياضي و وضعوها كأساس يسمح بالاختيار السليم للرياضيين .

2 - 8 - 3 الاستعداد النفسي:

ما يجب أن نلفت الانتباه إليه أن النضج البدني وحده لا يكفي لضمان استمرار الناشئ في الممارسة والتدريب ولكن من الأهمية أيضا أن يحقق الناشئ النضج النفسي الذي يؤهله للإقبال على ممارسة النشاط الرياضي وتحمل العبء البدني والنفسي الناتج عن عملية التدريب و احتمال الاشتراك في المنافسة، لذلك ينصح بأن قدر الاهتمام الذي يوجه إلى النضج والنمو البدني يجب أن يواكب بالاهتمام بالنمو و النضج النفسي فمن الأهمية أن نتفهم الانفعالات و الاتجاهات الخاصة بالناشئ فعلى سبيل المثال يجب أن يكون لدى الناشئ الرغبة في تنمية المهارات الرياضية و يمتلك الدافع و التهيئة النفسية لمواجهة المتطلبات النفسية الخاصة بالنشاط الرياضي (المرجع السابق, ص 42).

و يتميز كل نشاط رياضي بخصائصه النفسية فمثلا نجد أن هناك بعض الأنشطة التي تتطلب الجرأة والاندفاع ، في حين أن هناك أنشطة أخرى تتطلب الإنتباه و التركيز و ما نود قوله هنا أن الفرد الذي يريد ممارسة نشاط رياضي معين يجب عليه أن يمتلك الخصائص النفسية الخاصة بذلك النشاط ناهيك عن امتلاكه للخصائص النفسية العامة التي تميز كل الأنشطة البدنية و الرياضية مثل القدرة على التحمل وتقبل الفشل و الإستعداد للتضحية بالوقت والجهد .

2 - 9 طرق تنمية دافعية التلاميذ نحو ممارسة الرياضة:

بالرغم من تعدد وتنوع دوافع الممارسة الرياضية للتلاميذ إلا أنها جميعا تندرج تحت فئتين رئيسيتين هما :

- حاجة التلاميذ إلى الشعور بالإستمتاع .

- حاجة التلاميذ إلى الشعور بالقيمة والتقدير .

و يقصد بحاجة التلميذ إلى الشعور بالإستمتاع أن لكل فرد منا مستوى معين من الحاجة إلى الإثارة والإستمتاع وعندما تكون هذه الإثارة تحت هذا المستوى فإن الفرد يشعر بالضيق أما عندما تكون الإثارة أكبر من المستوى المفروض فإنها تصاحب بانفعالات سلبية مثل الخوف و القلق .

و ينظر إلى حالة الإثارة المثلى أنها الحالة التي يحدث فيها الإندماج التام للتلميذ في ممارسته للنشاط الرياضي بحيث يشعر بالانفعالات الإيجابية كالسعادة و الإثارة و المتعة و يتعد عن الانفعالات السلبية والقلق..... إلخ .

أما حاجة التلميذ إلى الشعور بالقيمة والتقدير فيقصد بها أن التلميذ مثله مثل أي فرد آخر بحاجة إلى الشعور بكفاءته و أن يحقق النجاح و أن يحس بأنه شخص ذو قيمة و في مجال ممارسة الأنشطة الرياضية حيث تتعدد مواقف المنافسة فإن التلميذ يفسر المكسب بمعنى النجاح و الخسارة بمعنى الفشل .

و على ضوء ذلك عندما ينجح التلميذ في تحقيق المهام (الواجبات) أو المهارات المطلوبة منه بين زملائه التلاميذ (في الدرس أو تدريب الفرق الرياضية المدرسية) فإن ذلك يدعم لديه الشعور بالقيمة والكفاءة و يجد في الممارسة الرياضية فرصة لإشباع الحاجة إلى الشعور بالقيمة و من ثم يزداد إقباله على ممارسة النشاط الرياضي و في المقابل عندما لا يستطيع تحقيق المهام (الواجبات) أو المهارات المطلوبة منه فإن ذلك يدعم لديه الشعور بعدم القيمة و أنه فاشل و يلوم نفسه و عندما تتكرر خبرات الفشل في الدرس أو أثناء التدريب في الفرق الرياضية المدرسية فإنه يحاول تجنب تكرار خبرات الفشل - أي ممارسة النشاط الرياضي - مادام أنها تمثل له خبرة سلبية لها تأثير سلبي على تقديره و قيمته لذاته (أسامة كامل راتب, 1990, ص 151).

خلاصة :

و في ختام فإننا عرضنا فيما سبق لأهمية الدوافع و كذلك تعريف الدافعية، و أبعادها و مصادرها و إلى طرق تنميتها، و في نهاية هذا الموضوع فإن كل إنسان لابد أن تكون لديه دوافع لكي يستطيع أن يحقق كافة أهدافه التي يسعى إليها، لأن هذه الأهداف و تحديدها تحقق لكل إنسان التوازن النفسي المطلوب.

الفصل الثالث

تمهيد:

ليست الممارسة الرياضية بمثابة الركيزة الأساسية لتنمية الفرد جسدياً فقط، فهي تساهم بقسط كبير في تحسين وتطوير القدرات العقلية و النفسية و الحركية للفرد، خاصة في مرحلة المراهقة أين يكون المراهق في أمس الحاجة إلى الممارسة الرياضية قصد التخفيض من الضغوطات. فإذا ما أعطيت الأهمية الكبيرة لهذه الممارسة بتوفير المنشآت و المرافق الرياضية مثل القاعات، ومساحات اللعب، فهذا يعني إعطاء أكثر من فرصة للمراهق قصد التعبير عن أحاسيسه و تفجير طاقاته الكامنة .

كما ورد عن الرسول الكريم محمد بن عبد الله (عليه الصلاة و السلام) أنه قال: " و أنّ لجسدك عليك حقاً"، يرمي الحديث إلى ضرورة إعطاء كل شيء حقه، فالجسد أمانة عند الإنسان و عليه أن يُحافظ عليه حتى يلقي ربه مُحافظاً على الأمانة التي أعطيت له، فممارسة الرياضة هي حقّ للجسد على المرء، لذلك كان لا بُدّ للإنسان أن يتقوى بجسده لكي يواجه الحياة بكل ضراوة و قوّة.

3 - 1 مفهوم الممارسة:

3 - 1-1 الممارسة لغة: مأخوذة في اللغة العربية من الفعل " مارس ", ممارسة و مارس " مرس " الأمر عالجته وعاناه وشرع فيه(سعيد زيان , سلسلة محاضرات 2008).

أما في اللغة الفرنسية فهي: " PRATIQUER " مارس, زاول, تعاطى, طبق عمليا, نفذ, اختلط, والف.

3 - 1-2 أما اصطلاحا:

فالممارسة تعني " تكرار النشاط مع توجيه معزز

3 - 1-3 أما في المجال الرياضي:

فالأمر رقم 09 /95 من المادة 64 تعتبر الممارسة: كل شخص مؤهل طبيا يتعاطى أو يقوم بممارسة نشاط بدني رياضي ضمن إطار منتظم أو ملائم, عندما يكون الممارس مجازا بانتظام في نادي رياضي ومدمج في منظومة تنافسية يأخذ تسمية "رياضي" (امين انور الخولي و2008, ص 36) .

3 - 2 مفهوم الممارسة الرياضية:

الممارسة الرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة, وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية, العقلية, الانفعالية, والاجتماعية وذلك عن طريق أنواع من النشاط البدني, كما أن الممارسة الرياضية عبارة عن أوجه لأنشطة بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة ممارسة لهذا النشاط.

كما تعني الممارسة الرياضية الأفراد على اختلاف أعمارهم و جنسهم و الأنشطة البدنية, وطبقا لظروف كل فرد, وطبقا لقدراته وإمكانياته في جو من الديمقراطية, حيث يسود الفرح و السعادة.

ومن خلال عرضنا لهذه المفاهيم, نستنتج أن الممارسة الرياضية تعني كل تلك الأنشطة التي من شأنها تنمية الفرد جسديا و فكريا و نفسيا...الخ.

3 - 3 تعريف الممارسة الرياضية:

إن الممارسة الرياضية لها ميزة خاصة, وهي اللعب, حيث يلتمس منها المراهق الراحة الجسمية والنفسية, كونها تعبر عما هو شعوري و مكبوت, و كذلك لإبراز حريته ووجوده كفرد, أو بالأحرى الممارسة الرياضية عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي يهدف إلى تحقيق الانشراح والسعادة في شخصية الفرد و تحضيره, و هي من حق كل فئات المجتمع دون التمييز في العمر أو الجنس, و هي منظمة و مصورة في الأوساط الخارجية عن المدرسة على شكل نشاط بدني ورياضي حسب البرامج

المرسومة و الموضوعة لتطبيق من طرف الأجهزة العامة و الخاصة (امين انور الخولي, مرجع سابق ص 35).

3 - 4 الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية:

يقول "مارك دوران": من الأوائل الذين اهتموا بهذا السؤال حول الأسباب المؤدية إلى المشاركة عند لاعبي البيسبول و أبنائهم, والباحث "سكوبيك" "Skubic" سنة 1956, حيث أثبتت أن لاعبي البيسبول أتو ليلعبوا مع الأطفال الآخرين, للتسلية و الترفيه, و لذلك لتطويرها, كما هناك نتائج مماثلة جاء بها كل من "ساب بينستريكر" سنة 1978, حيث قال أن الأطفال قبل كل شيء أتو للممارسة, يبحثون عن التسلية و اللهو, ثم تعلم و اكتساب مهارات حركية و تقنية جديدة, كذلك ليصبحوا في لياقة جيدة, و يحققون اللعب مع الأصدقاء, كما أن هنالك أبحاث قام بها معهد: "Youth Inrtitd dd ltns ide rs it " الذي يهتم بدراسة الدافعية وهيئة الممارسات الرياضية للمشاركين و التي تهدف إلى جمع الأسباب اللازمة لهذه المنافسة.

و كما يقول ماك دوران: "من التحليلات المنبثقة من مجموعة الإجابات التي كشفت عن المنظومة لثمانية (8) عوامل متشابهة عند الإناث و الذكور"

➤ **العامل الأول:** يتطابق مع الإحتياج للأعمال والبحث عن وضع مالي والفوز بمكانة اجتماعية والبحث عن الشهرة.

➤ **العامل الثاني:** الممارسة الرياضية مع الجماعة كالعامل داخل الجماعة, خلف روح التضامن في الفريق و رغبة الإنتماء.

➤ **العامل الثالث:** موجه إلى اللياقة البدنية الجيدة و البحث عن الصحة الجسمانية.

➤ **العامل الرابع:** موجه إلى استهلاك الطاقة كالقيام بتمرينات رياضية تستخدم فيها الطاقة.

➤ **العامل الخامس:** يخص الوضعية الرياضية التي تستعمل التجهيزات الرياضية, قصد الحصول على علاقة جيدة مع المدرب, و إرضاء الآباء و الأصدقاء.

➤ **العامل السادس:** يخص تطوير المهارات الحركية والقدرات, للوصول إلى مستوى جيد.

➤ **العامل السابع:** يهتم بالعلاقات الحميمة, كالتعامل مع الأصدقاء الجدد و الشعور بالوجود بين الأصدقاء.

➤ **العامل الثامن:** يتطابق مع البحث عن تسلية و اللهو, يخص الأحاسيس القوية و التسلية (محمد عوض بسيوني , ص 28) .

3 - 5 الأسباب المؤدية إلى التخلي عن الممارسة الرياضية:

يقول "مارك دوران": " لا يجب الخلط بين عدم الممارسة و التخلي عن الممارسة كما يضيف قائلاً يجب الخلط لأن التحقيق الذي قامت به الوزارة للشبيبة و الرياضة الفرنسية لسنة 1976 ظهر أن من بين الأسباب المؤدية للتخلي عن الممارسة الرياضية نجد 13% يتعدون عن مقر التدريبات و 70% , 10 ليس لهم وقت للممارسة, 05% السعر لا يلائمهم, 05% غياب الرغبة عن المشاركة".

و تعتبر هذه أهم الأسباب لعدم مباشرة الرياضة, و أسباب التخلي عن الممارسة نجدها من نوع آخر, و أهمها الصراع بين المصالح كما يقول "قوي وال" سنة 1980 و "ساب وبينستريكر" سنة 1978, كما يضيف الكاتب: طرق البحث المختلفة من بحث لآخر, كما تصبح أحيانا صعبة المقارنة ومع ذلك نستطيع تقدير 50% من الحالات على الأقل الطفل يغادر ناديه الرياضي ليتوجه سواء إلى اختصاص رياضي آخر أو إلى ألعاب ذات طابع تسلوي (تسلية) و غير رياضي تنافسي.

هذا العمل له تأثير على تغيير اختصاصات رياضية و أندية على مدار السنة أو موسم رياضي, هذا التغيير الذي يشبه إلى حد ما البحث المستمر المتكرر عن نشاط رياضي معين يتطابق مع حصول الأطفال القادرين على التعلق بالنشاط الرياضي خلال مدة قصيرة جدا, ثم نسيانه فجأة كما أشار "مارك دوران", حيث يقول: "أن هنالك أسباب أخرى مساعدة لتبرير و التخلي عن ممارسة رياضة ما كطابع التدريبات العنيفة, المكانة المهمة التي تتمتع بها المنافسة والخوف من الفشل و وجود علاقات نزاع و غير حميمة مع المدرب و الفريق, الإحساس بعدم التحسن و تطوير المستوى مع التدريبات".

هذه الأسباب مستقلة نسبيا عن الإختصاص الممارس, كما نجد كل من "فولد وال" 1982 و "ماك بارسون وال" 1981 يقولون: "أن من بين أسباب التخلي عن الممارسة الرياضية هي تقريبا متشابهة في السباحة, كرة القدم, (بولي 1981 " POOLEY) أو في مجموعة الإختصاصات مثل التزلج على الجليد, التزلج على الطويل SKID DE FOND و الهوكي على الجليد و البيسبول, السباحة, كما قال "أور ليك" 1974 و يضيف "مارك دوران" قائلاً: "الأطفال الصغار نجدهم يميلون بسرعة وسهولة إلى مصالح أخرى و ذلك بوجود طبيعة سيئة في الممارسة الرياضية لدى الفريق الثقيل العلاقات و نقص العلاقات الحميمة و كذلك نقص العمل في الفريق, كل هذه الأسباب تؤدي بهم إلى التخلي عن الممارسة الرياضية" (محمد عوض بسيوني ص 29) .

