



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:

الرمز:

القسم: التربية البدنية

الشعبة: نشاط بدني رياضي تربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي (15_18 سنة) نحو ممارسة
حصة التربية البدنية والرياضية

إشراف الأستاذ :

د. اوشن بوزيد

إعداد الطالب:

• اوراس عماد الدين

السنة الجامعية 2023 - 2024



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: نشاط بدني رياضي تربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي (15_18 سنة) نحو ممارسة
حصة التربية البدنية والرياضية

إشراف الأستاذ :

د. اوشن بوزيد

إعداد الطالب:

• اوراس عماد الدين

السنة الجامعية 2023 – 2024

شكر

قال الله تعالى: (لئن شكرتم لأزيدنكم)

سورة إبراهيم، الآية 07

و قال الرسول صلى الله عليه وسلم: (من لم يشكر الناس لم يشكر الله)

حديث شريف

ويقينا بقول نبينا، نحمد الله تعالى ونشكره، الذي وفقنا بقوته وعونه لإنجاز هذا العمل المتواضع وهذا لم يكن ليحدث لولا المساعدة القيمة التي أفادنا بها الاستاذ المشرف د.اوشن بوزيد كما نشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد وكل أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

إهداء

قال تعالى: { يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ }

[المجادلة: 11]

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم

" من سلك طريقا يلتمس به علما؛ سهل الله به طريقا إلى الجنة "

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله

تم بعون الله اتمام هذا البحث المتواضع الذي اهديه

الى التي املك أعلي من روعي اهديها لها... وهي مرهونة لديها

الى ريحانة بهجتي..... رمز العطاء

اليك امي الغالية حفظك الله

الى من انار الدرب أمامي... من رضي بالقليل ليصنع مني الكثير

فأوصاني وصايا لقمان لابنه

* اليك ابي الغالي حفظك الله*

إلى إخوتي وأخواتي وكل العائلة الكريمة

الى كل الاصدقاء بالجامعة ومعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف

بالمسيلة والى كل من يعرفني

الى كل زملائي في الدراسة وجميع الاساتذة الذين

ساهموا في تكويني والى كل من علمني ولو حرفا

قائمة المحتويات

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	الملخص بالعربية
	الملخص بالإنجليزية
أ	مقدمة:
	الجانب المنهجي
الصفحة	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
4	1- الاشكالية
5	2-الفرضيات
5	3-أهداف البحث
6	4-أهمية البحث
6	5-أسباب اختيار الموضوع
6	6-تحديد المفاهيم
7	7-الدراسات السابقة
9	8- صعوبات البحث
	الجانب النظري
الصفحة	الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية
12	تمهيد:
13	1-تعريف التربية البدنية و الرياضية
13	2-الأهداف العامة للتربية البدنية
13	1-2 التنمية العضوية
13	2-2 تنمية المهارات الحركية
14	3-أهداف التربية البدنية في المرحلة الثانوية
14	1-3 الأغراض الجسمية
14	2 3- الأغراض العقلية
14	3-3 الأغراض الخلقية

14	3-4 الأغراض الاجتماعية
15	4- أهمية التربية البدنية والرياضية
15	5- أهم المبادئ التربوية لتحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي
16	6- دور التربية البدنية والرياضية تجاه الرعاية الاجتماعية
16	7- التربية البدنية في المنظور الاجتماعي
17	8- علاقة التربية البدنية بالتربية
17	9- الفرق بين التربية البدنية والرياضية
18	الخلاصة
الصفحة	الفصل الثالث: الاتجاهات
20	تمهيد
21	1- تعريف الاتجاه
21	1-1- لغة
21	1-2- اصطلاحا
21	2- مكونات الاتجاه النفسي
21	2-1- المكون الإدراكي
21	2-2- المكون المعرفي
22	2-3- المكون الانفعالي
22	2-4- المكون السلوكي
22	3- عملية تكوين الاتجاه النفسي
22	3-1- العملية الإدراكية المعرفية
22	3-2- العملية التقييمية
22	3-3- العملية التقريرية
22	4- خصائص الاتجاهات
23	5- عوامل تكوين الاتجاهات
23	5-1- العوامل الحضارية
24	5-2- عامل الأسرة
24	5-3- عامل الفرد نفسه
24	5-4- عامل الخبرة الانفعالية الناتجة عن موقف معين
24	5-5- السلطات العليا
24	5-6- رضا وحب الآخرين

24	6- تصنيف الاتجاهات
24	6-1- على أساس الموضوع
25	6-2- من حيث الشمول
25	6-3- على أساس الوضوح
25	7- طبيعة الاتجاه النفسي
27	خلاصة
الصفحة	الفصل الرابع: خصائص مرحلة التعليم الثانوي
29	تمهيد
30	1- المرافقة
30	1-1- لغة
30	1-2- إصطلاحا
30	2- خصائص و مميزات المرحلة العمرية (15-18)
30	1-2- النمو الجسمي
31	2-2- النمو النفسي
32	2-3- النمو الانفعالي
32	2-4- النمو الاجتماعي
33	2-5- النمو العقلي
34	3- أهم خصائص التلاميذ من سن (15-18 سنة)
34	1-3- الخصائص النفسحركية
34	2-3- الخصائص الوجدانية
34	3-3- الخصائص المعرفية
34	4- نماذج من المراهقين
35	1-4- النمط التقليدي الشكلي
35	2-4- النمط المثالي
35	3-4- النمط الباحث عن اللذة
35	5- الذاتية أزمة المراهق
36	6- بعض الفوارق العلمية بين الذكور و الاناث في سن (15-18 سنة)
37	خلاصة
	الجانب المنهجي
الصفحة	الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية

40	1-منهج البحث
40	2-مجتمع البحث
41	3-أداة البحث
42	4-مجالات البحث
42	4-1-المجال المكاني
42	4-2-المجال الزمني
45	5-الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث
45	6-أسلوب التحليل و المعالجة الاحصائية
	الفصل السادس: تحليل ومناقشة النتائج
47	-تحليل النتائج
47	1-الخصائص الشخصية و التنظيمية لأفراد عينة الدراسة
48	2-الخصائص الاحصائية لتوزيع درجات الاستبيان
49	3-عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى
50	4-عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى
53	5-عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية
55	6-عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة
58	-المناقشة النتائج
58	1-الفرضية العامة
59	2-الفرضيات الجزئية
59	2-1-الفرضية الجزئية الأولى
59	2-2-الفرضية الجزئية الثانية
60	2-3-الفرضية الجزئية الثالثة
61	4-الاستنتاجات
62	5-الاقتراحات
64	خاتمة
	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	رقم الجدول	عنوان الجدول
40	01	يوضح عينة الدراسة
42	02	يبين درجات القياس للعبارات الإيجابية.
42	03	يبين درجات القياس للعبارات السلبية.
42	04	يبين المحاور الخاصة بالاستبيان مع ذكر عدد العبارات.
43	05	عبارات محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية.
43	06	عبارات محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لخفض التوتر
44	07	عبارات محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية
47	08	يبين نسب وتكرارات متغير الجنس في عينة الدراسة
48	09	الخصائص الاحصائية لتوزيع درجات استبيان اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.
49	10	اختبار (F) لدلالة الفروق بين تلاميذ الطور السنوي وحسب اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية لخفض التوتر والصحة واللياقة البدنية)
51	11	اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين حسب اتجاههم نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية.
52	12	يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد الخبرة الاجتماعية.
53	13	اختبارات الدلالة الفروق بين الجنسين حسب اتجاههما نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض خفض التوتر.
55	14	يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد خفض التوتر.
56	15	اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين حسب اتجاههما نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة و اللياقة

قائمة الأشكال

الصفحة	رقم الشكل	عنوان الشكل
48	01	نسب متغير الجنس في متغيرات الدراسة
50	02	يبين الفروق بين تلاميذ الطور الثانوي في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية).
52	03	يبين نسب فروق اتجاه الذكور والإناث نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية لخبرة اجتماعي.
53	04	يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد الخبرة الاجتماعية
54	05	يبين نسب فروق اتجاه الذكور والإناث نحو أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض خفض التوتر .
55	06	يبين النسب المئوية للذكور و الإناث في بعد خفض التوتر .
56	07	يبين نسب فروق اتجاه الذكور والإناث نحو أنشطة ممارسة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية.

الملخص بالعربية

من خلال هذه الدراسة حاولنا الكشف عن اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية، والفروق للمتغير التالي: الجنس (ذكور وإناث) والتلاميذ بصفة عامة، على استبيان اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية، ذي المحاور الثلاث: محور الخبرة الاجتماعية، ومحور خفض التوتر، ومحور الصحة واللياقة البدنية.

وبعد وتحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا، وتطبيق الاستمارة على عينة مكونة من 120 تلميذ (ذكور 60، إناث 60) بمختلف مستويات الطور الثانوي في شمال سطيف، وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا، وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها، بالاعتماد على الجانب النظري الذي شمل على ثلاث فصول ان صبت في موضوع الدراسة، فتناولنا في الفصل الأول التربية البدنية والرياضية، والفصل الثاني الاتجاهات، والفصل الثالث خصائص مرحلة التعليم الثانوي.

واعتمادا على ما توفر من دراسات خلصت دراستنا على ما يلي:

أولاً: توجد فروق ما بين تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية.

ما دل على أن لبعد الصحة واللياقة البدنية تأثير كبير على اتجاه تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي في ممارستهم لأنشطة التربية البدنية والرياضية.

ثانياً: لا توجد فروق بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في كل من محور: الخبرة الاجتماعية، وخفض التوتر، والصحة واللياقة البدنية؛ وهذا دليل على أن اختلاف الجنس ليس له تأثير كبير في الاتجاهات نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية حسب الأبعاد المذكورة.

المخلص بالإنجليزية

Through this study, we tried to reveal the attitudes of secondary school students towards physical education and sports activities, and the differences for the following variable: gender (males and females) and students in general, on a questionnaire of the attitudes of secondary school students towards physical education and sports activities, which has three axes: Social experience, stress reduction axis, and health and fitness axis.

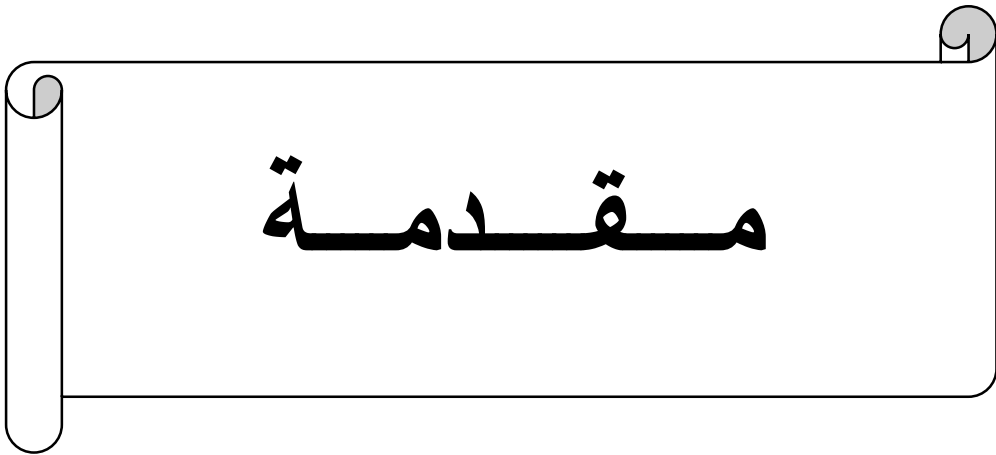
After analyzing and enriching the research variables theoretically, and applying the form to a sample of 120 students (60 males, 60 females) at various levels of secondary school in North Serif, and after collecting data, processing it statistically, presenting it, analyzing it, interpreting it, and discussing it, relying on the theoretical aspect that included It consists of three chapters that focus on the subject of the study. In the first chapter, we discussed physical education and sports, the second chapter, trends, and the third chapter, the characteristics of the secondary education stage.

Based on the available studies, our study concluded as follows:

First: There are differences between secondary school students regarding practicing physical education and sports activities in the variables of social experience, stress reduction, health and physical fitness.

This indicates that the health and physical fitness dimension has a significant impact on the direction of secondary school students in their practice of physical education and sports activities.

Second: There are no differences between males and females in their tendency towards practicing physical education and sports activities in each of the axes: social experience, stress reduction, health and physical fitness. This is evidence that gender differences do not have a significant impact on attitudes toward practicing physical education and sports activities according to the dimensions mentioned.



مقدمة:

التربية البدنية والرياضية تلقى اهتماما كبيرا من طرف الباحثين والعاملين في هذا المجال، لأنها من بين الأسر التربوية الناجحة في تكوين أفراد لهم القدرة على خدمة الفهم ومجتمعهم، والقدرة على حل المشكلات التي تواجههم، ولذلك فان موضوع اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية من اهتماماتنا التي تريد الكشف من خلاله على بعض الجوانب الخفية لممارستهم لهذه الأنشطة المهمة في بناء قدراتهم النفسية. والاجتماعية، والبدنية والعقلية

ولهذا ستكون دراستي لاتجاه التلاميذ نحو أنشطة التربية البدنية مبنية على معرفة حقيقة ممارستهم من خلال تكوين الخبرات الاجتماعية، أو كسبيل لخفض التوتر خاصة أن مرحلة المراهقة تمتاز بالاضطراب، وكثير من الأرق المصاحبان لهذه المرحلة الحساسة من حياتهم، وكما أن الصحة واللياقة من اهتمامات التلميذ خاصة في المراهقة المتأخرة فهي كذلك من بين محاور البحث، لكن هذا الموضوع لا يتسع لمعرفة كل الاتجاهات التي على أساسها ينتمي تلميذ المرحلة الثانوية لممارسة أنشطة التربية البدنية والاندماج فيها. إلا أنه من جهة أخرى مورد لمعالجة النقص الذي قد يعترى بعض الدراسات الأخرى المشابهة، فهذا الموضوع يريد أكثر في إثراء جوانب اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية بطريقة منهجية سليمة.

حيث كانت الدراسة الميدانية ببعض ثانويات شمال ولاية سطيف وقد قسمت هذا البحث إلى فصل تمهيدي تطرقت فيه إلى الإشكالية و الفرضيات و أهمية البحث و أهدافه و أسباب اختياره بالإضافة إلى تحديد المفاهيم والدراسات السابقة والصعوبات التي صادفتني أثناء قيامي بهذا البحث أما الإطار النظري فقد تطرقت فيه إلى ثلاث فصول الأول والذي تحدثت فيه على مفهوم التربية البدنية و الرياضية و أهدافها العامة و أهدافها في المرحلة الثانوية وأهميتها ، وأهدافه اتجاه الرعاية الاجتماعية و التربية البدنية من منظورها الاجتماعي . أما الفصل الثاني: الاتجاه، ومكوناته، عمليات تكوينه، وخصائصه، وعوامل تكوينه، وطبيعته أما الفصل الثالث: خصائص مرحلة التعليم الثانوي فذكرت مفهوم المراهقة، خصائصها ومميزاتها في المرحلة العمرية (15 - 18 سنة)، وخصائص التلاميذ من سن (15 - 18 سنة)، وذكرت نماذج من المراهقة والذاتية، أزمة المراهقة، وبعض الفوارق العلمية بين الذكور والإناث في سن (15 - 18 سنة). أما الجانب التطبيقي فيتشكل من ثلاث فصول جاءت كما يلي:

الفصل الرابع الإجراءات الميدانية

الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج

الفصل السادس : مناقشة النتائج.

الجانب المنهجي

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية

إن أنشطة التربية البدنية حالياً لها تأثيرها الفعال، ومداهها الواسع ومبادئها تحتكم إليها، ولقد ظل العلماء يبحثون في هذا الإطار عن تأثيرها على التلاميذ وتأثرهم بها (هذا ما تدل عليه الكثير من كتب تدريس التربية البدنية والرياضية ومما لا شك فيه أن الباحث في هذا المجال يعمل للكشف عن ما هو من شأنه أن ينمي أهداف حصه التربية البدنية والرياضية) التي بنيت لتنمية القدرات المختلفة للتلميذ ولا يمكن أن يتم ذلك إلا بأسس علمية دقيقة لا سيما إذا كان ذلك مع فئة المراهقين. (علاوي م.، علم النفس الرياضي، 1994، صفحة 220)

ولكي يتم أعداد التلميذ أعداداً متكامل، صحياً، ونفسياً، وبدنياً، واجتماعياً، وعقلياً من خلال التربية البدنية والرياضية لا بد من الوقوف على احتياجاته النفسية من أنشطة التربية البدنية والرياضية التي يرغب فيها ممارستها، كذلك بمثابة دافع للتكيف والإبداع فيها، حيث يقول بدر عمر العمر "أن التكيف الإيجابي يعني أن الفرد قادر على تغيير الظروف أحياناً ومسايرته أحياناً أخرى" ويمكننا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي داخل الفرد لأثار المجتمع، والثقافة لأن الفرد يكتسب من مجتمعه وثقافته الاتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة، وبعض الأفراد الآخرين، وكذلك نحو النشاط البدني. (فوزي، 2003، صفحة 123)

كما أن الاتجاهات نحو انشطه التربية البدنية والرياضية للذكور تختلف عن اتجاهات الإناث وذلك حسب طبيعة كل منهم.

وحسب خبراتنا السابقة وبعد مرورنا على مختلف المراحل الدراسية والمراحل الثانوية بوجه الخصوص، لاحظنا أن ممارسة التلاميذ للتربية البدنية والرياضية - ذكور إناث - تختلف من فرد لآخر، وفقاً لما يرى كل واحد منهم فيها اتجاهه، فالبعض يمارس الأنشطة الجماعية بإبداع ويندمج مع الآخرين بسهولة، في حين أن البعض الآخر يفضل الأنشطة الفردية، إلا أن نمط اتجاههم يبقى غامضاً بالنسبة لنا.