3 - 6 خصائص الممارسة الرياضية:

تتميز الممارسة الرياضية عن غيرها من الأنشطة الأخرى أنها متعددة المهام و الأدوار حسب احتياجات الأفراد, فيوجد من يتخذها كميدان للتنمية الجسمية وآخرون للترويح.

فالممارسة الرياضية لا تتأسس على المنافسة بصورة تلقائية و ليس في مجالها غالب و مغلوب بصورة جادة مما يجعلها خالية من الصراع و ما يتبعه من أخطار, فمن خصائص الممارسة الرياضية مايلي:

- ظاهرة ترويحوية بناءة تبرز بصفة من خلال الدوافع و الإحتياجات الإجتماعية, و ليس بالضرورة دافع بدني, حيث تتجلى في الممارسة الحركية الهادئة المستمرة المتدرجة في الصعوبة دون إرهاق أو عياء.

- ليس لها بالضرورة قوانين مسبقة ثابتة, و لكن قواعدها يمكن أن تشكل طبقا للظروف المحيطة المؤثرة, كذلك الإمكانيات المتاحة, كما أن ليس من أهدافها الرئيسية المقارنة بين المستويات.

- يمكن أن تمارس في أي مكان مناسب و بأنواع من الأدوات والأجهزة المتوفرة مما يجعلها اقتصادية التكاليف و باستطاعة الجميع مزاولتها.

- تمارس في أوقات الفراغ و ليس من أغراضها الحصول على جوائز ذات قيم مالية كبيرة.

- يمكن للفرد ممارستها لوحده, كما يمكن له وضع برامج ملائمة به بمفرده أو مع الآخرين في مواقع مناسبة.

من أجل هذه الخصائص يمكننا أن نستخلص بأن الممارسة الرياضية لا تستدعي بالضرورة توفر كل الإمكانيات سواء معنوية أو مادية (د.عنايات محمد احمد فرج 1998, ص 19).

3 - 7 الأهداف العامة للممارسة الرياضية:

إن ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية تعيد الاعتبار إلى الجسم كقيمة معنوية و الحركية في العلاقة بين المحيط الفيزيائي والإنساني تساعد على تنمية الطاقات و تحويل الحركية الموروثة إلى حركية مبلورة و متطورة, كما أن الممارسة الرياضية تساعد على المحافظة و إثراء عوامل الفعالية وسهولة الحركية, السرعة, التحمل, القوة, التوافق العضلي و المرونة و ازدهار الحياة العلاقية أو أخذ القرارات الفردية و الجماعية, و معرفة و فهم الظواهر المتعلقة بالنشاط الحركي و تهيئ الفرد لحسن التسيير و التطلع إلى توازن وجداني أفضل بالأهداف التي تطمح إليها, فإن الممارسة الرياضية تندمج في مخطط لإنجاز نظام قيم منفتحة في هذا الاتجاه فهي تمثل عنصر أساسي في التربية و الثقافة و الحياة الأخلاقية و الإجتماعية.

و بنيتها تحسن عوامل الفعالية الحركية, فهي تشبع بهذا رغبة التحرك و النشاط و تجاوز الذات وتقوى بصفة عامة الصحة بها حتما بتحصيل المهارات في وضعيات غير سهلة فهي تعلم الثقة بالنفس.

فالتدريب على القدرة في وضع مساعي فعالة لحل إشكاليات تسمح بالقول بأن الممارسة الرياضية تساهم في تطوير (استقلالية الفرد) و اختلاف الايجابيات التي يمكن اختيارها أمام أنواع المهام

المقترحة، تهدف إلى زرع الإبداع و التعبير على فرضية كل شخص و لأنها تجبر على العمل جماعيا في عدة نشاطات، فهي تخلق شروط الوصول إلى المسؤولية و التضامن (جلون و اخرون 1998 ص21).

3 - 8 تأثير العوامل الداخلية و الخارجية للممارسة الرياضية:

3 - 8 - 1 العوامل الداخلية للممارسة الرياضية:

3 - 8 - 1 - 1 العوامل السيكولوجية:

3 - 8 - 1 - 1 - 1 الاحتياج لتأكيد الذات (الأنا): يقول "ميشال بوي" 1974 في أبحاثه حول مختلف المواضيع لإثبات و تأكيد الذات "إن اتجاه الأنا يعطي إحساس بالوجود، و الرياضة تساعد على تسريح سلوكاته و اتجاهاته، كما نجده يبحث عن اكتشاف نفسه. أي (الأنا) و كذلك استخدام إمكانياته وقواه وذلك بالعلاقة الحسنة مع الآخرين، وإن دور الرياضة لا يقتصر على إثبات الذات فقط، بل لتكوين شخصية الفرد كذلك، ومن دون شك أن الرياضة بالنسبة للبعض طريقة للتعبير عن الذات، حيث النشاط الرياضي (محمد العوض بسيوني مرجع سابق ص 28)

يعطيهم قدرة الانفتاح باكتساب القيم و المعايير الشخصية...الخ، وكذلك هدف الفرد عن الممارسة الرياضية هو اكتساب تجارب ذات مغزى للتعريف بنفسه للآخرين"، إذ تظهر لنا من خلال تنظيمات لنشاطات رياضية مختلفة هو الحصول على مكانة داخل الجماعة، ومن الممكن أن لوعة الفوز على الآخرين ما هو إلا دليل على الرغبة في الإستلاء (أي تأكيد الذات) إذن الرياضة تظهر له كمنظومة واسعة لتحقيق رغباته مثل الشهرة ليؤكد لمجتمعه أنه موجود كما يقول "ميشال بوي".

3 - 8 - 1 - 2 البحث عن التعويض:

إن ظاهرة التعويض ملاحظة غالبا في السلوكات التي تهدف لتحقيق العجز أو مركب النقص، كوجود عاهة (قصر في القامة) وتعويض ما هو إلا وهم فقط، وكما يقول لنا "موست فليب" "إن أهمية علم النفس الرياضي تظهر على عدة أشكال كتخفيف تأثير الكبت الانفعالي أو الإجتماعي عند الرياضيين.

إذا بالرياضة فغن الرياضي إذا تحصل على نتائج جيدة يعوض هذا النقص أو العاهة الجسدية فعلى سبيل المثال: الرياضي قصير القامة بالرياضة يبحث عن تعويض أو تجاوز لمركب نقصه، ونفس الشيء لرياضي كرة السلة طويل القامة محمد عوض بسيوني نفس مرجع ص 30).

إذا فالرياضة تعتبر طريقة لتحدي و تخطي الصعاب التي تصادف حياة الرياضي، خاصة من الناحية الإجتماعية، وليس بالصدفة نجد أن معظم الممارسين خارجين من بيئة شعبية، بالنسبة للبعض الرياضة هي الطريقة الوحيدة للنجاح و الوصول إلى السعادة وتعويض الإخفاق في الدراسة.

3 - 8 - 1 - 1 - 3 الميل للعدوانية:

يقول "تيل إدوارد" : "إن الميل للعدوانية يتجه إلى العالم الخارجي بصفة عامة إلى الفرد نفسه, ويعتبر كطريقة للدفاع عن نفسه من بيئة عدوانية", ويضيف "موست فليب" قائلاً : "لا يجب الخلط بين مظاهر عدوانية و منازعة رياضية لأنه على أي حال المقابلة يجب أن تكون تعاون و ليس حقد و عداوة", كما يضيف أن "العدوانية أو السلوك العدواني ما هو إلاّ خلاف بين أفراد الجماعة, حيث ينتج من الحرمان من الحق والرغبة أو الطموح, كل هذه واحدة من أشكال النزعات الأساسية القائمة بين الفرد ومحيطه". وحسب "براين وكارتي" : "إن الرياضة طريقة نافعة من الناحية الإجتماعي تعتبر مقبولة, أينا نرى الأطفال و الشباب يستطيعون التعبير عن عدوانيتهم, هذه الأخيرة تكون مؤذية و ممنوعة, إذا كانت موجهة نحو الآباء" (جلون و اخرون مرجع سابق ص 23) .

3 - 8 - 1 - 2 العوامل السوسولوجيا:

3 - 8 - 1 - 2 - 1 الاحتياج للاندماج الجماعي في الجماعة:

هذا الاحتياج لا يقتصر بالاحتكاك مع الآخرين فقط في الفوج, بل يجب على الفرد الإنتماء إلى فريق نادي, جماعة, هذا لا يقتصر بالحصول على بطاقة انخراط في الجمعية أو النادي, بل إقامة علاقات مع أفرادها و الحصول على مكانة اجتماعية ووظيفة (دور) محددة داخل هذه الجماعة, وتقمص ألوان الفريق والمشاركة في عدة نشاطات رياضية ماهي إلا وسيلة للإنتماء إلى المنظومة الرياضية. وكما يقول أمين أنور الخولي: الممارس "الرياضي" الذي يكتسب اتجاهات مقبولة نحو فريقه أو ناديه, كالفخر, الولاء يستعمل علي تحسين مكانته من خلال تحسين دوره الإجتماعي مما يدفع زملائه الرياضيين إلى القيام بأدوار مماثلة, وهذا يعزز التمسك ووحدة الريق وتوفر المناخ الإجتماعي السليم.

3 - 8 - 1 - 2 - 2 الاحتياج إلى الإنتماء إلى المنظومة التربوية:

يضيف "بيار شاوز": "إن هناك عدة أفراد يحبون الإنتماء إلى المنظومة الرياضية الواسعة للمشاركة في نشاطاتها المختلفة, هذه الأخيرة تضم عدة هيئات كالنادي, الرابطة, الفيدرالية...الخ, بقوانينها حكامها, مؤسساتها...الخ, هذه المشاركة تعطي للفرد للإنتماء و الإندماج في المجتمع" (محمد عوض بسيوني , فيصل ياسين الشاطئ مرجع سابق ص 28) .

3 - 8 - 1 - 2 - 3 الاحتياج إلى إقامة علاقات مع الآخرين:

يقول "بيار شاوز" الصداقة هي الدفاع الأساسي لعدة رياضيين بالممارسة الرياضية, الذوق المشترك, للممارسة يكون بطريقة مباشرة و متساوية الأفراد لمختلف الشروط الإجتماعية".

3 - 8 - 2 تأثير العوامل الخارجية للممارسة الرياضية:

3 - 8 - 2 - 1 تأثير المحيط الإجتماعي:

لفهم الرياضي يجب فهم دراسة محيطه العام و الخاص, حيث المحيط العام, البيئة الإجتماعية و ما يتكون منها: العائلة, المدرسة, النادي...الخ, و المحيط الخاص هو البيئة الرياضية من : المدرب, الحكام, المسيرين, الفريق الرياضي...الخ.

3 - 8 - 2 - 2 العائلة:

تعتبر العائلة الصلة الأولى بين الطفل و المجتمع وتلعب دوراً فعالاً في تكوين شخصيته و تربيته على سلوكيات ضرورية لإدماجه في المجتمع كما يقول "ريمون توماس" إن العائلة تحدد موقف الطفل تجاه الرياضة وهذه الخلية (العائلة) تلعب دور أساسي وحاسم في المسار الإجتماعي أو الثقافي للطفل, لقد منحوا لأطفالهم الأذواق الرياضية للممارسة. ثم يضيف: أن الممارسة في الجو العائلي يحدد موقف الطفل نحوها (الممارسة), وكذلك تؤثر على نتائجه مباشرة بتشجيعاتهم القيم المحولة من طرف الآباء وطريقة مباشرة على سلوكيات الطفل وأفعاله في وضعيات خاصة التي تواجه المربي, حيث يقول "بريان و كارتني" بالاجتماع مع المختصين حيث أشاروا إلى عدد الفرص المتاحة للطفل لتسريح سلوكياته العدوانية و تجاربه الذي ينعكس في المستقبل في كيفية التصرف.

3 - 8 - 2 - 3 المدرسة :

يقول "ريمون توماس": "إن المدرسة تشغل في حياة الطفل مكانة كبيرة, وظيفة المدرسة هي التربية, وتترجم بتلقين و تحضير الامتحانات النجاح في المدرسة".

3 - 8 - 2 - 4 النادي الرياضي:

النادي الرياضي هو دائماً محتكر للنشاطات الرياضية, على الفرد أن ينخرط في النادي للحصول على إجازة " Licence " مصادق عليها من طرف الفيدرالية كما يقول: " توماس" النوادي الرياضية اختبارات سياسية (تشييب الممارسة) أي استعمال أطفال صغار السن أين كانت في البداية مختصة إلا للدارسين و الكبار, حيث ظهرت عدة أشكال للممارسة الرياضية كالألعاب التطوير السيكولوجي للطفل, مثل السباحة, الجمباز, الرياضات القتالية, الجدو...الخ.

3 - 8 - 2 - 5 تأثير البيئة الرياضية:

يقول "ريمون توماس" البيئة الرياضية تشكل منظومة اجتماعية خاصة بالفرد و الذي تشرف عليه وتسير قيمه و معاييرها أو الصيغة الإيديولوجية, هذه الثقافة الخاصة تتطور منذ نشأته.

3 - 8 - 2 - 6 الفريق الرياضي:

حسب " فالون " Falon الفريق هو تعاون و ارتباط بين عدد محدد من المحترفين في نفس مجال العمل, والفريق الرياضي ينطبق عليه هذا المفهوم أي مجموعة من الأفراد مجتمعين لتحقيق هدف مشترك مسطر مسبقا, ويضع أمزيان مميزات التي تعرف الفريق وهي الإدراك الفردي المتبادل للأعضاء والعمل على تحقيق نفس الهدف وتقوية العلاقة العاطفية وقوة التبعية في الأدوار بين الأفراد وتكوين قانون خاص بالجماعة, كل هذه المميزات من شأنها أن تحفز الفرد إلى الممارسة الرياضية ليعتبر ذاته عضو من الفريق ويتفاعل مع بقية أعضائه, ويكتسب بسرعة مكانة خاصة تجعله يدع دورا في الفريق والتي يمكنها أن تقوي العلاقة بين الفرد و الأعضاء أو تعرقل اندماجه, فالجو الذي يخلقه الفريق يجعل الفرد يمارس الرياضة ويذهب بها إلى أبعد مستوى من النتائج وتحقيق الهدف المشترك, والعمل على الحفاظ على الفريق وتحمل عبء العمل المكثف وتقوية العلاقة.

3 - 8 - 2 - 7 المدرب:

هو الشخص الذي يملك كل المعرفة و الذي يعمل على توزيع الأدوار و كما يقول " توماس " : "إنّ المدرب يحتل مكانة كبيرة في البيئة الرياضية و الأوساط الرياضية, ويجب أن يكون المدرب حقا في الإقرار و العرفان بالجميل خاصة, لاسيما من طرف وزارته المشرفة عليه, تتناسب مع شهادته ووظائفه".

وفي كل فيدرالية نجد مجموعة من ذوي الكفاءة المهنية من بينهم المدرب الوطني الذي نجده يتمتع بوضع مالي ليس كالمدرّبين الآخرين لأنه يعتبر أحسن كفاءة تقنية في هذا الوقت.

3 - 8 - 2 - 8 الحكام:

دور الحكم هو احترام وتطبيق القوانين في المنافسات الرياضية و له الحق في إعطاء الإنذارات.

3 - 8 - 2 - 9 المسيرين:

يقول "ريمون توماس": "في فرنسا نجد انه في الآونة الأخيرة بدأت الأبحاث العلمية في ما يخص دور المسير, ومن بين الباحثين (جورج مانيان) بين العقبات التي واجهها خلال قيامه للتحقيق السوسولوجي وذلك بإعطاء أمثلة للمسيرين في سنة 1964, حيث أنّ معظم استماراته فارغة مع امتناع عن الإجابة مع أن استماراته تحتوي على أشياء عامة مجهولة, وأخيرا استطاع (مانيان) أن يجري حوار مع بعض المسيرين بالاتفاق مع بعض الباحثين الآخرين, فوضعوا نظرية مفادها: "أنّ تطور المسيرين ناجم عن كونهم ينتمون لطبقة اجتماعية لها نفوذ اقتصادي" (د عنايات احمد فرج 1998ص 19) .

3 - 9 الممارسة الرياضية عند المراهقين:

معظم المراهقين نجدهم يمارسون الرياضة خارج المؤسسات التربوية لكن الإناث بقدر أقل من الذكور، فالرياضة ليست فقط نشاطاً للذة بل الأكثر ممارسة قبل (السينما، الموسيقى، والتظاهرات الثقافية)، فهي أيضاً نشاطات يرغبون ممارستها، 46% يمارسون الرياضة في النوادي و 42% يمارسون وحدهم أو مع الأصدقاء، إن وقت ممارسة الرياضة في النادي أكثر أهمية، حيث نجد (38% يمارسون أكثر من أربعة ساعات في الأسبوع)، أما خارج النادي نجد (18% يمارسون أكثر من أربعة ساعات في الأسبوع).

إن المراهقين لهم الميل إلى ممارسة عدة رياضات، فتتعدد الرياضات الممارسة يزيد من حظوظهم في الإنخراط في بعض الجمعيات الرياضية.

الممارسة الرياضية تنقص تدريجياً مع قدوم السن، إذ أن 70% من المراهقين الذين عمرهم 12 سنة يمارسون الرياضة بينما الذين عمرهم 19 سنة لا تتجاوز نسبتهم 50%، بالنسبة للبنات النقص في الممارسة يبدأ من السن 13 سنة، بينما الذكور من السن 16 سنة،¹ ففي المراهقة يكون المراهق منغمساً في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعداً لتجاوز الحدود، إذا كان الأمر متعلقاً بتحسين وتعديل مهاراته الرياضية وتنمية استعداداته و مواهبه، وفي حدود 14 سنة يكون قد انفصل عن النشاطات التقليدية ليتجه نحو الرياضة مثل كرة القدم، الكرة الطائرة، وكرة السلة... الخ. وإلى غير ذلك من أنواع الرياضة كما نجد دائماً يهتم أكثر لمشاهدة الألعاب الرياضية المتلفزة (أمين انور الخولي مرجع سابق ص 129).

خلاصة:

إن الممارسة الرياضية وسيلة من الوسائل التي يستطيع الفرد أن يعتمد عليها للترويح على النفس و كذا اكتساب صحة بدنية فهي ركيزة أساسية للتنمية الجسمية للمراهق حتى الفكرية والنفسية، فإعداد المجتمع السليم لا يمر دون الاعتناء بالفرد الذي هو اللبنة الأساسية والجزء الدقيق في تشكيل المجتمع،

فهي بذلك تهدف نحو تطوير شخصية الفرد كوحدة حيوية تحت تأثير الجماعة في إطار الوضعيات الاجتماعية .

الفصل الرابع

تمهيد :

تعتبر المراهقة من أهم مراحل النمو في الحياة الفرد انصبت وجهات اهتمام علماء النفس و الاجتماع و علماء التربية على هذه الفترة وما يتعرض له المراهق من تغيرات وعقبات تجعله متوترا نفسيا و مع المحيطين به، خاصة وسط أسرته، لذلك يقال على هذه المرحلة أنها منعطف خطير في حياة الفرد، و تلعب ردود فعل الأسرة و المدرسة و المجتمع دورا هاما في تخفيف و تحقيق في أدائه النفسي و الاجتماعي خلال هذه الفترة الحرجة من العمر أو رفع معدلات التوتر و المعاناة و من ثم ظهور المشكلات النفسية و الاجتماعية في المراهق . و تعد المراهقة أكثر مراحل النمو إثارة.

4 - 1 تعريف المراهقة :

4 - 1 - 1 لغة:

تعني النمو وقولنا راقق الفتى أو راهقت الفتاة أي أنها نمت نموا مستطردا، و كلمة المراهق تغيد معنى الاقتراب أو الدنو من العلم و بذلك يؤكد علماء فقه اللغة أن الفرد الذي يدنو من الحلم هو اكتمال النمو (فؤاد البهي السيد، 1975، ص 272).

4 - 1 - 2 اصطلاحا:

و المراهقة اصطلاحا تعني الفترة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي باكتمال الرشد و تعنت أحيانا بأنها مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة و سمات الرجولة، و يفصل علماء النفس التكويني باستعمال هذا الاصطلاح اللغوي لان مغزاه ينسجم كثيرا و الخصائص الجسمية و السلوكية لهذه الفترة من حياة الإنسان (ج نور، 1990، ص 17) .

و مصطلح المراهقة مشتق من اللاتيني " Adolece " و معناه التدرج نحو النضج البدني و الجنسي والانفعال و العقل، أي النمو إلى النضج و يستخدم علماء النفس للإشارة إلى النمو النفسي و التغيرات التي تحدث أثناء الانتقال من الطفولة إلى الرشد، كما يتفق علماء النفس أن الطفولة تبدأ بتغيرات جسمية بسحبها البلوغ و تنتهي بإتمام حالة الرشد الكامل التي تقاس بالنضج الاجتماعي و البدني و ان كانت هذه الجوانب للنمو لا تتم في وقت واحد .

و لقد عرف الدكتور حسن فيصل المراهقة على أنها فرد يمر بمرحلة من مراحل النمو تظهر فيها تغيرات جسمية واضحة تعرض عليها مطالب عفوية و اجتماعية و عقلية قد لا تتناسب معها، يساندها النمو العقلي الذي يتأخر عن النمو الجسمي، هذا ما يعرف دائما بالتخلف النهائي، مراهقة (ج عبد العالی، 1994، ص 73 _ 169)

و تعني المراهقة من الناحية الزمنية فترة امتداد تبدأ من حوالي الحادية عشر والثانية عشر وتدوم تقريبا حتى العشرينات، من ناحية الفرد متأثرة بعوامل بيولوجية و فيزيولوجية و المؤشرات الاجتماعية الحضارية، و حسب مالك محول سلميان فان المراهقة هي ثلاثة مراحل :

- مراهقة مبكرة تمتد بين 11 و 14 سنة .
- مراهقة متوسطة تمتد بين 14 و 18 سنة. (ميخائيل خليل، 1994، ص 163)
- مراهقة متأخرة تمتد بين 18 و 21 سنة

4 - 2 مراحل المراهقة:

لقد اختلف العلماء في تقسيم و تحديد مراحل المراهقة من حيث البداية و النهاية، نظرا لعدم وجود مقاييس موضوعية خاصة تخضع لها هذه التقسيمات، و لكنهم أخضعوها لمجال دراستهم، و تسهيلا لها قسمت إلى ثلاثة مراحل رئيسية هي:

4 - 2 - 1 المراهقة المبكرة :

تمتد هذه المرحلة من 12 إلى 15 سنة، وهي تقابل في النظام التربوي الطور المتوسط. كما أنها تمتد كذلك منذ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة إلى ثالث سنوات بعد البلوغ، و استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد. وفي هذه المرحلة يسعى المراهق إلى الاستقلال، و يرغب في التخلص من القيود و السلطات التي تحيط به، ويستيقظ لديه إحساس بذاته و كيانه، و يصحبها التقطن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية و نمو الجهاز التناسلي عند المراهق (حامد عبد السلام زهران، 1986، ص 263).

4 - 2 - 2 المراهقة الوسطى :

تمتد هذه المرحلة من 16 إلى 18 سنة، يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية، ويميز هذه المرحلة بطئ في سرعة النمو الجنسي نسبيا مقارنة مع المرحلة السابقة، وتزداد التغيرات الجسمية و الفيزيولوجية من زيادة في الطول و الوزن، و في هذه المرحلة نجد المراهق يهتم بمظهره الجسمي، صحته، قوته الجسمية.

4 - 2 - 3 المراهقة المتأخرة:

و تكون هذه المرحلة بين 19 إلى 21 سنة، وتمتد مع نهاية التعليم الثانوي و بداية التعليم الجامعي، ويطلق على هذه المرحلة اسم مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة مثل اختيار مهنة المستقبل و في هذه المرحلة يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسمي و يتجه نحو الثبات الانفعالي، و بروز بعض العواطف الشخصية كالأهتمام بالمظهر الخارجي و طريقة الكلام، و البحث عن المكانة الاجتماعية، كما تكون للمراهق عواطف نحو الجماليات ثم الطبيعة و الجنس الآخر (سعدية محمد على بهادر، 1980، ص 25).

4 - 3 خصائص المراهقة :

4 - 3 - 1 الخصائص الجسمية (النمو الجسمي) :

تعد التغيرات التي تحل بالجسم خلال هذه الفترة مؤشرا لنمو المراهق وعليه أن يتكيف مع تغيرات أعضاء جسمه ويستجيب للنتائج والآثار التي تتركها هذه التغيرات . و من هنا فان مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج حيث يزداد الطول و الوزن و تنمو العضلات و الأطراف، و لا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤول هذه السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة، و يؤدي به ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي، كذلك يلاحظ إفراز بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة النكفية يزداد إفرازها، و يؤدي ذلك إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب، و من

حيث الطول والوزن يظهر الفتيان اقل هبة من الفتيات عند بداية البلوغ، إلا أن الفتيات يسبقن قليلا في النمو، و تدل الدلائل أن الفتيات يكن في المتوسط أطول من البنين من 11 سنة إلى 14 سنة، أما في 15 سنة فان الفتيان يكونون أطول بعض الشيء من البنات و عادة تبدأ معظم الزيادات في طول الساقين ثم الخدع ثم اكتمالها في البدين و عادة تبدأ معظم الزيادات في طول الساقين ثم الخدع ثم اكتمالها في الدين والرأس والأقدام والأكتاف كما نجد أن البنات تظل فترة طويلة متفوقات على الأولاد من حيث النمو العقلي، وقد يسبب لهن إحراجا كما نلاحظ الفرق في النمو عند الأولاد، فالبنات تصل إلى أقصى درجة من القوة في السن التي يظهر لديها فيها الحيض، بينما الولد يزيد قوة و طولا طوال فترة المراهقة و هناك أعراض تظهر عند المراهقين في هذه الفترة و ذلك ما بين 12 و 15 سنة، وهي خشونة العيون، السمنة، النحافة و يعود ذلك إلى ازدياد نشاط الغدد الجنسية ونضجها، بالإضافة إلى علاقتها بالغدة النخامية والدرقية و خير دليل على ما ذكر هو هذه النسب :

- 12 سنة : متوسط الطول عند البنين 1.143 سم، والوزن 1.37 كلغ، متوسط الطول عند البنات 1.47 سم، والوزن 5.41 كغ .

- 14 سنة : متوسط الطول عند البنين 1.157 سم، و الوزن 5.58 كلغ، متوسط الطول عند البنات 1.157 سم والوزن 5.50 كلغ ،

- 18 سنة : متوسط الطول عند البنين 3.169 سم والوزن 4.60 كلغ، متوسط الطول عند البنات 3.159 سم و الوزن 8.55 كلغ .

و يلاحظ جليا من خلال هذه النسب :

- تفوق البنات على البنين في الطول والوزن عند سن 12 سنة.
- تساوي في الطول وتقارب في الوزن عند السن 15 سنة
- واضح عند البنين في الطول و الوزن في سن 18 سنة.
- استمرار هذا التفوق عند سن 21 سنة.

4 - 3 - 2 الخصائص الحركية :

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه المراهقة في النمو الحركي حيث يرى "كولين" أن حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز بالاختلال في التوازن واضطراب بالنسبة للنواحي التوافق و التناسق و الانسجام، أما "تمانكرج" فيرى بأنها فترة ارتباك حركي و اضطراب .

و على العموم فان التغيرات التي تظهر عند المراهق تغيرات عفوية فيزيولوجية جسمية، دليل على نفج الجسم الذي يعتبر خطوة نحو اكتمال شخصيته، ويظهر تأثير الناحية الفيزيولوجية بشكل واضح فيزداد (حجم القلب) كما يسرع النمو الجسمي عند البنات عنه في البنين بفارق عامين تقريبا، في الوقت الذي تعل فيه البنات أقصى طولهن وفي هذا النمو السريع الغير منتظم يضطرب التوافق العصبي العقلي فتقل

الحركة، الرشاقة والخفة ويختلف الرجل عن المرأة من الناحية التسريحية، حيث تكون عظام الرجل من الأشكال النوبية، وكمية النسيج العقلي عنده أكثر من كمية الدهن أما المرأة فتكون سعتها الحيوية اقل.

4 - 3 - 3 الخصائص العقلية (النمو العقلي المعرفي):

يطور الطفل في مراهقته فعاليته، حيث تتطور وتنمو قابليته للتعلم والتعامل مع الأفكار المجردة، وإدراك العلاقات و حل المشكلات كما تتطور نحو التمايز والتباين حيث يتضح ذلك فيما يلي:

4 - 3 - 3 - 1 الانتباه:

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن قيمة الانتباه تزداد عنده حيث يزداد مستواه بشكل واضح في مداه ومدته، فهو يستطيع استيعاب مشاكل معقدة في يسر، والانتباه هو المجال الذي يبلى للإنسان شعوره بشيء في مجال إدراكه .