وبعدما لوحظ الشاب والفتاة في مرحلة المراهقة في اهتمام كبير بمظهرهم الجسماني ولياقتهم، بالإضافة إلى أن النضج الجسماني قد اكتمل في حين النضوج الاجتماعي لم يكتمل بعد. (علي عمرو و جلال عبد الحكيم، 2008، صفحة 102). وأن المراهق يبقى دوماً في طرح الأسئلة عن هويته، ومعتقداته، وقيمه واتجاهاته، وهذه الأسئلة الملحة تؤدي إلى التوتر، الشيء الذي يدفعه لينتمي إلى النوادي الرياضية، والجمعيات الدينية... كوسيلة للتخفيف من حدة التوتر. (عشوي، 2003، صفحة 54). وكذلك لوحظ أن فترة المراهقة المتأخرة أفضل مرحلة تنشأ فيها اتجاهات الأفراد المختلفة فقد أسفرت الدراسات التي قام بها (ستروني) على أربعة فئات مختلفة في العمر أن الاتجاهات تتبلور إلى حد كبير وتظهر بوضوح خلال المراهقة، خاصة خلال فترة المراهقة المتأخرة.

ومن خلال ما سبق نشأت فكرتنا في دراسة اتجاه تلاميذ الطور الثانوي (15 - 18 سنة) نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية، ومن هذا المنطلق تكون تساؤلاتنا كما يلي:

1-2 التساؤل العام:

- هل توجد فروق في اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغيرات الدراسة؟

1-3 التساؤلات الجزئية:

- هل يوجد فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية؟
- هل يوجد فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لخفض التوتر؟
- هل يوجد فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية؟

2-الفرضيات:

1-2 الفرضية العامة:

- وجود فروق في اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية).

2-2 الفرضيات الجزئية:

- وجود فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية.
- وجود فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.
- وجود فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية.

3-أهداف البحث:

- معرفة العوامل المؤثرة في توجه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية، بناءً على الخبرة الاجتماعية، وخفض التوتر، والصحة واللياقة البدنية.

- تحليل الفروق بين الذكور والإناث في توجههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية، ولأغراض الصحة واللياقة البدنية.
- فهم مدى تأثير أنشطة التربية البدنية والرياضية على اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي، وتحليل الاختلافات بين الجنسين في هذا الصدد.
- تحديد الحاجيات الأساسية التي تؤثر في توجه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية، مع التركيز على الفروق بين الجنسين في هذه الحاجيات.

4- أهمية البحث:

- تزويد كل من يهتم بحقل التربية البدنية والرياضية بمعارف حول اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية.
- إعطاء نظرة ولو موجزة عن بعض الأسس التي أدت إلى توجه تلاميذ الطور الثانوي لاختيارهم لأنشطة التربية البدنية والرياضية.
- الكشف عن مدى وعي تلاميذ المرحلة الثانوية بالتربية البدنية والرياضية.

5- أسباب اختيار الموضوع:

- معرفه الفروق بين الذكور والاناث في اتجاههم نحو ممارسه انشطه التربية البدنية والرياضية
- معرفه مدى أهمية حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي وتأثيرها في خفض التوتر.
- الفروق بين الذكور والاناث في استعدادهم النفسي لتقبل حصة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية وتكوين خبرات اجتماعية من خلالها.

6- تحديد المفاهيم

6-1 تعريف الاتجاه:

عرف ألبورت (allport) عام 1935 م الاتجاه: حالة من الاستعداد، أو التأهب العصبي والنفسي، تنتظم من خلال خبرة الشخص، وتكون ذات تأثير توجيهي أو ديناميكي على استجابة الفرد لجميع الموضوعات، والمواقف التي تستثيرها هذه الاستجابة. (بن جودة، 2004، صفحة 266).

فالاتجاه ميل للاستجابة بشكل معين اتجاه مجموعة خاصة او معينة من المثيرات كما ينظر إليه على انه حالة مفترضة من الاستعداد للاستجابة بطريقة تقويمية تؤيد او تعارض موقفا مثيرا معيناً. (علاوي، 2009، صفحة 336).

6-2 تعريف المراهقة:

يمكن تعريف المراهقة بأنها فترة أو مرحلة من النمو التي تفصل الطفولة عن البلوغ ... لكن من الصعب الإشارة إلى حدود المراهقة وعند أي نقطة تبدأ، وعند أي نقطة تنتهي، والإجابة أكثر سهولة بالنظر إلى البداية من النهاية. (ليندرجين، روبرت، و هنري، 2004، صفحة 175).

6-3 تعريف أنشطة التربية البدنية والرياضية:

هي ممارسة ذاتية حرة أو موجهة، تسهم في تنمية وتطوير مهارات الفرد وقدراته، فهي استجابات حركية لمثيرات، تختار نوعا، وتمارس بمقدار للحصول على العائد منها. (حلمي، أبو هرجة، و آخرون، 2006، صفحة 73).

6-4 تعريف التعليم الثانوي:

هو ذلك التعليم المعد لاستقبال التلاميذ الذين أنهوا تعليمهم الأساسي، فالمدرسة الثانوية هي التي تجمع في رحابها بين نوعيات مختلفة من التعليم بحيث تقدم لتلاميذها تعليما نظريا وعلميا. (تركي، 1990، صفحة 125).

6-5 تعريف التربية البدنية والرياضية:

يمكن وصفها بطرق عديدة مختلفة، فالبعض يراها مرادفا لمفاهيم مثل: التمرينات، اللعب، الألعاب، وقت الفراغ، الترويح ... لكن هذه المفاهيم جميعها في الواقع - تعبير عن الأشكال الحركية في المجال الأكاديمي الذي يطلق عليه اسم (التربية البدنية والرياضية). (عثمان، 2008، صفحة 42)

فالشق الأول منه هو التربية، والشق الثاني يشمل على طبيعة هذه التربية بوسائطها فهي (بدنية) ومن خلال الرياضة _ ومناشطها ... فالتربية تعني نقل التراث الثقافي من جيل قديم إلى جيل جديد بعد تعديله وتنقيته، أما في المدارس فيكون هذا النقل مقننا مثل: ما هو معمول به في المناهج، وقد تكون غير مقننة كالنادي، والتلفزيون، والصحف عندما يتم تناول الرياضة كثقافة ويعني مفهوم الثقافة تراث الإنسانية وثقافته المجتمع والتي يمكن التعبير عنها بأنها الخصائص المشكلة للناس والتراث الاجتماعي.

7-الدراسات السابقة :

7-1 الدراسة الأولى:

دراسة الطلبة بوزيد عصام بو عزوز ابراهيم بطويله بوجمعة المتمثلة في اتجاهات التلاميذ مرحله المتوسط نحو ممارسه النشاط الرياضي اللاصفية بحيث شمل بعض المتوسطات بلديه ام البواقي في مناطق شمال

جنوب الشرق الغرب تحت الاشراف الاستاذ ميمون عيسى بمعهد باتنة للسنة الجامعية 2010 2011 ولقد جاء تساؤلات الدراسة كما يلي: (الخولي، 2001، صفحة 29) .

- ما هي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية وفقا لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية وفقا لمتغير الدراسي؟

الفرضيات:

- توجد اتجاهات إيجابية لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية اللاصفية
- لا توجد فروق في اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية تعزى لمتغير الجنسي.
- لا توجد فروق في اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

ومن أجل دراسة الموضوع انتهج الطلبة المنهج، الوصفي من أجل استقصاء الظاهرة قصد تشجيعها، وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها، وكذا تحديد العلاقة بينهما وبين الظواهر الأخرى.

فيما جاءت النتائج لتبين أن الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية جاء إيجابيا، وكذلك نحو أهداف ممارسه الانشطة الرياضية اللاصفية جاء ايجابيا وكذلك الاتجاهات نحو أستاذ التربية البدنية والرياضية جاء ايجابيا.

7-2 الدراسة الثانية:

دراسة الطالبين: ربيعي رشيد، مهدي الصالح، المتمثلة في اتجاه الطلبة نحو اختصاص التربية البدنية والرياضية بجامعة باتنة، بحث شمل طلبة السنة الأولى والثانية والثالثة بقسم التربية البدنية والرياضية، تحت إشراف الدكتور يحيى السعيد، للسنة الجامعية 2008/2009.

ولقد جاءت تساؤلات الدراسة كما يلي:

- هل يرجع اتجاه الطلبة نحو اختصاص التربية البدنية والرياضية إلى سهولة التخصص في نظرهم؟
- هل يرجع اتجاه الطلبة نحو اختصاص التربية البدنية والرياضية إلى أسباب مادية بعد التخرج إلى توفر مناصب العمل؟

▪ هل للمحيط الاجتماعي أثر في اتجاه الطلبة نحو تخصص التربية البدنية والرياضية؟

الفرضيات:

فرضية عامة:

- نظرة الطلبة لتخصص التربية البدنية والرياضية على سهل أنه وتأثيرات المحيط الاجتماعي وتوفر فرص العمل في المستقبل في الاختصاص تؤدي إلى اتجاه، وإقبالهم على قسم التربية البدنية والرياضية.

الفرضيات الجزئية:

- يرجع اتجاه الطلبة نحو تخصص التربية البدنية والرياضية إلى سهولة التخصص في نظرهم.
- يرجع اتجاه الطلبة نحو تخصص التربية البدنية والرياضية إلى أسباب مادية بعد التخرج "توفير فرص العمل".
- للمحيط الاجتماعي أثر في اتجاه الطلبة نحو تخصص التربية البدنية والرياضية.
- ومن أجل دراسة الموضوع انتهج الطالبين المنهج الوصفي، من أجل استقصاء الظاهرة قصد تشخيصها وكشف قوانينها.
- فيما جاءت النتائج لتبين أن ممارسة التربية البدنية نابعة عن الرغبة، والظفر بمنصب شغل للظروف المادية، ودوافع خارجية تتمثل في المحيط الخارجي الاجتماعي بمختلف الأفراد المكونة للمجتمع.

8- صعوبات البحث:

- قلة المذكرات التي تدرس اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.
- عدم ملائمة توقيتنا مع توقيت مكتبة المعهد.
- بعد المسافة بين أقسام ومعاهد التربية البدنية والرياضية مما يؤدي إلى صعوبة جمع المادة العلمية.

الجانب النظري

الفصل الثاني

التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

إن النشاط البدني والحركي في صورتها التربوية ونظمها وقواعدها السليمة أصبحت ميدانا هاما من ميادين التربية ، وعنصرا فعالا في إعداد المواطن الصالح كما تعمل التربية البدنية والرياضية على تطوير القيم الأساسية التي تفيد الأمة كالحرية و روح المسؤولية والمعرفة والأخوة وبذل الجهد كذلك ، وحسب آراء علماء علم الإجماع الرياضي فإن التربية البدنية و الرياضية لا تعمل على التربية الجسمية فقط بل تساهم في عملية التربية العامة ، فيجب أن تعطي نفسا لأهمية التربية البدنية والرياضية كما هو الحال بالنسبة للمواد الأخرى . فحسب تنوع تعاريف التربية البدنية والرياضية نستطيع أن ندرك الأهمية الكبيرة لها لما لها من تأثير على تكوين الفرد من الناحية النفسية والاجتماعية والعقلية، وتعتبر كذلك بمثابة النظام التربوي الذي يندمج في النظام العام للتربية الذي يهدف بطريقة مباشرة إلى تكوين الفرد من جميع النواحي لمواجهة الصعوبات وعراقيل الحياة اليومية

1- تعريف التربية البدنية و الرياضية :

التربية البدنية والرياضية هي عبارة عن أوجه أنشطة بدنية مختارة، تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة لممارسة هذه الأوجه من النشاطات.

ومع اختلاف وتعدد تعاريف التربية البدنية والرياضية، نجد أن التعريف لهذا المصطلح، لا بد أن يتضمن بعض المفاهيم الأساسية مثل: أنشطة بدنية مختارة والتعليم الذي يصاحب هذه الأنشطة، والذي يتحقق عن طريق ممارستها، وأن التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة، وبذلك يمكن القول إن التربية البدنية والرياضية هي " ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة الذي يتم عن طريق الأنشطة المختارة، على أسس علمية والمطبقة تحت قيادة رشيدة للمساهمة في تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد ". (حملي، أبو هرجة، وآخرون، 2006، صفحة 21)

2- الأهداف العامة للتربية البدنية :

الأهداف التالية هي الأكثر شيوعاً في قوائم الأهداف العامة للتربية البدنية لبعض المدارس العالمية:

1-2 التنمية العضوية :

تهتم التربية البدنية بالمقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان ، من خلال إكسابها للياقة البدنية القدرات الحركية ، التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجياً و رفع مستوى كفاءتها الوظيفية، وإكسابها الصفات التي تساعد الإنسان على قيام واجباته الحياتية ، دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق، فمن خلال الأنشطة البدنية يكسب الفرد القوة و السرعة و الجهد العضلي و التحمل الدوري و التنفسي القدرة العضلية و الرشاقة و المرونة و التوافق العضلي العصبي ، بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز القلبي و الوعائي ، وعمل الكليتين و الكبد و بقية أجزاء الجسم ؛ مما يساعد على الارتقاء بمقومات و أسس اللياقة البدنية في الإنسان . (الخولي أ.، 1998، الصفحات 21-22)

2-2 تنمية المهارات الحركية :

وتتنقسم المهارات الحركية إلى ما يلي:

حركات انتقالية: كالمشي والجري والوثب

حركات غير انتقالية: كالثني واللف والميل.

حركات معالجة: كالرمي والدفع والركل.

ففي ممارستنا لفعاليات أنشطة التربية البدنية والرياضية، نحتاج إلى التفكير فيجعل حركات الجسم متناسقة ورشيقة، ومفهوم النمو الحركي المهارى يعتمد بالدرجة الأولى على العمل المنسق والمنتظم، الذي يقوم بها الجهاز العصبي والجهاز العضلي، فغرض النمو الحركي المهارى هو أن تجعل الحركات الجسمية مفيدة ونافعة وأدائها بأقل جهد ممكن ورشاقة وكفاية عالية وجميلة. (المحاسنة، 2006، صفحة 16)

3- أهداف التربية البدنية في المرحلة الثانوية:

3-1 الأغراض الجسمية:

- العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ ، وتنمية القوام السليم.
- تنمية الصفات البدنية وفق خصائص التلاميذ و مستوياتهم و أولوياتهم.
- تعليم وتنمية المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المكتسبة
- تنمية الكفاية البدنية و المحافظة عليها. (حمص، 2006، صفحة 14)

3-2 الأغراض العقلية :

- تنمية الحواس.
- تنمية القدرة على دقة التفكير.
- تنمية الثقافة.

3-3 الأغراض الخلقية:

- تنمية الصفات الخلقية و الاجتماعية المنشودة.
- تنمية صفات القيادة الرشيدة و التبعية الصالحة.

3-4 الأغراض الاجتماعية:

- تهيئة الجو الملائم الذي يمكن الطلاب من إظهار التعاون ، والأخوة الصادقة.
- إعداد الطلاب للتكيف بنجاح في مجتمع صالح.
- إقامة الفرصة للتعبير عن النفس و الابتكار ، وإشباع الرغبة في المخاطرة حتى ينمو الطالب نموا نفسيا اجتماعيا. (الخولي أ.، 1998، الصفحات 29-30)

4- أهمية التربية البدنية والرياضية:

التربية البدنية تساعد على تحسين الأداء الجسماني للتميذ، وإكسابه المهارات الأساسية، وزيادة قدراته الجسمانية والطبيعية

- إن الخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية ، تمد التلميذ بالمتعة من خلال الحركات المؤدة في المسابقات و التمرينات التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الآخرين أو منفردا.

- أما المهارات التي يتم التدريب عليها بدون استخدام أدوات أو باستخدام أدوات صغيرة بسيطة أو باستخدام الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى إكساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة. (ناهد و تليلى ، 2004، صفحة 22)

- تنمية التفهم الفني و التقدير الجمالي للأداء الحركي

- تنمية تقديرات الذات للتميذ من خلال تنمية الثقة بالنفس بدنيا و نفسيا و عبر صورة و مفهوم جديد للذات الجسمية

- تنمية مهارات حلا لمشكلات وربط ما يتعلمه الفرد من مهارات و معارف واتجاهات بطبيعة الحياة الاجتماعية ، ليوظف ما تعلم في حل المشكلات التي تواجهه.

- تنمية المهارات الاتصالية الاجتماعية التي تطيحها الأنشطة البدنية بمختلف أشكالها ، لتعزيز العلاقات الطيبة بين أبناء المجتمع المحلي. (عثمان، 2008، صفحة 42)

5- أهم المبادئ التربوية لتحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي :

- الاعتراف بأن التلاميذ راشدون يلزم معاملتهم بالقدر المناسب من الاحترام ، ولهم الرغبة في أن يكبر و بسرعة ، ويتضح ذلك من سلوكهم، وطريقة لباسهم، ويجب الاستفادة من ذلك في التربية البدنية ، لتوجيههم بالاهتمام بمظهرهم الرياضي و سلوكهم الصحي السليم. (عبد الكريم، 1998، صفحة 59)

- يتم تنمية المهارات الحركية المرتبطة أساسا بتثبيت ما قد اكتسبها التلاميذ منها في المراحل السابقة.

- ونظرا لوجود اختلافات كثيرة في مستوى أداء تلاميذ هذه المرحلة ؛ لذا يجب أن تنظم المنافسات بحيث يمكن إشراك جميع التلاميذ على جميع المستويات بها.

- إتاحة فرص المتعة و التحدي (Challenge) من خلال تنويع أنشطة التربية الحركية ، لتقابل اتجاهات ومستوى قدرات التلميذ.

- مراعاة التوازن بين عمل التدريب و الراحة في تعليم المناط الحركية ، و ذلك لتحقيق عوامل الأمان و السلامة أثناء ممارسة التلميذ للنشاط الحركي.