4 - 3 - 3 - 2 التذكير:

يتبين في هذه المرحلة على أساس الفهم، فتعتمد عملية التذكر على القدرة على الاستيعاب و التعرف، والقدرة على الاحتفاظ، وترتبط عملية التذكر بنمو قدرة الفرد على الانتباه بدرجة نحوها أو عزوفه عنها و كذا قدرة الفرد على استنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكرة .

4 - 3 - 3 - 3 الذكاء:

هو محصلة النشاط العقلي كله أو القدرة العقلية الأمة التي تبين المستوى العام للفرد، كما عرفه "بيرت" فانه القدرة العقلية المعرفية العامة و يقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية بل تأثره بالنواحي الإدراكية، و هذه المرحلة وجب فيها استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة واكتساب إمكانيات وقدرات من جهة أخرى، لتضمن له بدء التعمق الدراسي بالأخص و التوافق الدراسي.

4 - 3 - 3 - 4 التخيل:

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان وله وظائف عدة، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشكلات بالنسبة للمراهق ووسيلة هامة لتحقيق الانفعالات .

4 - 3 - 3 - 5 الإدراك:

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية وعلى هذا الأساس و بهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي تقوم على البرهنة والإقناع، ولهذا تبدو أهمية المواهب التي تؤكد الفروق العقلية الواسعة والعريضة بين الأفراد المختلفين من خلال إدراك القدرات على فهم الحياة.

4 - 3 - 3 - 6 الإستدلال و التفكير:

التفكير وحل المشكلات القائمة، إذ استطعنا أن ننهي في المراهق القدرة على التفكير الصحيح و المؤسس على النهج العلمي البعيد عن الأهواء والمعتقدات الخاطئة، يتمكن من معالجة المشاكل عن طريق استنتاج عقل سليم، حيث يرتفع من التفكير الجسمي ويرتقى إلى مرتبة التفكير المجرد، حيث يستخدم فيه

الاستدلال بنوعية والاستقرار والاستنتاج، وما يهيم المراهق أن تفكيره دائما مبني على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات .

4 - 3 - 4 الخصائص الاجتماعية (النمو الاجتماعي):

المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يحتم عليه قوانين وتقاليد يجب عليه احترامها، و بالتالي يحاول أن يتمرد إذا استطاع فینشا صراع بينه وبين المجتمع الذي يعيش فيه، و ان لم يوجه المراهق التوجيه السليم فانه يضر نفسه أو يؤثر على المجتمع الذي يعيش و تزداد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ بتقدمه ودخوله إلى المراهقة وذلك لتشعب تلك العلاقات و ازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه ولذلك فقد اعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة، حيث أعير له اهتمام لدي الباحثين، واستطاعوا كشف الكثير من الخصائص و التي أثبتها الدكتور "مصطفى فهمي" في ثلاثة عناصر أساسية هي :

✓ يميل المراهق في السنوات الأولى إلى مسايرة المجموعة إلى ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهر هم ويتصرف كما يتصرفون، لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة النزاع بينه و بين أفراد الجماعة ويجعل في احترامه، وإخلاصه لهم وخضوعه لأفكارهم نوعا من تحقيق الشعور بالإثم الناجم عن طاعته لوالديه، و لمدرسته.

✓ في السنوات الأخيرة يشعر أن عليه مسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يقوم ببعض الخدمات وبعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها.

✓ اختيار الأصدقاء أي ما يتطلبه المراهق من صديق هو ذلك الذي يكون قادرا على فهمه و يظهر له الود والحنان مما يساعده على التغلب على حالات الضيق، ففي بعض الأحيان يكون الصديق اكبر منه سنا و يشترط عدم السلطة المباشرة والعلاقة تكون مبنية على الود والاحترام.

4 - 3 - 5 الخصائص الانفعالية (النمو الانفعالي):

يجمع علماء النفس بان انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل و تشمل هذه الاختلافات النواحي التالية :

- نلاحظ أن في هذه السنوات المراهق يثور لأتفه الأسباب .
- يتميز المراهق في هذه الفترة بانفعالات حادة مختلفة ومقلبة وعدم الثبات أي ينتقل من انفعالات إلى أخرى في مدى قصير، من الزهد إلى الكبرياء إلى القنوط ثم إلى اليأس لا يستطيع التحكم في مظاهره الخارجية لحالته الانفعالية أن ثار غضبه مثلا : يصرخ و يعصى و يدفع الأشياء و نفس الشيء إذا فرح، فنجدته يشد الرباط على عنقه، او يقوم ببعض الحركات العصبية.
- يتعرض في بعض الظروف إلى حالات اليأس، وينشا هذا الإحباط في فشلة في أما نية، و عواطف جامحة تدفعه إلى التفكير في الانتحار في بعض الأحيان .

- تبدأ بعض العواطف الشخصية كالاعتزاز بالنفس والعناية بالهندام وطريقة الجلوس والشعور بان له الحق في إبداء الرأي ويكون عاطفياً نحو الأشياء الجميلة.

4 - 4 مميزات المراهق في الطور الثانوي:

- ✓ الاهتمام بالذات وتفحصها تحليلها .
- ✓ الاضطرابات الانفعالية الحادة والتناقص الانفعالي.
- ✓ البعد عن الأسرة وقضاء أوقات الفراغ خارج المنزل.
- ✓ العصيان والتمرد على الأعراف والتقاليد والمعتقدات الخاصة بالمجتمع.
- ✓ ضغوط الدوافع الجنسية.
- ✓ عدم إتباع نصح الكبار ومحاولة الابتعاد عنهم.
- ✓ البحث عن الجنس الآخر.
- ✓ النضج الجنسي.

4 - 5 المراهقة و التربية البدنية و الرياضية:

من الطبيعي أن التربية البدنية والرياضية تساعد المراهق على التعرف عن قدراته البدنية و العقلية و يكشف من خلالها عن مواهبه، إضافة بطبيعة الحال اكتسابه للسلوك السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني و الرياضي المدرسي وسلة تربية لها تأثيرا ايجابيا على سلوك التلميذ في مرحلة المراهقة من حيث:

- ◀ اكتساب القيم الأخلاقية .
- ◀ الروح الرياضية.
- ◀ قيمة اللعب النظيف.
- ◀ الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب.
- ◀ تحمل المسؤولية.
- ◀ التنافس في سياق تعاونها.

لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربية تؤكد إظهار الجوانب الايجابية للسلوك و اكتساب القيم الأخلاقية.

خلاصة:

بعد أن تطرقنا لأهم الخصائص العمرية للمرحلة المدروسة " المراهقة " فلا يسعنا القول بأن نعتبر تلك التغيرات الطارئة على جميع نواحي المراهق الجسمية و العقلية و النفسية و الانفعالية و غيرها هي العامل الأساسي لظهور القلق عنده و أن واجب أساتذة التربية البدنية و الرياضية هو تهيئة الجو الملائم حتى يتمكن هذا الأخير من تفريغ مكبوتاته الانفعالية و التعبير عن مشاعرهم كما أننا نلح على أن يكون محتوى درس التربية البدنية يسوده المرح و كذا المشاركة الفعالة للمراهق خلال الحصة مما يساعد كثيرا في تنمية جوانب الشخصية.

الجانِب التطبيقي

الفصل الخامس

تمهيد:

ان البحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها و أنواعها تحتاج الى منهجية علمية للوصول إلى اهم نتائج البحث قصد الدراسة، و بالتالي تقديم و تزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة مهمة . إن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها و موضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة و الوضوح في عملية تنظيم و إعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية و بالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء و استغلال أكثر للوقت و الجهد و انطلاقا من اختبار المنهج الملائم لمشكلة البحث و طرق اختيار عينة البحث إلى انتقاء الوسائل و الأدوات المتصلة بطبيعة تجربة البحث .

5 - 1 دراسة استطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله، و هي خطوة أساسية و مهمة في البحث العلمي، اذا من خلالها يمكن وسائل بحثه للتأكد من سلامتها و دقتها و وضوحها (محي الدين مختار، 1771، ص 78). فالدراسة الاستطلاعية إذن هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، و صدقها لضمان دقة و موضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية و تسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني، كما تساعد الباحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق منها ما يلي:

❖ معرفة حجم المجتمع الأصلي و مميزاته و خصائصه.

❖ التأكد من صلاحية أداة البحث و الاستبيان و ذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:

أ - وضوح البنود و ملائمتها لمستوى العينة و خصائصها.

ب - التأكد من وضوح التعليمات.

ج - المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية و بالتالي تقادي الصعوبات و العراقيل التي يمكن أن نصادفها.

5 - 2 منهج الدراسة :

مما لا شك فيه أن تقدم العلم ومنه العلوم التربوية و النفسية و الاجتماعية مرهون بالمنهج المتبع، و من هنا كان اهتمام التقنيين البالغ بمنهج البحث العلمي منذ أيام أرسطو حتى الآن.

و من الواضح أن البحث العلمي هو عبارة عن طائفة من القواعد العامة التي تصاغ بطريقة تؤدي إلى الوصول إلى الحقيقة، و هذه القواعد تتصف بالتنظيم و الضبط و الموضوعية.

فمنهج البحث العلمي عديدة و مختلفة باختلاف موضوع و مشكلة البحث، وما يهمنها منها في البحوث التربوية و النفسية و الاجتماعية منهج البحث الوصفي، وهو احد المناهج المستخدمة في هذه البحوث (تركي، سنة 198، ص 219) و هو ما يهمنها في بحثنا هذا لملائمته و طبيعة الدراسة المتناولة.

فمنهج البحث الوصفي في مجال التربية و التعليم هو كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية و النفسية و الاجتماعية، كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر نفسية أو اجتماعية أخرى (عبد الجليل الزوبغي، د. محمد احمد الغنام، سنة 1974، ص 51).

كما انه منهج لا يصف ظاهرة الموضوع فحسب، بل يحلل و يفسر و يقيم أملا في التوصل إلى تعميمات ذات معنى يزيد بها رصيد معارفنا عن تلك الظاهرة.

5 - 3 متغيرات الدراسة :**تعريف المتغير:**

هو مصطلح يدل على صفة محددة تتناول عددا من الحالات أو القيم، أو يشير إلى مفهوم معين يجري تعريفه إجرائيا بدلالة إجراءات البحث، و يتم قياسه كميا أو وصفه كفييا (سامي محمد ملحم، 2006، ص 69).

5 - 3 - 1 المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يؤثر في حدوث موقف معين.

المتغير المستقل في دراستنا هو: الدوافع الاجتماعية

5 - 3 - 2 المتغير التابع:

هو المتغير الذي يحدث نتيجة لتأثير المتغير المستقل، أو هو ما يتبع في حدوث المتغير المستقل و يسمى العامل التابع بالعامل الناتج (نادية قطايمي، محمد برهوم، 1989، ص 58) .
المتغير التابع في دراستنا هو: " ممارسة الرياضة " .

5 - 4 مجتمع و عينة الدراسة :**5 - 4 - 1 مجتمع الدراسة:**

و هي المجموعة الكلية للأفراد الذين يريد الباحث إجراء دراسته عليهم، و بما أن بحثنا يركز حول دراسة دوافع الاجتماعية لممارسة الرياضة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، فتمحور مجتمع بحثنا حول تلاميذ المرحلة الثانوية في ثانوية: أسعيد بوعلي.

5 - 4 - 2 عينة الدراسة:

إن الهدف من اختبار العينة هو الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث ، فالعينة إذا هي انتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة ، فالاختبار الجديد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع، حيث تكون نتائجها صادقة (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، 2000، ص 127)، لقد حددا عينة لهذه الدراسة بحيث تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول لنا الحصول على نتائج يمكن تعميمها و لو بصورة نسبية، و من ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة و تعطي صورة حقيقية للميدان المدروس و تمثلت عينتنا في 40 تلميذ 13 ذكور 9 إناث.

5 - 5 اساليب جمع البيانات :

لقد استخدمنا نوع واحد من أدوات البحث و المتمثل في الاستبيان الخاص بالتلاميذ و ذلك لجمع النتائج المتحصل عليها للوصول للإجابة عن البنود المطروحة في بحثنا هذا كما يعرف أنه أداة عملية، تعتبر من بين وسائل الاستقصاء لجمع المعلومات الأكثر فعالية لخدمة البحث، حيث

يحتوي هذا الأخير على مجموعة من البنود تمت صياغتها لاختبار صحة فروض هذه الدراسة وأهداف البحث.

الإستبيان: هو وسيلة لجمع المعلومات و يستعمل كثيرا في العلوم الاجتماعية، و تمتاز هذه الطريقة بأنها تستمد المعلومات مباشرة من المصدر، و يتضمن مجموعة من الأسئلة المفتوحة أو المغلقة، يقوم الباحث بتوزيعه على العينة التي يريد دراستها ثم يقوم بتحليله، و قد استعملنا الاستبيان من النوع المغلق و الذي يتضمن أسئلة تكون الإجابة عليها باقتراحين و هي : نعم أو لا، دون إعطاء إجابات أخرى في البنود الموجبة وتضمن 15 سؤال .

5 - 6 الخصاص السيكومترية لأدوات الدراسة :

5 - 6 - 1 الصدق "صدق المحكمين":

عرضا الاستبيان على صورته الأولية على مجموعة من أساتذة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف ولاية المسيلة ، بحيث قاموا بإبداء آرائهم و ملاحظاتهم حول مناسبة فقرات الاستبيان، و مدى انتماء الفقرات إلى كل مجال من مجالاته، و كذلك وضوح صياغتها اللغوية، وفي ضوء تلك الآراء يتم استبعاد بعض الفقرات و تعديل بعضها الآخر ليصبح الإستبيان قابل لتطبيق.

5 - 6 - 2 ثبات الإستبيان:

التحقق من ثبات الاستبيان من خلال الاعتماد على حساب معامل "ألفا كرونباخ" .

5 - 7 تصميم الدراسة و معالجة الإحصائية :

بعد تفرغ المعطيات والبيانات نقوم بمعالجتها إحصائيا باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية عن طريق التقنيات الإحصائية التالية: SPSS

5 - 7 - 1 النسبة المئوية:

و ذلك بتطبيق القاعدة الثلاثية، و صيغتها كآتي:

$$ع = \leftarrow 100\%$$

$$ت = \leftarrow س$$

$$و منه : س = ت \times 100 / ع$$

حيث: س: النسبة المئوية و ع: عدد العينة أما ت : عدد التكرارات.

5 - 8 خطوات إجراء الدراسة الميدانية:

5 - 8 - 1 الاجراء الزمني:

انطلقت دراستنا في النصف الأخير من شهر جانفي 2022 إلى غاية نهاية شهر ماي.

5 - 8 - 2 الاجراء المكاني:

بحثنا الميداني كان على مستوى ثانوية "أسعيد بوعلي" دائرة و ولاية برج بوعرييج.

خلاصة :

لقد تم في هذا الفصل عرض مختلف الإجراءات التي قمنا بها لإتمام الدراسة الميدانية و التي من خلالها نستطيع التوصل إلى نتائج تؤكد لنا مدى صحة أو خطأ الفرضيات التي تقوم على أساسها هذه الدراسة بحيث تعتبر هذه الإجراءات ضرورية في كل دراسة لأنه من دون إجراءات ميدانية لا يمكن التوصل إلى الإجابة عن الإشكالية العامة.

الفصل السادس

تمهيد:

إن طبيعة ممارسة الرياضات المتنوعة في مؤسسات التعليمية تمنح عدة فرص للطلبة عن الكشف عن قدراتهم و استثارة دوافعهم مما قد يكون سببا مباشرا إلى ممارسة الرياضية في هذه المرحلة من التعلم لذلك قمنا بتحويل النتائج إلى أرقام في جداول و تحليلها و تمثيلها بيانيا في دوائر نسبية.

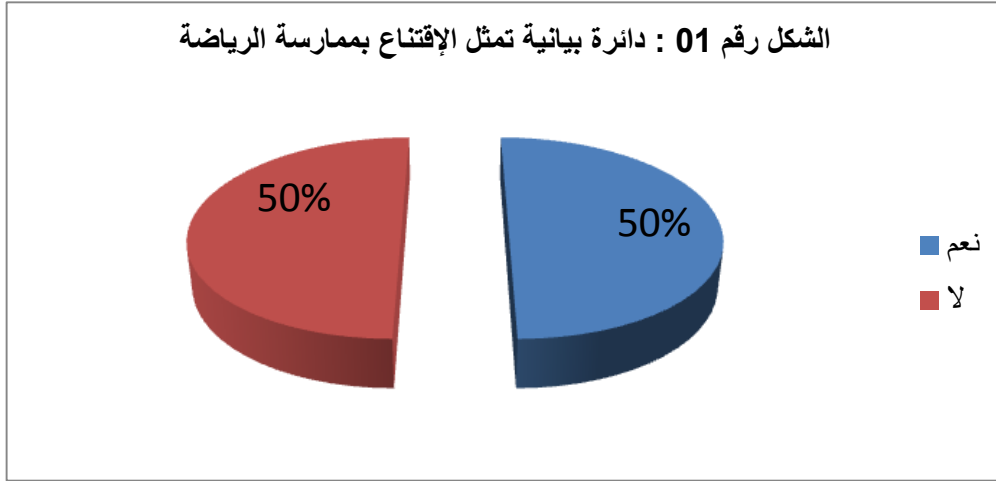
6 - 1 عرض النتائج و تحليلها:

السؤال رقم 01: هل اخترت ممارسة الرياضة عن حب و قناعة ؟

المجموع	لا	نعم	رقم السؤال 01
40	20	20	العدد
100%	%50	%50	النسبة المئوية

الجدول رقم 01: يمثل نسبة الاقتناع باختيار ممارسة الرياضة

التحليل: من خلال نتائج الجدول رقم (01) نلاحظ أن نسبة 50% أجابوا باختيارهم ممارسة الرياضة عن قناعة و هذا راجع لهوايتهم المتمثلة في ممارسة الرياضة و فكرهم الواعي بها. و بمقابل ذلك نجد 50% من أفراد العينة كانوا قد أجابوا بلا و هذا دليل على أنهم مجبرون على اختيارها و هذا لا يجعلهم ناجحين في اختصاص المجال الرياضي.



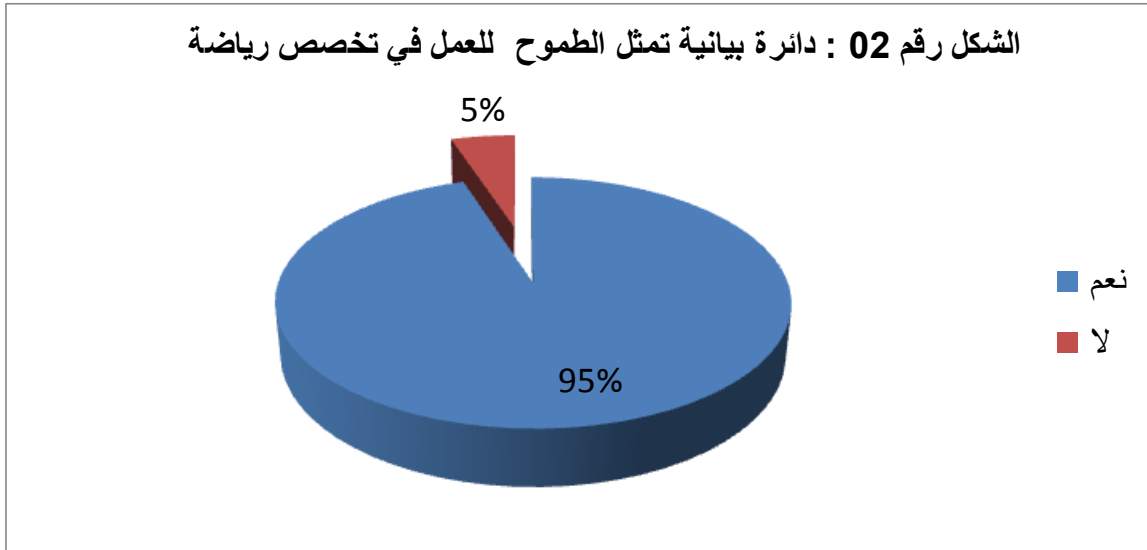
السؤال رقم 02: هل تطمح للعمل في تخصص رياضة ؟

المجموع	لا	نعم	رقم السؤال 02
40	2	38	العدد
%100	%5	%95	النسبة المئوية

الجدول رقم 02: يمثل طموح للعمل في تخصص رياضة

التحليل: من خلال الجدول رقم (02) و الذي يمثل الطموح للعمل في تخصص الرياضة تتضح لنا الرؤية جليا من حيث النتائج المحصل عليها أنه من بين 40 مستجوبا قد بلغ عدد الأفراد الذين يطمحون للعمل بعد التخرج 38 فردا أي ما يعادل نسبة 95% و ذلك لحلمهم بشغل منصب أستاذ تربية بدنية و رياضية كأساتذة المراحل التعليمية السابقة التي قد مروا بها .

أما نسبة 5% منهم فهم لا يطمحون في هذا المجال و ذلك لنظرتهم ربما إلى أشياء أخرى غير هذا المجال.

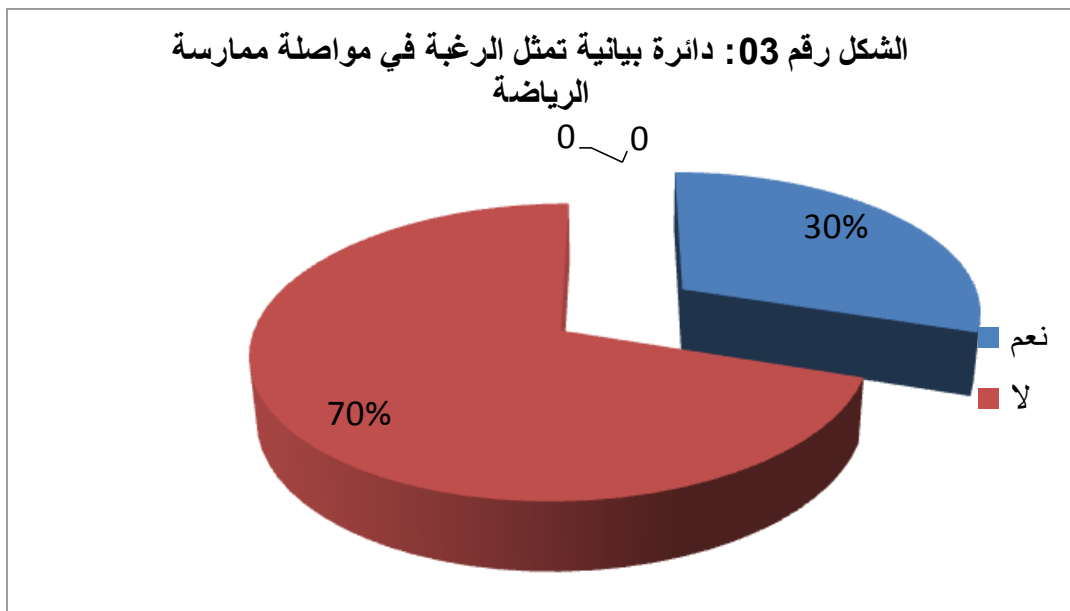


السؤال رقم 03: هل ترغب في مواصلة ممارسة الرياضة ؟

رقم السؤال 03	نعم	لا	المجموع
العدد	12	28	40
النسبة المئوية	30%	70%	100%

الجدول رقم 03: يمثل الرغبة في مواصلة ممارسة الرياضة

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن نسبة 30% أي ما يمثل 12 من أفراد العينة يؤكدون على مواصلة مسيرتهم الدراسية في الجامعة في مجال الرياضة وهذا راجع لحبهم لها و اختيارهم له عن قناعة، في حين أن نسبة 70% من أفراد العينة يقرون على عدم مواصلة مسيرتهم الدراسية في مجال الرياضة نظرا لراغبات أخرى .

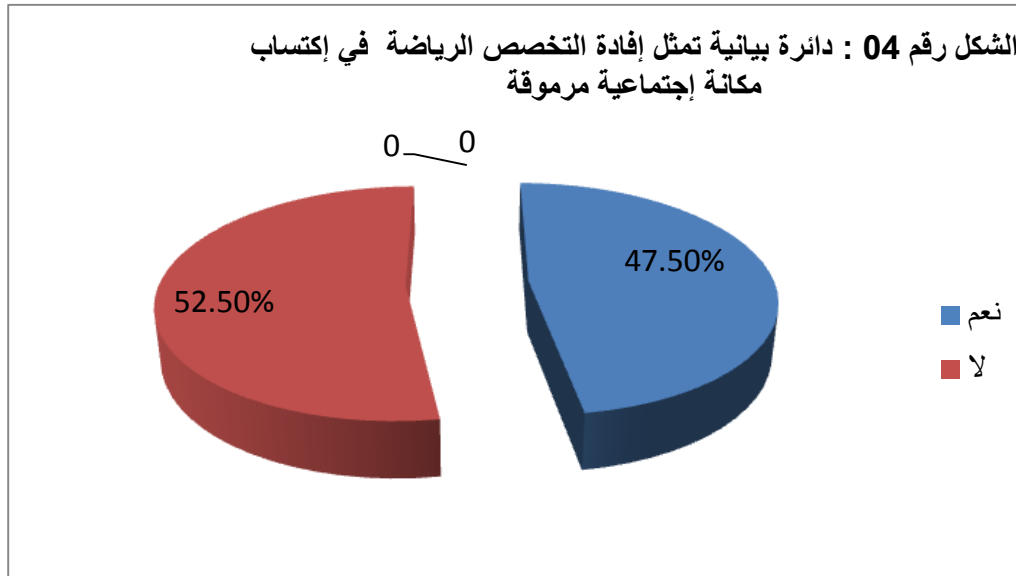


السؤال رقم 04: هل رياضة تفيدك في الحصول على مكانة إجتماعية مرموقة ؟

رقم السؤال 04	نعم	لا	المجموع
العدد	19	21	40
النسبة المئوية	%47.5	%52.5	%100

الجدول رقم 04: يمثل إفادة الرياضة في إكتساب مكانة إجتماعية مرموقة

التحليل: من خلال الجدول رقم (02) و الذي يمثل إكتساب مكانة إجتماعية مرموقة من خلال دراسة هذا نلاحظ أن نسبة %47.5 أي ما يعادل 19 تلميذ من أفراد العينة يرون أن دراستهم لهذا الإختصاص ستفيدهم في ضمان مكانة إجتماعية راقية لنضرتهم المستقبلية في شغل أماكن بارزة في إتحاديات بعض الرياضات و ما شابه ذلك، بينما %52.5 منهم يرون عكس ذلك و أنهم لن يتحصلوا و لن يستفيدوا من تخصصهم هذا لضمان مكانة إجتماعية مرموقة و هذا راجع إلى غياب فكرهم تفكيرهم بما يمكن أن تكسبه له الرياضة مستقبلا.



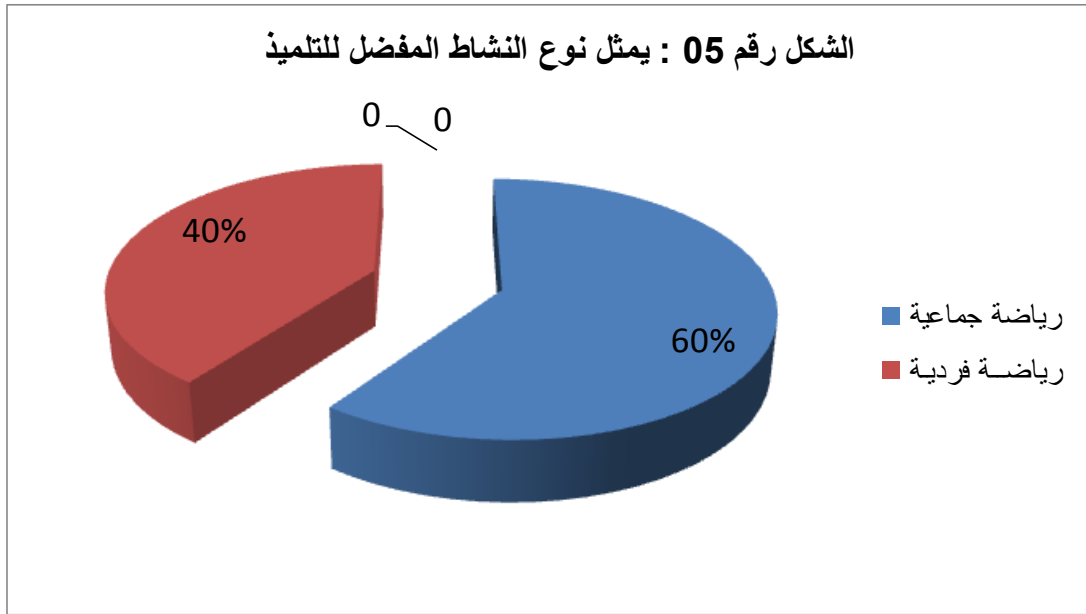
السؤال رقم 05: ماذا تفضل أن تمارس؟

رقم السؤال 05	رياضة جماعية	رياضة فردية	المجموع
العدد	24	16	40
النسبة المئوية	%60	%40	%100

الجدول رقم 05: يمثل نوع النشاط المفضل للتلميذ

التحليل: من بين 40 المستجوبون بلغ عدد الممارسين للنشاط الجماعي بـ 24 أي ما يعادل نسبة 60% فقد أجابوا لصالح النشاط الجماعي و ذلك لحبهم للنشاط الجماعي فهم يرون فيه القدرة على تحقيق متعتهم و راحتهم النفسية.