- مراعاة الفروق الفردية في عملية تعلم الأنشطة و الخبرات الحركية. (الحماحي، 1999، صفحة 208)

6- دور التربية البدنية والرياضية تجاه الرعاية الاجتماعية:

تهدف التربية البدنية إلى نمو الفرد متزنا و متكاملًا ، والارتقاء إلى المستوى الذي يصبح فيه الإنسان نافعا في المجتمع الذي يعيش فيه ، كما تساعد على تنمية الميول النفسية و الاجتماعية والقدرات الحركية ، وليس هناك أعظم عون يمكن تقديمه لهذه الشريحة من المجتمع أكثر من مساعدتهم من خلال أنشطة التربية البدنية والرياضية لتحقيق الصداقة و التفاهم بينهم وبين المجتمع الذي حولهم ، بالإضافة إلى أنها أداة حقيقية لتربية الفرد وذهنيا و بدنيا ، وكذلك فهي الميدان الرحب الذي يستطيع الفرد من خلاله التقرب من المجتمع ليقضي بذلك على حالات العزلة و الانفراد و الانطواء الذي يعيشه وهناك أهداف أخرى نذكر من بينها :

1-مساعدة التلميذ على فهم نفسه نظرا لما قد يعتريه من مشاعر النقمة ، وخاصة في حالة مقابلة البيئة الاجتماعية المحيطة به ، بالرفض أو الإهمال أو العناد ...

2- العمل على صنع أو تخفيض حدوث مشاكل سلوكية.

3- تعمل على بث الأخلاق الرياضية ، والصفات الاجتماعية في نفوس الأفراد الممارسين للنشاط الرياضي.

4-تحقيق عناصر التكيف الاجتماعي العاطفي و النفسي مع المجتمع.

7- التربية البدنية في المنظور الاجتماعي :

التربية البدنية أو ما يطلق عليه (التربية الرياضية)، نظام مستحدث فقد ابتدعه المجتمع ليواجه به عوامل الانحطاط البدني والحركي الناجم عن قلة الحركة.

لعل الهدف الغائي من نظام التربية البدنية والرياضية بمفهومه المدرسي هو التنشئة الاجتماعية للمواطن الصالح. (الغزوي و مروان، 2002، الصفحات 230-229)

و ينبغي أن تنمي التربية البدنية و الرياضية باعتبارها بعدين أساسين للتربية الثقافية وقدرات كل إنسان ، و أن تنمي اندماجه التام في مجتمعه ، وينبغي أن نضمن استمرارية النشاط و ممارسة الرياضة طول الحياة وذلك بواسطة تربية شاملة و دائمة و معممة ، وبذلك فإن انتماء الرياضة إلى التربية إنما يعبر عن انتماء موظف - أي الأنشطة الرياضية- وسائط تربوية عالية القيمة ... فهيمن الأنشطة البدنية و الرياضية الهادفة ، والمخطط لها أملا في إكساب الأفراد المستفيدين من برامجها أكبر قدر من الخصائص السلوكية و الاجتماعية ، وأيضا للاستفادة من الوسط الاجتماعي النشط و المتفاعل الذي تطيحه ، وذلك فيعم آليات التنشئة أو التطبيع باعتبارها إطارا تربويا أساسيا. (الخولي أ.، 1996، صفحة 122)

8- علاقة التربية البدنية بالتربية:

اكتسب تعبيرا لتربية البدنية معنى جديدا بعد إضافة كلمة التربية إليه ، فكلمة بدنية تشير إلى البدر كثيرا ما تستخدم للإشارة إلى الصفات البدنية المختلفة كالقوة البدنية و النمو البدني و صحة البدن ، وعندما تضاف كلمة بدنية تحصل على التعبير تربية بدنية ، و المقصود بها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي جسم الإنسان ، فعندما يمارس الفرد أوجه الأنشطة الرياضية المختلفة فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت ، وقد تكون بناءة أو هدامة، (الشافعي، 1998، صفحة 13). فالتربية البدنية هي جزء بالغا لأهمية من عملية التربية العامة، وهي ليست حاشية أو زينة تضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لشغل التلاميذ، ولكنها على العكس من ذلك فهي جزء حيوي من التربية، فعن

طريق برنامج للتربية البدنية موجه توجيهها صحيحا يكتسب التلاميذ المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا كما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يسبغ على حياتهم الصحة بإكسابهم الصحة الجسمية والعقلية... وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا بتوافر القيادة التربوية التي تقوم بعملية التوجيه والإرشاد. (الشافعي ح.، 2001، صفحة 9)

9- الفرق بين التربية البدنية والرياضية:

التربية المسنية أي التربية عن طريق الدين أو الأداء الحركي ويتوفر القيادة التي تقوم بالتوجيه والارشاد - الرياضة في ممارسة مظاهر التربية الرياضية (مرسيه أو جماعية) معد متوافر القيادة التي تقوم بالتوجيه و الارشاد. (الشافعي ح.، 2001، صفحة 13)

الخلاصة:

تعتبر أنشطة التربية البدنية والرياضية بغض النظر عن الأنشطة الأخرى أمراً ضرورياً، ومهما للاتزان السليم للفرد، فالعلاقات مع الآخرين والحياة المدرسية قد تؤدي إلى خلافات ولا بد من التقليل من حجم المسؤولية، وما يترتب عنه من اضطرابات في الجهاز النفسي.

فالتلميذ الذي يبذل جهداً كبيراً في الدراسة على حساب صحته معرض للاضطرابات النفسية أو ما يسمى (بالإنهيار النفسي) ولهذا يجب تخصيص وقت فراغ لممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية التي تقلل من حدة التي يعانيها المراهق، وقد تكون الممارسة الرياضية وسيلة لتحقيق الصحة النفسية للمراهق الذي يعاني في هذه المرحلة عدة تغيرات واضطرابات، ومنه سنعرض في دراستنا للفصل الثالث مرحلة المراقبة وخصائصها.

الفصل الثالث

الاتجاهات

تمهيد:

لكل إنسان في هذا الوجود اتجاهات متعددة توجيه سلوكه نحو مواقف أو قضايا أو مهن معينة، بل حتى نحو أشخاص أو أشياء أخرى، ويتوقف تمسك الأفراد باتجاهاتهم النفسية على مدى ما يؤمنون به ويعتقدون، ومدى رؤيتهم الذاتية لذلك أخذ دراسة القيم والاتجاهات تنمو نموًا متزايدًا خلال العقود الأخيرة من القرن العشرين لما لها أهمية موازية لأهمية الإدراك باعتبارهما الوجه الآخر لتشكيل السلوك الباطن للفرد الذين عكس على سلوكه الظاهر، وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفاهيم الاتجاهات، مكوناته أو عمليات تكوينها.

1- تعريف الاتجاه:

1-1- لغة :

قصد جهة معينة يقال اتجه القبلة أي التوجه نحو الكعبة المشرقة " لأداء فريضة الصلاة والاتجاه مصدر لفعل " اتجه " يقال: اتجه الشخص إليه أي أقبل بوجهه عليه وقصده واتجه له رأي.

1-2- اصطلاحاً :

هي عبارة عن الحالة الوجدانية للفرد التي تتكون بناء على ما يوجد لديه من معتقدات أو تصورات فيما يتعلق بموضوع ما أو أشخاص معينين وتدفعه هذه الحالة في بعض الأحيان إلى القيام بعدد من الاستجابات أو السلوكيات حيالها في موقف معين ويتحدد من خلال هذه الاستجابة مدى رفض الشخص قبوله لهذا الموضوع أو هؤلاء الأشخاص ، (محمود و خليفة ، 1994 ، صفحة 7). وتختلف الاتجاهات عن الميول والقيم في أنها تختص دائماً بهدف أو بشيء، بينما الميول والقيم بنشاطات متعددة. (شحاتة، 2004 ، صفحة 15).

والاتجاه طبقاً لمفهوم " كنيون " هو استعداد مركب ثابت نسبياً يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء أكان عيانياً concrete أو مجرداً abstract. (علاوي م.، 1998 ، صفحة 454)

2- مكونات الاتجاه النفسي :

1-2-1 المكون الإدراكي :

هي مجموع العوامل التي تساعد الفرد على إدراك المثير الخارجي (أو الموقف الاجتماعي) أو بمعنى آخر الصبغة الإدراكية التي يحدد عن طريقها هذا الموقف الاجتماعي وقد يكون ذلك الإدراك حسياً عندما تتكون الاتجاهات نحو الماديات وقد يكون الإدراك اجتماعياً وهو الصيغة العالية، وبناء على مفاهيم الإدراك الاجتماعي تتدخل مجموعة كبيرة من التغيرات في المكون الإدراكي مثل صورة الذات، ومفهوم الفرد عن الآخرين، وهذا المكون الإدراكي من أهم مكونات الاتجاه النفسي إذ يمثل الأساس العامل بقية المكونات

2-2- المكون المعرفي :

فهو يشير إلى مجموعة الأفكار، والمعتقدات والحجم التي يتقبلها الشخص نحو موضوع الاتجاه، بحيث تحتوي بعض الاتجاهات على مشاعر كراهية ونفور عن بعض الجماعات أو الأفراد الآخرين، ولهذا يبعث معتقد هذه الاتجاهات على أفكار أو معتقدات تبرر لهم كراهيتهم وعدائهم نحو موضوعات الاتجاه لكن

الأخطر أن لا يكتفيا لفرد بالمشاعر والأفكار، بل يحاول أن يترجم ذلك إلى سلوك فعلي، يظهر فيه الاحتقار إلى الانضمام لجماعات لا تتفق معه في الرأي.

2-3- المكون الانفعالي :

يعتبر المكون الانفعالي للاتجاه هو الصفة الحيزة، التي تفرق بينه وبيننا لرأي، فنشأة الانفعال المصاحبة للاتجاه هي ذلك اللون الذي بناه على عمقه ودرجة كثافته كتمييز الاتجاه الضعيف، كما يتميز الاتجاه عموماً عن المفاهيم الأخرى مثل الرأي والرأي العام والاهتمام.

2-4- المكون السلوكي :

الترتيب المنطقي وهي مجموع التعبيرات والاستجابات التي يقدمها الفرد في موقف ما نحو مثير معين ومن الترتيب المنطقي أن الإنسان يأتي بسلوك معين تعبيراً عن إدراكه للشيء ومعرفته ومعلوماته به وفعاله نحو هذا الشيء، وكذلك فإن المكون السلوكي للاتجاه النفسي هو نهاية المطاف. (إبراهيم، 1985، صفحة 211)

3- عملية تكوين الاتجاه النفسي :

يمر تكوين الاتجاه النفسي بثلاث عمليات هي:

3-1- العملية الإدراكية المعرفية :

وهي المرحلة التي يدرك فيها الفرد المثيرات البيئية المحيطة به ويتعرف عليها، في كسب خبرات ومعلومات تكون بمثابة إطار معرفي.

3-2- العملية التقييمية:

وهي مرحلة تقوم فيها بتقييم حصيلة تفاعله مع هذه المثيرات والعناصر، ويستند في عملية التقييم هذه إلى ذلك الإطار الإدراكي المعرفي بما فيه من تغيرات موضوعية مثل خصائص الأشياء، ومقوماتها ومن متغيرات ذاتية مثل تلك التي أشرنا إليه في الجانب الاجتماعي من الإدراك مثل صورة الذات، وأبعاد التطابق، والتشابه، والتمييز، وهي كلها تعتمد على ذاتية القوة وأحاسيسه ومشاعره. (سعد، 1998، صفحة 361)

3-3- العملية التقريرية :

وهي عملية التقرير وإصدار الحكم بالنسبة لعلاقة الفرد مع عنصر من عناصر البيئة، فإذا كان ذلك الحكم موجبا تكون الاتجاه الموجب لدى الفرد والعكس صحيح. (بن جودة، 2004، صفحة 268)

4- خصائص الاتجاهات :

- إن الاتجاه يكتسب من خلال الخبرات المتراكمة للفرد في السياقات النفسية الاجتماعية التي يتفاعل معها مما يساعد على تكوين مخطط لإطار تصوراته أو أحكامه التقويمية... ويتم تعلم الاتجاهات الاجتماعية من خلال :

- إما الاقتران المحتمل بين التنبيه الفعلي بعينة ، و الخبرة بتكرار و كفاءة الفرد أو عقابه إذا ما استجاب على نحو معين لهذا التنبيه ، وإما التعرض لمخاطبة ما يدعوا لهذا الاتجاه ، و إما الاقتداء بنماذج اجتماعية فيما تتخذه من مواقف اتجاهية. (السيد و آخرون، 2003، صفحة 48)

-الاتجاه ليس موقفاً عابراً ، إذ يمثل علاقة مستقرة بين الذات وموضوعات محددة.

. اتجاه للسلوك، حيث يحث الفرد على إصدار استجابات سلوكية بذاتها نحو أو ضد موضوع الاتجاه.

- الاتجاهات تعتبر نتاجا الخبرة السابقة وترتبط بالسلوك الحاضر، وتشير إلى السلوك في المستقبل.

- الاتجاهات قابلة للقياس بأدوات وأساليب مختلفة ويمكن ملاحظتها.

- الاتجاهات لها أبعاد متنوعة، أبعاد معرفية ووجدانية وسلوكية حركية.

- تتباين الاتجاهات في ثباتها وتغيرها، فالاتجاهات التي يكتسبها الفرد في مراحل حياته الأولى، والاتجاهات العاطفية القوية.

- أكثر ثباتاً من الاتجاهات ذات الصبغة العاطفية الأضعف.

- تختلف وتتفاوت الاتجاهات من حيث النوع والشدة، وحسب المثيرات التي ترتبط بها

- الاتجاهات النفسية الاجتماعية قد تكون محدودة أو عامة. (بن جودة، 2004، صفحة 271).

تتجمع الاتجاهات حول بعضها البعض في شكل بنيان متناسق، وتسمى باسم القيم، وتعتبر القيم مثلها مثل الاتجاهات الاجتماعية المتهيئة للسلوك ولكن هذا لا يعني أن الاتجاهات في القيم بل تختلف عنها فيكون الاتجاهات أكثر عدداً من القيم كما أن الاتجاهات أكثر عرضة للتغيير من القيم.

5- عوامل تكوين الاتجاهات :

تتبع الاتجاهات من الدوافع الاجتماعية والاقتصادية والسياسية و الإيديولوجية ، ومن أبرز العوامل التي تؤثر في تكوين الاتجاهات: (جابر و لوكيا ، 2006، صفحة 95)

5-1-العوامل الحضارية :

وهي كثيرة ومتنوعة ومن الأمثلة عليها المسجد المدرسة، والمنطقة التي يعيش فيها الفرد، ولا يخفي بأن هذه العوامل والمؤثرات لا تدعو إلى نفس الاتجاهات ما يحتم على الفرد التحيز نحو واحد منها.

5-2-عامل الأسرة :

فالطفل يتأثر في بداية حياته بالاتجاهات التي تكون لدى والديه وغيرهما من أفراد الأسرة نحو موضوعات معينة، أو أشخاص معينين، مما يؤدي إلى اكتسابه لهذه الاتجاهات أو بعضها عن طريق التقليد والتعلم.

5-3-عامل الفرد نفسه :

فالنشأة الاجتماعية تلعب دورا هاما في تكوين شخصية الفرد وتميزه عن غيره من الأشخاص من خلال ما يكتسبه منها من ميول واتجاهات.

5-4-عامل الخبرة الانفعالية الناتجة عن موقف معين :

فهذه الخبرة تلعب دورا هاما في تكوين الاتجاه سلبا أو إيجابا، وعلى سبيل المثال فإن العمل الذي يتبع بتعزيز يؤدي إلى تكوين اتجاه ايجابي لدى الفرد في حين يؤدي العمل الذي يتبع بعقاب إلى تكوين اتجاه سلبي لديه.

5-5-السلطات العليا :

هي تعرض على الفرد الالتزام بأمر معين كاحترام القواسم ما يؤدي إلى تكوين اتجاهات لديهم نحو هذه الموضوعات، وتتكون الاتجاهات في هذه الحالة على عاملين هما الاحترام والخوف.

5-6-رضا وحب الآخرين :

وعلى سبيل المثال فإن الشخص الذي يمارس لعبة ويتقيد بقواعدها على نحو يجعله يحظى بالرضا من قبل زملائه، تتكون لديه اتجاهات تتمثل في الحرص على التقيد بأداء اللعبة في أي نشاط رياضي وحب التعاون، وحب أعضاء الفريق.

6- تصنيف الاتجاهات :

6-1-على أساس الموضوع :

- اتجاه عام : و هو الاتجاه الذي يكون معمما نحو موضوعات متعددة و متقاربة ، مثل الاتجاه نحو الأجانب من جنسيات متعددة ، و هو أكثر ثبات من الاتجاه الخاص.

- اتجاه خاص : و هو الذي يكون محددًا نحو موضوع معين حدد ، وهو أقل ثباتًا من العام. (أبو جادو، 2020، الصفحات 196-197)

6-2- من حيث الشمول :

- الاتجاه الفردي : وهو ذلك الاتجاه الذي يتبناه ويؤكد عليه فرد واحد من أفراد الجماعة وهذا من حيث النوعية أو الدرجة ، و معنى ذلك أن الفرد إذا تكون لديه اتجاه خاص نحو مدرك يكون في بؤرة اهتمامه يسمى ذلك اتجاها فرديا ، وكذلك إذا كان هذا المدرك في مجال الجماعة و كون كل فرد من أفرادها اتجاها بنحو مختلف عن الفرد الآخر ، كان ذلك أيضا اتجاها فرديا ، ويمكن أن تلاحظ مثل هذا الاتجاه من أعضاء الأسرة الواحدة كجماعة اجتماعية حيث نجد اتجاهات فردية نحو أنواع الرياضات المختلفة على سبيل المثال. (عشوي، 1995، صفحة 84)

6-3- على أساس الوضوح :

- اتجاه علني : وهو الاتجاه الذي يعلنه الفرد و يجهر به و يعبر عنه سلوكيا دون حرج أو خوف
- اتجاه سري : و هو الاتجاه الذي يخفيه الفرد ويذكره ، ويستتر في السلوك المعبر عنه على أساس القوة . اتجاه قوي: اتجاه قوي وهو الذي يتضح في السلوك القوي الفعلي الذي يعبر عن العزم والتصميم وهو أكثر ثبات أو يصعب تغييره نسبيا

- اتجاه ضعيف : وهو الذي يكمن وراء السلوك المترخي المتردد و هو يسهل التعبير و التعديل. (بن جودة، 2004، صفحة 270)

7- طبيعة الاتجاه النفسي :

تتحدد طبيعة الاتجاه النفسي بالأبعاد التالية :

- المحتوى (المضمون) : وهي درجة وضوح الاتجاه عند الأفراد أصحاب الاتجاه ، فالالاتجاه الواحد تختلف درجة وضوحه من فرد لآخر ، فعندما نتحدث عن الاشتراكية نجد أن درجة وضوحها تختلف من فرد لآخر وفقا لمفهوم و الاستجابة الذاتية لهذا الموضوع ، فقد يتفق فردان على تأييد موضوع معين لكن لكل فرد اتجاه معين و مفهوم خاص يختلف عن الآخر. (ميخائيل، 1999، الصفحات 254-255)

- وضوح المعالم : و يقصد به تفاوت وضوح الاتجاهات ، فتجد أن بعض الاتجاهات واضحة المعالم ، في حين أن بعض الاتجاهات الأخرى غامضة ، فالالاتجاه الديني نحو شرب الخمر اتجاه واضح محدد في حين تجد أن اتجاها آخر لا يتسم بالوضوح مثل اتحاد فرد معين نحو مهنة التدريس التي لا يعلم عنها الكثير ،

الانعزال: أي عزل الاتجاه عن غيره من الاتجاهات، وتختلف الاتجاهات في درجة ترابطها وتكاملها، فقد يكون هناك بعض الاتجاهات معزولة عن غيرها من الاتجاهات، فاتجاه شخص ما نحو تفصيل نوع من السجائر أو صنف من الطعام ويمكن اعتباره اتجاهات سطحية منعزلة بالنسبة لاتجاهات أخرى تتعلق بطرق التربية، أو باختلاف الجنسية أو الاتجاهات الدينية.

القوة: بعض الاتجاهات تظل واضحة المعالم رغم ما يصادف الإنسان من مواقف شدة تجعله يتعرض للتخلي عنها أو استبدالها، أما الاتجاهات الضعيفة فهي عرضة للتغيير والتبديل كلما طرأ موقف يهز هذه الاتجاهات ويحاول لاقتلاعها

ويكون الاتجاه قوي كلما كانت معالمه واضحة بالنسبة للشخص، وكلما كان متصلاً بالمعتقدات القومية الدينية. (جابر و لوكيا ، 2006، الصفحات 93-92).

خلاصة:

وكخلاصة لهذا الفصل المهم من دراستنا يمكن أن نستخلص أن لموضوع الاتجاه أهمية خاصة في تكوين واقع سلوك الأفراد التي تؤدي دورا أساسيا في ضبطه وتوجهه.

وكما هو معلوم من أهم وظائف التربية بصفة عامة أن تكون لدى التلاميذ اتجاهات تساعدهم على التكيف مع مشكلاتهم، وأن تعمل على تغيير الاتجاهات غير المرغوبة التي قد تعوق تطور المجتمع.

لقد أصبح اهتمام الباحثين بهذا الموضوع، يتجاوز حدود العملية التربوية فيحد ذاتها، إلى دراسة المؤسسات التربوية، في الارتقاء المعرفي والوجداني والاجتماعي للفرد، ومدى الصلة بين المتغيرات البيئية التربوية وبين التنشئة الاجتماعية، وامتد تصور الاهتمام ليشمل عملية اتخاذ القرارات في عمليات التعلم، والأداء الدراسي ودور الأستاذ كمؤثر هام في سلوك التلاميذ.

وعلى الرغم من عدم الاتفاق الكامل بين باحثي علم النفس الاجتماعي حول ما يسمى بالاتجاه أن هناك قاسم مشترك يجمع بين أكثر التعريفات المعاصرة لهذا المصطلح، إذ أن معظمها يصب في أن الاتجاه عبارة عن مجموعة من الأفكار والمشاعر والإدراكات والمعتقدات حول موضوع ما توجه سلوك الفرد وتحدد موقفه من الموضوع حيث تمر عبر عملية ديناميكية لتكوين الاتجاهات هي محصلة عمليات تفاعل معقدة بين الفرد ومع بيئته الفيزيائية والاجتماعية، بحيث يمكن عبر القنوات المتعددة لهذا التفاعل امتصاص واكتساب الاتجاهات النفسية.

الفصل الرابع

خصائص مرحلة التعليم الثانوي

تمهيد:

من خلال الدراسات النفسية والتربوية والاجتماعية، تستطيع القول إن مرحلة المرافقة المتأخرة من أهم المراحل في حياة الإنسان .

حيث أن هناك مميزات تجعلها تختلف عن باقي المراحل الأخرى من الحياة، وتواكب هذه المرحلة (المراهقة المتأخرة) التعليم الثانوي لذلك إن من الضروري الاطلاع على خصائص هذه المرحلة، وتعتبر هذه المرحلة أنها فترة عواصف وتوتر تكتنفها الأوهام النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق النفسي.

1-المراهقة:

1-1- لغة:

مصطلح المراهقة في اللغة الأجنبية Adolescence مشق من اللغة اللاتينية Adolescenton معناه كبر والمرافقة في المرحلة التي ينتقل فيها الكائن من الطفولة إلى الرشد، أي أن المراهقة في الانتقال من الإشكالية إلى مرحلة الاعتماد على الذات .

-أما في اللغة العربية والمراهقة تعني الاقتراب أو الدنو ، فحين نقول رافق الغلام ، فهو مرهق أو قارب الاحتلام ، والحلم هو قدرة المراهق على الإنجاب. (سليم، 2002، صفحة 315).

2-1 اصطلاحا:

أما المراهقة من الناحية الاصطلاحية فهي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل. وهو الفرد الغير الناضج فعليا وجسميا وعقليا، من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة. (تركي، 1990، صفحة 242).

وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي الصحيح في المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج فهي عملية بيولوجية عضوية في بدايتها، وظاهرة اجتماعية في نهايتها.

2- خصائص ومميزات المرحلة العمرية: (15-18)

2-1 النمو الجسمي:

تتميز هذه المرحلة بالنمو البطيء للعظام مع استمرار نمو العضلات، مما يؤدي إلى زيادة حجم الجسم وتناسق الطول مع الوزن.

على ضوء التناسق بين طول العظام وحجم العضلات في نهاية هذه المرحلة يزداد التوافق العضلي العصبي وترافع كفاءة الجهاز الدوري التنفسي، مما يساعد على التناسق الحركي من أعضاء الحد المطلقة وزيادة رشاقة الأداء الحركي وهادفين هو إمكانية الاقتصاد في بذل الجهد، بالإضافة إلى زيادة القدرة على التحمل.

في هذه المرحلة يزداد التوافق العضلي العصبي، وترتفع كفاءة الجهاز الدوري التنفسي، مما يساعد على التناسق الحركي.

بين أعضاء الجسم المختلفة، وزيادة رشاقة الأداء الحركي وخفته وإمكانية الاقتصاد في بذل الجهد، بالإضافة إلى زيادة القدرة على العمل.

يختلف البنون عن البنات في هذه المرحلة اختلافا كبيرا في التكوين البدني، حيث يتميز البنون عن البنات بزيادة كثافة العظام والنسيج العضلي، وقلة نسبة الدهن، ولهذا يتفوق البنون على البنات في القوة والجهد العضلي، بينما تتفوق البنات على البنين في القدرة على مقاومة البرد والحرارة، مما يساعدها على ممارسة سباحة المسافات الطويلة في المياه الباردة. (فوزي، 2003، الصفحات 66-67).

تزداد عظام الحوض لدى البنت اتساعا ، مما يؤدي إلى ميل عظاما لفض و هذا التركيب التشريحي يعوق الكفاءة الميكانيكية لحركة الرجلين ، هذا بالإضافة إلى أن نسبة طول الأذرع والرجلين بالنسبة للجسم لدى البنت أقل من البنين ، ونتيجة لهذا تقل سرعة الجري لدى البنات عن البنين ، لكن هذا التركيب التشريحي للبنات يعطيهم فرصة أكبر من البنين في الاتزان. (علي عمرو و جلال عبد الحكيم، 2008، صفحة 103).

2-2- النمو النفسي:

وتظهر الخصائص النفسية الآتية في المرحلة من (13 - 18 سنة)، تتميز بثورة وخبرة واضطراب ويترتب عليها عدم تناسق وتوازن ينعكس على الفعال المرافق مما يجعله حساسا إلى درجة كبيرة وأهم هذه الحساسيات وضوحا هي:

- خجل بسبب نموه الجسمي إلى درجة يظن تلوزا أو مرضا إحساس شديد بالذنب بشره انبثاقا لدافع الجنسي بشكل واضح.
- خيالات واسعة، وأمنيات وأمانى جديدة وكثيرة.
- عواطف وطنية ودينية وجنسية وأفكار جديدة
- نقد وشك جديدا للأهل والمجتمع.
- انجذاب واهتمام بالجنس الآخر.
- انطواء على الذات أو الدفاع نحو الحياة.

ومما يجدر ذكره في صدد الانفعال النفسي في هذه الفترة هي ما يسمى بالانرجسية، حيث تتركز انفعالات المراهقين حول أنفسهم، ويكون ذلك عبر جعل أنفسهم هدفا لحيهم بصورة واضحة أو مستمرة.

وكذلك ما يسمى بأحلام اليقظة حيث تتصل هذه الظاهرة النفسية بالرغبة الجنسية أثناء فترة المراهقة، لذلك توصف أحلام اليقظة بأنها ابتعاد عن الواقع. (توما جورج، 2000، الصفحات 91-92).

3-2-النمو الانفعالي:

تتأثر المظاهر الانفعالية في هذه المرحلة تأثراً كبيراً بطبيعة النشأة الاجتماعية والعادات والتقاليد والأعراف السائدة في المجتمع ويمكن تلخيص المظاهر الانفعالية فيما يلي:

- تلبية الحالة المواجهة والتردد في تحمل المسؤولية.
- التردد والخوف من التعامل مع المجتمع.
- تقصر الثقة في النفس وفرط الحساسية.
- نقص القدرة على التعبير عن الرأي ومواجهة الآخرين.
- كثرة أحلام اليقظة وفقد الأمل من المستقبل.
- تأنيب الضمير ولوم النفس على التصرفات الخاطئة. (فوزي، 2003، صفحة 68).

4-2-النمو الاجتماعي:

يسعى المراهق في هذه المرحلة أن يكون مركز بين جماعة الرفاق من نفس العمر وأن تعترف بها لجماعة وتقدره، ويحاول تحقيق ذلك بالملابس الزاهية والعربية والحديثة، وكذلك في التصنع في طريقة الكلام واقتحام نفسه في مناقشات أكبر من مستواه، ويشعر المراهق في هذه المرحلة العملية القيام ببعض المسؤوليات التي ترفع من شأن الجماعة، وتزيد من قوتها وفعاليتها إلا في الوقت ذاته لا يجد تجاوباً أو تقدير من كثير من أفراد الجماعة لأرانه ومقترحاته، مما يجعله يعتقد بأن الجماعة تريد تحطيم أفكاره. (فوزي، 2003، صفحة 69).

ويستمر الفرد في اكتساب القيم والمعايير الاجتماعية من الأشخاص الهام في حياة الفرد للأسرة والمرعبين الخ.

يتسع نطاق الاتصال مع الأشخاص الآخرين ومشاركتهم في المشاعر والاتجاهات والأفكار وبريد الوعي بالمكانة الاجتماعية والطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها المراهق.

كما تعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية في هذه المرحلة المراهق يقارن نفسه دائماً بفرقانه ويحاول أن يلحق بهم ليكون معهم أو يتفوق عليهم، كما تنمو أيضاً الميول والقيم والاتجاهات الاجتماعية

لدى الافراد كما يعمل المرافق جاها على التحلي بخصائص الزعامة الجسمية والعقلية والاجتماعية، وينمو الوعي الاجتماعي والشعور بالمسؤولية الاجتماعية والسياسية والتعاون مع زملاء.

2-5 النمو العقلي:

طبقت اختبارات الذكاء الفردية والجماعية على المراهقين والشباب.. وكان الهدف من ذلك معرفة ما يعتري قدرات الشباب العقلية من تغير في هذه المرحلة من النمو وكيف يتعرق الشباب عن البالغين والأطفال في قدراتهم العقلية وبينت بعض الدراسات أن الذكاء لا يزداد بعد السن السادس عشر، وبينت الدراسات أخرى أن الذكاء يستمر مع الفرد حتى حوالي سن العشرين. (بن جودة، 2004، صفحة 99).

ويمكن أن تقرر من هذه الدراسات أن النمو في الذكاء يكون سريعاً في ست سنوات الأولى من العمر ثم نقل السرعة في النمو بعد ذلك تدريجياً.

ويحل النمو أقصاه بين الثامنة عشر و العشر ينفي توقف ويلحد بعد ذلك في النقص تدريجياً ، ولا ليمن صبا تعمر الذكاء فقرة سريعة في فترة المراهقة كما هو الحال في الجسم ، غير أن هناك من الأدلة ما يدل على أن الأطفال الذين يصلون إلى المراهقة يكونون بعض الشيء أدكى من قراءة فرسانهم ممن تأخرون في المراهقة، وتظهر في هذه المرحلة الفروق في الذكاء في صورة واضحة بين الأفراد ، كما تظهر الفروق في الذكاء بصورة واضحة بين الأفراد ، كما تظهر الفروق بين البنين والبنات في القدرات العقلية حيث تتفوق البنات في بعض القدرات ويتفوق البنون في قدرات أخرى. (جلال، 1995 ، الصفحات 235-236).

تزداد في هذه المرحلة القدرة على الفهم والاستيعاب والتفكير المجردة كما تزداد أيضاً على الاحتفاظ بالمعلومات والصور الحركية ، وإمكانية استدعائها كاملة بدون أي نقص أو زيادة. (فوزي، 2003، صفحة 67).

ولهذا هذه المرحلة من النمو مرحلة التنسيق والإتقان للمهارة الحركية الرياضية وخطط اللعب.

ويميل المراهق في هذه المرحلة إلى نقد الذات ونقد الآخرين، وتكوين رأي خاص في كل الموضوعات التي يتعامل معها وقد يجد في أفكار زملائه جاذبية أكثر من أفكار الأسرة أو المدرسة أو النادي.

3- أهم خصائص التلاميذ من سن (15-18 سنة):

3-1- الخصائص النفس حركية:

ظهور الفروق الجسمية بصورة واضحة.

- زيادة نمو العضلات لدى البنين.

- ارتفاع التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة.

- ارتفاع القدرة على اكتساب المهارة الحركية.

3-2- الخصائص الوجدانية:

- زيادة حب الاستطلاع.

- ثبات الميول الرياضية و ظهور الفروق الفردية في الميول والاستعداد.

- اتزان السلوك والميل إلى تأكيد الذات داخل الجماعة.

- نمو الجرأة والإقدام.

3-3- الخصائص المعرفية :

-زيادة فترة انتباه و القدرة على التركيز.

- الميل إلى الاستفادة من الوسائل التعليمية.

- زيادة القدرة على إدراك العلاقات الجوهرية للمواقف. (حمص، 2006، الصفحات 21-22).

4- نماذج من المراهقين:

لا يوجد نمط واحد من المراهقين، المراهقة تأتي في أشكال متعددة، ولهذا ينبغي أن نطرح من التعميم العام على كلا لمراهقين، وقد قام حديثا عالمان نفسيان أن ينظما تقسيم المراهقين بحسب الأنماط السلوكية السائدة في 05 جماعات من هم على النحو التالي:

4-1- النمط التقليدي الشكلي:

هو الذي يكون هدفه مسايرة الركب، والانصياع لمعايير المجتمع والسلطة والأسرة والدين، واشخاص ليسو بالضرورة مبدعين أو مبتكرين.

4-2- النمط المثالي:

ويأتي في أشكال متعددة منها المؤمن بضرورة التغيير الجذري وخصيتهم الأساسية في السخط على الظواهر السائدة، ولهم ميل قوي للإصلاح الاجتماعي، طالما أنهم لم يفقدوا لمحة الإحساس بالواقع الاجتماعي، وهناك نوع آخر المتمرد والإصلاحي.

4-3- النمط الباحث عن اللذة:

وهو الذي يجعل هدفه الحصول على اللذة أينما كانت، والإشباع الذاتي دون حساب للعواقب. ورغم أن أشخاص هذا النمط يظهرون على السطح بمظهر السعيد الراضي، فإنهم من أكثر المراهقين عرضة للاغتراب والانفصال النفسي عن الذات والمجتمع.

4-4- النمط السيكوباتي الجانح:

وهو النمط الذي لم ينجح في تطوير معاييره الأخلاقية وبناء الضمير، وعلاقاتهم بالآخرين باردة غير مكثر له وتخلو من الحساسية المشاعر الآخرين، يشتركون مع النمط الباحث عن اللذة في بحثهم الأناني عن المتعة الشخصية.

5- الذاتية أزمة المراهق:

إن معظم المراهقين وخاصة في مرحلة متأخرة ، يكون في حالة أزمة أو إضراب أو خلط ، فيما يتعلق بتحديد هويتهم ، وقد أطلق على هذه الحالة أزمة الذاتية ويمكن تحديد ثلاثة أنواع من العوامل يكون لها في حدوثه ذه الأزمة. (إبراهيم، 1985، الصفحات 129-130).

-عوامل تتصل بالتكوين الماضي لشخصية الفرد.

- عوامل تتصل بنظرة الفرد إلى المستقبل ، طموحاته وأماله وأهدافه وتصوراته ، لما يتوقعه من المجتمع ، وخاصة الجماعة المرجعية.