أما البقية و المقدرين بـ 16 أي ما يعادل نسبة 40% فقد صوتوا لصالح النشاط الفردي و ذلك لأنهم مقتنعون به فوجده في نظرهم القادر على إثبات وجودهم و إبراز قدراتهم الفردية كما يساعدهم ذلك أيضا على تنميتها و تطويرها بعيدا عن الجماعة و تأثيرها.

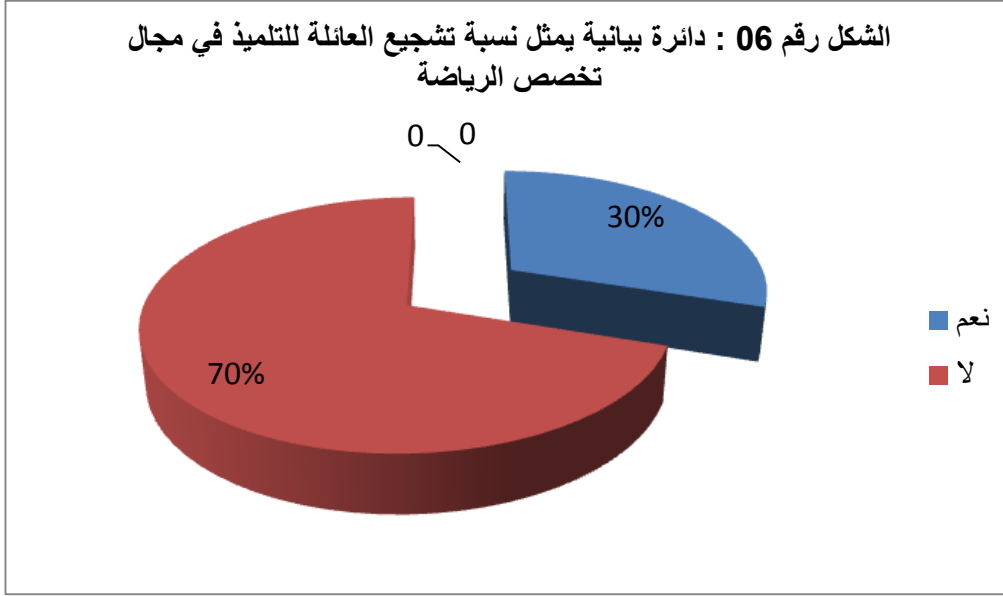


السؤال رقم 06: هل تلقى تشجيعا من عائلتك في مجال اختصاصك الرياضي؟

رقم السؤال 06	نعم	لا	المجموع
العدد	12	28	40
النسبة المئوية	30%	70%	100%

الجدول رقم 06: يمثل نسبة تشجيع العائلة للتلميذ في مجال تخصص الرياضة

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن نسبة 30% والتي تمثل 12 من أفراد العينة يؤكدون على تشجيع أسرهم لهم لدراسة تخصص هذا راجع للقلة القليلة من الأسر الواعية بأهداف و خصائص الإختصاص الرياضي خاصة من الناحيتين التربوية و الصحية، بينما 28 منهم أي ما يعادل نسبة 70% منهم يقرون على عدم تشجيعهم من قبل عائلاتهم لدراسة تخصصهم و هذا دليل على اللامبالاة و احتقار هذا الإختصاص و الرؤية السلبية له من ناحية مضيعة الوقت دون فائدة أو من ناحية الإصابات جراء ممارسة الرياضة.

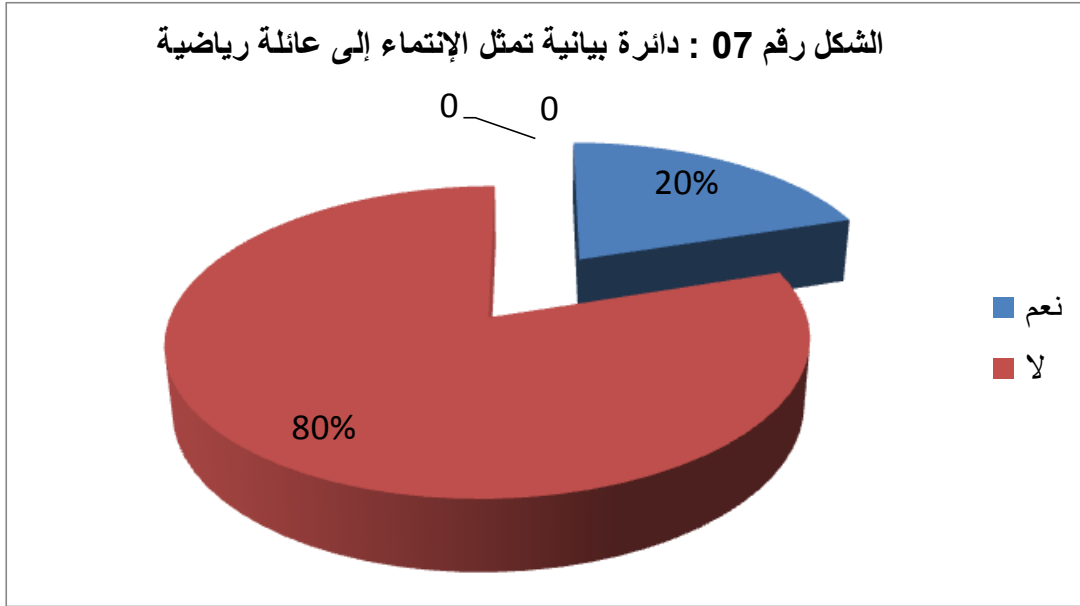


السؤال رقم 07: هل العائلة التي تنتمي إليها عائلة رياضية ؟

رقم السؤال 07	نعم	لا	المجموع
العدد	8	32	40
النسبة المئوية	20%	80%	100%

الجدول رقم 07: يمثل الإنتماء إلى عائلة رياضية

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن نسبة 20% أي ما يمثل 8 من أفراد العينة يؤكدون على إنتمائهم لعائلة رياضية مهتمة بتربية أفرادها تربية رياضية لإيمانهم بأن الرياضة هي السبيل الصحيح لبناء فرد سليم و هذا راجع لطبيعة العائلة و بعد وعيهم الفكري و المعرفي بالرياضة، في حين أن نسبة 80% منهم أي ما يقارب 32 فردا أكدوا على عدم إنتمائهم لعائلات رياضية لا تولي اهتماما لممارسة الرياضة أو تنشئة أفرادها على الممارسة الرياضية و هذا دليل على أنها عائلات بسيطة رغم وعي بعضهم الفكري إلا أن ذلك راجع بالأساس إلى اللامبالاة بالرياضة و اعتبار هذه الأخيرة مضيعة للوقت و العمل.

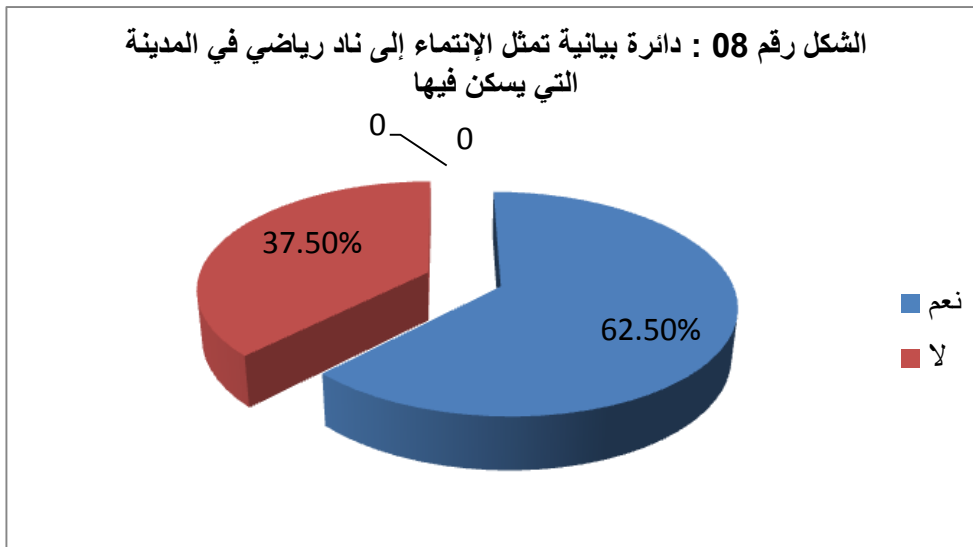


السؤال رقم 08: هل تنتمي إلى ناد رياضي معين في مدينتك ؟

رقم السؤال 08	نعم	لا	المجموع
العدد	25	15	40
النسبة المئوية	62.5%	37.5%	100%

الجدول رقم 08: الإنتماء إلى ناد رياضي في المدينة التي يسكن فيها

التحليل: من خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن 25 فردا من أفراد العينة أي ما يعادل نسبة 62.5% قد أجابوا بنعم و هذا راجع لطبيعة الهوية الشخصية المتبعة و حبهم لإظهارها بالإنخراط في النوادي، كما نجد أن عدد المجيبين بلا قد بلغ عددهم 15 فردا أي ما يعادل نسبة 37.5% قد أجابوا بلا و هذا أيضا راجع إلى الهوية الشخصية فمنهم من هويته تختلف عن حب الرياضة و منهم من لا يستحسنون فكرة الظهور في النوادي الرياضية.

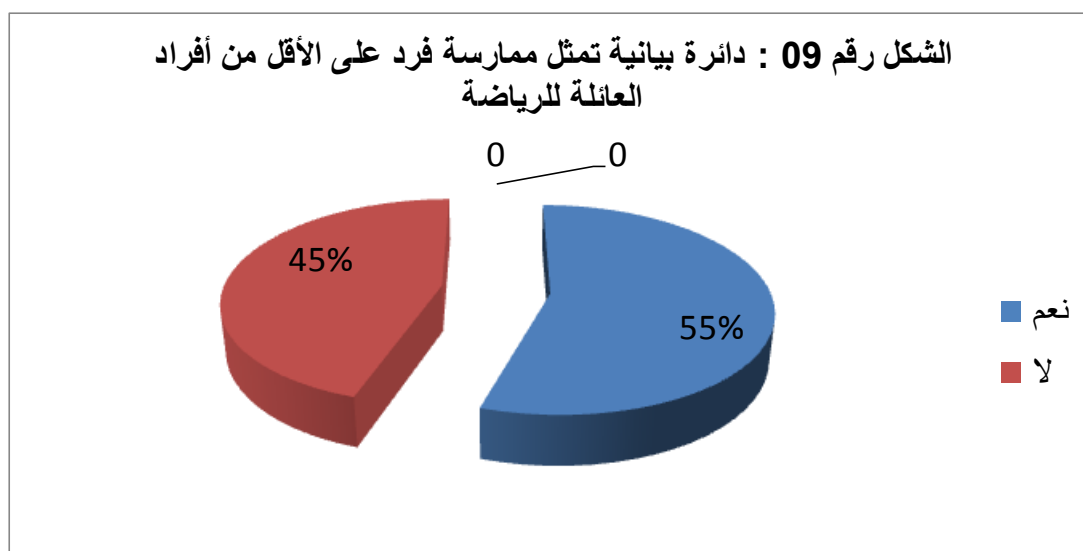


السؤال رقم 09: هل يمارس واحد على الأقل من أفراد عائلتك الرياضة ؟

رقم السؤال 09	نعم	لا	المجموع
العدد	22	18	40
النسبة المئوية	55%	45%	100%

الجدول رقم 09: يمثل ممارسة فرد على الأقل من أفراد العائلة للرياضة

التحليل: من 40 المستجوبون نلاحظ أن 22 فردا منهم أي ما يعادل 55% قد أجابوا بنعم و هذا التأكيد راجع إلى التطور الحاصل في مختلف الرياضات الحديثة و كذا تطور وسائل الإتصال مثل الانترنت التي تبرز و تحفز على ممارسة الرياضة، كما نجد بالمقابل 18 منهم أي ما يقارب 45% كانت إجابتهم بلا نرجعها هنا إلى الأسباب السابقة المتمثلة في اللامبالاة بالرياضة أو بممارستها أو أن كل فرد له هوايته الخاصة الخارجة عن نطاق ممارستها.