عوامل تتصل بالحاضر القيم والمعايير والأوضاع السائدة في التفاحة يعيش فيها ولدى الجماعات التي ينتهي إليها، ذلك أن تحديد الهوية ليس مجرد عملية تصنيف في أنماط جاهزة، أو سابقة التحديد يختار منها الفرد ما يعجبه كما أنها ليست عملية نمو المطية تأتي بشكل إلى في مرحلة معينة ثابتة، وإنما هي عملية ديناميكية تتوقف نتيجتها على شكل ومراحل التفاعل التي تتدخل فيها العوامل المعقدة السابق الإشارة إليها، كما تتوقف أيضا على نوع هذه العوامل ذاتها. (إسماعيل، 1998، الصفحات 164-165).

6- بعض الفوارق العلمية بين الذكور والاناث في سن (15-18 سنة):

- الذكور أميل للألعاب التنافسية ، بينما الفتيات أميل للألعاب التعاونية.
- مستوى المخاوف و القلق حيث ترتفع في النساء عن الذكور
- الذكور أكثر حبا للسيطرة من الإناث.
- الفتيات أكثر ميلا للطاعة والانصياع للأوامر و التوجيهات من الذكور.
- الفتيات أكثر تقبلا للتقاليد و الانصياع لها من الذكور. (إبراهيم، 1985، صفحة 23).

خلاصة:

من خلال تبعا الفترة المراهقة (15-18 سنة) ، ينص حلنا جليا بأن هذه الفترة ليست مجرد تغيير بيولوجي سريع يرتبط بمظاهر البلوغ فقط بلهي كذلك مرحلة تحول حاسمة في الجانب النفسي والانفعالي و الاجتماعي للشخصية ، ورغم ما توفره هذه الفترة من شروط الصراع النفسي وصعوبة الاندماج في ظاهرة العلاقات الاجتماعية والحيرة والقلق والانشغال الذي يظهر على الآباء نتيجة التغير المفاجئ لسلوك أبنائهم ، فإنه يستحسن أن لا تتعامل مع الجانب السين المفهوم الأزمة التي يصف بها البعض هذه الفترة حيث مع نهايتها يكون المراهق قد قطع أشواطاً من التطور في مظاهر النمو الذي يسمح له بتكوين جهاز قيم و يكتب القدرة على إقامة علاقات اجتماعية و الأمر الذي يسمح له بتكوين مستوى مقبول عدا للتوافق الحسي الاجتماعي .

وبناء على ما سبق ذكره يمكن القول بأن المراهقة هي عملية شاملة ذات أبعاد وجدانية وتفاعلية اجتماعية تربوية، ديناميكية متطورة تكون بدايتها سيكولوجية، أما نهايتها فهي نفسية اجتماعية.

وعليه تستطيع أن نقول إن تطور التفاعلات الاجتماعية والتربوية الديناميكية تكون لها علاقة مباشرة مع الحالة النفسية الاجتماعية، حيث تكون حصة التربية البدنية والرياضية الأساس الذي يقدم المجال المناسب لتطوير هذه العلاقات وتواصلها بين تلاميذ الفصل.

الجانب المنهجي

الفصل الخامس

الإجراءات الميدانية

1- منهج البحث :

ان دراستنا لهذا الموضوع أوجب علينا الاعتماد على المنهج الوصفي " فهو المنهج الذي يتداول الأبحاث والدراسات التي تبحث فيما هو كائن الآن في حياة الإنسان أو المجتمع من شواهد وأحداث وقضايا معينة...، والبحث وفق هذا المنهج بعد استقصاء ينصب على مظاهره من الظواهر كما هي قائمة في الواقع، بقصد تشخيصها وكشف جوانبها، وتحديد العلاقات بين عناصرها، أو بينها وبين شواهد أخرى.

2-مجتمع البحث :

مجتمع البحث يتمثل في جميع التلاميذ المتمدرسين في (السنة الأولى والثانية والثالثة) على مستوى بعض ثانويات شمال سطيف.

عينة البحث: تم اختيار العينة العشوائية المركبة (أو الطينية) لمناسبتها للبحث وهي التي تأخذ من مجتمع غير متجانس أيا منهم تكون منعدة طبقا تتصف كل منها ببعض الخواص والصفات التي تميزها بعضها عن البعض الآخر " حيث تضم عينة يحتا 120 تلميذ تم تقسيمهم بالتساوي بين الذكور والإناث التراوح أعمارهم بين 15 و 18 سنة وهم يمثلون تلاميذ السنة الأولى والثانية والثالثة)، والمتمدرسين على مستوى أربع ثانويات في شمال سطيف.

جدول رقم 01: يوضح عينة الدراسة

الرقم	الثانوية	عدد التلاميذ
01	نصر الدين ناصر	30
02	هوشير مولود	30
03	حسين أيت أحمد	30
04	ال 45 معدوم	30
05	مجموعة العينة	120

3- أداة البحث :

تعتبر أداة ووسائل البحث التي يستعملها كل باحث في إنجاز بحثه إحدى الضروريات التي يقوم عليه الكشف الحقيقية وفك الإشكالية المطروحة.

ويعتبر الاستبيان أداة يستخدمها الباحث على نطاق واسع، للحصول على الحقائق وتجميع البيانات عن الظروف، والأساليب القائمة بالفعل، بالإضافة إلى استخدامه في البحوث التي تقيس الاتجاهات والآراء والخبرات السابقة وربطها بالسلوك الحالي من خلال الإجابة على عدد الأسئلة المكتوبة في نموذج سبق إعداده وتقنيته، ويقوم المحييب بملئه بنفسه، ويسلم أو يرسل هذ النموذج لعينة كبيرة نسبيا من أفراد مجتمع البحث، وذلك لأن العينة يجب أن تكون ممثلة لجميع فئات المجتمع المراد فحص آراءها. (علاوي م.، علم النفس الرياضي، 1994، صفحة 444).

وقد تمثلت عبارات الاستبيان في (28 عبارة)؛ وذلك لقياس ثلاث محاور رئيسية تتمثل في: محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة الشطة التربية البدنية والرياضية كخيرة اجتماعية، ويتكون من (08 عبارات

2- محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لخفض التوتر ، ويتكون من (08 عبارات.

3- محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة و اللياقة ، ويتكون من (08 عبارات.

والعبارة متبوعة بميزان تقدير خماس يصمم بطريقة " كنيون " وتحدد الإجابة على مدى موافقته أو معارضته على العبارة وفق التدرج التالي:

(أوافق بدرجة كبيرة، أوافق، لم أكون رأي بعد، أعارض، أعارض بدرجة كبيرة).

ثم يطلب من التلميذ المستجيب أن يضع علامة (X) على الاجابة التي تعبر عن رأيه بالنسبة للعبارة من العبارات التي يتضمنها الاستبيان.

4- مجالات البحث:

4-1- المجال المكاني:

لقد أجريت دراستنا الميدانية في أربع مؤسسات من التعليم الثانوي في شمال سطيف وهي على النحو التالي:

- نصر الدين ناصر

- هوشير مولود

-حسين ايت احمد

-ال 45 معدوم

4-2- المجال الزمني:

لقد تمت هذه الدراسة في الفترة الممتدة بين شهر أفريل ونهاية شهر ماي حيث قمت بتوزيع الاستبيان على التلاميذ بعد إعداده في بعض ثانويات شمال سطيف في 16-15 / 05 / 2024 وتم استرجاعه في نفس الأيام بعد إجابات التلاميذ مباشرة، لإتمام الدراسة. والجدول رقم 2 و3 يبين ان درجات القياس السلبية والإيجابية المستخدمة لعبارات الاستبيان.

جدول رقم 02: يبين درجات القياس للعبارات الإيجابية.

أوافق بدرجة كبيرة	أوافق	لم أكون رأي بعد	أعارض	أعارض بدرجة كبيرة
5درجات	4درجات	3درجات	2درجات	1درجة

جدول رقم 03: يبين درجات القياس للعبارات السلبية.

أوافق بدرجة كبيرة	أوافق	لم أكون رأي بعد	أعارض	أعارض بدرجة كبيرة
1درجات	2درجات	3درجات	4درجات	5درجات

جدول رقم 04: يبين المحاور الخاصة بالاستبيان مع ذكر عدد العبارات.

الرقم	اسم المحور	عدد العبارات
01	محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية كخيرة اجتماعية	08
02	محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لخفض التوتر .	08
03	محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية.	08

وفيما يلي جداول عبارات محاور استبيان اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم 05: عبارات محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية.

01	العلاقات الاجتماعية الناتجة عن ممارسة التربية البدنية و الرياضية لها أهمية كبيرة بالنسبة لي.
02	أفضل ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الأفراد.
03	في المدرسة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي و التعاون.
04	لا تعجبني بصفة خاصة أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي يشترك فيها عدد كبير من التلاميذ
05	أهم الأشياء تجعلني أمارس أنشطة التربية البدنية و الرياضية هو غرس قيم المحبة و التعاون بين التلاميذ.
06	افضل ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي يستطيع الإنسان ممارستها بمفرده.
07	من بين أنشطة التربية البدنية و الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين بصفة خاصة.
08	إن التفاعل مع التلاميذ الذي تتيحه لي ممارسة التربية البدنية و الرياضية لا يمثل أهمية كبيرة بالنسبة لي.

جدول رقم 06: عبارات محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لخفض التوتر

الرقم	العبارات
01	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية هي غالبا الوسيلة الوحيدة لإزالة التوترات النفسية الشديدة بالنسبة لي.
02	تتيح لي ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية فرصة للراحة و الاسترخاء من المتاعب اليومية.
03	أحبذ المطالعة أفضل من ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لأنها تمنحني بدرجة كبيرة الاسترخاء.
04	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لا أعتبرها وسيلة هامة من وسائل الترويح
05	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية هي الوسيلة الأفضل للتخلص من الصراعات النفسية و العدوان.
06	أحبذ ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لأنها تجعلني أكثر هدوء و حكمة
07	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تجعلني أكثر سعادة.
08	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تجعلني أقل توترا وقلقا مع زملائي.

جدول رقم 07: عبارات محور اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية

الرقم	العبارات
01	أفضل أنشطة التربية البدنية والرياضية التي تحافظ على اللياقة البدنية.
02	أفضل أنشطة التربية البدنية والرياضية التي تمارس لإكتساب الصحة واللياقة.
03	أحبذ أنشطة التربية البدنية والرياضية لأنها تحافظ على الصحة.
04	الصحة فقط بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.
05	عندما لا أمارس أنشطة التربية البدنية والرياضية أشعر بالخمول والعياء الشديد
06	أعتقد أنه من الأهمية القصوى ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة العقلية.
07	المزايا الصحية الجسمية لممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية هامة جدا بالنسبة لي.
08	يهمني ممارسة تمارين التربية البدنية والرياضية ولو يوميا ما دامت تؤدي إلى قوام جسمي سليم.

5- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث :

لغرض السير الحسين للدراسة تم ضبط المتغيرات المدروسة قصد البلوغ للمعرفة الحقيقية، وذلك من خلال دراسة الاتجاهات في وسط طبيعي يسمح، باستخلاص النتائج كما يراها أصحابها دون التأثير عليهم وفي هذا الصدد قمنا بالإجراءات التالية:

إدراج متغير الجنس (ذكور وإناث) نظرا لتوقع الطلبة تأثيرهما الكبير في الدراسة.

6- أسلوب التحليل و المعالجة الإحصائية :

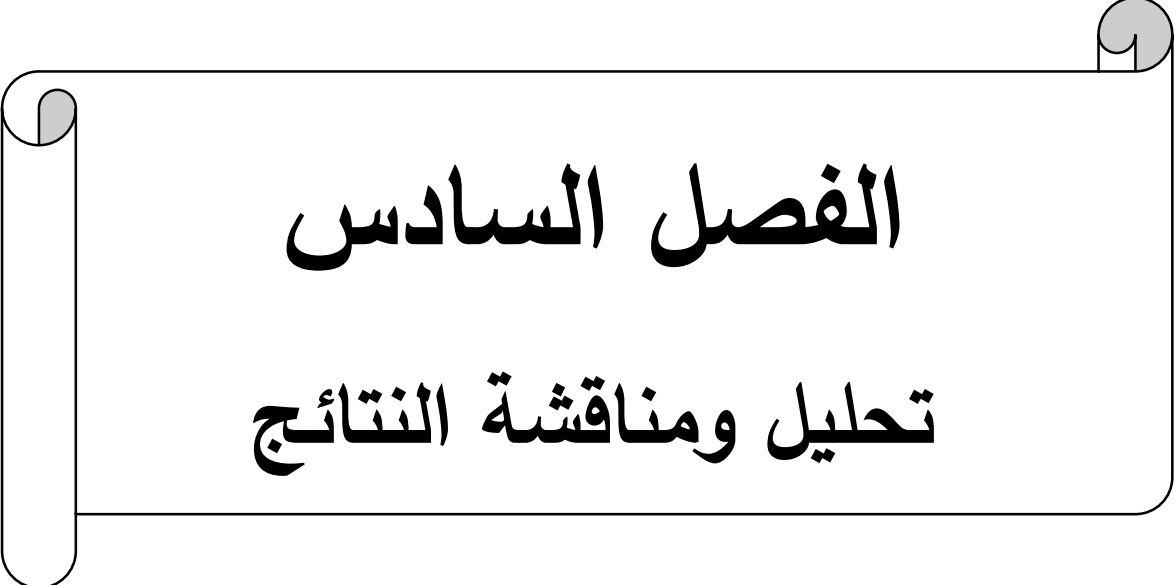
بعد مرحلة التطبيق ثم تفرغ بيانات الاستبيان لغاية الدراسة واستوفاء الإجابة في الحاسوب الآلي بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية statistique spss وقد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

- حساب النسب المئوية لتكرار إجابات تلاميذ الطور الثانوي على عبارات الاستبيان للتعرف على أهم الاتجاهات نحو التربية البدنية و الرياضية ، و بين الجنسين لمعرفة أهم الاتجاهات نحو كالمحور و العلاقة المستخدمة هي : النسبة المئوية = مجموعة الدرجات $\times 100 \div$ المجموع الكلي

- حساب المتوسط الحسابي لتكرار إجابات تلاميذ الطور الثانوي ، و بين الجنسين لمعرفة أهم الاتجاهات نحو كل محور و العلاقة مجموع القيم المستخدمة هي مجموع القيم \div عدد القيم = م

- اختبار " ت " T - test للتعرف دلالة الفروق بين الجنسين في اتجاهاتهم لكل محور و العلاقة المستخدمة هي :

- تحليل التباين بأقل فرق معنوي لثلاث مجموعات للتعرف على دلالة الفروق بين اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة الشطة التربية البدنية و الرياضية.



الفصل السادس

تحليل ومناقشة النتائج

I- تحليل النتائج:

1- الخصائص الشخصية والتنظيمية لأفراد عينة الدراسة:

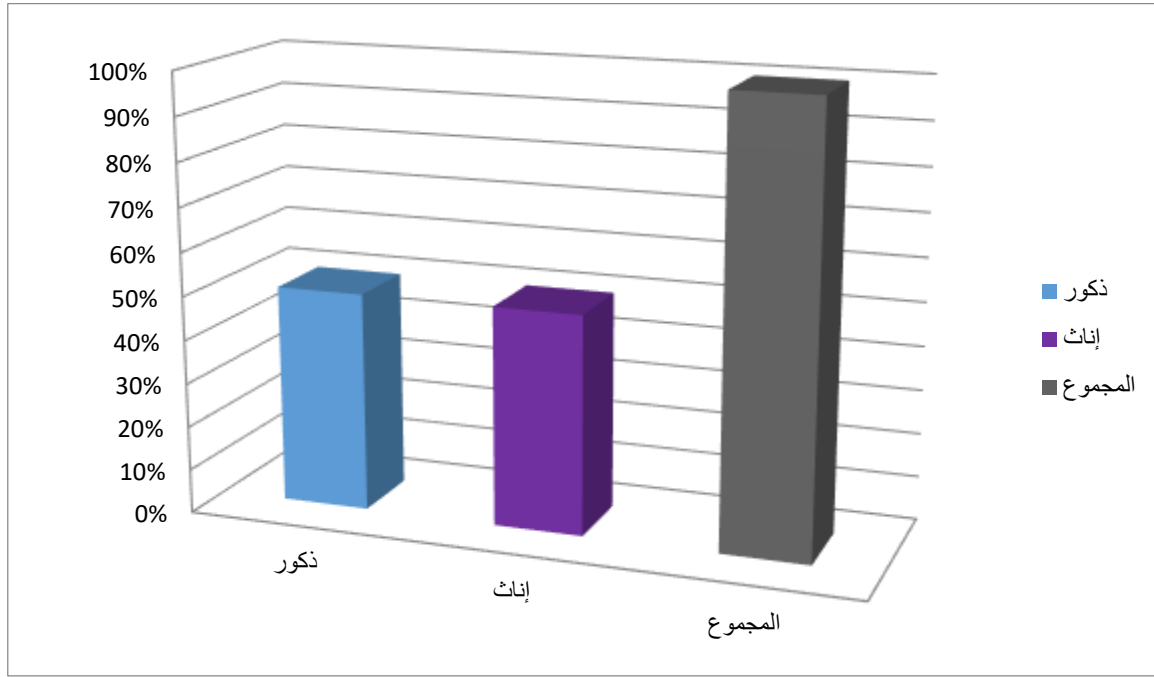
تضمنت دراستنا الحالية متغيرين تابعين تصف خصائص عينة الدراسة، ويفترض أن يكون للأبعاد المذكورة تأثير كبير في اتجاهات الذكور والإناث نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية.

وفيما يلي استعراض موجز لتوزيع أفراد العينة حسب الصفات المدروسة، وتكشف العمليات الواردة في الجدول رقم 08 والرسم البياني رقم 01 عن توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الشخصية، وذلك على النحو التالي:

جدول رقم 07: يبين نسب وتكرارات متغير الجنس في عينة الدراسة:

المتغيرات	تكرار	النسبة المئوية
الجنس	60	50%
	60	50%
	120	100%

بالنظر إلى الجدول رقم 08، نلاحظ أن عدد أفراد العينة من الذكور 60 تلميذ بنسبة 50 % يقابلها من الإناث 60 تلميذة بنسبة 50 %.



شكل رقم 01: نسب متغير الجنس في متغيرات الدراسة

2- الخصائص الاحصائية لتوزيع درجات الاستبيان :

اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم: 08 الخصائص الاحصائية لتوزيع درجات استبيان اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.

رقم	إحصائيات المحاور	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري
01	محور اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية	29,32	30	33	4,63
02	محور اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية لخفض التوتر	36,46	37	36	4,83
03	محور اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية	44,34	45	45	4,49
	الدرجات الكلية للاستبيان	110,09	112	114	13,95

يبين الجدول رقم: 09 الخصائص الإحصائية لتوزيع درجات استبيان اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية، ويتضح من الجدول أن المتوسطات الحاسوبية تكاد تكون متساوية دوماً مع الوسيط والمنوال، وما يمكن استخلاصه من التحاليل السابقة الذكر أن عينة الدراسة تنتمي إلى مجتمع ذو توزيع اعتدالي أو قريباً لاعتدال.

3- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى:

وللتحقق من صحة الفرضية الأولى والقائلة بتوقع وجود فروق ما بين تلاميذ الطور الثانوي في الاتجاه نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر الصحة واللياقة البدنية)

وبما أنه توجد ثلاث أبعاد استخدمنا في هذه الفرضية اختبار الفرق ما بين ثلاث ثانويات وتحصلنا على النتائج المتمثلة في الجدول رقم 10 والرسم البياني رقم 02.

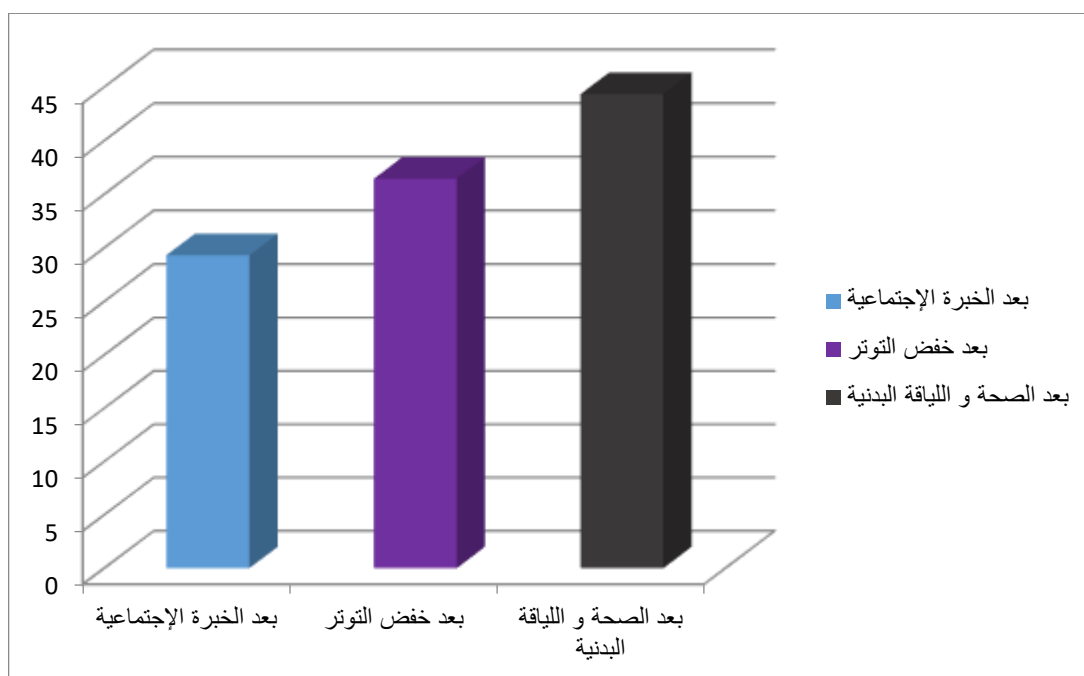
جدول رقم 09: اختبار (F) لدلالة الفروق بين تلاميذ الطور السنوي وحسب اتجاههم نحو ممارسته أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية خفض التوتر الصحة واللياقة البدنية).

تلاميذ الطور الثانوي		دلالة الفروق	
العدد	بعد الخبرة الاجتماعية	بعد خفض التوتر	بعد الصحة واللياقة البدنية
120	Δ	δ	δ
	4,63 29,32	4,83 36,46	4,49 44,34
	قيمة اف المحسوبة	قيمة F الجدولية	مستوى الدلالة
	310,64	4,66	0,01*

*دالة احصائية عند 0,01

ويتضح من الجدول رقم: 10 والرسم البياني رقم: 02 ما يلي أن القيمة المحسوبة ($F = 64,310$) أكبر من القيمة الجدولية ($F = 66,4$) فإننا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، أي أنه يوجد فروق ما بين تلاميذ الطور الثانوي في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية).

إذا الفرق لديه دلالة إحصائية عند مستوى 01,0 بأقل فرق معنوي، فالفرق مرتبطة بالصحة واللياقة البدنية. حيث بلغ المتوسط الحسابي ذروته في بعد الصحة واللياقة البدنية (44,34) أكبر من المتوسط الحسابي للخبرة الاجتماعية (29,32) ، و خفض التوتر (36,46).



شكل رقم: 02 يبين الفروق بين تلاميذ الطور الثانوي في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية).

4- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى:

وللتحقيق من صحة الفرضية الجزئية الأولى والقائلة بتوقع وجود فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية وبما أنه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (T) لدلالة الفروق بين التكرارات، فتحصلنا على التالية والمتمثلة في الجدول رقم: 11 والرسم البياني رقم: 03

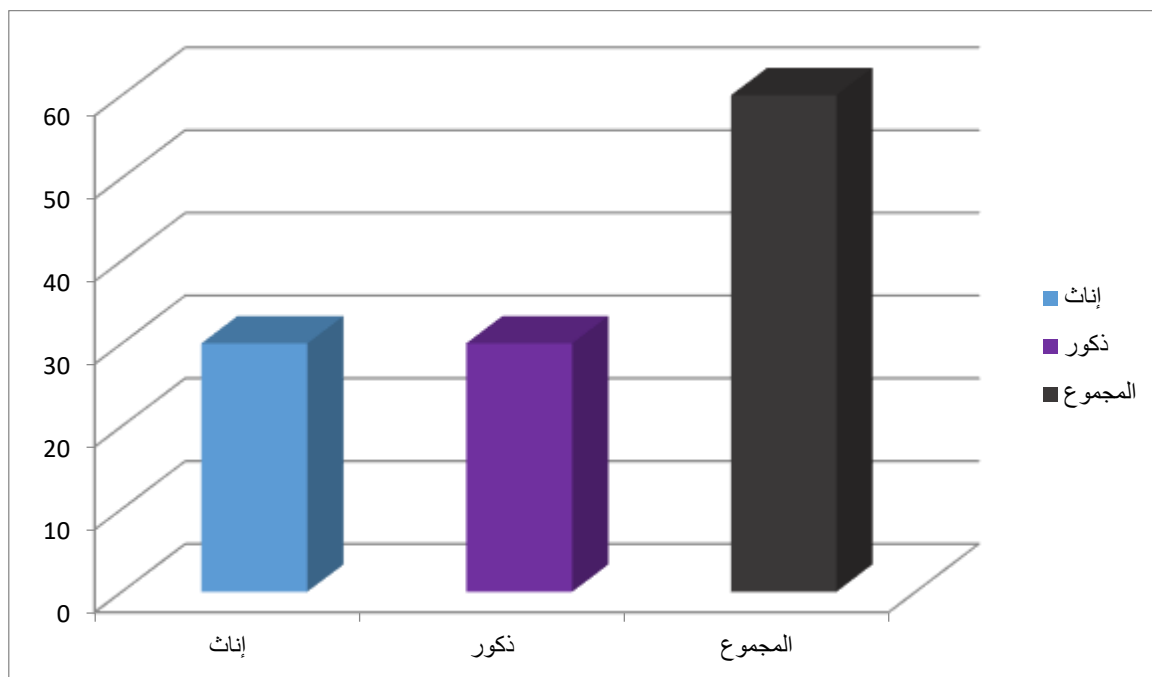
جدول رقم 10: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين حسب اتجاههم نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية.

دلالة الفروق			إناث			ذكور		
مستوى الدلالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة			العدد			العدد
0,05*	1,96	0,038	4,71	29,58	60	4,89	29,62	60

* غير دالة إحصائياً عند مستوى 0,05

ويتضح من الجدول والرسم البياني ما يلي:

أن القيمة المحسوبة ($T = 0,038$) أقل من القيمة الجدولية (1,96) ، فإننا نرفض الفرض البديل ونقبل الفرض الصفري أي أنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث في اتجاهاتهم نحو أنشطة التربية البدنية و الرياضية كخبرة اجتماعية كما تدل قيمة الانحراف المعياري (6 4,89 عند الذكور و 4,71 عند الإناث (على تقارب القيم (بسبب صغر قيم الانحراف المعياري).

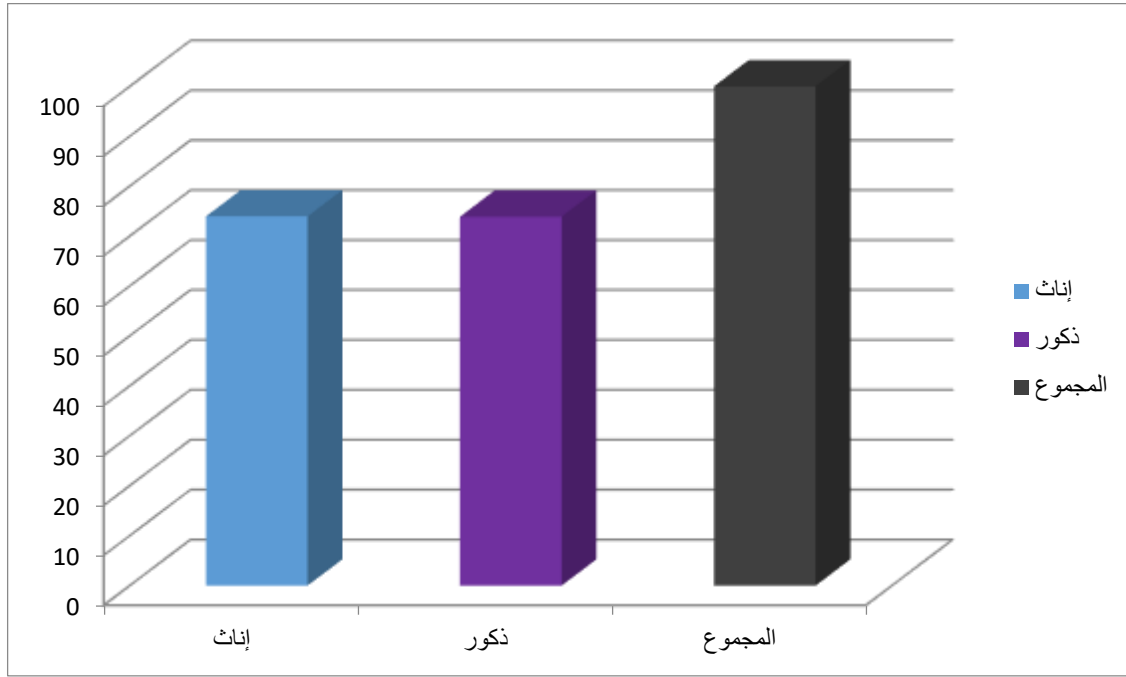


شكل رقم 03: يبين نسب فروق اتجاه الذكور والإناث نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية لخبرة اجتماعي.

حيث أن الجدول رقم : 12 والرسم البياني رقم : 04 يؤكد نفي وجود الفروق بين الذكور و الإناث في بعد الخبرة الاجتماعية ، حيث بلغت النسبة المئوية للذكور 73,95 % والنسبة المئوية للإناث 73,88 % فكان الفارق 0,07 غير دال .

جدول رقم 11: يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد الخبرة الاجتماعية.

الجنس	الذكور	الإناث	المجموع
العدد	60	60	120
النسب المئوية	73,95%	73,88%	100%



شكل رقم 04: يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد الخبرة الاجتماعية

5- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية:

وللتحقق من صحة الفرضية الجزئية الثانية والقائلة بتوقع وجود فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض خفض التوتر وبما أنه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (T) لدلالة الفروق بين التكرارات، فتحصلنا على التالية والمتمثلة في الجدول رقم 13: والرسم البياني رقم 05:

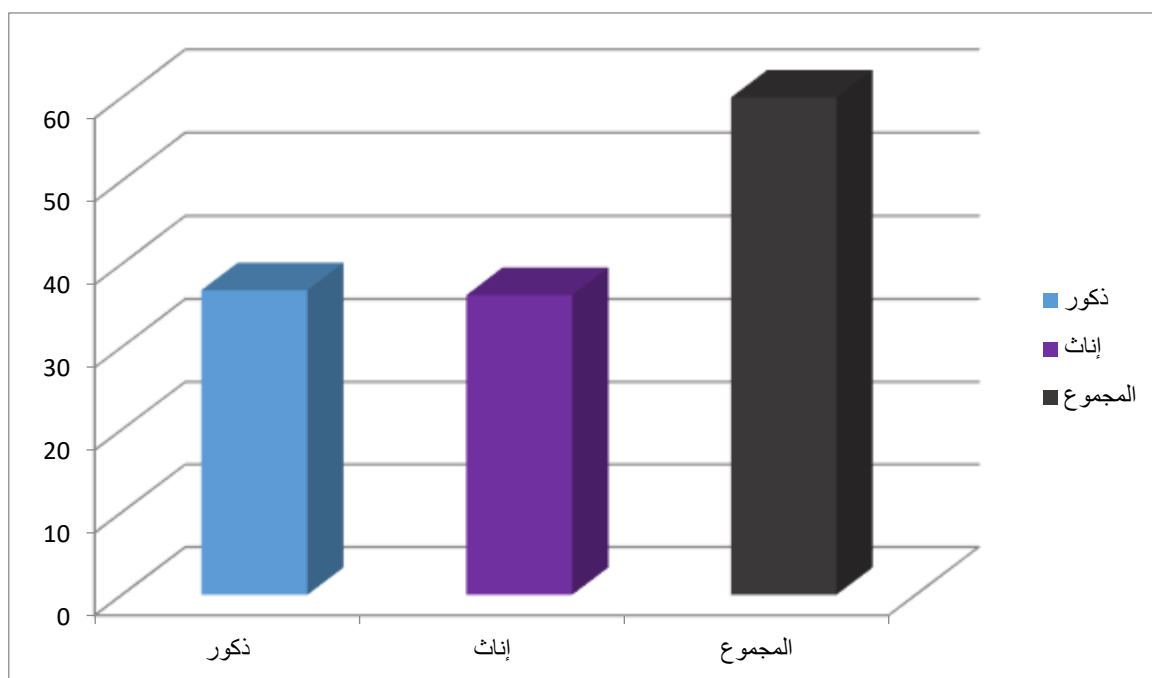
جدول رقم 12: اختبارات الدلالة الفروق بين الجنسين حسب اتجاههما نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض خفض التوتر.

دلالة الفروق		إناث			ذكور			
مستوى الدلالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	العدد	العدد	العدد	العدد	العدد	
0,05*	1,96	0,66	5,45	36,25	60	4,18	36,83	60

* غير دالة إحصائياً عند مستوى 0.05

- ويتضح من الجدول والرسم البياني ما يلي :

أن القيمة المحسوبة ($7 = 0,66$) أقل من القيمة الجدولية ($1,96$) ، فإننا نرفض القرض البديل وتقبل العرض الصفري أي أنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث في اتجاهاتهم نحو أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض خفض التوتر كما تدل قيمة الانحراف المعياري ($8 - 18$) عند الذكور و $5,45$ عند الإناث (على تقارب القيم (بسبب صغر قيم الانحراف المعياري) .

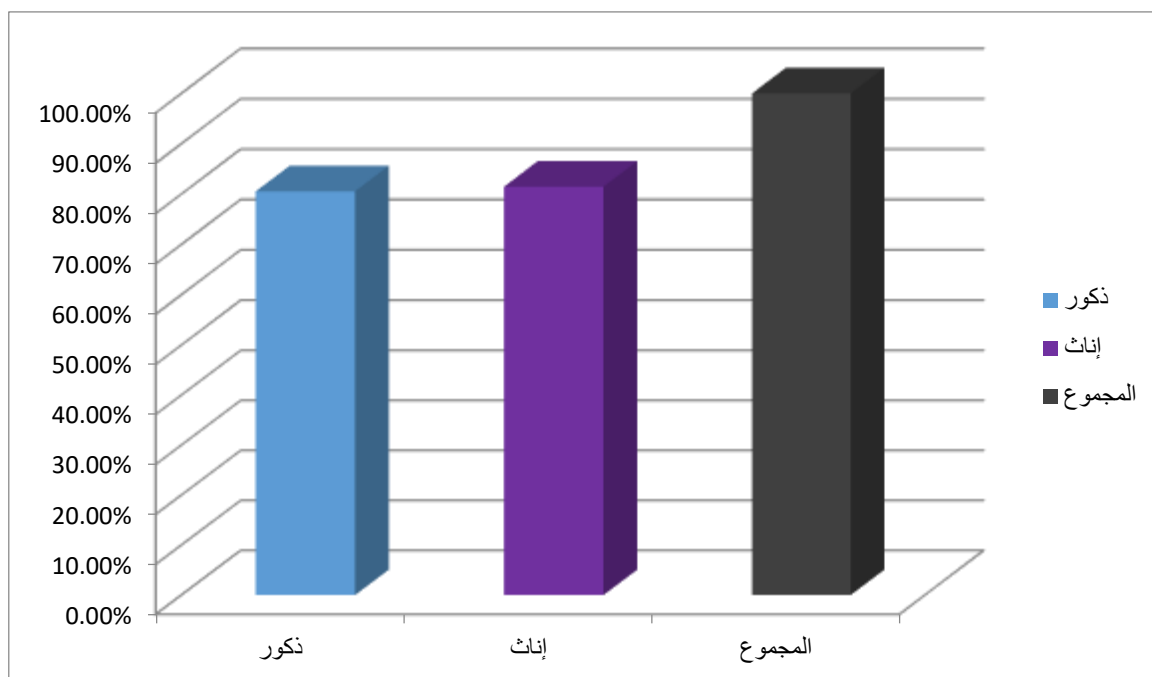


شكل رقم 05: يبين نسب فروق اتجاه الذكور والإناث نحو أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض خفض التوتر .