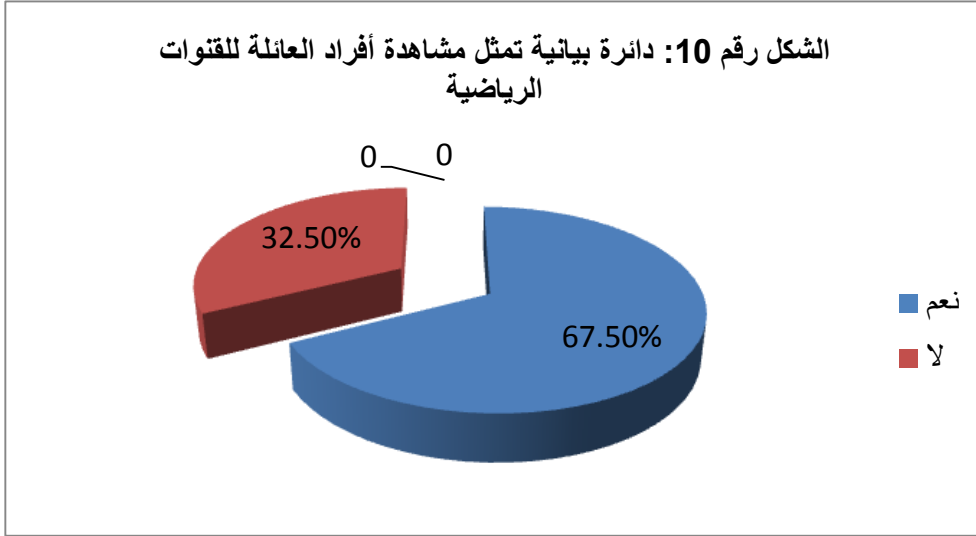


السؤال رقم 10: هل يشاهد أفراد عائلتك القنوات الرياضية على التلفاز ؟

رقم السؤال 10	نعم	لا	المجموع
العدد	27	13	40
النسبة المئوية	67.5%	32.5%	100%

الجدول رقم 10: يمثل مشاهدة أفراد العائلة للقنوات الرياضية

التحليل: من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن 27 فردا ممن أفراد العينة أي ما يعادل 67.5% قد أجابوا بنعم و هذا راجع إلى تطور الرياضة و تطور أساليب ممارستها و قوانينها و بعد الفهم الصحيح لأهدافها و كذا تطور وسائل الإعلام المختلفة الذي يؤثر تأثيرا كبيرا وواضحا و يحفز على المشاهدة، كما نلاحظ أن 13 فردا من أفراد العينة قد أجابوا بلا و هنا نرجعه إلى شخصية أفراد العائلة و كذا تركيبها خاصة إذا كان معظمهم من الإناث فغالبا لا يعطون أي اهتمام لهذه القنوات.

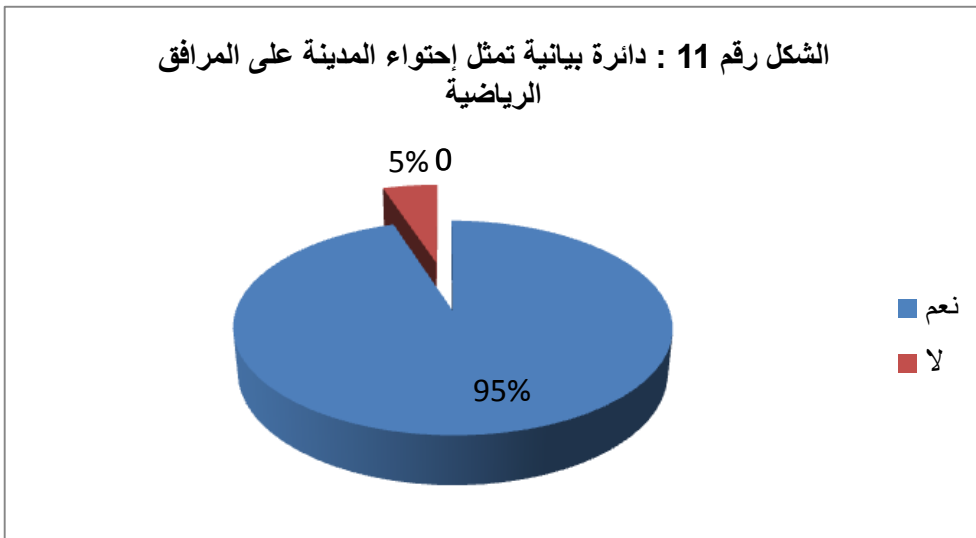


السؤال رقم 11: هل تتوفر مدينتك على مرافق رياضية؟

رقم السؤال 11	نعم	لا	المجموع
العدد	38	2	40
النسبة المئوية	%95	%5	%100

الجدول رقم 11: يمثل إحتواء المدينة على المرافق الرياضية

التحليل: من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ أن 38 فردا من المستجوبين أي ما يعادل نسبة 95% قد أجابوا بنعم و هذا لأن جل المدن و القرى تتوفر على هذه المرافق و ذلك لحرص الدولة على ممارسة الرياضة لما فيها من فوائد عدة، و نجد أن نسبة 5% منهم قد أجابوا بلا و هذه حالة شاذة جدا و خاصة في المناطق النائية مثل الأرياف.

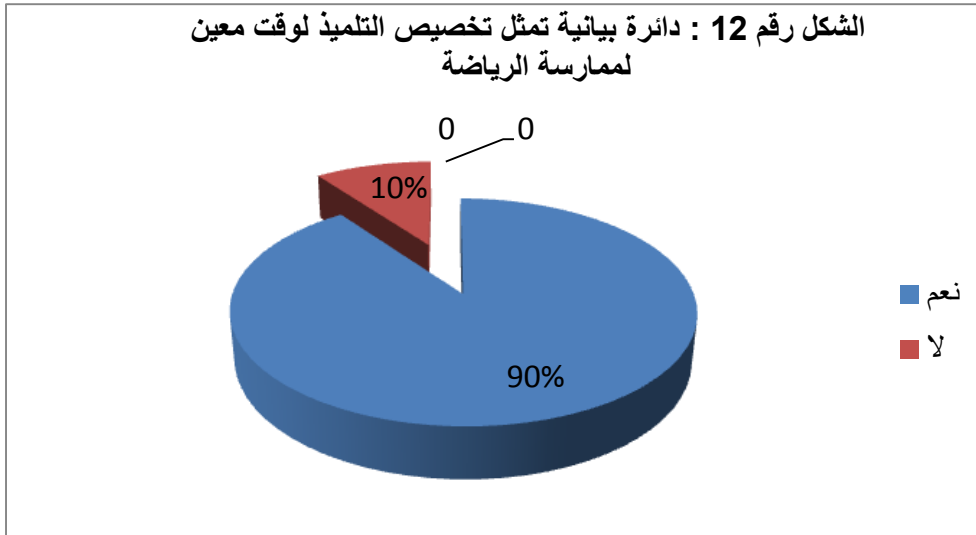


السؤال رقم 12: هل لديك وقت محدد لممارسة الرياضة ؟

رقم السؤال 12	نعم	لا	المجموع
العدد	36	4	40
النسبة المئوية	%90	%10	%100

الجدول رقم 12: يمثل تخصيص التلميذ لوقت معين لممارسة الرياضة

التحليل: من خلال الجدول رقم (12) نلاحظ أن 36 فردا أي ما يعادل نسبة 90% قد أكدوا على أنه لديهم وقت محدد لممارسة الرياضة و هذا عندما يكونون خارج أوقات الدراسة و العمل للخروج من الضغط جراء هذا الأخير أو من جراء روتين الدراسة، كما نجد أن نسبة 10% منهم قد أجابوا بلا و هذا دليل على عدم تنظيمهم للوقت أو للساعات الزائدة للعمل أو الدراسة المجهدة.

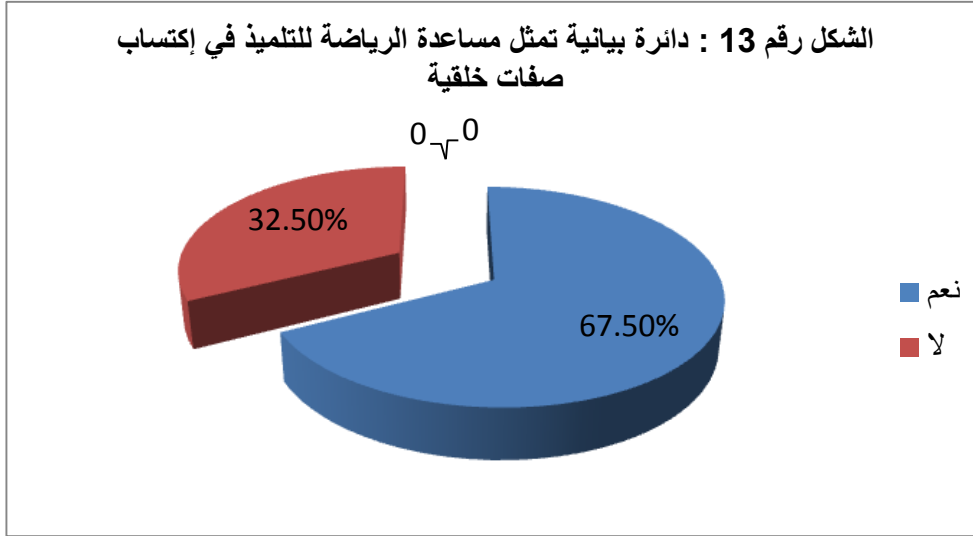


السؤال رقم 13: هل تساعدك الرياضة في اكتساب صفات خلقية ؟

رقم السؤال 13	نعم	لا	المجموع
العدد	27	13	40
النسبة المئوية	%67.5	%32.5	%100

الجدول رقم 13: يمثل مساعدة الرياضة للتلميذ في اكتساب صفات خلقية

التحليل: من خلال الجدول رقم (13) نلاحظ أن 27 فردا من المستجوبين أي ما يقارب نسبة 67.5% قد أكدوا على أن الرياضة تساعدهم في إكتساب صفات خلقية و هذا أكيد فمن أهم أهداف الرياضة التربوية كما يقال: الرياضة أخلاق أو لا تكون، بينما نجد أن 13 فردا منهم أي نسبة 32.5% قد أجابوا بلا وهذا راجع إلى طبيعة المجتمع أو البيئة التي يعيشون فيها.

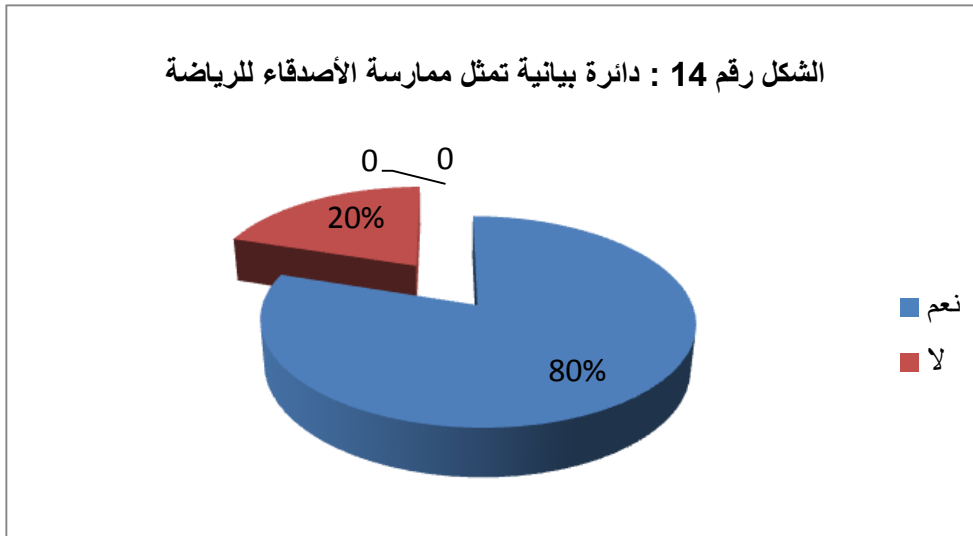


السؤال رقم 14: هل أصدقائك يمارسون الرياضة ؟

رقم السؤال 14	نعم	لا	المجموع
العدد	32	8	40
النسبة المئوية	%80	%20	%100

الجدول رقم 14: يمثل ممارسة الأصدقاء للرياضة

التحليل: من خلال الجدول رقم (14) نلاحظ أن 32 فردا أي ما يعادل نسبة 80% قد أكدوا على أن أصدقائهم يمارسون الرياضة و هذا راجع إلى الهوية الشخصية كما ذكرنا و التطور الحاصل في مختلف الرياضات، و بالمقابل نجد أن 8 من أفراد العينة أجابوا بلا أي أن أصدقائهم لا يمارسون الرياضة و مرد هذا كله إلى اللامبالاة و البعد الفكري عن الرياضة.

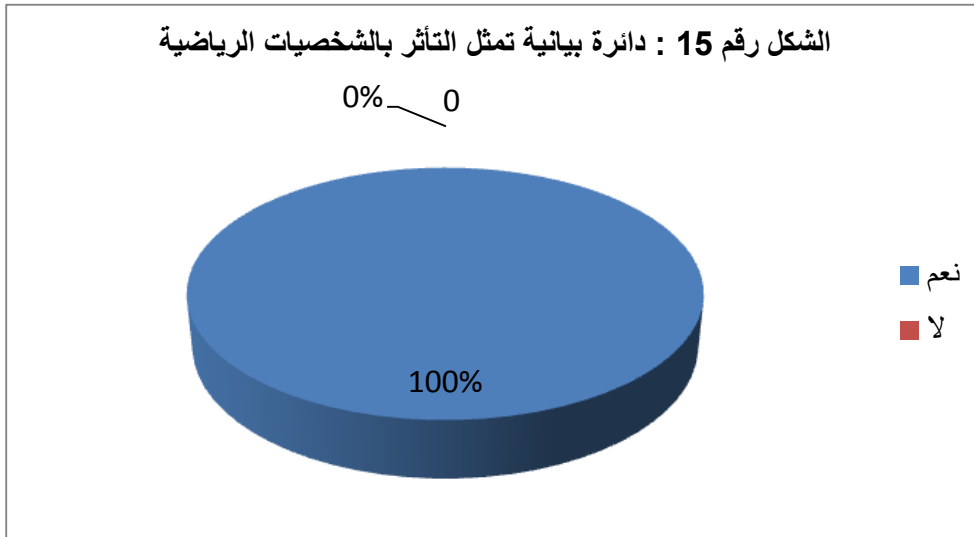


السؤال رقم 15: هل تتأثر ببعض الشخصيات الرياضية؟

رقم السؤال 15	نعم	لا	المجموع
العدد	40	0	40
النسبة المئوية	%100	%0	%100

الجدول رقم 15: يمثل التأثير بالشخصيات الرياضية

التحليل: من خلال الجدول رقم (15) نلاحظ أن كل أفراد العينة متأثرون ببعض الشخصيات الرياضية و هذا التأثير مختلف فمنهم من تأثر بأخلاق رياضي أو طريقة لعبه أو قوة شخصيته و منهم من تأثر بملابس رياضي و أناقته و هندامه.



6 - 2 مناقشة النتائج في ضل الفرضيات:

من خلال النتائج الواردة في الجداول و الأشكال البيانية تبينت لنا عدة نتائج حققت نسبيا الفرضيات التي تم وضعها في بحثنا هذا حيث توجد دوافع تختلف باختلاف النشاط الرياضي الممارس سواء كان فردي أو جماعي.