حيث أن الجدول رقم : 14 والرسم البياني رقم : 06 يؤكد نفي وجود الفروق بين الذكور و الإناث لغرض خفض التوتر ، حيث بلغت النسبة المئوية للذكور $80,56$ % والنسبة المئوية للإناث $81,48$ % فكان الفارق 0.92 غير دال.

جدول رقم 13: يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد خفض التوتر.

الجنس	الذكور	الإناث	المجموع
العدد	60	60	120
النسب المئوية	80,56%	81,48%	100%



شكل رقم 06: يبين النسب المئوية للذكور و الإناث في بعد خفض التوتر .

6- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة :

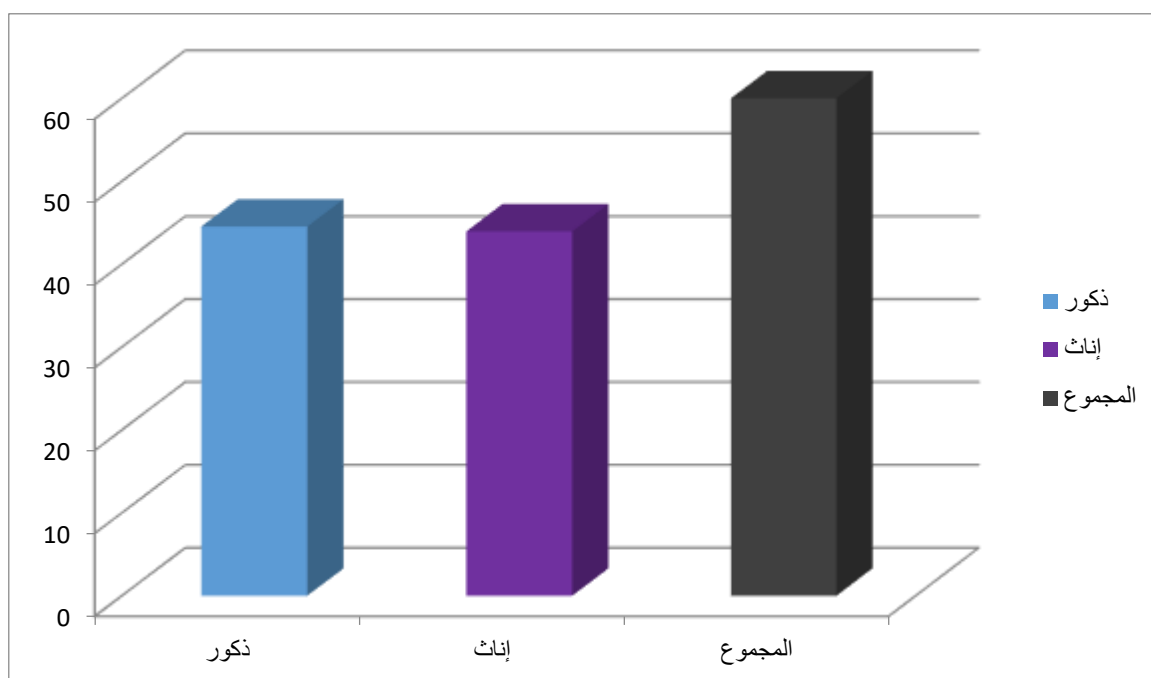
وللتحقيق من صحة الفرضية الجزئية الثالثة والقائلة بتوقع وجود فروق ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو وممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة و اللياقة البدنية و بما أنه توجد تكرارات استخدمنا في هذه الفرضية اختبار (1) لدلالة الفروق بين التكرارات ، فتحصلنا على النتائج التالية و المتمثلة في الجدول رقم : 15 والرسم البياني رقم :07.

جدول رقم 14: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين حسب اتجاههما نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة و اللياقة .

دلالة الفروق			إناث			ذكور		
					العدد			العدد
0,05*	1,96	0,68	4,74	43,95	60	4,66	44,53	60

غير دال إحصائياً عند مستوى (0,05)

- ويتضح من الجدول والرسم البياني ما يلي أن القيمة المحسوبة ($T = 0,68$) أقل من القيمة الجدولية (1,96) ، فإننا نرفض الفرض البديل ونقبل الفرض الصفري أي أنه لا يوجد فروق بين الذكور و الإناث في إتجاهاتهم نحو أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة و اللياقة البدنية كما تدل قيمة الانحراف المعياري (8 " 4.66 عند الذكور و 4,74 عند الإناث) على تقارب القيم (بسبب صغر قيم الانحراف المعياري)

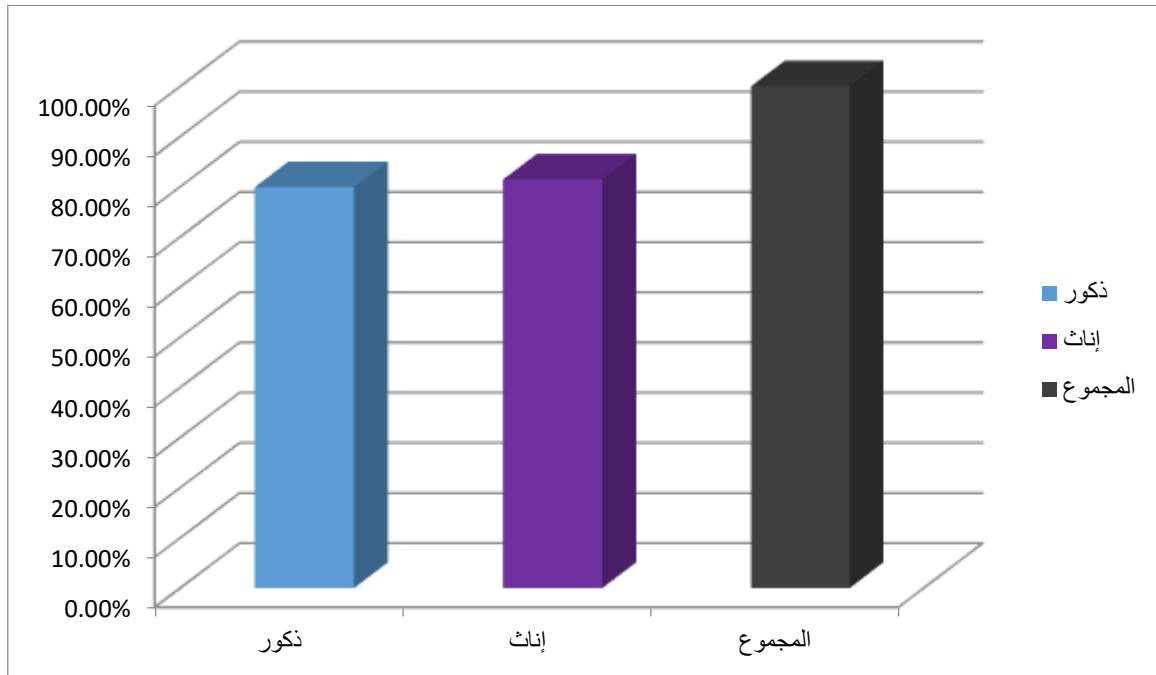


شكل رقم 07: يبين نسب فروق اتجاه الذكور والإناث نحو أنشطة ممارسة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية.

حيث أن الجدول رقم 16 والرسم البياني رقم 08 يؤكد نفي وجود الفروق بين الذكور والإناث لغرض الصحة واللياقة البدنية، حيث بلغت النسبة المئوية للذكور 79,91 % والنسبة المئوية للإناث 81,45 % فكان الفارق 1,54 غير دال.

جدول رقم 15: يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد الصحة واللياقة البدنية

الجني	الذكور	الإناث	المجموع
العدد	60	60	120
النسب المئوية	100%	81,45%	100%



شكل رقم 08: يبين النسب المئوية للذكور والإناث في بعد الصحة واللياقة البدنية.

II- مناقشة النتائج:**1- الفرضية العامة:**

توجد فروق دالة إحصائية ما بين تلاميذ الطور الثانوي في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر الصحة واللياقة البدنية).

كشفت الدراسة الحالية الفروق بين تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بشمال سطيف في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية في كل من متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية) ، حيث كانت الفروق لصالح بعد الصحة واللياقة البدنية بمتوسط حسابي (44,34) في حين بلغ عند متغير خفض التوتر (36,46) وكانت أدنى المتوسطات في حدود (29,32) عند بعد الخبرة الاجتماعية . (فاروق، 2002، صفحة 08).

وقد يرجع تأثير بعد الصحة واللياقة البدنية في اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضة إلى اهتمامهم الشديد بجانب الصحة واللياقة البدنية وضرورته الفعالة في حياتهم الدراسية و اليومية ، فقد أضحت الرياضة بصفة عامة و التربية البدنية و الرياضية بصفة خاصة من الأمور والتي تهدف إلى المحافظة على الصحة والارتقاء بها ، حيث كثر الحديث عن اللياقة البدنية وزاد الاهتمام بها بشكل يتعاضم يوماً بعد يوم ، وأصبح شعار القرن الواحد و العشرين اللياقة البدنية من أجل الصحة ، حيث أفادت البحوث والدراسات الفيزيولوجية في أن الأنشطة البدنية تساعد على انخفاض الكوليسترول في الدم ؛ والذي يتسبب في كثير من أمراض القلب و الأوعية الدموية.

وكل هذه المعارف و المعلومات التي يتحصل عليها التلميذ في محيطه المدرسي ، وكذلك من وسائل الإعلام المختلفة وما تبثه من مواد تساهم في تكوين الاتجاهات نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية .

فقد قال أفرنتست جوكل " أن الذين يواظبون على ممارسة النشاط الرياضي يكون أداءهم لأعمالهم أفضل وإصابتهم بالأمراض ... أقل ومن المحتمل أن يعيشوا مدة أطول من غيرهم ، ويؤجل ظهور علامات الشيخوخة

وبما أن الصحة واللياقة البدنية لها عائد إيجابي على ذكاء الأفراد ، وقدراتهم العقلية فكل هذا يدفع التلاميذ باختلاف جنسهم ، إلى ممارسة الأنشطة البدنية لغرض الصحة و اللياقة البدنية ، ويساهم ذلك في التحصيل الدراسي

حيث تقول الحكمة " العقل السليم في الجسم السليم " وإن للدراسة الفاحصة للعقل السليم توضح أن أيا منهم لا يستطيع العمل بمفرده فليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل فقط فتتمية اللياقة البدنية تؤدي إلى استخدام العقل استخداما فعالا ومؤثرا. (فاروق، 2002، صفحة 09).

2- الفرضيات الجزئية :

2-1- الفرضية الجزئية الأولى:

توجد فروق دالة إحصائية ما بين الذكور و الإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية كخبرة اجتماعية .

توصلنا من خلال هذه الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ما بين الجنس ينفي اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كثيرة اجتماعية ، حيث دلت النتائج المتحصل عليها على أن النسبة المئوية لتكرار درجات الذكور 73,95 % تكاد تساوي النسبة المئوية لتكرار درجات الإناث 73,88 % .

ويمكن تفسير عدم دلالة الفروق بين الذكور و الإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية ، أنه قد يكون راجع إلى التقارب الشديد بين الجنسين في نظرهم إلى أنشطة التربية البدنية و الرياضية ، والتي تنطوي على قيم اجتماعية و إمكانياتهم في إشباع حاجاتهم الاجتماعية ، وعلى ذلك فإن أنشطة التربية البدنية و الرياضية كخبرة اجتماعية تتميز من خلال مساهمتها غالبا في توفير التفاعل الاجتماعي ، والتي تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد ، وتكوين علاقات بين التلاميذ

حيث يسعى المراهق في مرحلة التعليم الثانوي أن يكون لهم ركز بين جماعة الرفاق من نفس العمر وأن تعترف به الجماعة وتقدره ... كما تزداد في هذه الفترة الشعور بالرغبة في مقاومة السلطة المفروضة من الأسرة والمدرسة والمجتمع العام ، ذلك أن المراهق يتشوق لأن يكون في عالم مليء بالأصدقاء. (فوزي، 2003، صفحة 65).

2-2- الفرضية الجزئية الثانية :

توجد فروق دالة إحصائية ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض خفض التوتر .

كشفت النتائج الإحصائية على عدم دلالة الفروق بين الجنسين في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض خفض التوتر ، حيث أن النسبة المئوية لتكرار الدرجات للذكور بلغت % 80,56 تكاد تساوي النسبة المئوية للإناث 81,48 %.

قد يرجع ذلك إلى معرفتهم المسبقة بأن أنشطة التربية البدنية و الرياضية وسيلة مهمة للخفض من حدة التوترات الناتجة عن الاحباطات والضغط المختلفة في الحياة ، وعلى ذلك يصبح النشاط البدني في هذه الحالة وسيلة بين يدي الذكور و الإناث للترويح ، و كعامل مساعد على تفريغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر ، حيث أن الأستاذ التربية البدنية و الرياضية و لوسائل الإعلام دور هام في تزويد التلميذ بمثل هذه المعارف حول الأنشطة البدنية المختلفة ، مما يسمح للمتعلم بتكوين اتجاهاته .

وكما ذكر صالح محمد علي أبو جادو " لن يكون للفرد أي اتجاهات حيال أي موضوع إلا إذا كانت عنده أولاً و قبل كل شيء معرفة عنه ، وليس بالضرورة معرفة كاملة ، وينطوي المكون المعرفي على المعلومات والحقائق الموضوعية المتوفرة لدى الفرد عن موضوع الاتجاه " . (أبو جادو، 2020، صفحة 195).

2-3- الفرضية الجزئية الثالثة :

توجد فروق دالة إحصائياً ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية .

كشفت النتائج الإحصائية على عدم دلالة الفروق بين الجنسين في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية ، حيث أن النسبة المئوية لتكرار الدرجات للذكور بلغت % 80,56 تكاد تساوي النسبة المئوية للإناث 81,48 % .

وقد يرجع عدم دلالة الفروق بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية إلى أن الاعتقاد سائد لدى الجميع ، من حيث أن أنشطة التربية البدنية والرياضية تساهم بنسبة معينة في إكساب اللياقة البدنية ، وأنها تتميز أساساً في إسهامها بدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية .

وكذا ثقافة التلاميذ (الذكور و الإناث) بضرورة اللياقة البدنية من أجل الصحة ، حتى يكون لهم القدرة على القيام بدورهم في الحياة ، والمواصلة في عملية التعلم بكفاءة وفعالية .

حيث ذكر بهاء الدين سلامة أنه " من الضروري تكوين التلميذ تكويناً شاملاً من الناحية البدنية والنفسية و الاجتماعية حتى يصبح قادراً على القيام بدوره الكامل في الحياة ... وما أثبتته الدراسات والأبحاث من أن الصحة النفسية للتلاميذ ترتبط بعملية التعليم التي لا تكتمل إلا إذا توافرت الحالة الصحية السليمة " . (سلامة، 2007، صفحة 250).

4- الاستنتاجات :

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا ، وتطبيق استبيان اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية ، على عينة مكونة من 120 تلميذ (ذكور و إناث) بعمر 15 إلى 18 سنة على مستوى بعض ثانويات شمال سطيف ، وبعد جمع البيانات وعرضها و معالجتها إحصائيا ، ومناقشة نتائج الدراسة تم استنتاج ما يلي :

. أن تلاميذ الطور الثانوي ، يمتلكون اتجاهات نفسها بين الذكور و الإناث لأنشطة التربية البدنية و الرياضية كخبرة اجتماعية ، ولغرض خفض التوتر ، والصحة واللياقة البدنية ، حيث لم تكن هناك أية دلالة إحصائية في الفروق بين الجنسين حسب الأبعاد المذكورة .

- إن كل أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي تكتسي الصبغة الاجتماعية والصحية و الترويحية ، مهمة لدى تلاميذ الطور الثانوي باختلاف جنسهم ، وهذا يعكس تشبعهم بالثقافة الرياضية .

- إن ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تعمل على تكوين علاقات اجتماعية تمكنهم من الاندماج الاجتماعي .

- إن ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تعمل على حفظ الصحة و اللياقة البدنية .

- ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تعمل على تكامل البناء الجسمي المتزن و المعتدل و المقبول اجتماعيا .

- ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تقلل من توترات الناجمة من الحياة اليومية و الاجتماعية للتلاميذ .

5- الاقتراحات :

- توفير مواد ذات علاقة بتعزيز الاتجاهات لدى التلاميذ وتدعيمها بشكل أفضل من خلال تقييم لمناهج التكوين في مختلف المراحل الدراسية خاصة في المرحلة الثانوية .
- ضرورة تعزيز أستاذ التربية البدنية والرياضية لهذه الأبعاد في حياة التلميذ بالاستخدام والتعامل العلمي مع حصة التربية البدنية و الرياضية.
- عقد ندوات و محاضرات دورية ، لتوضيح الرؤى حول أهدافا لتربية البدنية و الرياضية.
- استغلال هذه التوجهات والرؤى لدى الجنسين لتكوين فرق رياضية مدرسية تمثل المؤسسات التربوية ، ومادة التربية البدنية و الرياضية بصفة خاصة.
- تنمية واستغلال توجهات الجنسين الاجتماعية لتكوين فرق رياضية في الألعاب الجماعية المختلفة
- ضرورة عدم حكر نشاط رياضي له صبغة اللياقة البدنية أو الاجتماعية أو الترويحية لجنس واحد فقط بل لا بد من إدراجك لمن الذكور و الإناث حسب توجههم .
- الاهتمام أكثر بمادة التربية البدنية والرياضية والاختيار الأمثل لأنشطتها لضرورتها في تكوين فرد صالح في المجتمع له أبعاد اجتماعية تخدم الوطن .
- أن تكون هناك علاقة و روابط إنسانية بين المدرس و التلميذ.



خاتمة

خاتمة:

من خلال دراستنا هذه والتي حاولنا فيها ضبط اتجاهات تلاميذ الطور الثانوي نحو أنشطة التربية البدنية و الرياضية في كل من بعد الخبرة الاجتماعية و خفض التوتر و الصحة و اللياقة البدنية ، قمنا بتحديد المشكلة ، وصياغة الفرضيات في الجانب التمهيدي ، ثم قمنا بتحديد الخلفية النظرية في الجانب النظري ، وفي الجانب التطبيقي تم تحديد فيا لفصل الأول الجانب المنهجي ، وعرض نتائج الفرضيات و تحليلها في الفصل الثاني و مناقشتها في الفصل الثالث ، فأوضح لنا أن أنشطة التربية البدنية و الرياضية فعالة جدا في حياة التلميذ الثانوي بتقارب اتجاهاتهم بالنظر إلى متغير الجنس ، حيث لم تدل النتائج على وجود فروق بين الذكور و الإناث في بعد الخبرة الاجتماعية و خفض التوتر و الصحة و اللياقة البدنية ، في حين دلت النتائج بين التلاميذ بصفة عامة في اتجاههم لصالح الصحة واللياقة البدنية ، فأنشطة التربية البدنية و الرياضية تساهم في بناء متكامل الجوانب الاجتماعية و النفسية و الصحية ، فلها أثر كبير في إرساء قيم التعاون و المحبة و الاحترام للفرد و إعداده بدنيا و جسميا ، وجعله أكثر توازنا و تحكما في ذاته فأنشطة التربية البدنية و الرياضية هي أحد الركائز الاجتماعية ، و النفسية و الصحية ، وهذا ما كان لنا حافزا على هذه الدراسة التي أجريناها ، و تبقى في النهاية أفاق البحث مفتوحة و متواصلة في هذا المجال بطرق و وسائل و فرضيات أخرى.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

- إبراهيم محمد المحاسنة. (2006). تعليم التربية الرياضية (الإصدار 1). دار جديد للنشر و التوزيع.
- أحمد أمين فوزي. (2003). مبادئ علم النفس الرياضي، المفاهيم والتطبيقات (المجلد 1). القاهرة: دار الفكر العربي.
- الخولي، أ. (2001). أصول التربية البدنية و الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أمين أنور الخولي . (1996). الرياضة و المجتمع. الكويت: المجلس الوطني للثقافة و الفنون للنشر.
- أمين أنور الخولي. (1998). التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل و طالب التربية العلمية (الإصدار 1). القاهرة: دار الفكر العربي.
- إياد عبد الكريم العزاوي، و عبد المجيد ابراهيم مروان. (2002). علم الإجتماع التربوي الرياضي (الإصدار 1). عمان: دار الثقافة للنشر.
- أيمن فاروق. (2002). اللياقة البدنية (الإصدار 1). القاهرة: مكتبة و مطبعة الإشعار الفنية.
- بهاء الدين سلامة. (2007). الصحة والتربية الصحية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- جابر بن جودة. (2004). علم النفس الإجتماعي. الأردن: مكتبة دار الثقافة.
- حسن أحمد الشافعي. (2001). التربية الرياضية وقانون البيئة (الإصدار 1). الاسكندرية: مكتبة الاشعاع الفنية.
- حسين أحمد الشافعي. (1998). المسؤولية في المنافسات الرياضية. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- خولي توما جورج. (2000). سيكولوجية نمو الطفل و المراهق (المجلد 1). بيروت: المؤسسة الإجتماعية للنشر.
- رابح تركي. (1990). أصول التربية والتعليم. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- زينب علي عمرو، و غادة جلال عبد الحكيم. (2008). طرق تدريس التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- سعد جلال. (1995). الطفولة و المراهقة. القاهرة: دار الفكر العربي.

- صالح محمد علي أبو جادو. (2020). سيكولوجية التنشئة الإجتماعية (المجلد 1). عمان: دار المسيرة للنشر.
- عبد الحليم محمود السيد، و آخرون. (2003). علم النفس الإجتماعي المعاصر (الإصدار 1). مصر: ايتراك للنشر.
- عبد الرحمن سعد. (1998). القياس النفسي (الإصدار 1). القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد الستار إبراهيم. (1985). الانسان وعلم النفس. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون للنشر.
- عبد اللطيف محمد محمود، و عبد المنعمة شحاتة خليفة . (1994). سيكولوجية الإتجاهات. سيكولوجية الإتجاهات.
- عثمان، ع. (2008). الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية. الاسكندرية: دار الوفاء.
- عشوي، م. (2003). مدخل علم النفس المعاصر. الجزائر: الساحة المركزية بن عكنون.
- عفاف عبد الكريم. (1998). طرق تدريس التربية البدنية والرياضية. الإسكندرية: نشأة المعارف.
- ليندرجين، واطسون روبرت ، و كلاي هنري. (2004). سيكولوجية الطفل و المراهق. مكتبة مدبولي.
- محمد ابراهيم شحاتة. (2004). الميول و الإتجاهات و السلوك الرياضي. الإسكندرية: المكتبة المصرية للنشر.
- محمد حسن علاوي. (1994). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
- محمد حسن علاوي. (2009). مدخل علم النفس الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- محمد عماد الدين إسماعيل. (1998). الطفل من الحمل إلى الرشد (الإصدار 1). الكويت: دار القلم للنشر.
- محمد محسن حمص. (2006). المرشد في تدريس التربية الرياضية. الإسكندرية: نشأة المعارف.
- محمد محمد الحماحمي. (1999). تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدني (الإصدار 1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- محمد.حسن علاوي. (1998). موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

- محمود سعد ناهد، و سعد رمزي تليلي . (2004). طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية (الإصدار 2). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- مريم سليم. (2002). علم النفس النمو (الإصدار 1). لبنان: دار النهضة العربية.
- مصطفى عشوي. (1995). مدخل إلى السيكولوجية الشخصية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- معوض ميخائيل. (1999). علم النفس الإجتماعي (المجلد 1). القاهرة: دار الفكر الجامعي.
- مكارم حلمي، أبو هرجة، و آخرون. (2006). مدخل التربية الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- نصر الدين جابر ، و الهاشمي لوكيا . (2006). مفاهيم أساسية في علم النفس الإجتماعي. الجزائر: أرض الهدى للنشر.

قائمة الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان

أخي الطالب تحية طيبة وبعد

في إطار البحوث العلمية نرجو منك التفضل بالإجابة على أسئلة الاستبيان المتعلقة بمذكرة التخرج.
بعنوان إجاهات تلاميذ الطور الثانوي (15-18) سنة نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.
ولك (ي) منا جزيل الشكر والتقدير.

*معلومات عامة :

1- الجنس : ذكر () أنثى ()

2- السن :

3- المؤسسة :

ملاحظة:

الرجاء قراءة كل عبارة في الصفحات الموالية ثم الإجابة عليها بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة مع العلم أنه ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة إنما المهم هو مدى تطابق اجاباتك مع رأيك.

الرقم	العبارات	أوافق	أوافق	لم أكون	أعارض	أعارض
		بدرجة	بدرجة	رأي	بدرجة	بدرجة
		كبيرة	كبيرة	بعد	كبيرة	كبيرة
المحور الأول: اتجاه تلاميذ الطور الثانوي ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية						
01	العلاقات الاجتماعية الناتجة عن ممارسة التربية البدنية و الرياضية لها أهمية كبيرة بالنسبة لي.					
02	أفضل ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الأفراد.					
03	في المدرسة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي و التعاون.					
04	لا تعجبنى بصفة خاصة أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي يشترك فيها عدد كبير من التلاميذ					
05	أهم الأشياء تجعلني أمارس أنشطة التربية البدنية و الرياضية هو غرس قيم المحبة و التعاون بين التلاميذ.					
06	افضل ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية التي يستطيع الإنسان ممارستها بمفرده.					
07	من بين أنشطة التربية البدنية و الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين بصفة خاصة.					
08	إن التفاعل مع التلاميذ الذي تتيحه لي ممارسة التربية البدنية و الرياضية لا يمثل أهمية كبيرة بالنسبة لي.					

المحور الثاني: اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لخفض التوتر

					09	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية هي غالبا الوسيلة الوحيدة لإزالة التوترات النفسية الشديدة بالنسبة لي.
					10	تتيح لي ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية فرصة للراحة و الاسترخاء من المتاعب اليومية.
					11	أحبذ المطالعة أفضل من ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لأنها تمنحني بدرجة كبيرة الاسترخاء.
					12	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لا أعتبرها وسيلة هامة من وسائل الترويح
					13	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية هي الوسيلة الأفضل للتخلص من الصراعات النفسية و العدوان.
					14	أحبذ ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لأنها تجعلني أكثر هدوء و حكمة
					15	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تجعلني أكثر سعادة.
					16	ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية تجعلني أقل توترا وقلقا مع زملائي.

المحور الثالث: اتجاه تلاميذ الطور الثانوي نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية

					17	أفضل أنشطة التربية البدنية والرياضية التي تحافظ على اللياقة البدنية.
--	--	--	--	--	----	--

					18 أفضل أنشطة التربية البدنية والرياضية التي تمارس لإكتساب الصحة واللياقة.
					19 أحبذ أنشطة التربية البدنية والرياضية لأنها تحافظ على الصحة.
					20 الصحة فقط بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.
					21 عندما لا أمارس أنشطة التربية البدنية والرياضية أشعر بالخمول والعياء الشديد
					22 أعتقد أنه من الأهمية القصوى ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة العقلية.
					23 المزايا الصحية الجسمية لممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية هامة جدا بالنسبة لي.
					24 يهمني ممارسة تمارين التربية البدنية والرياضية ولو يوميا ما دامت تؤدي إلى قوام جسمي سليم.

الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات)

صدق وثبات الفرضية العامة

توجد فروق دالة إحصائية ما بين تلاميذ الطور الثانوي في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية في متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر الصحة واللياقة البدنية).

كشفت الدراسة الحالية الفروق بين تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بشمال سطيف في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية في كل من متغير (الخبرة الاجتماعية، خفض التوتر، الصحة واللياقة البدنية) ، حيث كانت الفروق لصالح بعد الصحة واللياقة البدنية بمتوسط حسابي (44,34) في حين بلغ عند متغير خفض التوتر (36,46) وكانت أدنى المتوسطات في حدود (29,32) عند بعد الخبرة الاجتماعية . (فاروق، 2002، صفحة 08).

وقد يرجع تأثير بعد الصحة واللياقة البدنية في اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضة إلى اهتمامهم الشديد بجانب الصحة واللياقة البدنية وضرورته الفعالة في حياتهم الدراسية و اليومية ، فقد أضحت الرياضة بصفة عامة و التربية البدنية و الرياضية بصفة خاصة من الأمور والتي تهدف إلى المحافظة على الصحة والارتقاء بها ، حيث كثر الحديث عن اللياقة البدنية وزاد الاهتمام بها بشكل يتعاضم يوما بعد يوم ، وأصبح شعار القرن الواحد و العشرين اللياقة البدنية من أجل الصحة ، حيث أفادت البحوث والدراسات الفيزيولوجية في أن الأنشطة البدنية تساعد على انخفاض الكوليسترول في الدم ؛ والذي يتسبب في كثير من أمراض القلب و الأوعية الدموية.

وكل هذه المعارف و المعلومات التي يتحصل عليها التلميذ في محيطه المدرسي ، وكذلك من وسائل الإعلام المختلفة وما تبثه من مواد تساهم في تكوين الاتجاهات نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية .

فقد قال أفرنست جوكل " أن الذين يواظبون على ممارسة النشاط الرياضي يكون أداءهم لأعمالهم أفضل وإصابتهم بالأمراض ... أقل ومن المحتمل أن يعيشوا مدة أطول من غيرهم ، ويؤجل ظهور علامات الشيخوخة

وبما أن الصحة واللياقة البدنية لها عائد إيجابي على ذكاء الأفراد ، وقدراتهم العقلية فكل هذا يدفع التلاميذ باختلاف جنسهم ، إلى ممارسة الأنشطة البدنية لغرض الصحة و اللياقة البدنية ، ويساهم ذلك في التحصيل الدراسي

حيث تقول الحكمة " العقل السليم في الجسم السليم " وإن للدراسة الفاحصة للعقل السليم توضح أن أيا منهم لا يستطيع العمل بمفرده فليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل فقط فتتمية اللياقة البدنية تؤدي إلى استخدام العقل استخداما فعالا ومؤثرا. (فاروق، 2002، صفحة 09).

وهذا ما يثبت صحة صدق وثبات الفرضية العامة.

صدق وثبات الفرضيات الجزئية

الفرضية الجزئية الأولى

توجد فروق دالة إحصائية ما بين الذكور و الإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية كخبرة اجتماعية .

توصلنا من خلال هذه الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ما بين الجنس ينفي اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كثيرة اجتماعية ، حيث دلت النتائج المتحصل عليها على أن النسبة المئوية لتكرار درجات الذكور 73,95 % تكاد تساوي النسبة المئوية لتكرار درجات الإناث 73,88 % .

ويمكن تفسير عدم دلالة الفروق بين الذكور و الإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية كخبرة اجتماعية ، أنه قد يكون راجع إلى التقارب الشديد بين الجنسين في نظرتهم إلى أنشطة التربية البدنية و الرياضية ، والتي تنطوي على قيم اجتماعية و إمكانياتهم في إشباع حاجاتهم الاجتماعية ، وعلى ذلك فإن أنشطة التربية البدنية و الرياضية كخبرة اجتماعية تتميز من خلال مساهمتها غالبا في توفير التفاعل الاجتماعي ، والتي تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد ، وتكوين علاقات بين التلاميذ

حيث يسعى المراهق في مرحلة التعليم الثانوي أن يكون لهم ركز بين جماعة الرفاق من نفس العمر وأن تعترف به الجماعة وتقدره ... كما تزداد في هذه الفترة الشعور بالرغبة في مقاومة السلطة المفروضة من الأسرة والمدرسة والمجتمع العام ، ذلك أن المراهق يتشوق لأن يكون في عالم مليء بالأصدقاء . (فوزي، 2003، صفحة 65).

وهذا ما يثبت صحة صدق وثبات الفرضية الجزئية الأولى.

الفرضية الجزئية الثانية

توجد فروق دالة إحصائية ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض خفض التوتر .

كشفت النتائج الإحصائية على عدم دلالة الفروق بين الجنسين في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض خفض التوتر ، حيث أن النسبة المئوية لتكرار الدرجات للذكور بلغت % 80,56 تكاد تساوي النسبة المئوية للإناث 81,48 %.

قد يرجع ذلك إلى معرفتهم المسبقة بأن أنشطة التربية البدنية و الرياضية وسيلة مهمة للخفض من حدة التوترات الناتجة عن الاحباطات والضغوط المختلفة في الحياة ، وعلى ذلك يصبح النشاط البدني في هذه الحالة وسيلة بين يدي الذكور و الإناث للترويح ، و كعامل مساعد على تفرغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي

خفض التوتر ، حيث أن الأستاذ التربية البدنية و الرياضية و لوسائل الإعلام دور هام في تزويد التلميذ بمثل هذه المعارف حول الأنشطة البدنية المختلفة ، مما يسمح للمتعلم بتكوين اتجاهاته .

وكما ذكر صالح محمد علي أبو جادو " لن يكون للفرد أي اتجاهات حيال أي موضوع إلا إذا كانت عنده أولاً وقبل كل شيء معرفة عنه ، وليس بالضرورة معرفة كاملة ، وينطوي المكون المعرفي على المعلومات والحقائق الموضوعية المتوفرة لدى الفرد عن موضوع الاتجاه " . (أبو جادو، 2020، صفحة 195).

وهذا ما يثبت صحة صدق وثبات الفرضية الجزئية الثانية.

الفرضية الجزئية الثالثة

توجد فروق دالة إحصائياً ما بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية .

كشفت النتائج الإحصائية على عدم دلالة الفروق بين الجنسين في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية ، حيث أن النسبة المئوية لتكرار الدرجات للذكور بلغت % 80,56 تكاد تساوي النسبة المئوية للإناث 81,48 % .

وقد يرجع عدم دلالة الفروق بين الذكور والإناث في اتجاههم نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية لغرض الصحة واللياقة البدنية إلى أن الاعتقاد سائد لدى الجميع ، من حيث أن أنشطة التربية البدنية والرياضية تساهم بنسبة معينة في إكساب اللياقة البدنية ، وأنها تتميز أساساً في إسهامها بدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية .


وكذا ثقافة التلاميذ (الذكور و الإناث) بضرورة اللياقة البدنية من أجل الصحة ، حتى يكون لهم القدرة على القيام بدورهم في الحياة ، والمواصلة في عملية التعلم بكفاءة وفعالية .

حيث ذكر بهاء الدين سلامة أنه " من الضروري تكوين التلميذ تكويناً شاملاً من الناحية البدنية والنفسية و الاجتماعية حتى يصبح قادراً على القيام بدوره الكامل في الحياة ... وما أثبتته الدراسات والأبحاث من أن الصحة النفسية للتلاميذ ترتبط بعملية التعليم التي لا تكتمل إلا إذا توافرت الحالة الصحية السليمة " . (سلامة، 2007، صفحة 250).

وهذا ما يثبت صحة صدق وثبات الفرضية الجزئية الثالثة.

قائمة أسماء المحكمين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية
قائمة أسماء المحكمين

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الإمضاء
01	صيتي عبد الرزاق	استاذ مسافر	
02	ديوكايت نصر الدين	استاذ مسافر	
03	بطاط نور الدين	استاذ	
04	صوادي صناد	استاذ مسافر	
05	بربانج ربيع	استاذ مسافر	