كما أن دوافع ممارسة النشاط الرياضي هي دوافع من أجل إثبات الوجود خلال حصة التربية البدنية والرياضية و كذا دوافع ممارسة النشاط الرياضي الجماعي هي دوافع من أجل المتعة و الإحتكاك الجيد مع زملاءه الطلبة.

الفصل السابع

7 - 1 الاستنتاج العام:

من خلال عرض نتائج و تحليلها، و على ضوء الدراسة السابقة توصلنا من خلالها إلى إثبات صحة الفرضيات المقترحة في بداية الدراسة فتبين لنا أن لدافع الاجتماعية دور في ممارسة الرياضة لدى فئة كبيرة من التلاميذ المراهقين في هذه المرحلة الحساسة في حياتهم، و هذا ما تؤكدته نتائج الدراسات السابقة المتحصل عليها في الفرضية العامة " تؤثر الدافع الاجتماعية علي ممارسة الرياضة لدى تلميذ الطور الثانوي".

و استنادا على ما سبق، يتبين لنا أن ممارسة الرياضة وسيلة لتحقيق غاية كبرى و هي بناء فرد ذو شخصية متوازنة و متكاملة من جميع النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية من خلال اكتساب التلميذ المراهق القدرة على تحقيق أهداف في شتى المجالات الرياضية و من هذا يمكننا القول أن دوافع الاجتماعية تؤثر علي ممارسة الرياضة وتحقيق الاستقرار النفسي و إرضاء الدوافع التي تساعد على الاطمئنان و التعبير عن الشخصية كما أنها تنمي السمات الخلقية للأفراد فهيها تكسبهم قوة العزيمة والصبر و الروح الرياضية العالية.

و في الأخير يمكن أن نقول بأن الدوافع الاجتماعية دور في ممارسة الرياضة لدى تلاميذ الطور الثانوي.

7 - 2 الإقتراحات و التوصيات:

من خلال هذه الدراسة يمكن وضع الإقتراحات والتوصيات التالية :

- ← ضرورة الإهتمام بمرحلة المراهقة لأنها مرحلة حساسة في حياة الفرد.
- ← إبراز أهمية الدوافع الاجتماعية و تأثيرها على المراهق .
- ← التوعية بأهمية الممارسة الرياضية عند المراهق .
- ← التأكيد على أهمية البعد النفسي للممارسة الرياضية .
- ← إعطاء أهمية لمرحلة الثانوية باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ الخبرات والمكتسبات.
- ← تحسين ظروف العمل و توفير جميع الإمكانيات اللازمة مما يساعد على ممارسة الرياضة .
- ← ضرورة تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية بما يسمح لهم بمعاملة جيدة للتلاميذ خلال هذه المرحلة.

خاتمة

خاتمة:

تعد الممارسة الرياضية من الأنشطة الهامة التي تهدف إلى إعداد الفرد من جميع الجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية حيث تكسب الأفراد الاستمتاع بالحياة والعمل معاً لأسرة والأصدقاء وتشعرهم بالسعادة والراحة وكذلك تعمل على زيادة الكفاءة والعمل كما تعتبر من أفضل الآليات التي يمتلكها المجتمع لمقاومة المشكلات النفسية والاجتماعية التي توجد اليوم حيث نجد أن من بين الأفراد الأكثر عرضة لهذه المشكلات هم شريحة المراهقين وذلك لأنهم يعيشون مرحلة حرجة من مراحل النمو المتعاقبة، لأن فيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى تحولات عميقة تمس الجوانب الجسمية والفسولوجية والجنسية والعقلية والنفسية والاجتماعية لشخصية، مما يؤهلها للانتقال من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد، والتدرج نحو اكتساب الهوية وفي هذه المرحلة يعاني المراهقين مشاكل نفسية واضطرابات سلوكية والتي تظهر على شكل نوبات الغضب والتوتر وكذا العصيان والتمرد ومخالفة القيم والمعايير.

من خلال هذه الدراسة تمكنا من التأكيد على ارتباط الدوافع الاجتماعية بالممارسة الرياضية عند المراهقين، حيث وجدنا أن هناك دوافع نفسية ذات أبعاد اجتماعية يمكن أن تستثير سلوك المراهق وتوجهه نحو ممارسة بعض الأنشطة الرياضية سواء في شقها الترويحي أو التنافسي.

قائمة المصادر

و المراجع

01 -- الكتب

- 1 - أحمد زكي صالح (1973)، علم النفس التربوي، ط 01، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- 2 - أحمد محمد عبد الخالق (2000)، أسس علم النفس، دار المعرفة الجامعية، الإزاريطة، الإسكندرية.
- 3 - أحمد رضا (1965)، متن اللغة العربية، ط 1، مكتبة الحياة، بيروت.
- 4 - أمين أنور الخولي (2001)، أصول التربية البدنية والرياضية (المدخل _ التاريخ _ الفلسفة)، ط 03، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 5 - أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش حلون (1994)، التربية الرياضية المدرسية، ط 03، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 6 - أسامة كامل راتب (1990)، دوافع التفوق في النشاط الرياضي (المدرّب _ اللاعب _ المربي)، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 7 - أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة (1999)، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية، ط 01، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 8 - إدوارد . ج . موراي (1988)، الدافعية و الإنفعال، ترجمة: أحمد عبد العزيز سلامة، مراجعة: محمد عثمان نجاتي، ط 01، دار الشروق، القاهرة.
- 9 - حمدي علي الفرماوي (2004)، دافعية الإنسان بين النظريات المبكرة و الاتجاهات الحديثة، ط 01، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 10 - حسين أبو رياش، عبد الحكيم الصافي، أميمة عمور، سليم شريف (2006)، الدافعية والذكاء العاطفي، ط 01، دار الفكر، عمان.
- 11 - كلير فهم (1987)، المشاكل النفسية للمراهق، ط 02، دار الثقافة، القاهرة.
- 12 - محمد الحمامي، أمين أنور الخولي (1990)، أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 13 - مصطفى باهي حسين، أمينة إبراهيم شلبي (1998)، الدافعية (نظريات و تطبيقات)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 14 - محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، د.ت .
- 15 - نبيل محمد زايد (2003)، الدافعية و التعلم، ط 01، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- 16 - ناصر محمد العديلي (1993)، إدارة السلوك التنظيمي، ط 01، مطبعة الرياض، الرياض.
- 17 - عبد الطيف محمد خليفة (2000)، الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة و النشر، القاهرة.

- 18 - عنايات محمد فرج (1998)، مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 19 - فؤاد البهي السيد (1998)، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ط 02، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 20 - أحمد عزة راجح (1976): أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، ط 1، الإسكندرية، مصر.
- 21 - أحمد عزة راجح (1976): أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، ط 10، الإسكندرية، مصر.
- 22 - أحمد عزة راجح (1965): علم النفس الصناعي، الدار القومية، ط3.
- 23 - أسعد رزوق (1979): موسوعة علم النفس، مكتبة لبنان، ط1، بيروت، لبنان.
- 24 - جمال محمد صقر (1965): إتجاهات في التربية و التعليم، دار المعارف بمصر، ط1، القاهرة، مصر.
- 25 - حامد عبد السلام زهران (1978): الصحة النفسية و العلاج النفسي، عالم الكتاب، ط1، القاهرة، مصر.
- 26 - حامد عبد السلام زهران (2001): علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، ط5، عالم الكتب.
- 27 - حسن صالح الدهري (1999): الشخصية و الصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.
- 28 - حسن صالح الدهري، كاظم هاشم العبيدي (1999): الشخصية و الصحة النفسية، دار الكندي للنشر و التوزيع، ط1، الأردن.
- 29 - سعد جلال (1971): المرجع في علم النفس، دار المعارف بمصر، ط1، القاهرة، مصر.
- 30 - صاموئيل ميغاريوس (1974): الصحة النفسية و العمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.
- 31 - عبد العالي الجسماني (1994): علم النفس و التعليم، دار العربية للعلوم، ط 1، بيروت، لبنان.
- 32 - مصطفى فهمي (1987): دراسات في سيكولوجية التكيف، ط1، القاهرة، مصر.
- 33 - يوسف مصطفى القاضي و آخرون (1981): الإرشاد النفسي و التوجيه التربوي، دار المرخ الرياض، المملكة العربية، ط1.
- 34 - نصر الدين جابر (1997): علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء، دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر، الجزائر.

- 35 - بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرحلة المتوسطة.
- 36 - أ. البراوي: مشاكل المراهقة ، مجلة التكوين و التربية، العدد 3 ، دار القلم، الكويت.
- 37 - فؤاد البهي السيد (1975): الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي.
- 38 - ج . عبد العالي: سيكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية، مؤسسة الشرق للطباعة، بيروت ، لبنان.
- 39 - ج . نور(1990): المراهق، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة، مصر.
- 40 - صالح عبد العزيز عبد المجيد (1968): التربية و طرق التدريس، الجزء الأول، دار المعارف، مصر.
- 41 - عماد الدين (1986): النمو في مرحلة المراهقة، دار التعلم ، الكويت.
- 42 - قاسم حسن البصري (1997): نظرية التربية البدنية، مطبعة الجامعة، بغداد، العراق.
- 43 - م . محي الدين: محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 44 - م .ميخائيل (1991): رعاية المراهقين، دار الغريب للطباعة، عمان، الأردن.
- 45 - سعدية محمد علي بهار(1980): سيكولوجية المراهقة، دار البحوث التعليمية، الكويت.
- 46 - حامد عبد السلام زهران(1999): النفس النمو الطفولة و المراهقة، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
- 47 - د أمين أنور الخولي(1996): الرياضة و المجتمع، عالم المعرفة، الكويت.
- 48 - محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ (1984): نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.
- 49 - جلون و آخرون (1998): التربية الرياضية المدرسية، ط 3، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 50 - د.عنايات محمد أحمد فرج (1984): مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر.
- 51 - اسامة كامل ، راتب ابراهيم ، عبد ربه خليفة (1999): النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 52 - ابن منظور(1994): لسان العرب، دار المعارف، القاهرة، مصر.
- 02 -- مصادر أخرى
- شبكة الأنترنت.

إستمارة إستبيان

عزيزي التلميذ؛

هذه الاستمارة وضعت في إطار إعداد مذكرتنا لغرض تحضير شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، لذا نرجو منكم مساعدتنا في هذا البحث المعنُون : "الدوافع الاجتماعية لممارسة الرياضة عند تلاميذ الطور الثانوي"، و الإجابة بكل صراحة على أسئلتنا و استفساراتنا حول هذا الموضوع .
و نحيطكم علمًا أن هذا الاستبيان سيبقى في سرية تامة و يستعمل لأغراض البحث العلمي فقط وشكرا على تعاونكم معنا.

ضع (x) أمام الإجابة المختارة.

← معلومات أولية:

الجنس ذكر أنثى

المحور الأول: لضمان المكانة الاجتماعية اثر على الممارسة الرياضية.

1- هل إخترت ممارسة الرياضة عن حب و قناعة ؟ نعم لا

2- هل تطمح للعمل في تخصص الرياضة ؟ نعم لا

3- هل ترغب في مواصلة ممارسة الرياضة ؟ نعم لا

4- هل الرياضة تفيدك في الحصول على مكانة إجتماعية مرموقة ؟ نعم لا

المحور الثاني: يعتبر الوسط العائلي دافع من دوافع الممارسة الرياضية.

5- ماذا تفضل أن تمارس ؟ ألعاب جماعية ألعاب فردية

6- هل تلقى تشجيعا من عائلتك في مجال التخصص الرياضي؟ نعم لا

7- هل العائلة التي تنتمي إليها عائلة رياضية ؟ نعم لا

8- هل تنتمي إلى ناد رياضي معين في مدينتك؟ نعم لا

9- هل يمارس واحد على الأقل من أفراد عائلتك الرياضة؟ نعم لا

10- هل يشاهد أفراد عائلتك القنوات الرياضية على التلفاز؟ نعم لا

المحور الثالث: يساهم المحيط الخارجي في حث التلميذ على ممارسة الرياضة.

- | | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|-----|---|
| <input type="checkbox"/> | لا | <input type="checkbox"/> | نعم | 11- هل تتوفر مدينتك على مرافق رياضية؟ |
| <input type="checkbox"/> | لا | <input type="checkbox"/> | نعم | 12- هل لديك وقت محدد لممارسة الرياضة؟ |
| <input type="checkbox"/> | لا | <input type="checkbox"/> | نعم | 13- هل تساعدك الرياضة في اكتساب صفات خلقية؟ |
| <input type="checkbox"/> | لا | <input type="checkbox"/> | نعم | 14- هل أصدقاء يمارسون الرياضة؟ |
| <input type="checkbox"/> | لا | <input type="checkbox"/> | نعم | 15- هل تتأثر ببعض الشخصيات الرياضية؟ |

ملخص الدراسة

العنوان: الدوافع الاجتماعية لممارسة الرياضة عند تلاميذ الطور الثانوي.

أهداف الدراسة:

◀ إبراز دور الأسرة و المحيط و الأصدقاء و وسائل الإعلام في المساهمة في دافع تلميذ إلى ممارسة الرياضة.

◀ التعرف على كيفية تنمية دوافع التلميذ لممارسة الرياضة.

◀ التعرف على أساليب و محاولة تقادي الأخطاء و محاولة تطوير طرق تنمية الدافعية لدى التلاميذ.

منهج الدراسة: لجأنا للمنهج الوصفي و ذلك لتلائمه مع موضوعنا.

مجتمع و عينة الدراسة: تلاميذ ثانوية أسعيد بوعلي بمدينة و ولاية برج بوعرييج .

أساليب جمع البيانات: لقد استخدمنا نوع واحد من أدوات البحث و المتمثل في الإستبيان الخاص بالتلاميذ.

نتائج الدراسة: للدوافع الاجتماعية دور في ممارسة الرياضة لدى تلاميذ الطور الثانوي.

الإقتراحات و التوصيات:

✓ مراعاة فترة المراهقة لأنها مرحلة حساسة في حياة الفرد.

✓ إبراز الصورة و الدور الحقيقي للدوافع الاجتماعية و تأثيرها على المراهق.

✓ التوعية إلى أهمية ممارسة الرياضة.

✓ تحسين ظروف العمل و توفير جميع الإمكانيات اللازمة مما يساعد على ممارسة الرياضة.